ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಿ-ಬಹುರೂಪಿ

ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ 10ರಿಂದ 19ರ ವಯೋಮಾನದ ಪ್ರತಿ ಏಳರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ಮನೋರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

10ರಿಂದ 19ರ ವಯೋಮಿತಿಯವರಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಶೇ.8ರಷ್ಟು ಜನ ಆತಂಕದ ಕಾಯಿಲೆಯಿಂದ, ಶೇ.4ರಷ್ಟು ಜನ ಖಿನ್ನತೆಯಿಂದ, ಶೇ.5.5ರಷ್ಟು ಮಂದಿ ಚಿತ್ತಚಂಚಲತೆ, ಶೇ.5ರಿಂದ 8ರಷ್ಟು ಮಂದಿ ದುಶ್ಚಟಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ಸುಮಾರು ಶೇ. 6ರಷ್ಟು ಜನ ವರ್ತನೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ 15ರಿಂದ 29 ವಯಸ್ಸಿನವರಲ್ಲಿ ಸಾವಿಗೆ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ 4ನೇ ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ.

‘ಎನ್‌ಸಿಆರ್‌ಬಿ’ಯ ಇತ್ತೀಚಿನ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ 42 ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಶರಣಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಹಾಗೂ ಆಡಳಿತಶಾಹಿಯ ದೂರದೃಷ್ಟಿಯ ಕೊರತೆ – ಇವೆಲ್ಲವೂ ಕಾರಣಗಳಾಗಿವೆ.

ಬಹು ಬಗೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಆತಂಕ, ಖಿನ್ನತೆ, ನಡವಳಿಕೆಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು (ಕಂಡಕ್ಟ್ ಡಿಸಾರ್ಡರ್, ಚಿತ್ತಚಂಚಲತೆ), ಮಾದಕ ವಸ್ತು ವ್ಯಸನ ಹಾಗೂ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹದಿಹರೆಯದವರಲ್ಲಿ ಕಾಣಬರುವ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು. ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಕೊಂಚ ವಿವರವಾಗಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು.

ಖಿನ್ನತೆ (Depression)

ಹದಿಹರೆಯದವರಲ್ಲಿ ಖಿನ್ನತೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕೊಂಚ ಭಿನ್ನವಾಗಿರಬಹುದು. ನಿರಾಸಕ್ತಿ, ಹತಾಶೆ, ದುಃಖ, ಬೇಜಾರು, ಸುಸ್ತು, ಅತಿಯಾದ ಕಿರಿಕಿರಿ, ಸಿಟ್ಟು, ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ನಿರಾಸಕ್ತಿ, ಗೊಂದಲ, ಮನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಏರುಪೇರು, ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಕೊರತೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಕೊರತೆ, ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು, ಏಕಾಂಗಿತನ ಇತ್ಯಾದಿ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು.

ಆತಂಕದ ಕಾಯಿಲೆ (Anxiety Disorder)

ಅತಿಯಾದ ಗಾಬರಿ, ಗಲಿಬಿಲಿ, ಎದೆಬಡಿತ ಹೆಚ್ಚುವುದು, ಬಾಯಿ ಒಣಗುವುದು, ಅತಿಯಾಗಿ ಬೆವರುವುದು, ಒಬ್ಬರೇ ಇರಲು ಇಷ್ಟ ಪಡುವುದು, ಗುಂಪು ಚಟುವಟಿಕೆ ಇಲ್ಲವೇ ಜನಜಂಗುಳಿಯಿರುವ ಸಮಾರಂಭಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು. ವೇದಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಹೋಗಲು ಹೆದರುವುದು. ಕಡಿಮೆ ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ, ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಹಪಾಠಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಯಲಾಗದು.

ಚಿತ್ತಚಂಚಲತೆ (ADHD)

ಅತಿಯಾದ ಚಟುವಟಿಕೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಕೊರತೆ, ಹಠಾತ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿ, ಓದಿನಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆ, ತಾಳ್ಮೆಯ ಕೊರತೆ. ಅತಿಯಾದ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿರುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಓದಿನಲ್ಲಿ ಹಿಂದುಳಿಯುತ್ತಾರೆ.

ವರ್ತನಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು (Conduct Disorder)

ಅತಿಯಾದ ಕೋಪ, ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುವುದು, ಕಾನೂನು ಬಾಹಿರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಹಿರಿಯರೊಡನೆ ವಾದ–ವಿವಾದ, ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ವ್ಯಸನ, ಕಳ್ಳತನ – ಇವುಗಳೆಲ್ಲ ವರ್ತನಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಾಗಿವೆ.

ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ವ್ಯಸನ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜಾಲತಾಣಗಳ ಗೀಳು ಗಂಭೀರ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಹದಿಹರೆಯದವರಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಸಂಗತಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕುತೂಹಲ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ, ಮಾದಕ ವ್ಯಸನಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಸುಲಭ.