

നമ്മുടെ കുട്ടികളുടെ മാനസികാരോഗ്യം: ഭാവിയിലേയ്ക്കുള്ള മുതൽക്കൂട്ട്

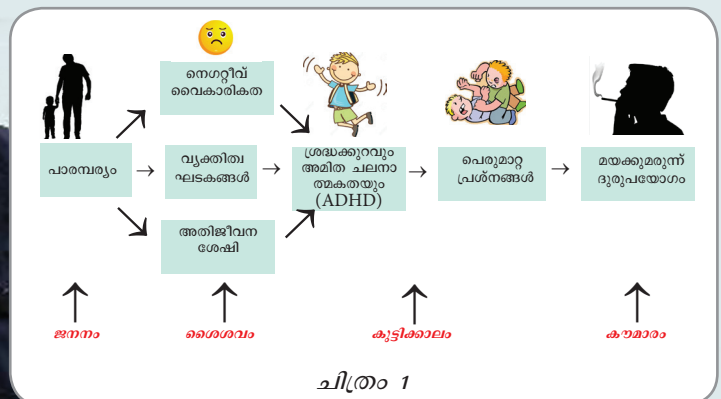
കുട്ടികളുടെ മാനസികാരോഗ്യത്തിന്റെ പ്രസക്തി

2018-ലെ ലോക മാനസികാരോഗ്യ ദിനത്തിന്റെ സന്ദേശം 'ചെറുപ്പക്കാരുടെ മാനസികാരോഗ്യം, മാറുന്ന കാലഘട്ടത്തിൽ' എന്നതായിരുന്നു. മുതിർന്നവരിൽ കാണുന്ന 50% മാനസികാരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളും തുടങ്ങുന്നത് 14 വയസ്സിനു മുൻപും, 75% 24 വയസ്സിന് മുൻപും എന്നതായിരുന്നു ആ വർഷത്തെ പ്രധാന ചർച്ചാവിഷയം. പക്ഷെ ഇത് വേണ്ടത്ര രീതിയിൽ ശ്രദ്ധിക്കപ്പെടാതെ പോയി. അർഹിക്കുന്ന പ്രാധാന്യത്തോടെ വേണ്ട ഇടപെടലുകൾ ഈ രംഗത്തു ചെയ്തില്ലെങ്കിൽ അതി ഗുരുതരമായ സാമൂഹിക - സാമ്പത്തിക പരിണിത ഫലങ്ങൾ ഉണ്ടാ

യേക്കാം. മാനസികാരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളും, മയക്കുമരുന്നും ഉപയോഗവും, ആത്മഹത്യയും ഈ പ്രായത്തിലെ രോഗാതുരയ്ക്കും അകാലത്തിൽ ജീവിതം പൊലിയുന്നതിനും കാരണം ആകുന്നു. മദ്യവും, മയക്കുമരുന്നും, റോഡപകടങ്ങളും അക്രമങ്ങളും എല്ലാം ഇതുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

ചെറുപ്പത്തിലെ തുടങ്ങുന്ന വഴി

ചെറുപ്രായത്തിലെ പെരുമാറ്റ പ്രശ്നങ്ങൾ മുതിരുമ്പോഴും തുടരുന്നു. മാതാപിതാക്കളിൽ നിന്നും പാരമ്പര്യമായി കിട്ടുന്ന ജനിതക ഘടകങ്ങളിൽ തുടങ്ങി കുട്ടികളുടെ വ്യക്തിത്വ പ്രത്യേകതകളിലൂടെ ശ്രദ്ധക്കുറവിലേക്കും (ADHD), പെരുമാറ്റ പ്രശ്നങ്ങളിലേക്കും, മയക്കുമരുന്ന് ഉപയോഗത്തിലേക്കും എത്തുന്നു (ചിത്രം 1).





ഡോ.അനീൽകുമാർ. ടി. വി
പ്രൊഫസർ & ഹെഡ്
മാനസികാരോഗ്യ വിഭാഗം,
മെഡിക്കൽ കോളേജ്,
തിരുവനന്തപുരം
email: aniltvindups@gmail.com

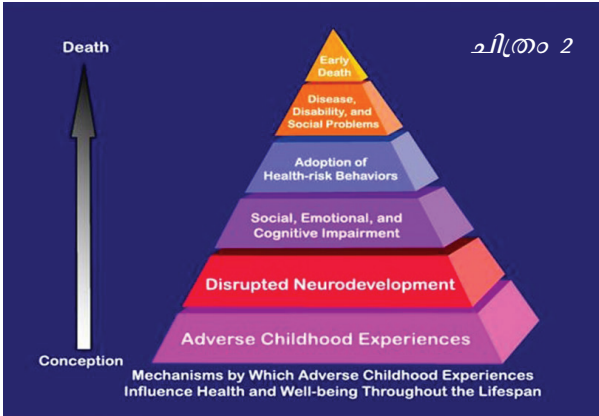
ശ്രദ്ധിച്ചില്ലെങ്കിൽ ഭാവിയിൽ ഉണ്ടായേക്കാവുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ

ചെറുപ്രായത്തിലുള്ള ശ്രദ്ധക്കുറവും/അമിതചലനാത്മകതയും (ADHD), പെരുമാറ്റ പ്രശ്നങ്ങളും കൂട്ടി വളർന്നു വലുതാകുമ്പോൾ പലതരത്തിലുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾക്കും വഴിവച്ചേക്കാമെന്ന് പഠനങ്ങൾ കാണിക്കുന്നു.

മേഖല	പരിണിതഫലം/പ്രശ്നങ്ങൾ
പഠനമികവ്	പ്രതീക്ഷിച്ചതുപോലെ ഉയരാൻ കഴിയുന്നില്ല. പഠനം പൂർത്തിയാക്കാതെ ഇടയ്ക്ക് വച്ച് നിർത്തുന്നു.
ജോലി	ജോലി കിട്ടാൻ ബുദ്ധിമുട്ട്, ഒരു ജോലിയിലും സ്ഥിരമായി തുടരാതിരിക്കുക.
വിവാഹം/കുടുംബം	കുടുംബപ്രശ്നങ്ങളും, വിവാഹമോചനവും കൂടുതലാകുന്നു.
സാമൂഹിക ജീവിതം	ബന്ധുക്കളിൽ നിന്നും, കൂട്ടുകാരിൽ നിന്നും ഒറ്റപ്പെട്ടു ജീവിക്കേണ്ടി വരുന്നു.
ശാരീരികാരോഗ്യം	ആശുപത്രിയിൽ അഡ്മിറ്റാകാനും മരണപ്പെടാനും ഉള്ള സാധ്യത കൂടുന്നു (കാരണങ്ങൾ: വാഹനാപകടം, മദ്യത്തിന്റെയും മയക്കുമരുന്നിന്റെയും ഉപയോഗം, ആത്മഹത്യ, ജീവിതശൈലീ രോഗങ്ങളുടെ നിയന്ത്രണമില്ലായ്മ)
മാനസികാരോഗ്യം	ഉയർന്ന തോതിലുള്ള മാനസികാരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ.
അക്രമ വാസന	പോലീസ് അറസ്റ്റ് ചെയ്യുക, മദ്യപിച്ച് വാഹനം ഓടിക്കുക.
അടുത്ത തലമുറ	പെരുമാറ്റ പ്രശ്നമുള്ള കുട്ടികൾ ഉണ്ടാകുന്നു.

ഗർഭാവസ്ഥയിൽ തുടങ്ങുന്ന തലച്ചോറിന്റെ വികാസം 90 ശതമാനവും പൂർത്തിയാകുന്നത് 2 വയസ്സിനു മുൻപാണ്. അതുകൊണ്ട് തന്നെയാണ്, പ്രസവത്തിനു മുൻപുള്ള ഒരുവർഷവും കുഞ്ഞ് ജനിച്ച് ആദ്യത്തെ രണ്ട് വർഷവും ചേർത്തുള്ള ആയിരം ദിവസങ്ങൾക്ക് വളരെ ഏറെ പ്രാധാന്യം കൽപ്പിക്കുന്നത്. ഗർഭിണിയായിരിക്കുമ്പോൾ അമ്മയ്ക്കുണ്ടാവുന്ന മാനസിക സമ്മർദ്ദവും, വിഷാദവും ഉത്കണ്ഠയും മറ്റും കുഞ്ഞിന്റെ തലച്ചോറിന്റെ വളർച്ചയെ സാരമായി ബാധിക്കാം.

ചെറുപ്രായത്തിൽ കുഞ്ഞുങ്ങൾ നേരിടേണ്ടിവരുന്ന സാമൂഹിക പ്രതിസന്ധികൾ (ACE-Advers Childhood Experience) കുട്ടികൾ വളർന്നു വലുതാകുമ്പോൾ ഗുരുതരമായ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് വഴി വച്ചേക്കാം എന്ന് ലോകത്തെമ്പാടും ഉള്ള പഠനങ്ങൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. (ചിത്രം 2) ഇത് നേരത്തെയുള്ള മരണത്തിനു വരെ കാരണമാകാം. (Ref. Felitti etal)



ഈ കോവിഡ് കാലം കുട്ടികളുടെ സ്വാഭാവിക വളർച്ചയെ പുറകോട്ടുവലിക്കുന്ന ഒരു വലിയ വെല്ലുവിളിയാണ്. പഠനം മുടങ്ങുന്നതും, അദ്ധ്യാപകരോടും കുട്ടുകാരോടും ഇടപഴകാൻ കഴിയാത്തതും ഉണ്ടാക്കുന്ന ദുഃഖവ്യാപകമായ പ്രശ്നങ്ങൾ കുറയ്ക്കാൻ പ്രത്യേക ശ്രദ്ധ വേണം. നാലിൽ ഒരാൾ വീതം അമിതമായ സ്ക്രീൻ ഉപയോഗത്തിലേയ്ക്ക് പോകുന്നു എന്ന് പഠനങ്ങൾ കാണിക്കുന്നു. വലിയ ഒരാപത്തിലേയ്ക്കാണ് ഇത് വിരൽ ചൂണ്ടുന്നത്.

നമ്മുടെ നാട്ടിലെ പഠനങ്ങൾ

തിരു. മാനസികാരോഗ്യ കേന്ദ്രത്തിലെ ഡോ.വി. അരുണിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ തിരുവനന്തപുരം ജയിലിൽ പുതിയതായി പ്രവേശിപ്പിച്ച 450 തടവുകാരെ പഠിച്ചപ്പോൾ അവരിൽ മൂന്നിൽ ഒരാൾക്ക് ശ്രദ്ധക്കുറവിന്റെയും അമിത ചലനാത്മകത (ADHD) യുടെയും ലക്ഷണങ്ങൾ കാണുകയുണ്ടായി. രണ്ടിൽ ഒരാൾക്ക് മദ്യപാനശീലവും ഉണ്ട്. അതിലും ഗൗരവമേറിയ കാര്യം ഇവരിൽ 56% പേർക്കും ചെറിയ പ്രായത്തിൽ ADHD യുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു എന്നതാണ്. ആ സമയത്ത്, വീട്ടിലും സ്കൂളുകളിലും വേണ്ട ഇടപെടലുകൾ നടത്തിയിരുന്നെങ്കിൽ

ഒരു പക്ഷേ ഈ ജയിലിൽ എത്തേണ്ട അവസ്ഥ തന്നെ ഒഴിവാക്കാമായിരുന്നു.

തിരുവനന്തപുരം മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ മാനസികാരോഗ്യ വിഭാഗത്തിന്റെയും കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിന്റെയും നേതൃത്വത്തിലുള്ള പഠനങ്ങൾ കാണിക്കുന്നത് സംസ്ഥാനത്തെ ശുശ്രൂ സംരക്ഷണ ഹോമുകളിൽ (Childrens Home) കഴിയുന്ന കുട്ടികളിൽ മൂന്നിൽ ഒരാൾക്ക് മാനസികാരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ട് എന്നാണ്.

നമ്മുടെ നാട്ടിൽ ഇത്തരം സ്ഥാപനങ്ങളിൽ ആയിരക്കണക്കിന് കുട്ടികൾ താമസിക്കുന്നു എന്നോർക്കണം. സ്നേഹത്തിന്റേയും, കരുതലിന്റെയും, കൂടുംബാന്തരീക്ഷത്തിൽ നിന്നു മാറ്റിയുള്ള ഈ ജീവിതം കുട്ടികളുടെ സ്വാഭാവിക വളർച്ചയെ ബാധിക്കുന്നു. അവരുടെ മാനസികവും, ബുദ്ധിപരവും, ശാരീരികവുമായ വളർച്ചയെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്നു. കൂടുതൽ നാൾ സ്ഥാപനങ്ങളിൽ നിൽക്കുന്നോറും കൂടുതൽ പ്രശ്നങ്ങളുണ്ടാകുന്നു.

പ്രത്യേക സംരക്ഷണം വേണ്ട കുട്ടികൾക്ക് (CNCP-Child in Need of Care Protection) അവ തക്കസമയത്ത് നൽകുകയാണെങ്കിൽ അവർ ഭാവിയിൽ നിയമലംഘനങ്ങളിൽ പെടുന്ന കുട്ടികളാകുന്നത് (CCL Child in Conflict with Law) തടയാനാവും.

പ്രസവത്തോട് അനുബന്ധിച്ചുള്ള അമ്മയുടെ മാനസികാരോഗ്യം

ഗർഭാവസ്ഥയിൽ തുടങ്ങുന്ന തലച്ചോറിന്റെ വികാസം, 90 ശതമാനവും പൂർത്തിയാകുന്നത് 2 വയസ്സിനു മുൻപാണ്. അതുകൊണ്ട് തന്നെയാണ് പ്രസവത്തിനു മുൻപുള്ള ഒരു വർഷവും കുഞ്ഞ് ജനിച്ച ആദ്യത്തെ രണ്ട് വർഷവും ചേർത്തുള്ള ആയിരം ദിവസങ്ങൾക്ക് വളരെ ഏറെ പ്രാധാന്യം കൽപ്പിക്കുന്നത്. ഗർഭിണിയിൽ നിന്നു വന്നു വരുമ്പോൾ അമ്മയ്ക്കുണ്ടാവുന്ന മാനസിക സമ്മർദ്ദവും, വിഷാദവും, ഉത്കണ്ഠയും മറ്റും കുഞ്ഞിന്റെ തലച്ചോറിന്റെ വളർച്ചയെ സാരമായി ബാധിക്കാം. പ്രസവ



വശേഷവും ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങൾ കുഞ്ഞിനെ പരിചരിക്കുന്നതിൽ നിന്നും മൂലപ്പാൽ കൊടുക്കുന്നതിൽ നിന്നും പിൻതിരിപ്പിച്ചേക്കാം. അമ്മയും കുഞ്ഞുമായുള്ള അടുപ്പം (Bonding) കുഞ്ഞിന്റെ തലച്ചോറിന്റെ വളർച്ചയിൽ വളരെ പ്രാധാന്യം ഉള്ളതാണ്. ഇതിലുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ കുട്ടിയുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും മാത്രമല്ല, ബുദ്ധിപരവുമായ വളർച്ചയേയും പ്രതികൂലമായി

ബാധിക്കുന്നു. കുട്ടി വളർന്നു വലിയ ആളാകുമ്പോഴും ഈ പ്രശ്നങ്ങൾ അവന്റെ ജീവിതത്തിൽ പ്രതിഫലിക്കും. സമയോചിതവും ശാസ്ത്രീയവും ആയ ഇടപെടൽ കൊണ്ട് ഇവ തടയാൻ പറ്റും എന്നത് നമുക്ക് പ്രതീക്ഷ നൽകുന്നു.

നല്ല ഘടകങ്ങളും മോശം ഘടകങ്ങളും

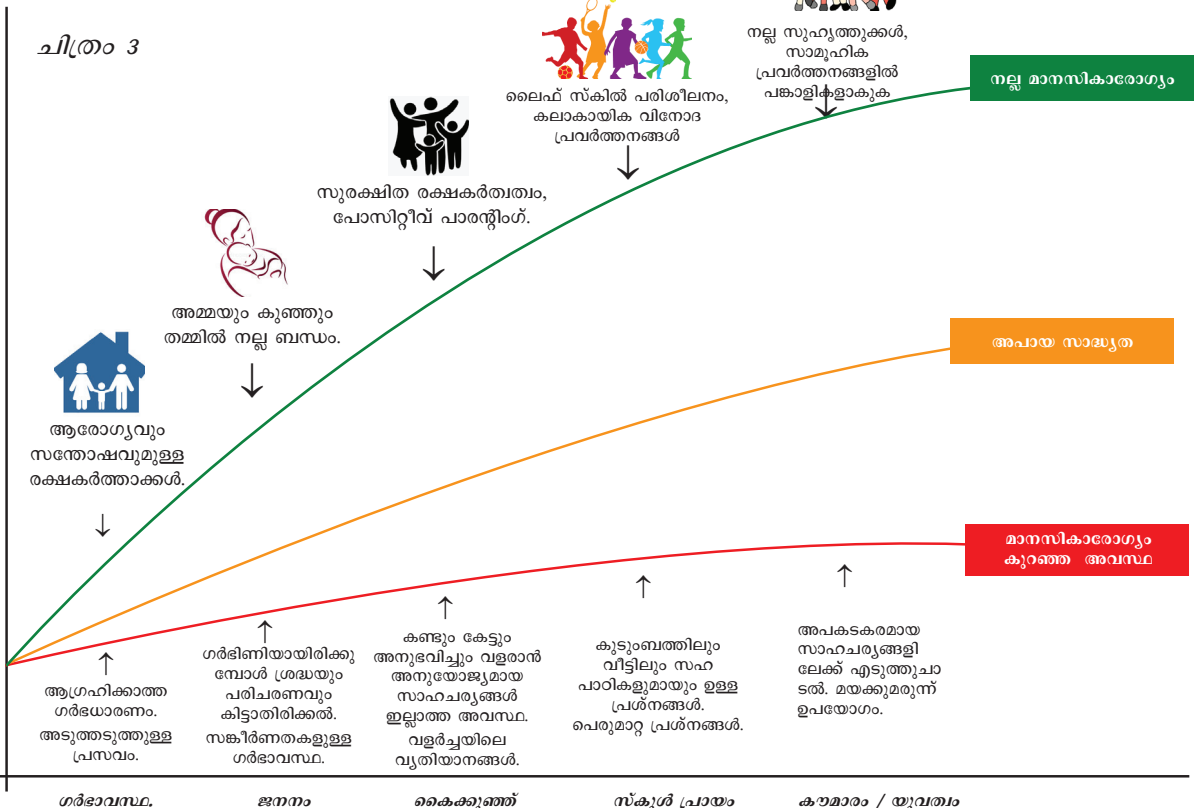
കുട്ടിയുടെ വളർച്ചയുടെ വിവിധ അവസ്ഥകളിൽ, സഹായകരമായ നല്ല ഘടകങ്ങളും പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്ന മോശം ഘടകങ്ങളും കാണാം. ഇവ മനസ്സിലാക്കി നല്ല ഘടകങ്ങൾ വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും മോശമായവ കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്താൽ ഈ പ്രശ്നങ്ങൾ ഒരു പരിധി വരെ ലഘൂകരിക്കാൻ പറ്റും (ചിത്രം 3).

നമുക്ക് എന്തു ചെയ്യാൻ കഴിയും?

● ശരീരത്തിന്റെ ആരോഗ്യത്തിന് നാം കൊടുക്കുന്ന പ്രാധാന്യം പോലെ തന്നെ പ്രാധാന്യം മാനസികാരോഗ്യത്തിനും നൽകണം.



നല്ല സുഹൃത്തുക്കൾ, സാമൂഹിക പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ പങ്കാളികളാകുക



- ഗർഭകാലം മുതൽ തന്നെ കുഞ്ഞിന്റെ വളർച്ചയിൽ അനുയോജ്യമായ സാഹചര്യങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം.

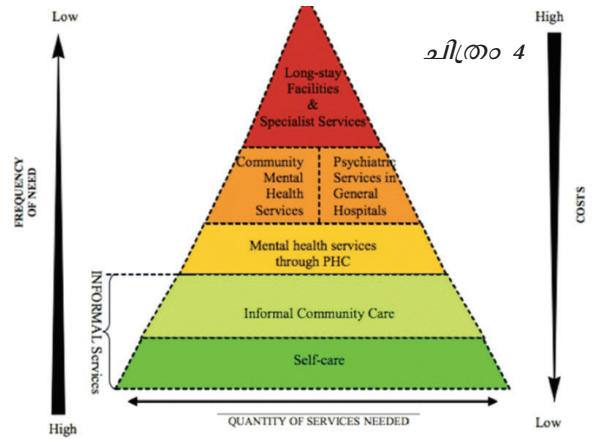
- ജനിക്കാൻ പോകുന്ന കുഞ്ഞിന്റെ സംരക്ഷണത്തിനും വളർച്ചയ്ക്കും വേണ്ട അറിവുകൾ, അപ്പൂനും അമ്മയും ആകാൻ തയ്യാറെടുക്കുന്നവർക്ക് നൽകണം.

- കുഞ്ഞിന്റെ വളർച്ചയുടെ ഓരോ ഘട്ടത്തിലും കൃത്യമായ മാനദണ്ഡങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചു കൊണ്ടുള്ള നിരന്തരമായ വിലയിരുത്തലുകൾ വേണം. ഇവ കൃത്യമായി രേഖപ്പെടുത്തുന്ന ഡയറി ഓരോ കുട്ടിയ്ക്കും ഉണ്ടായിരിക്കണം. ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള അപായ സൂചനകൾ കണ്ടാൽ വേണ്ട നിർദ്ദേശങ്ങൾ രക്ഷകർത്താക്കൾക്ക് ലഭ്യമാക്കണം.

- ‘പോസിറ്റീവ് പാരന്റിംഗ്’ ഓരോ വീട്ടിലും നടക്കുന്നു എന്ന് ഉറപ്പാക്കണം.

- സ്കൂളുകളിലും കോളേജുകളിലും കുട്ടികളുടെ/ചെറുപ്പക്കാരുടെ ശാരീരികവും, മാനസികവും, ബൗദ്ധികവുമായ വളർച്ചയ്ക്കാവശ്യമായ അനുകൂല സാഹചര്യങ്ങൾ ഒരുക്കാൻ വേണ്ട ഇടപെടലുകൾ നടത്താൻ ഓരോ അധ്യാപകനും കഴിയണം.

- ജീവിത നിപുണത (Life skills) പാഠ്യ പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമാക്കണം. ഇതുവഴി പഠന



പ്രവർത്തനങ്ങൾ മെച്ചപ്പെടുന്നതിനും സ്വന്തം കഴിവുകൾ മനസ്സിലാക്കി വിജയിക്കുവാനും, സന്തോഷത്തോടെ ജീവിക്കാനും കുട്ടികൾക്ക് സാധിക്കും.

- മാനസികാരോഗ്യ രംഗത്തു പ്രവർത്തിക്കുന്നവർ ആശുപത്രിയുടെയും, കൺസൾട്ടേഷൻ റൂമിന്റെയും നാലുചുമരുകൾക്ക് പുറത്ത് വന്ന് സാമൂഹികമായ ഇടപെടലുകൾക്ക് നേതൃത്വം കൊടുക്കണം. ഓരോ വ്യക്തിയും, കുടുംബവും, സമൂഹവും മാനസികാരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കുന്ന പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഏറ്റെടുക്കണം. ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾ കുറഞ്ഞ ചിലവിൽ കൂടുതൽ പേരിൽ എത്തിക്കാൻ സാധിക്കും എന്നാണ് ലോകാരോഗ്യ സംഘടന പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത് (ചിത്രം 4).

കേരളത്തിലെ നല്ല തുടക്കങ്ങൾ, മാതൃകകൾ

‘അമ്മ മനസ്സ്’ – മാതൃ ശിശു മാനസികാരോഗ്യപദ്ധതി

ആർദ്രം മിഷന്റെ കീഴിൽ തുടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ഈ പദ്ധതി കേരളത്തിലെ പ്രാഥമികാരോഗ്യ കേന്ദ്രങ്ങൾ വഴി നടപ്പാക്കുന്നു. നിലവിലുള്ള ഗർഭിണികളുടെയും, അമ്മമാരുടെയും കുഞ്ഞുങ്ങളുടെയും പദ്ധതികളോടൊപ്പം ഇത് നടപ്പാക്കുന്നു. ഗർഭാവസ്ഥയിലും പ്രസവശേഷവും, അമ്മയുടെ മാനസികാരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ കണ്ടെത്തുകയും വേണ്ട ഇടപെടലുകൾ പ്രാഥമിക തലത്തിൽ തന്നെ നടത്തുവാനും വിഭാവനം ചെയ്യുന്നു.

പാരന്റിംഗ് ക്ലിനിക്കുകൾ

ബ്ലോക്കു പഞ്ചായത്ത് തലത്തിൽ 158

പാരന്റിംഗ് ക്ലിനിക്കുകൾ പ്രവർത്തനം ആരംഭിച്ചു. ന്യൂട്രീഷൻ ക്ലിനിക്കുകളോടനുബന്ധിച്ചു പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഈ ക്ലിനിക്കുകളിൽ ഓരോന്നിലും ആഴ്ചയിൽ ഒരിക്കൽ, പ്രത്യേക പരിശീലനം ലഭിച്ച രണ്ട് കൗൺസിലർമാരുടെ സേവനം ലഭ്യമാണ്. ഘട്ടം ഘട്ടമായി എല്ലാ പഞ്ചായത്തുകളിലും ഈ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ലഭ്യമാക്കാനാണ് ശ്രമിക്കുന്നത്.

കുട്ടി പോലീസ് (Student Police Cadets - SPC) പദ്ധതി

പോലീസ് ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ സ്കൂളുകളിൽ നടപ്പിലാക്കിവരുന്ന ഈ പദ്ധതിയിൽ



500 ഓളം സർക്കാർ സ്കൂളുകളിലെ 70,000-ഓളം കുട്ടികൾ പങ്കെടുക്കുന്നു. കുട്ടികളിൽ ആത്മവിശ്വാസവും ഉത്തരവാദിത്വവും വർദ്ധിപ്പിക്കുന്ന ഈ പദ്ധതി നല്ലൊരു ജീവിത നിപുണതാ പരിശീലനമായി കാണാവുന്നതാണ്.

Our Responsibility of Children (ORC)

കേരളത്തിലെ 500-ൽ അധികം സ്കൂളുകളിൽ ORC പദ്ധതി നടപ്പാക്കി വരുന്നു. ICPS (Integrated Child Protection-Scheme) ന് കീഴിലുള്ള ഈ പദ്ധതി വിദ്യാഭ്യാസം, ആരോഗ്യം, പോലീസ് എന്നീ വകുപ്പുകളുടെ സഹകരണത്തോടെയാണ് നടപ്പിലാക്കുന്നത്.

ക്ലാസ്സ് ടീച്ചർക്ക് തന്റെ ക്ലാസ്സിലെ കുട്ടികളുടെ ശാരീരികവും, മാനസികവും, സാമൂഹികവുമായ മേഖലകളിലെ ആവശ്യങ്ങൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞ്, രക്ഷകർത്താക്കളുടെ സഹായത്തോടെ വേണ്ട ഇടപെടലുകൾ നടത്താൻ ശ്രമിക്കുന്നു. കൂടുതൽ സഹായവും തുടർച്ചയായ ശ്രദ്ധയും ആവശ്യമുള്ള കുട്ടികളെ, സ്കൂളിലെ തന്നെ കൗൺസിലറയോ പ്രത്യേക പരിശീലനം ലഭിച്ച നോഡൽ ടീച്ചറയോ ചുമതലപ്പെടുത്തുന്നു. അതീവ ശ്രദ്ധയും വിദഗ്ദ്ധ സഹായവും വേണ്ടവരെ ജില്ലയിലെ ലഭ്യമായ മാനസികാരോഗ്യ വിദഗ്ദ്ധരെ കാണാൻ റെഫർ ചെയ്യുന്നു. ഇതിനുവേണ്ടി പ്രത്യേക ജില്ലാ റിസോർസ് സെന്ററുകൾ (DRC-District Resource Centre) പല ജില്ലകളിലും സജ്ജമായി വരുന്നു. കുട്ടികളുടെ മൊത്തത്തിലുള്ള വളർച്ച ഉറപ്പാക്കുകയും, സന്തോഷത്തോടെ പഠിക്കാനും, വളരാനും, അവരുടെ സ്വപ്നങ്ങൾ എത്തിപ്പിടിക്കാനുമുള്ള അവസരം ഉണ്ടാക്കുകയും ചെയ്യുക എന്ന

താണ് ORC ലക്ഷ്യമിടുന്നത്. കേരളത്തിനു പുറത്ത് പോണ്ടിച്ചേരിയിലെ 15 സർക്കാർ സ്കൂളുകളിലും 2019 മുതൽ ORC പദ്ധതി നടന്നുവരുന്നു.

SMART- 'T'

സംസ്ഥാനത്തെ പ്രത്യേക പരിഗണനയും ശ്രദ്ധയും വേണ്ട കുട്ടികൾ താമസിക്കുന്ന സ്ഥാപനങ്ങൾക്കു വേണ്ടി ORC യുടെ സഹായത്തോടെ രൂപപ്പെടുത്തിയ പരിപാടിയാണ് ഇത്. Life Skill അധികരിച്ചുള്ള മൂന്നു ദിവസത്തെ ക്യാമ്പും ഒരു വർഷം നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന തുടർപ്രവർത്തനങ്ങളും ഇതിൽ പെടുന്നു. തിരുവനന്തപുരം മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ എൻ.എസ്സ്.എസ്സ് യൂണിറ്റിലെ മെഡിക്കൽ വിദ്യാർത്ഥികളും നേഴ്സിംഗ് വിദ്യാർത്ഥികളും തിരുവനന്തപുരത്തെ ഈ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ചേർന്നു പ്രവർത്തിക്കുന്നു.

കാവൽ, കാവൽ പ്ലസ്

നിയമലംഘനങ്ങളിൽപ്പെട്ട് ജെ.ജെ. ബോർഡിൽ എത്തുന്ന കുട്ടികൾ വീണ്ടും പ്രശ്നങ്ങളിൽപ്പെടാതിരിക്കാൻ വേണ്ടിയാണ് 'കാവൽ' പദ്ധതി കൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ജില്ലകളിലെ തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട സന്നദ്ധ സംഘടനകളുടെ സഹായത്തോടെ ഈ കുട്ടികൾക്ക് അവരുടെ വീട്ടിലും സമൂഹത്തിലും തുടർന്നുള്ള സഹായങ്ങളും നിരീക്ഷണവും ഉറപ്പാക്കുകയാണ് 'കാവലി'യുടെ ചെയ്യുന്നത്. ഇതേ പോലെ തന്നെ പ്രത്യേക ശ്രദ്ധയും പരിചരണവും വേണ്ട കുട്ടികളുടെയും, POCSO കേസുകളിൽ ഉൾപ്പെട്ട പെൺകുട്ടികളുടെയും പരിചരണം സമൂഹത്തിൽ തന്നെ ഉറപ്പാക്കുന്നതിനാണ് 'കാവൽ പ്ലസ്' തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നത്. തിരുവനന്തപുരം ഉൾപ്പെടെ 7 ജില്ലകളിൽ സാമൂഹിക ക്ഷേമവകുപ്പിനു കീഴിൽ 'കാവൽ പ്ലസ്' പദ്ധതിയും, എല്ലാ ജില്ലകളിലും 'കാവൽ' പദ്ധതി തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.



CHIRI HELPDESK



ചിരി (CHIRI), കുട്ടി ഹെൽപ്പ് ഡസ്ക്

കോവിഡ് കാലത്തെ കുട്ടികളുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ കുട്ടികളിലൂടെ (Peer mentoring) തന്നെ പരിഹരിക്കാനും, കൂടുതൽ സഹായം വേണ്ടവരെ റെഫർ ചെയ്യാനും ഈ പരിപാടിയിൽ സംവിധാനം ഒരുക്കിയിട്ടുണ്ട്. 24 മണിക്കൂറും പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഹെൽപ്പ് ലൈൻ (9497900200) സഹായങ്ങൾക്കായി വിളിക്കാവുന്നതാണ്. ആത്മഹത്യ പ്രവണതയ്ക്കെതിരെയും, മൊബൈൽ/ഗെയിം അധിക്ഷണ് എതിരെയും പ്രത്യേക പരിശീലനങ്ങൾ ഇതിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നവർക്ക് നൽകുന്നു. പ്രത്യേകം പരിശീലനം ലഭിച്ച കൗൺസിലർമാരുടെയും, സൈക്കോളജിസ്റ്റുകളുടെയും, സൈക്യാട്രിസ്റ്റുകളുടെയും സേവനം ഇതിലൂടെ തേടാവുന്നതാണ്.

കരിയർ ഗൈഡൻസ് ആന്റ് അഡോളസന്റ് കൗൺസിലിംഗ് (CGAC)

ഹയർ സെക്കന്ററി കുട്ടികൾക്കു വേണ്ടി വിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പിന്റെ പദ്ധതി. അദ്ധ്യാപകർക്കും വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും പ്രത്യേക പരിശീലനം നൽകുന്നു. ഇതിനു കീഴിൽ സ്കൂളുകളിൽ 'സൗഹൃദ ക്ലബ്ബുകൾ' സജീവമാണ്.

ജീവനി

സംസ്ഥാനത്തെ 53 ഗവൺമെന്റ് ആർട്സ് ആന്റ് സയൻസ് കോളേജുകളിലെ വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായുള്ള പദ്ധതി. എല്ലാ കോളേ

ജുകളിലും പരിശീലനം ലഭിച്ച കൗൺസിലർമാരിലൂടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടപ്പാക്കുന്നു.

HOPE

പത്താം ക്ലാസ്സിലും പന്ത്രണ്ടാം ക്ലാസ്സിലും പരാജയപ്പെട്ട കുട്ടികൾക്ക് പ്രത്യേക പരിശീലനം നൽകി പരീക്ഷ പാസ്സാകാൻ സഹായിക്കുകയും, ജീവിതത്തിലേക്ക് തിരികെ കൊണ്ടു വരികയും ചെയ്യുന്ന പദ്ധതിയാണിത്. ORC, SPC, CHIRI എന്നീ പദ്ധതികൾ പോലെ പോലീസ് ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റാണ് ഇതിനു നേതൃത്വം കൊടുക്കുന്നത്. മയക്കുമരുന്ന് ഉപയോഗത്തിലേക്കും കുറ്റകൃത്യങ്ങളിലേക്കും മറ്റ് പ്രശ്നങ്ങളിലേക്കും കുട്ടികൾ വഴുതിപ്പോകാതിരിക്കാൻ ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾ വഹിക്കുന്ന പങ്ക് വളരെ വലുതാണ്.

ഈ പ്രവർത്തനത്തിലൊക്കെ തന്നെ തിരുവനന്തപുരം മെഡിക്കൽ കോളേജിലെ മാനസികാരോഗ്യ വിഭാഗത്തിന്റെയും കമ്മ്യൂണിറ്റി മെഡിസിൻ വിഭാഗത്തിന്റെയും പങ്കാളിത്തം ഉണ്ട്. പദ്ധതികളുടെ നടത്തിപ്പിലും പരിശീലന പരിപാടികളിലും സജീവമായ പങ്കെടുക്കുന്നു. കേരളത്തിൽ എല്ലാ ജില്ലകളിലും ഉള്ള DMHP യുടെ പിന്തുണയും ലഭ്യമാകുന്നുണ്ട്.

നല്ല ഒരു സമൂഹം കെട്ടിപ്പടുക്കുവാൻ കേരളത്തിൽ നടപ്പിലാക്കുന്ന ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾ, മറ്റ് സംസ്ഥാനങ്ങൾക്കും വികസ്വര രാജ്യങ്ങൾക്കും നല്ല മാതൃകകളാണ്.

