**आज क्यों बच्चे मजबूर है आत्महतिया के लिया**

ज़िन्दगी किसे प्यारी नहीं होती। हर कोई अपनी ज़िन्दगी मे अपना लक्ष्य अपनी खुशिया और एक सुखद जीवन चाहता है। नजाना क्यों इंसान कई बार परेशानिया और चुनौतियों से डरकर या कमज़ोर होकर अपनी ही ज़िन्दगी को खुद ही ख़त्म कर देता है। आत्महतिया को सीधे सरल शब्दो मे कहे तो अपनी ही हातों अपनी ज़िन्दगी ख़त्म कर लेना।आज आत्महतिया इतना बढ़ा मुदा बन गया है की सरकार के सर्वे मे पता लगा है की भारत मे हर 55 मिनट मे कोई न कोई स्टूडेन्ट आत्महतिया करता है। स्टूडेन्ट की ज़िन्दगी मे ऐसा कई वक्त आते है जब वो अपनी ज़िन्दगी से परेशान होकर या कदम उठने की सोच लेता है। एक स्टूडेन्ट अपनी ज़िन्दगी मे कई बाते सुनता है कभी पेरेंट्स की बाते कबि उनका अपने बच्चो का दुसरो से तुल्ना करना कभी उन्हे न समझना हर बात पर उन्हे गलत बताना और एग्जाम मे रिजल्ट को लेकर हर बार डाँठ लगाना। घर तो घर बच्चा हर जगह गलती के लिया बास सुनता रहता है। कई बार या सब चीज़े उसे इतना मजबुर कर देती है की वो हार कर अपनी ज़िन्दगी ख़त्म कर लेता है। क्या गलती बच्चा की है या पेरेंट्स की या फिर सॉईटी की ? भारत मे हर साल आत्महत्या के केस बढ़ते जा रहा है । कुछ सब को पता लग जाता है और कुछ का तो पता भी नहीं होता | अर्जुन भरद्वाज , 24 साल का एक नौजवान जिसने मुंबई मे होटल की 19वी मजल से कूद कर खुदखुशी कर ली थी । उसने या कदम परीक्षा मे असफल होना की वजह से उठाया था । अर्जुन की खुदखुशी हर किसी के लिया चर्चा का मुदा बन गयी थी क्योकि उसने खुदखुशी के लिये एक फाइव स्टार होटल चुना और अपनी खुदखुशी का तरीका उसने फेसबुक पर भी बतया था पर इस खुदखुशी पर किसी के पास कोई जवाब नहीं था। ऐसा ही हर 55 मिनट मे भारत का एक स्टूडेन्ट खुदखुशी कर लेता है 2017 के नेशनल क्राइम रिकार्ड्स ब्यूरो (न स र बी ) के अकड़े बताते है ।

2015, सबसे ज्यादा खुदखुशी के मामले महाराष्ट्र से आए 1,230 of 8,934 (14%) जो की भारत मे सबसे आदिक थेऔर भी कई राजीयो मे भी अकड़े बहुत ज़्यादा है जैसा तमिल नाडु (955) और छत्तीसगढ़ (625)। महाराष्ट्र और तमिल नाडु भारत के सबसे विकसित राजीयो मे से है और वह खुदखुशी के मामले यह दर्शाते है की वह बच्चों पर पर्तिस्पर्धा का कितना परभाव है।सिक्किम, भारत का सबसे जयादा खुदखुशी करने वाले रजिहयो मे से है ।सिक्किम भारत का ३ सबसे आमिर और साक्षर स्टेट है। पर फिर भी 27% लोग वह सिर्फ नौकरी न होना की वजह से आत्महतिया कर लेते है उनमे सबसे जियादा 20-30 वर्ष के होता है ।

यही नहीं 2016 मे 8,934 स्टूडेंट्स की आत्महतिया के मामले सामने आया। पिछले पाँच सालो मे से 2017 मे सबसे आदिक 39,775 छात्रों ने खुदखुशी करी थी । यही नहीं कितने आत्माहिया तो लोग दर्ज ही नहीं करते नहीं तो इससे यह संखिया और अभी ज़्यादा होती ।

जब हमने इस बारे मे मनोचिकित्सक से पूछा तो उनका कहना था की आत्महतिया की पहली सबसे बड़ी परेशानी है की स्टूडेंट अपनी परेशानी किसी से साझा नहीं करते वो अपनी परेशानी को खुद ही सुलझाना की कोशिस करता है वो अंदर ही अंदर परेशान होना लगते है स्टूडेंट सोचते है की उन्हे कोई नहीं समझेगा और अगर वे मनोचिकिसक के पास अपनी परेसानी लेकर अये तब भी लोग उन्हे मान्सिक तोर पर बीमार समझने लगते है । सब उनका साथ देना की बजाये उन्हे और भी ज़्यादा परेशान करने लगते है। यही एक सबसे बड़ा कारण है की स्टूडेंट मनोचिकित्सक के पास न जाके आत्महतिया करने को मजबूर हो जाते है ।

यही दूसरा बड़ा कारण है भारत मे मनोचिकित्सकों की कमी (WHO) के एक डाटा मे बताया गया है की 5.6 मनोचिकित्सक प्रति 100,000 व्यक्ति है ।

 अंत मे मनोचिकित्सक का कहना था की हमे बच्चे की परेशानी समझनी चाहिए हमे बच्चे के व्यव्हार पर नज़र रखनी चाहिए की बच्चे को कोई मानसकि तनाव तो नहीं,और साथ ही माता -पिता को अपने बच्चों को समय देना चाहिए जिससे बच्चा उन्हे अपनी सारी समस्या बताए। यही नहीं समाज को भी मानसिक रूप से परेशान बच्चे का साथ देना चाहिए। उसे सही सलहा के साथ साथ प्रोत्साहित करना चाहिए। अगर हम सब इन छोटी-छोटी बता पर धियान दे और हर स्टूडेंट को प्रोत्साहित करते रहे तब कही जाके आत्महतिया के मामलों को कम किया जा सकता है स्कूलों मे समय समय पर सब बच्चो से बाते करते रहे उनसे उनकी प्रॉब्लम पूछे और उन्हे सही सलाह दे। तब शायद हम बच्चो को खुदखुशी करने से रोक सकते है । हम एक बेहतर भविस्य भी बना सकते है ।