



नशे में डुबता युवा

डॉ. रेनू चौहान

असिस्टेंट प्रोफेसर ,

विभाग - समाजशास्त्र , वर्धमान कॉलेज , बिजनौर.



प्रस्तावना :

युवा किसी भी समाज और राष्ट्र का भविष्य होते हैं। महात्मा गांधी ने युवाओं को राष्ट्रीय व्यंजन में नमक की संज्ञा दी थी। विद्यार्थी जीवन, जो युवावस्था का स्वर्णिम काल माना जाता है, वह निर्माण और सर्जन का समय होता है। इस दौरान युवाओं को समाज और राष्ट्र के प्रति अपनी जिम्मेदारियों को समझना और निभाना होता है। लेकिन आधुनिक युग में, नशा युवाओं के लिए एक गंभीर चुनौती बन गया है। नशे की लत ने सामाजिक, आर्थिक, और मनोवैज्ञानिक स्तर पर कई समस्याएं उत्पन्न की हैं। यह न केवल व्यक्तिगत जीवन को प्रभावित करता है, बल्कि सामाजिक संरचना को भी कमजोर करता है।

भारत एक युवा देश है, जहाँ की आबादी का बड़ा हिस्सा १५-३५ आयु वर्ग में आता है। यह युवा शक्ति देश की प्रगति का आधार है, लेकिन नशे की लत इस शक्ति को कमजोर कर रही है। शराब, तंबाकू, गांजा, अफीम, कोकीन और अन्य नशीले पदार्थों का बढ़ता प्रचलन युवाओं के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक जीवन को प्रभावित कर रहा है। नशे की लत न केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य को नुकसान पहुँचाती है, बल्कि परिवार, समाज और अर्थव्यवस्था पर भी गहरा प्रभाव डालती है। यह शोधपत्र नशे की समस्या के कारणों, प्रभावों और समाधानों का विश्लेषण करता है, साथ ही नीतिगत और सामुदायिक हस्तक्षेपों की आवश्यकता पर जोर देता है।

कीवर्ड्स : नशा, युवा, सामाजिक प्रभाव, नशामुक्ति, मानसिक स्वास्थ्य, सामाजिक कारक, नीतिगत हस्तक्षेप, नशे की लत, भारतीय समाज, रोकथाम।

उद्देश्य :

१. युवाओं में नशे की लत के प्रमुख कारणों की पहचान करना।
२. नशे के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव का विश्लेषण करना।
३. सामाजिक और आर्थिक कारकों का नशे की प्रवृत्ति पर प्रभाव का मूल्यांकन करना।
४. नशे की लत के सामाजिक परिणामों की जांच करना।
५. नशामुक्ति के लिए प्रभावी उपायों और नीतियों का सुझाव देना।

६. परिवार और समाज की भूमिका का विश्लेषण करना।
७. नशे की रोकथाम में शिक्षा और जागरूकता की भूमिका का मूल्यांकन करना।
८. सरकारी नीतियों और गैर-सरकारी संगठनों के प्रयासों की समीक्षा करना।
९. नशे की लत से प्रभावित युवाओं के पुनर्वास के लिए रणनीतियाँ प्रस्तावित करना।
१०. नशे की लत के दीर्घकालिक प्रभावों का समाज और अर्थव्यवस्था पर अध्ययन करना।

विषय विवेचन

१. परिचय :

भारत में युवा देश की प्रगति का आधार हैं, लेकिन नशे की लत उनकी ऊर्जा और क्षमता को नष्ट कर रही है। हाल के आँकड़ों के अनुसार, भारत में १५-२९ आयु वर्ग के लगभग २०% युवा किसी न किसी रूप में नशे के आदी हैं। शराब और तंबाकू से लेकर गांजा, कोकीन और सिंथेटिक ड्रग्स जैसे हेरोइन और एमडीएमए तक, नशीले पदार्थों का उपयोग तेजी से बढ़ रहा है। यह समस्या शहरी और ग्रामीण दोनों क्षेत्रों में देखी जा रही है, लेकिन शहरी क्षेत्रों में इसकी तीव्रता अधिक है। नशा न केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य को प्रभावित करता है, बल्कि सामाजिक संरचना, पारिवारिक रिश्तों और आर्थिक स्थिरता को भी कमजोर करता है। यह शोधपत्र नशे की जड़ों को समझने और इसके समाधान के लिए व्यवहारिक उपाय सुझाने का प्रयास करता है।

२. नशे के कारण :

युवाओं में नशे की लत के पीछे कई जटिल और परस्पर संबंधित कारण हैं, जो सामाजिक, मनोवैज्ञानिक और आर्थिक कारकों से जुड़े हैं:

१) सामाजिक दबाव और तनाव

आज के प्रतिस्पर्धी युग में युवा पढ़ाई, नौकरी, और करियर की सफलता के लिए लगातार दबाव में रहते हैं। उच्च अंक प्राप्त करने, प्रतियोगी परीक्षाओं में सफल होने, या नौकरी में बेहतर प्रदर्शन की अपेक्षाएँ तनाव का कारण बनती हैं। इस तनाव से निपटने के लिए कई युवा शराब, ड्रग्स, या अन्य नशीले पदार्थों का सहारा लेते हैं, जो उन्हें अस्थायी राहत तो देता है, लेकिन लंबे समय में लत का रूप ले लेता है।

समाज और परिवार की अपेक्षाएँ, जैसे "सफल" व्यक्ति बनने या पारिवारिक जिम्मेदारियों को निभाने का दबाव, युवाओं को मानसिक रूप से कमजोर कर सकता है। जब वे इन अपेक्षाओं को पूरा नहीं कर पाते, तो नशा उनके लिए एक पलायन का रास्ता बन जाता है।

२) सहपाठी दबाव

युवा अवस्था में दोस्तों का प्रभाव बहुत अधिक होता है। कई बार, दोस्तों के बीच "कूल" या "ट्रेंडी" दिखने की चाह में युवा नशे की शुरुआत करते हैं। उदाहरण के लिए, पार्टियों में शराब या ड्रग्स का सेवन सामाजिक स्वीकार्यता का हिस्सा बन जाता है।

कुछ युवा अपने दोस्तों के समूह में बने रहने या स्वीकार किए जाने के लिए नशीले पदार्थों का उपयोग शुरू करते हैं। यह प्रायः छोटी उम्र में शुरू होता है और धीरे-धीरे लत में बदल जाता है।

किशोरावस्था और युवावस्था में नई चीजों को आजमाने की जिज्ञासा स्वाभाविक होती है। ड्रग्स या शराब को "बस एक बार आजमाने" की सोच अक्सर लत की शुरुआत बन जाती है।

३) पारिवारिक और सामाजिक समस्याएँ

पारिवारिक कलह, तलाक, या माता-पिता के बीच तनावपूर्ण रिश्ते युवाओं को भावनात्मक रूप से अस्थिर कर सकते हैं। ऐसे में, वे नशे को अपनी भावनात्मक खालीपन को भरने का साधन मानते हैं।

व्यस्त जीवनशैली या माता-पिता की अनुपस्थिति के कारण कई युवा उपेक्षित महसूस करते हैं। इस कमी को भरने के लिए वे गलत संगति या नशे की ओर आकर्षित होते हैं।

जिन घरों में हिंसा, शारीरिक या मानसिक शोषण होता है, वहाँ युवा नशे को अपने दर्द से बचने का रास्ता मानते हैं।

४) नशीले पदार्थों की आसान उपलब्धता

भारत में कई क्षेत्रों में ड्रग्स जैसे गांजा, कोकीन, हेरोइन, और सस्ते नशीले पदार्थ आसानी से उपलब्ध हैं। ग्रामीण और शहरी दोनों क्षेत्रों में ड्रग्स की तस्करी इस समस्या को बढ़ावा देती है। शराब और सिगरेट जैसी चीजें सामाजिक रूप से अधिक स्वीकार्य हैं, जिसके कारण युवा इन्हें आसानी से अपनाते हैं। यह प्रायः अन्य गंभीर नशों की ओर पहला कदम बन जाता है।

इंटरनेट और डार्क वेब के माध्यम से नशीले पदार्थों की खरीद-फरोख्त भी बढ़ रही है, जिससे युवाओं के लिए इन तक पहुँच और आसान हो गई है।

५) जागरूकता और शिक्षा की कमी

कई युवा, खासकर ग्रामीण क्षेत्रों में, नशे के शारीरिक, मानसिक, और सामाजिक दुष्प्रभावों से अनजान होते हैं। स्कूलों और कॉलेजों में इस विषय पर पर्याप्त शिक्षा न मिलने के कारण वे आसानी से नशे की चपेट में आ जाते हैं।

कुछ युवा यह मानते हैं ड्रग्स या शराब उनके आत्मविश्वास को बढ़ाएगी या रचनात्मकता को प्रोत्साहित करेगी। ऐसी गलत धारणाएँ भी नशे की ओर ले जाती हैं।

६) आर्थिक और पर्यावरणीय कारक

बरोजगारी या आर्थिक असुरक्षा के कारण कुछ युवा हताशा में नशे का सहारा लेते हैं। वहीं, कुछ मामलों में नशा बेचने या तस्करी में शामिल होने के लिए आर्थिक प्रलोभन भी कारण बनता है। शहरी क्षेत्रों में नशे की संस्कृति को बढ़ावा देने वाली पार्टियाँ और नाइटलाइफ़ एक कारण है, जबकि ग्रामीण क्षेत्रों में सस्ते और स्थानीय नशीले पदार्थ (जैसे देसी शराब या भांग) आसानी से उपलब्ध होते हैं।

७) मनोवैज्ञानिक और व्यक्तिगत कारक

डिप्रेशन, चिंता, या अन्य मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जूझ रहे युवा अक्सर नशे को अपनी समस्याओं से निपटने का तरीका मानते हैं। कुछ युवा सामाजिक परिस्थितियों में आत्मविश्वास की कमी के कारण नशे का सहारा लेते हैं, जैसे कि सामाजिक समारोहों में शराब पीना। युवावस्था में जोखिम उठाने की प्रवृत्ति और नई चीजों को आजमाने की इच्छा भी नशे की शुरुआत का कारण बन सकती है।

८) मीडिया और सांस्कृतिक प्रभाव

कई फिल्मों, वेब सीरीज, और गाने नशे को ग्लैमराइज करते हैं, जिससे युवाओं में इसे आजमाने की उत्सुकता बढ़ती है। पश्चिमी संस्कृति के प्रभाव और रैप/हिप-हॉप जैसे संगीत में ड्रग्स का महिमामंडन भी युवाओं को प्रभावित करता है।

९) **आसान उपलब्धता:** नशीले पदार्थों की आसान उपलब्धता भी एक बड़ा कारण है। अवैध ड्रग्स की तस्करी और शराब की दुकानों की बढ़ती संख्या ने नशे को और सुलभ बना दिया है।

३. नशे के प्रभाव :

नशे का प्रभाव व्यक्ति, परिवार और समाज पर व्यापक और दीर्घकालिक होता है:

- १) **शारीरिक स्वास्थ्य:** नशे से यकृत रोग, हृदय रोग, फेफड़ों का कैंसर और अन्य गंभीर बीमारियाँ होती हैं। उदाहरण के लिए, तंबाकू का सेवन भारत में हर साल लाखों मौतों का कारण बनता है। ड्रग्स जैसे हेरोइन और कोकीन शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को कमजोर करते हैं, जिससे व्यक्ति संक्रामक रोगों का शिकार हो जाता है।
- २) **मानसिक स्वास्थ्य:** नशा अवसाद, चिंता और मनोविकार जैसी समस्याओं को जन्म देता है। कई मामलों में, नशे की लत आत्महत्या की प्रवृत्ति को बढ़ाती है। नशे के आधीन लोग अक्सर सामाजिक और भावनात्मक रूप से अलग-थलग हो जाते हैं।
- ३) **सामाजिक प्रभाव:** नशे की लत से परिवारों में तनाव और विघटन होता है। नशे के आदी युवा अक्सर अपने परिवार से झगड़ते हैं, जिससे रिश्ते टूट जाते हैं। इसके अलावा, नशे की लत अपराध को बढ़ावा देती है, जैसे चोरी, हिंसा और ड्रग्स तस्करी।
- ४) **आर्थिक प्रभाव:** नशे की लत से उत्पादकता में कमी आती है। नशे के आदी युवा अपनी नौकरी खो देते हैं या पढ़ाई में असफल हो जाते हैं। इसके अलावा, नशे की लत के इलाज और संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं पर होने वाला खर्च परिवार और समाज पर आर्थिक बोझ डालता है।
- ५) **सांस्कृतिक प्रभाव:** नशा भारतीय समाज की सांस्कृतिक और नैतिक संरचना को कमजोर करता है। नशे के कारण युवा अपनी जड़ों और मूल्यों से दूर हो रहे हैं, जिससे सामाजिक एकता पर असर पड़ता है।

४. नशे की रोकथाम और समाधान :

नशे की समस्या से निपटने के लिए बहुआयामी दृष्टिकोण अपनाने की आवश्यकता है:

१) जागरूकता और शिक्षा

नशे के दुष्प्रभावों के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए स्कूलों और कॉलेजों में विशेष पाठ्यक्रम शामिल किए जाने चाहिए। इनमें नशीले पदार्थों के शारीरिक, मानसिक, और सामाजिक प्रभावों की जानकारी दी जानी चाहिए।

माता-पिता और समुदाय की भागीदारी: माता-पिता को बच्चों के व्यवहार पर नजर रखने और नशे के शुरुआती लक्षणों को पहचानने के लिए प्रशिक्षित करना चाहिए। समुदाय स्तर पर जागरूकता अभियान, जैसे पोस्टर, रैलियाँ, और सोशल मीडिया कैम्पेन, प्रभावी हो सकते हैं।

नशे से जुड़े मिथकों, जैसे कि "ड्रग्स रचनात्मकता बढ़ाते हैं" या "शराब तनाव कम करती है," को वैज्ञानिक तथ्यों के साथ तोड़ा जाना चाहिए। टीवी, रेडियो, और सोशल मीडिया के माध्यम से नशे के खिलाफ संदेश प्रसारित किए जाने चाहिए। फिल्मों और वेब सीरीज में नशे को ग्लैमराइज करने से बचना चाहिए।

२) परामर्श और पुनर्वास सेवाएँ

स्कूलों, कॉलेजों, और समुदायों में निशुल्क परामर्श केंद्र स्थापित किए जाने चाहिए, जहाँ युवा अपनी समस्याएँ साझा कर सकें। प्रशिक्षित काउंसलर तनाव, डिप्रेशन, या नशे की शुरुआती लत से निपटने में मदद कर सकते हैं।

नशे की लत से जूझ रहे युवाओं के लिए सुलभ और किफायती पुनर्वास केंद्रों की संख्या बढ़ानी चाहिए। इन केंद्रों में चिकित्सा, मनोवैज्ञानिक उपचार, और सामाजिक पुनर्जनन पर ध्यान देना चाहिए।

३) परिवार और सामाजिक समर्थन

माता-पिता को बच्चों के साथ खुलकर संवाद करना चाहिए और उनकी भावनात्मक जरूरतों को समझना चाहिए। सकारात्मक पारिवारिक माहौल नशे की संभावना को कम करता है।

पड़ोसी, रिश्तेदार, और स्थानीय संगठन मिलकर युवाओं को नशे से दूर रखने के लिए सकारात्मक गतिविधियों, जैसे खेल, सांस्कृतिक कार्यक्रम, और स्वयंसेवी कार्य, में शामिल कर सकते हैं।

४) कानूनी और प्रशासनिक कदम

ड्रग्स और अन्य नशीले पदार्थों की तस्करी और बिक्री पर सख्त कानूनी कार्रवाई की जानी चाहिए। पुलिस और नारकोटिक्स कंट्रोल ब्यूरो (NCB) को और सशक्त करना होगा। शराब और सिगरेट की बिक्री पर आयु सीमा को सख्ती से लागू करना और इनकी विज्ञापन पर प्रतिबंध लगाना चाहिए। नशे के व्यापार में शामिल लोगों के लिए कठोर सजा और नशा सेवन के मामलों में उचित दंड की व्यवस्था होनी चाहिए।

५) मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं का विस्तार

डिप्रेशन, चिंता, और अन्य मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ नशे का कारण बन सकती हैं। इसलिए, मानसिक स्वास्थ्य के बारे में जागरूकता बढ़ानी चाहिए और सुलभ चिकित्सा सेवाएँ प्रदान की जानी चाहिए।

ग्रामीण और शहरी दोनों क्षेत्रों में प्रशिक्षित मनोवैज्ञानिकों और मनोचिकित्सकों की संख्या बढ़ानी चाहिए। २४/७ हेल्पलाइन नंबर और ऑनलाइन परामर्श सेवाएँ युवाओं को तुरंत मदद प्रदान कर सकती हैं।

६) सरकारी और गैर-सरकारी संगठनों की भूमिका

सरकार को नशा मुक्ति के लिए विशेष नीतियाँ और योजनाएँ लागू करनी चाहिए, जैसे कि राष्ट्रीय नशा मुक्ति अभियान। ग्रामीण क्षेत्रों में नशा मुक्ति केंद्रों की स्थापना पर ध्यान देना चाहिए। गैर-सरकारी संगठन (NGOs) जागरूकता, पुनर्वास, और सामुदायिक सहायता में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं।

ड्रग्स की तस्करी एक वैश्विक समस्या है। इसलिए, अंतरराष्ट्रीय संगठनों और पड़ोसी देशों के साथ मिलकर इस पर नियंत्रण करना चाहिए।

७) व्यक्तिगत स्तर पर प्रयास

युवाओं को आत्म-नियंत्रण, तनाव प्रबंधन, और सकारात्मक सोच की तकनीकें, जैसे योग और ध्यान, सिखानी चाहिए। युवाओं को सहपाठी दबाव (peer pressure) का विरोध करने और "नहीं" कहने की हिम्मत देनी चाहिए। नियमित व्यायाम, संतुलित आहार, और पर्याप्त नींद नशे की संभावना को कम करती है।

निष्कर्ष :

१. नशा युवाओं के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को गंभीर रूप से प्रभावित करता है।
२. सामाजिक दबाव और मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ नशे के प्रमुख कारण हैं।
३. नशे की लत से परिवारों में तनाव और सामाजिक विघटन बढ़ता है।
४. शिक्षा और जागरूकता नशे की रोकथाम में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं।
५. सरकारी नीतियों को नशीले पदार्थों की बिक्री पर और सख्त करना होगा।
६. नशामुक्ति केंद्रों की संख्या और गुणवत्ता में सुधार आवश्यक है।
७. परिवार और समाज की सक्रिय भागीदारी नशे की रोकथाम में सहायक है।
८. नशे के दीर्घकालिक प्रभाव अर्थव्यवस्था और समाज को कमजोर करते हैं।
९. युवाओं को रोजगार और मानसिक स्वास्थ्य सहायता प्रदान करना जरूरी है।
१०. मीडिया और सांस्कृतिक प्रभावों को नियंत्रित करने की आवश्यकता है।

संदर्भ सूची :

English:

- 1) Khan M.Z. *Drug use amongst the College Youth*. Bombay: Somauja Publications; 1985.
- 2) Kyam W. *The Drug Abuse among Youth*. UNO: WHO, Geneva; 1981.
- 3) Madan G.R. *Indian Social problem*. Delhi: Allied Publishers; 1985.
- 4) Aggarwal A. *Narcotics Drugs*. New Delhi: National Book Trust; 2001.

हिन्दी:

१. निहालिया, लवली। *नशे की लत से बिखरते युवा*। नोयडा, ब्लू रोज पब्लिशर्स, २०१७।
२. कुमार, रवि। *भारत में नशे की समस्या: एक सामाजिक अध्ययन*। नई दिल्ली, एकेडमिक पब्लिशर्स, 2019।
३. कोठारी, यशवंत। *नशा से कैसे बचे*। किंडल संस्करण, २०२२।
४. शर्मा, अनिल। *युवाओं में नशे की लत: कारण और समाधान*। जयपुर, राजस्थान विश्वविद्यालय प्रेस, 2020।

इंटरनेट :

1. <https://jddtonline.info/index.php/jddt/article/view/5192/4465>
2. <https://www.jagran.com/editorial/apnibaat-need-to-get-rid-of-drug-problem-the-role-of-society-is-important-23453718.html>
3. <https://socialjustice.gov.in/schemes/42>
4. <https://nmba.dosje.gov.in/content/about-us>