बच्चों में सिरदर्द (Headache in Children)

सातवीं कक्षा (7 th class) का बालक जिसको सिरदर्द व चक्कर रूक – रूक कर पिछले तीन माह से हो रहे हैं। बालक का पिछले एक साल से पेट के डाक्टर का उपचार भी चल रहा है। बच्चे के सिरदर्द या चकक्र के बिश्लेषण में अन्य कोई और लक्षण नहीं हैं जैसे कि शोर एवं लाइट का बुरा लगना, पसीना आना एवं उल्टी हो जाना आदि।

बच्चे का स्नायू परीक्षण (Neurological Examination) सामान्य था। पेट की जांचे, सीटी (C.T. scan) व ईईजी (EEG Normal) थे।

बच्चे के माता–पिता दोंनों ही नौकरी करते है, बच्चे की मॉ 2–3 बजे घर आती है और पिता रात 10 बजे घर आते है। **माता–पिता का कहना था कि –**

1. बच्चा छोटी–छोटी बातों का बुरा मानता हैं।
2. मॉ बच्चे की पढ़ाई के लिए ज्यादा ही चिंतित रहती है।
3. पढ़ाई के लिए बार–बार बोलना पड़ता है।
4. मॉ बार–बार बच्चे को पढ़ाई के लिए बोलती रहती है।
5. बच्चे की उम्र कम होने के बाबजूद वह मोटर साइकिल चलाना चाहता है और चलाता रहता है।
6. बच्चा स्कूल के बाद ट्यूशन भी जाता है।

इस बच्चें कों सिरदर्द क्यों हों रहा है–

1. मॉ पढ़ाई के लिए बच्चे के पीछे पड़ी रहती है।
2. बच्चे का पड़ने में मन नहीं लगता।
3. पिता के पास बच्चे के लिए समय नहीं था।

बच्चों में सिरदर्द तीसरी से आठवीं कक्षा के बच्चों के लिए –

एक सात साल की बालिका जो इंग्लिश मीडियम स्कूल में पड़ती हैं। वह डॉ वर्मा का सिरदर्द के लिए दिखाने आई, सिरदर्द इतना तेज होता है कि वह फूट–फूट कर रोने लगती हैं। सिरदर्द एक डेढ़ मिनिट के लिए दिन मे 10–15 होता है। सिरदर्द के बिश्लेषण से यह पता चला है कि सिरदर्द के साथ उल्टी चक्कर आदि और कोई समस्या नहीं थी। स्नायू परीक्षण (Neurological Examination), सी.टी.स्केन (C. T. scan) और ई.ई.जी.(E.E.G.) सभी जॉचें सामान्य

(Normal) थी। पिता जी से बार बार पूछने पर उनका एक ही जबाब था कि बच्ची को किसी प्रकार का तनाव नहीं है। बालिका से पूछने पर निम्नलिखित जानकारी मिली–

1. बच्चा होमवर्क से परेशान था।
2. होमवर्क न करने पर शिक्षक दूसरे छात्रों का स्केल से मारता था।
3. कभी–कभी इस बच्चे की भी पिटाई हो जाती थी।
4. बच्चा इंग्लिश मीडियम स्कूल में पढ़ रहा है।

डॉ वर्मा ने शिक्षक के नाम लेटर लिखा तथा उनसे अनुरोध किया कि बच्चे को होमवर्क के लिए परेशान न करें। बच्चा उससे तनाव में आता है।

एक तीसरी कक्षा का बच्चा सिरदर्द से परेशान होकर आता है। उसे पिछले 3 साल से सिरदर्द की शिकायत है तथा अभी पिछले 15 दिनों से सिरदर्द ज्यादा देर तक और तेज हो रहा है। जिसका सी. टी. स्केल तथा ई. ई. जी. आदि जॉचे नार्मल हैं। बच्चा शुरूआत से अपने माता पिता के साथ गॉव में रहा है। गॉव में ही उसने स्कूल जाना शुरू किया था। जब बच्चे का माध्यम हिंदी था। तीन साल तक वह हिंदी माध्यम से ही पढ़ा है। अब वह अपने चाचा चाची के साथ भोपाल शहर में आ गया है। 6 माह पहले उसका एड़मीशन शहर के एक इंगलिश मीड़ियम स्कूल में करा दिया गया है। बच्चा सुबह 9 से 2 बजे तक स्कूल जाता है तथा बाद में टयूशन 4 से 6 बजे तक जाता है फिर वह स्कूल का काम घर आकर करता है। दिन भर में 1 – 2 घंटे टी. व्ही. देखता है। फिर रात में 8 – से 9 बजे के बीच समय मिलता है तो खेलता है। बच्चा कहता है उसे परिवार या पढ़ाई का कोई प्रेशर नहीं है। उसका पसंदीदा विषय अंग्रेजी है तथा उसे गणित पसंद नहीं है। काफी वातचीत के बाद समझ में आता है कि बच्चे की मॉ उससे पढ़ाई का ज्यादा कहती थी इस लिये वह गॉव से शहर आ गया है। उसका मन पढ़ाई में लगता है। उसे यहॉ पर अपने चाचा चाची के साथ भी ठीक लगता है। घर की याद नहीं आती है। पिछले कुछ दिनों से बच्चे को इतना सिरदर्द हो रहा है कि बच्चा पिछले आठ दिनों से न ता स्कूल गया है और न ही टयूशन तथा नहीं घर पर वह पढ़ पा रहा है। टी. व्ही. नहीं देख पा रहा है, खेल नहीं पा रहा है।

बच्चे के सिरदर्द का क्या कारण हो सकता है ?

माध्यम का बदलना – हिन्दी से अंग्रेजी

माता पिता से दूर चाचा चाची के घर में रहकर पढ़ना ?

पढाई का अधिक भार होने के कारण

गॉव से शहर में आना

बच्चे को होमवर्क क्यों दिया जाता है ?

बच्चे को कितना होमवर्क मिलना चाहिए ?

किताब से कॉपी में नकल करना आदि का उद्देश क्या है ?

बच्चों का क्षमता कितनी है ?

पढ़ाई, माता–पिता, उत्साह, खेलकूद, आदि से कराते हैं अथवा बच्चा इसे एक बोझ **(Pressure)** समझकर करता है।

अगर बच्चे को इंजीनियर बनना है तो सामाजिक अध्ध्यन, इतिहास, संस्कृत आदि को पढ़ाने का क्या महत्व है ?

सातवीं कक्षा में बच्चा में अगर बच्चे के 50 प्रतिशत अंक आते हैं तो क्या बारहवीं कक्षा में भी वह इतने ही अंक लाएगा ?

शिक्षा का लक्ष्य क्या है ?

तीसरी कक्षा में किसी एक बिषय में फेल होंने से क्या उसका भविष्य खत्म हो जाता है।

सातवी कक्षा में 80 प्रतिशत अंक लाकर कहीं आपको झूठी आशा तो नहीं दिलाता कि आपके बच्चे का भविष्य उज्जवल है।

स्वामी विवेकानंद के शिक्षा संबधी विचार पढ़ें तथा उन पर चिंतन करें।

स्वामी जी की व्याख्या.....

तुम्हारी कलाई और भुजांऐं अधिक मजबूत होने पर तुम गीता को अधिक अच्छी तरह समझोगे। तुम्हारे रक्त में शक्ति की मात्रा अधिक बढ़ने पर तुम श्रीकृष्ण की महान प्रतिभा और अपार शक्ति को अधिक अच्छी तरह समझने लगोगे। तुम जब अपने पैरों पर दृढ़ता के साथ खड़े होगे ओर तुमको जब प्रतीत होगा कि हम भी मनुष्य है, तब तुम उपनिषदों कों अच्छी तरह समझ समझोगे और आत्मा की महिमा को जान सकोगे। स्वामी जी की व्याख्या के मनुष्य में उपयुक्त तीन गुण तो होते ही हैं पर सर्वोपरि वह साधु होता है। साधुता का तात्पर्य है – हृदय की विशालता और पवित्रता। मनुष्य आशावान दृढ़ इच्छाशक्ति संपन्न और शरीर से बली होकर भी क्रूर और निर्दयी हो सकता है। इतिहास ऐसे उदाहरणों से भरा पड़ा है। इसलिए मनुष्य होने की एक और आवश्यक

शर्त है – साधुता, हृदयवत्ता। स्वामी जी कहते हैं हम भले ही संसार के सबसे बडे मनीषी हों, पर तो भी हो सकता है कि हम ईश्वर के जरा भी समीप नहीं पहुँचें । हम देखते भी हैं कि उच्चतम बौद्धिक शिक्षा प्राप्त किये हुए लोगों में कई अधार्मिक पुरूष हुए हैं। पाश्चात्य सभ्यता कि बुराइयों में से यह भी एक है कि वहॉ हृदय की परवाह न करते हुए केवल बौद्धिक शिक्षा दी जाती हैं। ऐसी शिक्षा मनुष्य को दस गुना अधिक स्वार्थी बना देती है। जब हृदय और मस्तिष्क का द्वंद उपस्थित हो तब हृदय का ही अनुसरण करना चाहिए। हृदय ही हमें उस उच्चतम राज्य में ले जाता है, जहां बुद्धि कभी पहुँच नहीं सकती। वह बुद्धि के भी परे वहॉ जा पहुँचता है जिसे अंतः प्रेरणा कहते हैं। अतः सदा हृदय का ही संस्कार करो। हृदय में भगवान बोलता है।

जिस व्यक्ति में उपयुक्त चारों गुणों का विकास हुआ है वह स्वामी जी की दृष्टि में मनुष्य है और जो शिक्षा इन गुणों के विकास में सहायक होती है वह मनुष्य निर्माण करने वाली शिक्षा है। यही उनकी राष्ट्रीय शिक्षा की कल्पना थी। प्रचलित शिक्षा प्रणाली में जो भयंकर दोष उन्होंने देखा वह यह है कि उसमें मनुष्य निर्माण करने वाले ये तत्व निषेधात्मक या अभावात्मक है। उसमें कुछ अच्छी बात तो है, पर उसमें एक ऐसा भयंकर दोष है जिसके कारण वे सारी अच्छी बातें दब जाती है। पहले तो वह मनुष्य बनाने वाली शिक्षा ही नही है। वह पूर्णतया निषेधात्मक शिक्षा मात्र है। निषेधात्मक शिक्षा अथवा कोई भी प्रशिक्षण जो निषेध पर आधारित हो, मृत्यु से भी बदतर है। ..... हमने केवल यही सीखा है कि हम कुछ नहीं है और फल यह है कि पचास वर्ष की ऐसी शिक्षा से एक भी मौलिक विचारवान पुरूष और नहीं हो सका है। जो भी मौलिकतायुक्त मनीषी सामने आया है उसने अन्यत्र शिक्षा प्राप्त की है– इस देश में नहीं, या फिर वह यहां के पुराने विधापीठों में अपनी शुद्धि करने गया है।

अब प्रश्न उठता है कि यह आभात्मक या निषेधात्मक शिक्षा क्या है, जिसकी इतनी निंदा स्वामी जी करते है? व साथ ही, भावात्मक या विधायक शिक्षा किसे कहेंगें। जिस पर स्वामी जी इतना बल देते हैं। विधायक और निषेधात्मक शिक्षा का अंतर उनके निम्नोक्त उद्‌गार से स्पष्ट हो जाएगा। वे कहते है– हमे विधायक विचार सामने रखने चाहिए। निषेधात्मक विचार लोगों को दुर्बल बना देते है। क्या तुमने यह नहीं देखा कि जहॉ माता–पिता पढ़ने लिखने के लिए अपने बालकों के सदा पीछे लगे रहते हैं और कहा करते है कि तुम कभी कुछ सीख नहीं सकते, गधा बने रहोगे– वहॉ बालक अधिकांश में वैसा ही बन जाते है। यदि तुम उनसे सहानुभूति भरी बातें करो और उन्हें उत्साह दो तो समय पाकर उनकी उन्नति होना निश्चित है। यदि तुम उनके सामने विधायक विचार रखो तो उनमें मनुष्यत्व आ जाएगा और अपने पैरों पर खड़े होना सीखेंगे। भाषा और साहित्य काव्य और कला, हर एक विषय में हमे मनुष्यों को उनके विचार और कार्य की भूलें नहीं बतानी चाहिए,

वरन उन्हें मार्ग दिखाना चाहिए जिससे वे इन सब बातों को और भी सुचारू रूप से कर सकें। विद्यार्थी की आवश्यकता के अनुसार शिक्षा में परिवर्तन होना चाहिए। अतीत जीवनों ने हमारी प्रवृत्तियों का गढ़ा है, इसलिए विद्यार्थियों को उसकी प्रवृत्तियों के अनुसार मार्ग–दर्शन दिखाना चाहिए। जो जहां पर है उसे वहीं से आगे बढ़ाओ। हमनें देखा है कि जिनको हम निकम्मा समझते थे उनको भी श्री रामकृष्णदेव ने किस प्रकार उत्साहित किया और उनके जीवन का प्रवाह बिल्कुल बदल दिया। उन्होंने कभी भी किसी मनुष्य की बिशेष प्रवृत्तियों को नष्ट नहीं किया। उन्होंने अत्यंत पतित मनुष्यों के प्रति भी आशा और उत्साहपूर्ण वचन कहे और उपर उठा दिया।