भारत सरकार

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण विभाग

राज्य सभा

अतारांकित प्रश्न संख्या: 3636

दिनांक 24 मार्च, 2026 को पूछे जाने वाले प्रश्न का उत्तर

बच्चों में डिजिटल व्यसन और मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं

3636 श्री एस. निरंजन रेड्डीः

क्या **स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्री** यह बताने की कृपा करेंगे किः

(क) क्या सरकार ने आर्थिक सर्वेक्षण 2025-26 पर ध्यान दिया है, जिसमें बच्चों और किशोरों में डिजिटल व्यसन और स्क्रीन से संबंधित मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं में वृद्धि को उजागर किया गया है;
(ख) इस समस्या के समाधान के लिए साइबर सुरक्षा शिक्षा, सहकर्मी-मार्गदर्शन कार्यक्रम, स्कूलों में अनिवार्य शारीरिक गतिविधि और अभिभावक जागरूकता कार्यक्रमों जैसे संरचित अंतःक्षेपों को कार्यान्वित करने के लिए उठाए गए या प्रस्तावित कदम क्या हैं;
(ग) क्या सरकार टेली-मानस कार्यक्रम को संकटकालीन परामर्श से आगे बढ़ाकर विशेष रूप से डिजिटल लत और संबंधित मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के लिए विस्तारित करने का विचार रखती है; और
(घ) यदि हां, तो तत्संबंधी ब्यौरा क्या है और यदि नहीं, तो इसके क्या कारण हैं?

उत्तर

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय में राज्य मंत्री

(श्री प्रतापराव जाधव)

(क) से (घ) मानसिक विकारों के बोझ को कम करने के लिए, भारत सरकार देश में राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम (एनएमएचपी) लागू कर रही है। एनएमएचपी के जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम (डीएमएचपी) घटक को 767 जिलों में लागू करने की मंजूरी दी गई है, जिसके लिए राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के माध्यम से राज्यों/संघ राज्य क्षेत्रों को सहायता प्रदान की जाती है। डीएमएचपी के तहत सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र (सीएचसी) और प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र (पीएचसी) स्तर पर बुजुर्गों सहित सभी के लिए उपलब्ध कराई गई सुविधाओं में अन्य के साथ-साथ, बाह्य रोगी सेवाएं, मूल्यांकन, परामर्श/मनोसामाजिक अंत:क्षेप, गंभीर मानसिक विकारों से पीड़ित व्यक्तियों को निरंतर देखभाल और सहायता, दवाइयां, आउटरीच सेवाएं, एम्बुलेंस सेवाएं आदि शामिल हैं। उपरोक्त सेवाओं के अतिरिक्त, जिला स्तर पर 10 बिस्तरों वाली अंतरंग रोगी सुविधा का प्रावधान है।

डीएमएचपी के तहत, स्कूल और कॉलेज के छात्रों के लिए लक्षित अंत:क्षेप कार्यक्रम चलाए जाते हैं। लक्षित अंत:क्षेप कार्यक्रमों के अंतर्गत, देश भर के जिलों में निम्नलिखित गतिविधियाँ संचालित की जाती हैं:

i. विद्यालयों में जीवन कौशल शिक्षा एवं परामर्श - 25-30 विद्यालय वाले प्रत्येक ब्लॉक से 100 शिक्षकों को मास्टर प्रशिक्षक के रूप में प्रशिक्षित किया जाएगा।
ii. महाविद्यालय परामर्श सेवाएं - महाविद्यालय शिक्षकों को परामर्शदाता के रूप में कार्य करने के लिए प्रशिक्षण दिया जाएगा।
iii. मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से ग्रसित विद्यालय से बाहर के बच्चों का परामर्श / किशोर मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम
iv. आत्महत्या रोकथाम सेवाएं, कार्यस्थल तनाव प्रबंधन कार्यक्रम

वित्त वर्ष 2025-26 में डीएमएचपी के तहत छात्रों के लिए किए गए लक्षित अंत:क्षेप के भाग के रूप में, वित्त वर्ष 2025-26 (30.09.2025 तक) में स्कूलों और कॉलेजों में आयोजित 5111 परामर्श सत्रों के माध्यम से 65278 छात्रों को परामर्श सेवाएं प्रदान की गईं।

सरकार प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा स्तर पर मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं को मजबूत करने के लिए भी कदम उठा रही है। सरकार ने 1.81 लाख से अधिक उप स्वास्थ्य केंद्रों (एसएचसी) और प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों (पीएचसी) को आयुष्मान आरोग्य मंदिरों में उन्नत किया है। इन आयुष्मान आरोग्य मंदिरों में प्रदान की जाने वाली व्यापक प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं के पैकेज में मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं को भी शामिल किया गया है। आयुष्मान भारत के अंतर्गत आयुष्मान आरोग्य मंदिरों में मानसिक, तंत्रिका संबंधी और मादक द्रव्यों के सेवन संबंधी विकारों (एमएनएस) के विभिन्न कैडरों के लिए परिचालन दिशानिर्देश और प्रशिक्षण नियमावली जारी की गई हैं।

आयुष्मान भारत विद्यालय स्वास्थ्य एवं आरोग्यता कार्यक्रम के अंतर्गत "भावनात्मक आरोग्यता और मानसिक स्वास्थ्य" को एक समर्पित मॉड्यूल के रूप में शामिल किया गया है। स्वास्थ्य एवं आरोग्य राजदूतों (शिक्षकों) को कार्यक्रम के अन्य विषयगत क्षेत्रों के साथ-साथ मानसिक स्वास्थ्य पर भी प्रशिक्षण दिया जाता है। वे छात्रों के साथ संवादात्मक सत्र आयोजित करते हैं और साप्ताहिक सत्रों के माध्यम से आनंददायक अधिगम को बढ़ावा देते हुए संदेशों का प्रसार करते हैं।

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय का राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम (आरकेएसके) किशोर-हितैषी स्वास्थ्य क्लीनिक (एएफएचसी), सहकर्मी शिक्षा कार्यक्रम और किशोर स्वास्थ्य एवं आरोग्यता दिवस (एएच एंड डब्ल्यूडी) जैसे अंत:क्षेपों के माध्यम से मानसिक स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों पर जागरूकता पैदा करता है और परामर्श सेवाएं प्रदान करता है। सहकर्मी प्रशिक्षक समुदाय में 15-20 लड़कों और लड़कियों के समूह बनाते हैं और मानसिक स्वास्थ्य एवं आरोग्यता सहित किशोर स्वास्थ्य पर साप्ताहिक एक से दो घंटे के सहभागी सत्र आयोजित करते हैं।

शिक्षा मंत्रालय (एमओई) ने मानसिक स्वास्थ्य और आरोग्यता के लिए देशभर के छात्रों, उनके परिवारों और शिक्षकों को मनोसामाजिक सहायता प्रदान करने के उद्देश्य से मनोदर्पण नामक एक पहल शुरू की है। मनोदर्पण पहल के तहत की जाने वाली सभी गतिविधियाँ स्कूलों, कॉलेजों और विश्वविद्यालयों के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य और आरोग्यता को बढ़ावा देने के उद्देश्य से हैं, जिनमें प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कर रहे छात्र भी शामिल हैं।

विश्वविद्यालय अनुदान आयोग (यूजीसी) ने 13.04.2023 को उच्च शिक्षा संस्थानों (एचईआई) में शारीरिक फिटनेस, खेलकूद, छात्रों के स्वास्थ्य, कल्याण, मनोवैज्ञानिक और भावनात्मक आरोग्यता को बढ़ावा देने के लिए दिशानिर्देश जारी किए हैं। इन दिशानिर्देशों में छात्रों के लिए शारीरिक फिटनेस और खेल गतिविधियों को

बढ़ावा देने; शैक्षणिक दबाव, साथियों के दबाव, व्यवहार संबंधी समस्याओं, तनाव, करियर संबंधी चिंताओं, अवसाद और छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले अन्य प्रभावों से सुरक्षा उपाय बनाने; छात्र समुदाय में सकारात्मक सोच और भावनाओं को विकसित करने; और छात्रों के लिए एक सकारात्मक और सहायक नेटवर्क को बढ़ावा देने का प्रावधान है।

सरकार ने 10 अक्टूबर, 2022 को "राष्ट्रीय टेली मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम" (एनटीएमएचपी) शुरू किया है, जो जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम के डिजिटल विंग के रूप में कार्य करता है। इसका उद्देश्य चौबीसों घंटे सातों दिन टेली-मानसिक स्वास्थ्य परामर्श सेवाओं के माध्यम से सभी को समान, सुलभ, किफायती और गुणवत्तापूर्ण मानसिक स्वास्थ्य परिचर्या प्रदान करना है। इसके लिए देश भर में एक टोल-फ्री नंबर (14416) स्थापित किया गया है।

3 मार्च 2026 तक, 36 राज्यों/संघ राज्य क्षेत्रों ने 53 टेली मानस प्रकोष्ठ स्थापित किए हैं। टेली मानस सेवाएं राज्यों द्वारा चुनी गई भाषा के आधार पर 20 भाषाओं में उपलब्ध हैं। स्थापना के बाद से हेल्पलाइन नंबर पर 34.34 लाख से अधिक कॉल हैंडल की जा चुकी हैं।

सरकार ने विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस (10 अक्टूबर, 2024) के अवसर पर टेलीमानस मोबाइल एप्लिकेशन भी लॉन्च किया है। टेलीमानस मोबाइल एप्लिकेशन एक व्यापक मोबाइल प्लेटफॉर्म है जिसे मानसिक स्वास्थ्य संबंधी विभिन्न मुद्दों, जैसे कि स्वस्थ जीवन से मानसिक विकार तक के लिए सहायता प्रदान करने हेतु विकसित किया गया है। सरकार ने टेलीमानस के अंतर्गत वीडियो परामर्श सुविधा भी शुरू की है, जो पहले से मौजूद ऑडियो कॉलिंग सुविधा का एक उन्नत संस्करण है।

टेली मानस, संकटकालीन मनोवैज्ञानिक सहायता के साथ-साथ, एक व्यापक मानसिक स्वास्थ्य देखभाल सेवा के रूप में भी कार्य करता है। डिजिटल व्यसन सहित उभरती मानसिक स्वास्थ्य चिंताओं का समाधान इसकी बहुस्तरीय सेवा वितरण प्रणाली के माध्यम से किया जाता है। पहले स्तर पर, प्रशिक्षित परामर्शदाता डिजिटल व्यसन के शुरुआती लक्षणों की पहचान करते हैं और प्रारंभिक परामर्श एवं मार्गदर्शन प्रदान करते हैं। आगे के मूल्यांकन की आवश्यकता वाले मामलों को विस्तृत आकलन और उचित प्रबंधन के लिए योग्य मानसिक स्वास्थ्य पेशेवरों (एमएचपी) के पास भेजा जाता है। इसके अलावा, टेली मानस जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम (डीएमएचपी) सेवाओं और अन्य मानसिक स्वास्थ्य देखभाल सुविधाओं सहित जहाँ भी आवश्यकता हो व्यक्तिगत सेवाओं के लिए एक रेफरल और फीडर तंत्र के रूप में कार्य करता है।

टेली-मानस परामर्शदाताओं को संरचित प्रशिक्षण और सतत व्यावसायिक विकास कार्यक्रम प्रदान किया जाता है, जिनमें डिजिटल व्यसन और उससे संबंधित मानसिक स्वास्थ्य चिंताओं जैसे उभरते मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों पर उन्नत प्रशिक्षण सत्र शामिल हैं।

स्वस्थ डिजिटल प्रथाओं को बढ़ावा देने और टेली-मानस सेवाओं के माध्यम से समय पर सहायता प्राप्त करने के लिए प्रोत्साहित करने हेतु सोशल मीडिया अभियान और डिजिटल व्यसन पर विशिष्ट सूचना एवं संचार सामग्री तैयार की गई है।

*****