Media: Tamil Murasu
Date: 10 November 2024
Page: 8

மனச்சோர்வுக்கு ஆளானது தெரியாமல் அவதிப்பட்ட இளையர்

திரு ரிஷிவர்மா, பதின்ம வயது இளையராக இருந்தபோது பள்ளி முடிந்து வீடு திரும்பியதும் சமையலறையில் ஓர் ஓரத்தில் ஒதுங்கியிருப்பதுண்டு.

2018ஆம் ஆண்டின் இறுதியிலிருந்து அவர் அவ்வாறு செய்து வந்தார். அப்போது அவருக்கு வயது 18.

அந்தக் காலகட்டத்தில் தொழில்நுட்பக் கல்விக் கழக மாணவராக இருந்த திரு ரெஷிவர்மா, "நான் சாக வேண்டும்," என்ற வார்த்தைகளை மட்டும் ஆங்கிலத்தில் தாயிடம் கூறி வந்தார்.

திரு ரிஷிவர்மாவின் இன்னலை குடும்பத்தாரால் புரிந்துகொள்ள முடியவில்லை. உயர்நிலைப் பள்ளியிலும் பின்னர் வேலையிடத்திலும் தான் துன்புறுத்தலுக்கு (bullying) ஆளானதாகவும் அதைத் தன்னால் கையாள முடியவில்லை என்றும் பல மாதங்களுக்குப் பிறகுதான் அவர் பெற்றோரிடம் தெரிவித்தார்.

திரு ரிஷிவர்மாவின் நிலைமை, சிங்கப்பூரில் பல இளையர்கள் எதிர்நோக்கும் சிக்கலை எடுத்துக்காட்டும் ஒன்றாக விளங்குகிறது. 2023ஆம் ஆண்டில் சிங்கப்பூர் தேசிய பல்கலைக்கழகம் நடத்திய இளையர் நோய்ப் பின்னணி, மீள்திறன் தொடர்பான கருத்தாய்வில், தங்கள் பிள்ளைகளிடம் மனநலச் சுகாதாரப் பிரச்சினைகள் இருந்ததை பெற்றோர்களில் 10ல் ஒருவர் மட்டுமே உணர்ந்தது தெரிய வந்தது.

இளையர்களின் மனநலச் சுகாதாரம் அண்மைக் காலமாக அதிகம் கவனிக்கப்படவேண்டிய விவகாரமாக இருந்து வருகிறது. கல்விச் சுமை மட்டுமின்றி இணையத் துன்புறுத்தல், சமூக ஊடகங்களுக்கு அடிமையாதல் போன்றவற்றாலும் இளையர்களின் மனநலம் பாதிக்கப்படுவதாகத் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

திரு ரிஷிவர்மாவைப் பொறுத்தவரை, இறுதியில் ஒரு நாள் அவர் தனது பெற்றோரிடம் அழுது தான் எதிர்கொண்ட இன்னலைப் பகிர்ந்துகொண்டார்.

"ஒரு நாள் இரவில் நான் எனது குடும்பத்தாரிடம் அழுது தீர்த்தேன். அந்தத் தருணம் சவாலாக இருந்தாலும் உதவி நாட வகைசெய்தது," என்றார் திரு ரிஷிவர்மா.

மறுநாள் திரு ரிஷிவர்மாவும் அவரின் தாயும் அருகில் இருக்கும் பலதுறை மருந்தகத்துக்குச் சென்றனர். அங்கிருந்து அவர் மனநல மருத்துவரிடமும் மனநல சிகிச்சையாளரிடமும் அனுப்பப்பட்டார்.

திரு ரிஷிவர்மா கடும் மனச்சோர்வுக்கும் மனப்பதற்றத்துக்கும் (anxiety) ஆளானது 2020ஆம் ஆண்டு நடுப்பகுதியில் தெரியவந்தது. உயிரை மாய்த்துக்கொள்ளும் எண்ணங்கள் தன்னிடம் எழுந்ததாகவும் அவர் சிகிச்சையின்போது தெரிவித்துள்ளார்.

அதனால் திரு ரிஷிவர்மாவின் தாய் மிகுந்த கவலைக்கும் அச்சத்துக்கும் ஆளானார். "எந்தப் பிரச்சினையாக இருந்தாலும் உனது தாய் இங்கிருக்கிறேன்," என்று கூறி மகனுக்கு ஆறுதல் அளித்ததாக திருவாட்டி கிருஷ்ணவேணி தெரிவித்தார்.

பிள்ளைகளின் மனநலனைப் பேணிக் காப்பதில் பெற்றோர் முக்கியப் பங்கு வகிப்பது தெரிய வந்துள்ளது.

இதன் தொடர்பில் அரசாங்கமும் முயற்சிகளை எடுத்து வருகிறது. இளையர்கள் உடனடியாகத் தொடர்புகொள்ள இளையர் சமூகத் தொடர்புக் குழுக்கள் (Youth Community Outreach Teams: கிரெஸ்ட்-யூத்) அமைக்கப்பட்டிருப்பது அத்தகைய முயற்சிகளில் அடங்கும்.

Source: Tamil Murasu @SPH Media Limited. Permission required for reproduction.