जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान चड़ीगांव, पौड़ी गढ़वाल

मॉडयूल–1

उत्तराखण्ड के किशोरों में नशे की प्रवृति के निदान और उपचार में विद्यालय प्रमुख का नेतृत्व

निर्देशन
डॉ0 एम0एस0 कलेठा
प्राचार्य
जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, चड़ीगांव, पौड़ी गढ़वाल

समन्वयन
डॉ0 अरविन्द सिंह (डायट पौड़ी)
डॉ0 शिव कुमार भारद्वाज (डायट पौड़ी)
श्री महेश गिरि (रा0इ0का0 मरखोड़ा, पौड़ी गढ़0)

सम्पादक मण्डल
डॉ0 महावीर सिंह कलेठा (डायट पौड़ी)
श्री कमलेश चन्द्र जोशी (अ0उ0रा0इ0 का0 कीर्तिनगर, टि0ग0)
श्री जगमोहन कठैत (डायट पौड़ी)
डॉ0 प्रदीप अन्थवाल (अजीम प्रेमजी फाउन्डेशन)

लेखक मण्डल
श्री जगमोहन कठैत (डायट पौड़ी)
श्री कमलेश चन्द्र जोशी (अ0उ0रा0इ0का0 कीर्तिनगर, टि0ग0)
श्रीमती संगीता रावत कोठारी (अ0उ0रा0इ0का0 जामलाखाल, पौड़ी गढ़0)
श्री सुधीर डोबरियाल (रा0 प्रा0 वि0 मरगांव, पौड़ी गढ़0)
श्रीमती लक्ष्मी नैथानी (रा0प्रा0वि0 काण्डा, पौड़ी गढ़0)
श्री महेश गिरि (रा0इ0का0 मरखोड़ा, पौड़ी गढ़0)

उत्तराखण्ड के किशोरों में नशे की प्रवृति के निदान और उपचार में विद्यालय प्रमुख का नेतृत्व

प्रस्तावना –

स्टेनले हाल के अनुसार किशोरावस्था की परिभाषा :– "किशोरावस्था तनाव, तूफान, संघर्ष तथा विरोध की अवस्था है।" प्रारम्भिक शिक्षा पूरी कर जब छात्र माध्यमिक कक्षाओं में आते हैं, तो उनमें कई प्रकार के शारीरिक व संवेगात्मक परिवर्तन होते हैं। यह वह आयु है, जिसमें छात्र–छात्राएं समाज में पारिवारिक पहचान से अलग स्वयं की पहचान बनाने हेतु प्रयासरत रहते हैं। समाज में स्वयं को स्थापित करने की आकांक्षा के चलते वह अक्सर सामाजिक बुराइयों के शिकार हो जाते हैं। इनमें मादक पदार्थों का नशा करना मुख्य व्यसन है। इससे उनके व्यक्तित्व निर्माण में प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। साथ ही साथ नशे की आदत के चलते पारिवारिक बहिष्कार, सामाजिक बहिष्कार व शिक्षकों से भय व लज्जा के कारण ऐसे किशोर–किशोरी अवसाद की स्थिति में आ जाते हैं जो कि एक गंभीर समस्या है।

उत्तराखंड के परिपेक्ष में यदि बात की जाए तो यह प्रदेश भी देश के अन्य राज्यों की भांति इस विकट समस्या से जूझ रहा है। दैनिक समाचार पत्र नया समाचार जिसमें माननीय न्यायालय के द्वारा सरकार को किशोरों में नशे की प्रवृति को रोकने के लिए कुछ दिशा निर्देश भी दिए गए हैं, इस बात की पुष्टि करते हैं।

उत्तराखंड में 444 दवाओं की बिक्री पर हाईकोर्ट की रोक

नशीले पदार्थों के दुष्प्रभावों को पाठ्यक्रम में शामिल करने के निर्देश

अमर उजाला ब्यूरो

नैनीताल। हाईकोर्ट ने युवाओं में नशे की बढ़ती प्रवृत्ति देखकर एनाल्जिन, पेंसिलिन स्किन और आई ऑइंटमेंट, तंबाकू युक्त टूथपेस्ट, डोवर्स टेबलेट, फेनसिटीन, निमुस्लाइड, कैफीन, डाइक्लोफेनक, पैरासिटामोल और सिट्राजिन समेत 444 दवाओं की उत्तराखंड में बिक्री पर रोक लगा दी है। अदालत ने किशोरों को नशीले पदार्थों के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक करने के लिए इसे आवश्यक रूप से इंटरमीडिएट स्तर के पाठ्यक्रमों में शामिल करने को भी कहा है। थिनर, सुलोचन (पंचर बनाने में इस्तेमाल होने वाला एडहेसिव) और फ्लूइड्स को मादक पदार्थों की श्रेणी में रख इनकी बिक्री पर भी प्रतिबंध लगाया है।

श्वेता मासीवाल की याचिका पर सुनवाई करते हुए कार्यवाहक मुख्य न्यायाधीश राजीव शर्मा और न्यायमूर्ति मनोज कुमार तिवारी की खंडपीठ ने नशे के सेवन से युवाओं के खोखले होते स्वास्थ्य और नशे के इंजेक्शनों से एड्स जैसी बीमारी के फैलने पर गंभीर चिंता जताते हुए निर्देश दिए कि नशीले पदार्थों से होने वाले नुकसान से जागरूक करने को इसे आवश्यक रूप से इंटरमीडिएट स्तर के पाठ्यक्रमों में शामिल करें। खंडपीठ ने ये भी निर्देश दिए कि नशीले पदार्थों के तस्करों को पकड़ने के लिए सभी विभागों के तालमेल से एक विशेष सेल गठित किया जाए। 18 साल तक के बच्चों को नशीला पदार्थ बेचने पर पूर्ण प्रतिबंध लगाया जाए।

हाईकोर्ट ने प्रतिबंधित दवाओं का स्टॉक नष्ट करने के निर्देश भी दिए हैं। कोर्ट ने कहा है कि राज्य के सभी स्कूल-कॉलेजों तथा शिक्षण संस्थानों में नशा उन्मूलन क्लब गठित किए जाएं। कोर्ट ने चार हफ्तों के भीतर नार्कोटिक ड्रग्स के लिए नियम बनाने, राष्ट्रीय नार्कोटिक कंट्रोल पॉलिसी के सभी प्रावधानों का पूरी तरह पालन करने के भी निर्देश दिए। कोर्ट ने कहा कि शिक्षण संस्थानों में नशीले पदार्थों का चलन रोकने संबंधी उपायों के लिए शिक्षा और स्वास्थ्य सचिव नोडल अधिकारी होंगे।

आदेश... जेल में कैदियों का भी किया जाए नार्कोटिक परीक्षण

खंडपीठ ने आदेश दिए कि जेल में हर कैदी का नार्कोटिक परीक्षण कराया जाए। अगर किसी कैदी में नशे के लक्षण मिलते हैं, तो नशा मुक्ति केन्द्र में उसका इलाज कराया जाए। अदालत ने समय-समय पर जेल के सभी कैदियों का नार्कोटिक परीक्षण कराने को कहा। कोर्ट ने कैदियों से मिलने आने वाले लोगों की खोजी कुत्तों के माध्यम से जांच कराकर यह सुनिश्चित करने को कहा कि वे किसी भी सूरत में कैदियों के लिए नशीले पदार्थ जेल में न ले जा सकें।

प्रतिबंधित... की गईं मुख्य दवाएं

हाईकोर्ट की ओर से प्रतिबंधित की गईं मुख्य दवाओं में क्लोरल हाइड्रेट सॉल्ट, अमीडोपायरीन, टेट्रासाइक्लीन, प्राक्टलोल, फेनफोर्मिन, टरफिनाडीन, निआलामाईड, और मेथापिरिलीन सॉल्ट इत्यादि हैं।

प्रतिबंधित दवाएं यहां देखें amarujala.com/dehradun पर

हर जिले में एंटी नार्कोटिक स्क्वायड बनाए सरकार

कोर्ट ने सरकार को निर्देश दिए हैं कि नशे पर निगरानी के लिए हर जिले में एसएसपी के नेतृत्व में एंटी नार्कोटिक स्क्वायड का गठन करें। इसमें दो इंस्पेक्टरों सहित आठ कांस्टेबलों को शामिल करें। पूर्व में नशीले पदार्थों की तस्करी में लिप्त तस्करों का पूरा डाटा रखने को भी कहा।

उत्तराखंड में 444 दवाओं की बिक्री पर हाईकोर्ट की रोक। विस्तृत खबर

क्यूआर कोड को स्मार्टफोन के कैमरे या QR Code स्कैनर से स्कैन कर के देखें।

>> शिक्षण संस्थानों पर नशे के सौदागरों की आसान पकड़ : पेज 4 पर

उत्तराखंड के लोकप्रिय गायक डा० नरेन्द्र सिंह नेगी जी का चर्चित गीत **दारू बिना यख मुक्ति नी.....** इस समस्या की तस्दीक करता है।

दारू बिना यख मुक्ति नी बिना दारू का यख जुग्ती नि देव भूमि म दारू की गंगा बगदी जाणी रुकदि नि। दारू बिना ..... मुक्ति नी यख दारू बिगर न बरसी पितरोड़ बोतल धैरी जमडू यख फिर प्राण पखेरू छोड़ दारू बिना... भुख भि दारू कि, तीस भि दारू कि साँस भि दारू न चनी च ..2 रिश्तों क नातों कि यारों कि दगड्यों की भर्ती होणु नौनियाल गे छाई घौर ऐ ग्याई फिर ह्वेगी फेल दारू की कृपा दृष्टि छे वे पर दौड़ नि साकू द्वीएक मील दारू बिना...	शराब बिना यहाँ मुक्ति नहीं बिना शराब के कोई युक्ति नहीं इस देव भूमि में शराब की गंगा बहती जा रही रुकती नहीं शराब बिना..... मुक्ति नहीं यहाँ बिना शराब के ना वार्षिकी ना पितरोड़(पितृ पूजा) बोतल रख ले अंत्येष्टि करने वालों के लिए फिर प्राण पखेरू छोड़ शराब बिना..... भूख भी शराब की, प्यास भी शराब की सांस भी शराब से चल रही है रिश्तों की, नातों की, यारों की, दोस्त की डोर भी दारू से चल रही है भर्ती होने युवा गये थे घर लौट आये फिर होकर फेल शराब की कृपा दृष्टि थी उस पर दौड़ नहीं सका वह दो एक मील शराब बिना..... राशन, पानी, लता, कपड़े गहनों की तू अभी बात भी न कर विवाह बेटी की करनी है तो कर ले तू पहले शराब का जुगाड़ कसी है कमर बिहारी नेपालियों की हम आलसियों के बिन कुछ किये ही ठाट धुत पड़े हैं पीकर बेसुध शराब के देवता की कृपा बनी हुई है

यह लोकगीत पर्वतीय प्रदेश उत्तराखंड में शराब के बढ़ते प्रचलन व इसके कुप्रभावों का चित्र प्रस्तुत करता है, कि कैसे शराब ने प्राकृतिक संसाधनों व सांस्कृतिक रूप से समृद्ध प्रदेश के सामाजिक व आर्थिक ताने–बाने को प्रभावित किया है।

उत्तराखंड के पर्वतीय जनमानस का पारम्परिक मुख्य व्यवसाय कृषि व पशुपालन है। कठिन कृषि कार्य व विषम भौगोलिक परिस्थितियों के कारण यहाँ के

लोग बहुत परिश्रमी और मेहनतकश होते हैं। सेना और सशत्र बलों में यहाँ के लोगों की बड़ी संख्या में उपस्थिति इस बात का प्रमाण है।

लेकिन पिछले दो दशकों में यहाँ के लोगों की कृषि व पशुपालन जैसे पारम्परिक व्यवसायों के प्रति उदासीनता स्पष्ट रूप से देखी जा सकती है। शहरी जीवन शैली के प्रति आकर्षण व ग्रामीण क्षेत्रों में मूलभूत सुविधाओं के अभाव में लोगों का पलायन नजदीकी कस्बों और शहरों की ओर बढ़ा है। काफी संख्या में यहाँ के युवा देश के विभिन्न राज्यों में होटलों और औद्योगिक इकाइयों में छोटे–बड़े रोजगार करते हुए मिल जाएँगे।

सामाजिक परिवर्तन व जनसंचार के विभिन्न माध्यमों की आसान पहुँच से नशीले पदार्थों की उपलब्धता के कारण यहाँ के युवाओं व किशोर भी नशे की गिरफ्त में आने लगे हैं। स्थिति की भयावहता का आकलन इस तथ्य से लगाया जा सकता है, कि शराब, गांजा के साथ ही कोकीन, स्मैक आदि का प्रचलन भी बढ़ा है। बड़ी संख्या में किशोर और युवा इसके शिंकजे में आ रहे हैं जिससे उनका पठन–पाठन सीधे तौर पर प्रभावित हो रहा है साथ ही इस कारण होने वाली विभिन्न पारिवारिक, सामाजिक समस्यायें भी परिलक्षित हो रही है। विद्यालय प्रबन्धन और नेतृत्व के सम्मुख भी यह समस्या चुनौती के रूप में उभर कर सामने आ रही है।

अतः एक संस्थाध्यक्ष के लिए यह जरुरी हो जाता है कि वह विद्यालय में छात्र–छात्राओं में नशे की लत होने पर उन्हें किस प्रकार इससे बाहर निकालने में अपना सहयोग कर सकें। साथ ही शिक्षण अधिगम प्रक्रिया को सुचारू रूप से संचालित कर विद्यालय के मुख्य ध्येय छात्र के सर्वांगींण विकास में अपना अहम योगदान सुनिश्चित कर सकें।

माँड्यूल के उद्देश्यः–

- माध्यमिक विद्यालयों में छात्र–छात्राओं में नशे की प्रवृति के कारण उनके व्यवहार में होने वाले अवांछनीय परिवर्तनों के प्रति संस्थाध्यक्ष को जागरूक कर संवेदनशील दृष्टिकोण का विकास करना।
- संस्थाध्यक्ष द्वारा नशे की प्रवृति के कारणों की पहचान करना व उनके विश्लेषण की समझ विकसित करना।
- संस्थाध्यक्ष का विद्यालय में नशा कर रहे छात्रों को नशे से दूर करने के लिये परिस्थिति के अनुसार कार्य योजना तैयार करना।
- विद्यालय सम्बन्धी मौजूद संसाधनों का बेहतर उपयोग कर पाना जो विद्यालय के छात्र/छात्राओं में नशे की प्रवृति को दूर करने में सहायक हो।

माँड्यूल पर कुछ बातें :

माँड्यूल पर आगे बढ़ने से पहले इस बात को रखना जरुरी है कि इसमें किन बातों को साझा किया गया है और किन चीजों को छोड़ दिया गया है ताकि उसी के प्रकाश में इसका अध्ययन और मूल्यांकन हो सके। एक संस्थाध्यक्ष की भूमिका में सब कुछ जोड़ा जा सकता है जिसका सम्बन्ध प्रत्यक्ष रूप से तो है ही लेकिन अप्रत्यक्ष रूप से जुड़ी चीजों को भी इसमें जोड़ा जा सकता है। हमने उन्हीं हिस्सों को कहने की कोशिश की जो एक संस्थाध्यक्ष की भूमिका से प्रत्यक्ष रूप से जुड़ी है जो उसके अधिकार एवं कार्य क्षेत्र में उसकी सीमाओं में ऐसी बातों को रखने का प्रयास किया है जो विद्यालय की प्रक्रियाओं का हिस्सा बनकर सत्त रूप से चल सकें।

साथ ही कोशिश की है कि नशा मुक्ति का प्रयास विद्यालय में पृथक रूप से परिलक्षित न हों बल्कि नैसर्गिक रूप से पाठ्य सहगामी प्रक्रियाओं का हिस्सा हो। जिससे कि इसमें सभी हित धारकों की भागीदारी सुनिश्चित हो सके।

संस्थाध्यक्ष के किशोरों में नशा उन्मूलन हेतु विभिन्न क्षेत्र

योजना क्रियान्वयन हेतु कुछ बुनियादी बातें :–

- छात्रों की सहभागिता द्वारा स्थानीय स्तर पर प्रचलित नशे के प्रकारों को जानना, नशे के दुष्प्रभावों को समझना।
- स्थानीय स्तर पर किस–किस प्रकार के नशे का प्रयोग किया जाता है। नशे के दुष्प्रभावों को समझने के लिये अच्छा होगा कि शिक्षण प्रक्रिया में छात्रों को भी सम्मिलित किया जाए।
- योजना प्रकरण पर बच्चों के साथ चर्चा आयोजित की जाए जिसमें दिए गए विषय को जानने के लिए बच्चों से पूछा जाए कि यहाँ पर बूढ़े लोग किस–किस प्रकार का नशा करते हैं? ध्यान रहे की बच्चों को यह न महसूस हो कि शिक्षक उनके बारे में पूछ रहे हैं। बच्चे जो बोलें उसे बोर्ड पर लिखते जाएँ। बातें ठीक तरीके से आ पाएं उसके लिए नशा सम्बन्धी अलग–अलग केटेगरी में भी प्रश्न पूछ सकते हैं जैसे पीने की तरल चीजें, धूम्रपान, खाने की अन्य चीजें आदि। इसे गंभीर न बनाकर सरल बनाया जाए। जिसमें बच्चे आसानी से सभी चीजें खुलकर साझा कर सकें।
- इसके अलावा अब बच्चों को गाँव घरों में लोगों से बात कर नशे के दुष्प्रभावों की घटनाओं को संकलित करने को कहें। साथ ही नशे के दुष्प्रभावों पर कुछ गीत बने होंगे, उनका भी संकलन करवायें।
- जब ये चीजें संकलित हो जाएँ तो उसके बाद पुनः छात्रों के बीच नशे के दुष्प्रभावों पर चर्चा आयोजित की जाए। हो सके तो यह कार्य सामाजिक विज्ञान के सत्र में किया जाए या कोई दूसरा उपयुक्त विकल्प भी हो सकता है।
- विद्यालय प्रधानाचार्य द्वारा विद्यालय में नशा उन्मूलन हेतु शिक्षकों में कार्य विभाजन कर छात्र–छात्राओं को नशे से शरीर पर होने वाले विभिन्न नकारात्मक प्रभावों से छात्रों को अवगत कराने का दायित्व देना।
- व्यायाम शिक्षक द्वारा विद्यालय में छात्रों हेतु योग ध्यान, व्यायाम को नियमित पाठ्यचर्या में सम्मिलित करना व खेलकूद प्रतियोगिताओं में सभी छात्रों की प्रतिभागिता सुनिश्चित करने का दायित्व देना।

- राष्ट्रीय सेवा योजना के कार्यक्रम अधिकारी द्वारा नशे से होने वाली हानि के सम्बन्ध में बातचीत।
- छात्र छात्राओं के मध्य लोकप्रिय अध्यापक–अध्यापिका को निर्देशन व परामर्श प्रकोष्ठ का प्रभारी नियुक्त करना। जिससे छात्र सहज होकर बातचीत कर सकें व अपनी समस्या बता सकें। उनके सांकृतिक कार्यक्रम प्रभारी को विद्यालय में ऐसे सांस्कृतिक कार्यक्रमों को आयोजित करने हेतु दिशा निर्देश देना। जिससे छात्र छात्रायें व समुदाय नशे के हानिकारक प्रभावों से अवगत हो सकें।
- विद्यालय की प्रार्थना सभा में छात्रों को मादक पदार्थों के सम्बन्ध में विचार रखने हेतु प्रेरित करने के लिए निर्देशित करना।
- प्रधानाचार्य द्वारा शिक्षकों से व्यक्तिगत बातचीत कर या सामूहिक बैठक कर सप्ताहिक, पाक्षिक या मासिक प्रगति रिपोर्ट लेना।

समुदाय आधारित संगठनों के साथ समन्वय :–

ग्रामीण अंचलों में ग्राम स्तरीय महिला मंगल दलों की महत्वपूर्ण उपस्थिति है। कई निर्णय प्रक्रियाओं विशेषकर, महिला सशक्तीकरण के प्रयासों और समाज सुधार और विकास संबंधी विषयों पर इनकी हाँ या ना उल्लेखनीय रहती है। कई गांवों में सामाजिक आयोजनों में शराब परोसे जाने का निषेध किए जाने का विषय हो अथवा प्राकृतिक संसाधनों के सामूहिक प्रबंधन से जुड़ा कोई विषय रहा हो, महिला मंगल दलों के कार्य उल्लेखनीय रहे हैं। इसके अतिरिक्त समुदाय आधारित अन्य संगठनों यथा : युवा मंगल दल आदि भी गांवों में सक्रिय हैं। कुछ गांवों में स्वयं सेवी संस्थाओं द्वारा भी किशोरी समूहों, बाल मंडलों/पंचायतो की स्थापना कर उनको संचालित किया जाता है। ये समूह भी विभिन्न रचनात्मक मुद्दों पर कार्यशील हैं।

नशा सेवन से हुई अप्रिय घटनाओं का सर्वेक्षण :–

नशे के प्रभाव में कई अप्रिय घटनाएं और वाहन दुर्घटनाएं होती रही हैं। पिछले दिनों ही राज्य परिवहन निगम की बस का चालक शराब के नशे में धुत पकड़ा गया। विद्यालय नेतृत्व किशोर–किशोरियों को इन मुद्दों की ओर संवेदनशील बनाने के लिए छात्रों को नशे की प्रवृति की ओर आकर्षित करने के उद्देश्य से उन्हें किसी घटना विशेष के सम्बन्ध में जानकारी एकत्र करने के लिए कह सकते हैं। इस हेतु कुछ निश्चित सर्वे टूल्स भी इस्तेमाल किये जा सकते हैं। और यह किसी योजना, पाठ का प्रोजक्ट वर्क भी हो सकता है।

बाद में सर्वे से प्राप्त निष्कर्षों का विश्लेषण कर उन्हें सामूहिक रूप से साझा कर एक राय बनाने की कोशिश की जानी चाहिए।

स्थानीय संदर्भित व्यक्तियों की सहभागिता :–

विद्यालय में छात्र–छात्राओं को नशे के विभिन्न पहलू जैसे स्वास्थ्य सामाजिक, शारीरिक, वैज्ञानिक व विधिक आदि की जानकारी देने और इसकी समझ विकसित करने हेतु संस्था अध्यक्ष विद्यालयों में ऐसे व्यक्तियों को आमंत्रित कर सकता है। जो उक्त विषयों को बेहतर समझते हो और अपनी जानकारी छात्रों के बीच सरल व रुचिकर ढंग से संप्रेषित कर सकते हो इस हेतु चिकित्सक या अन्य स्वास्थ्य कर्मी विभिन्न खेलों के सफल खिलाड़ी, साहित्यकार, रंगमंच और नुक्कड़ नाटकों के कलाकार, विधि विशेषज्ञ व पुलिस सेवा में कार्यरत व्यक्ति, महाविद्यालय में कार्यरत संबंधित विषय के सहायक प्राध्यापक या शोधकर्ता संदर्भ व्यक्ति के रूप में आमंत्रित किए जा सकते हैं।

संस्थाध्यक्ष द्वारा नशे के विभिन्न प्रकारों की जानकारी होना व छात्रों के व्यवहार परिवर्तन हेतु संवेदनशीलताः–

वर्तमान में किशोरों द्वारा पारंपरिक नशीले पदार्थों जैसे भांग, शराब, बीड़ी, सिगरेट व तंबाकू आदि के अतिरिक्त विभिन्न अन्य नशे जिनमें नशीले रसायन युक्त दवायें, पेंट को पतला करने वाला थिनर, स्मैक अफीम आदि का प्रयोग किया जा रहा है।

अतः यह जरूरी हो जाता है कि एक संस्थाध्यक्ष इन नशीले पदार्थों के प्रकारों की समझ रखे व इनके संभावित स्रोत जिनसे छात्र व छात्राएं इन्हें प्राप्त कर सकते हैं इसकी भी जानकारी जुटाने का प्रयास करे। साथ ही इन विभिन्न नशों के सेवन से किशोर व किशोरियों के व्यवहार में किस तरह का परिवर्तन होता है इसकी भी जानकारी प्रधानाचार्य को होनी चाहिए, जिससे वह प्रारम्भ में ही इस नशे की प्रवृत्ति का निदान कर इस पर अंकुश लगा सके।

निर्देशन एवं परामर्श प्रकोष्ठ का बेहतर उपयोग–

किशोरों में नशे की प्रवृत्ति एक बहुत ही संवेदनशील विषय है, अतः यह जरूरी हो जाता है, कि ऐसे किशोर व किशोरियों से बहुत ही संवेदनशील व धैर्यपूर्वक बातचीत की जाए और परामर्शदाता उनके साथ मित्रवत व्यवहार करते हुए उनका विश्वास अर्जित करें। साथ ही उनके अंदर आत्मविश्वास पैदा करें कि वह इस नशे की दलदल से बाहर निकल सकते हैं इसके लिए संस्थाध्यक्ष को चाहिए कि वह निर्देशन एवं परामर्श प्रकोष्ठ का प्रभारी उस शिक्षक व शिक्षिका को बनाए जो छात्र व छात्राओं के मध्य लोकप्रिय हो। जिसके समक्ष छात्र व छात्राएं अपनी जानकारी जिज्ञासा समस्या आदि को सहज रूप में रख पाते हो। साथ ही संस्थाध्यक्ष व प्रकोष्ठ प्रभारी निर्देशन एवं परामर्श कौशल से संबंधित साहित्य व विभाग द्वारा दिए जाने वाले प्रशिक्षणों में प्रतिभाग कर अपने आप को अद्यतन करते रहे।

सामुदायिक सहभागिता का उदाहरण

कौन थी टिंचरी माई?

पहाड़ की वह बेटी जिसने 2 साल की उम्र में अपनी माँ को खो दिया। पांच साल की उम्र में पिता का देहांत हो गया। सात साल की उम्र में शादी हुई तो 19 साल की उम्र में विधवा हो गई। पहाड़ की तरह दिखाई देने वाली यह कहानी है दीपा नौटियाल की। जो अपने संघर्षों के बूते टिंचरी माई के नाम से उत्तराखण्ड में प्रसिद्ध हुई। दीपा नौटियाल का जन्म 1917 में पौड़ी गढ़वाल के थलीसैण तहसील स्थित मंज्युर गांव में हुआ था। दीपा नौटियाल ने इन 19 सालों में जिंदगी के न जाने कितने थपेड़े सहे। लेकिन कभी खुद को टूटने नहीं दिया। हमेशा पहाड़ की भांति खुद को अडिग ओर मजबूत बनाये रखा।

दीपा नौटियाल के पति फौज में थे ओर डयूटी के दौरान ही वीरगति को प्राप्त हुए। पति के जाने के बाद दीपा नौटियाल बिल्कुल अकेली हो गई। ससुराल वालों के न अपनाने के कारण विधवा दीपा नौटियाल बंजारों की तरह अपना जीवन यापन करने लगी। इस बीच वे एक मंदिर में आश्रय लेकर रहने लगीं। यहाँ दीपा की मुलाकात एक सन्यासिन से होने के कारण उनकी कहानी ने नया मोड ले लिया। सन्यासिन के सानिध्य में दीपा ने संन्यास लेने का फैसला किया। ब्रह्म जीवन में पहुँचने के बाद दीपा को नया नाम दिया गया इच्छागिरी माई। सन्यासन बनने के बाद इच्छागिरी माई यानि दीपा नौटियाल जगह–जगह घूम कर लोगों की समस्याओं, समाज सेवा का कार्य करने लगी।

आपने पर्वतीय समाज में लोगों की बढ़ती नशे की आदत रोकने के लिए शराबबंदी व नशा मुक्ति जैसे कई आंदोलनों का नेतृत्व किया।

यहाँ के युवकों द्वारा नशे हेतु आयुर्वेदिक दवाई टिंचरी का प्रयोग किया जाता था। दवा के अवैध रूप का आपने बहुत विरोध किया जिस कारण से आप समाज में टिंचरी माई के नाम से जानी जाने लगी।

स्थानीय संदर्भ व्यक्ति

पुलिस विभाग द्वारा अटल उत्कृष्ट रा0इ0का0 कीर्तिनगर टिहरी गढ़वाल में 'जन–जागरूकता अभियान'

संस्थाध्यक्ष हेतु स्वमूल्यांकन प्रपत्र

प्रश्न 1– उत्तराखंड के पर्वतीय क्षेत्रों में विवाह में उपयोग होने वाला मादक नशा है।

1. शराब
2. भांग
3. स्मैक
4. अफीम

प्रश्न 2– निम्न में से कौन सा आयु वर्ग है जो नशे की तरफ सबसे अधिक आकर्षित होता है?

1. 5 से 12 वर्ष
2. 13 से 18 वर्ष
3. 18 से 45 वर्ष
4. 45 से अधिक

प्रश्न 3– किशोरों में नशे की आदतों के विकास के लिए सबसे महत्वपूर्ण कारक है?

1. आयु अवस्था
2. मादक द्रव्यों की सहज उपलब्धता
3. सामाजिक अनुसरण
4. उपरोक्त सभी

प्रश्न 4– विद्यालय में छात्रों में नशे की प्रवृत्ति की रोकथाम का दायित्व किसका है?

1. समुदाय का
2. अध्यापकों का
3. संस्थाध्यक्ष का
4. उपरोक्त सभी का

प्रश्न 5– विद्यालय के बाहर तंबाकू पदार्थ जैसे गुटखा सिगरेट आदि का बेचना–

1. वैधानिक है।
2. गैर–कानूनी है ।
3. कुछ नहीं कह सकते।
4. पुलिस की अनुमति है तो बेच सकते हैं।

प्रश्न 6– विद्यालय में किशोरों में नशे की आदतों की रोकथाम के लिए इनमें कौन सबसे बेहतर काम कर सकता है।

1. निर्देशन एवं परामर्श प्रकोष्ठ
2. एनसीसी
3. राष्ट्रीय स्वयं सेवा योजना
4. इको क्लब

प्रश्न 7– मादक द्रव्य के खिलाफ जागरूकता हेतु प्रधानाचार्य नेतृत्व कर सकता है।

1. छात्रों का
2. समुदाय का
3. शिक्षकों का
4. उपरोक्त सभी का

प्रश्न 8– नशे के आदी किशोर व किशोरियों के प्रति संस्थाध्यक्ष का व्यवहार होना चाहिएः–

1. कठोर
2. दंडात्मक
3. आत्मीय
4. निम्न में से कोई नहीं

प्रश्न 9– उत्तराखंड में शराब के प्रति जन–जागरूकता के लिए निम्न में से जाना जाता है।

1. गौरा देवी
2. टिंचरी माई
3. सुंदरलाल बहुगुणा
4. जगत सिंह जंगली

प्रश्न 10–यदि विद्यालय में कोई शिक्षक या कार्यालय कर्मी धूम्रपान का प्रयोग करते हैं एक संस्थाध्यक्ष के रूप में आप क्या करेंगे–

1. उच्चाधिकारियों से उनकी शिकायत।
2. उनकी इस आदत से छात्रों में पड़ने वाले दुष्प्रभाव के बारे में बताएंगे।
3. अनदेखा कर देंगे।
4. उन्हें सार्वजनिक स्थानों पर धूम्रपान ना करने की कठोर चेतावनी देंगे।

प्रश्न 11– विद्यालय के यह अंग जो नशा मुक्ति हेतु काम में लाए जा सकते हैं।

1. राष्ट्रीय स्वयंसेवक योजना
2. नेशनल कैडेट कोर
3. विद्यालय प्रबंधन समिति
4. उपरोक्त सभी

प्रश्न 12–मस्तिष्क का वह भाग जो एल्कोहल सेवन से प्रभावित होता है इससे व्यक्ति को संतुलन बनाने में दिक्कत होती है?

1. सेरीब्रल कार्टेक्स
2. थैलमस
3. सेरिब्रम
4. मेड्यूला

प्रश्न 13–मदिरा (ऐल्कोहल) के सेवन से मानव शरीर का वह अंग जो सबसे अधिक प्रभावित होता है?

1. हृदय
2. यकृत
3. फेफड़े
4. वृक्क

प्रश्न 14– दर्द निवारक दवाओं हेतु प्रयुक्त किया जाता है।

1. ओपियम
2. हसीस
3. भांग
4. मारिजुआना

प्रश्न 15– निम्न में से तंबाकू की आदत के लिए उत्तरदायी है।

1. कैफीन का प्रयोग
2. कोकीन का प्रयोग
3. निकोटीन का प्रयोग
4. ऐल्कोहल का प्रयोग

प्रश्न 16–चाय कोकोआ और कोला पेय पदार्थ में उद्दीपन के लिए प्रयोग किया जाता है–

1. कैफीन का
2. टैनिन का
3. कोकीन का
4. निकोटीन का

प्रश्न 17– निम्न में से किशोरों द्वारा किस को नशे हेतु भी प्रयुक्त किया जाता।

1. कफ सिरप
2. पेन्ट थिनर
3. आयोडेक्स
4. उपरोक्त सभी

प्रश्न18– अफीम प्राप्त होती है–

1. भांग के पौधे से
2. पौपी के फूल से
3. पौपी के कैप्सूल से
4. गुड़ से

प्रश्न 19– छात्र या छात्रा नशा कर रहा है यह पता चल सकता है।

1. उसके व्यवहार में अप्रत्याशित परिवर्तन से
2. उसके आंखों में सूजन या लाल रंग देखकर
3. उसके शरीर या मुंह से आने वाली गंध से
4. उपरोक्त सभी

प्रश्न 20– एक संस्थाध्यक्ष के रूप में छात्रों में नशे की प्रवृत्ति रोकने को आप किस रूप में लेते हैं–

1. एक चुनौती
2. एक तनाव
3. एक सामान्य समस्या
4. छात्र और उसके परिवार की व्यक्तिगत समस्या

निष्कर्ष–

किशोर–किशोरियों में नशे की प्रवृत्ति उनके व्यक्तित्व विकास में तो बाधक है ही साथ ही एक माध्यमिक विद्यालय की गतिशीलता को भी यह बाधित करती है। अतः वहां के शिक्षकों, अभिभावकों, प्रधानाचार्य व समुदाय का इस समस्या के प्रति जागरूक व संवेदनशील होना नितांत आवश्यक है। क्योंकि प्रधानाचार्य विद्यालय की समस्त गतिविधियों का नेतृत्व करता होता है अतः उसका इस विषय पर संवेदनशील होना व इस चुनौती से उबरने हेतु सशक्त होना नितांत आवश्यक है।

अतः उक्त माड्यूल से यह अपेक्षा है, कि यह संस्थाध्यक्ष को इस विषय पर गहन जानकारी प्रदान करने व इस समस्या के समाधान के क्रियान्वयन में सहायक हो सकेगा।

उत्तर पत्रक

1. 1
2. 2
3. 4
4. 5
5. 2
6. 1
7. 4
8. 3
9. 2
10. 4
11. 4
12. 1
13. 2
14. 4
15. 3
16. 1
17. 4
18. 3
19. 4
20. 1

जनपद-शिक्षणप्रशिक्षणसंस्थानं
चड़ीग्रामः पौड़ी गढ़वालम्