

## कोव्हीड-१९ या महामारीमुळे महाविद्यालयीन युवकांना आलेल्या मानसिक समस्या व समाजकार्य मध्यस्थी

प्रा. लक्ष्मी सीताराम डाखोळे  
बी. पी. एन. आय. एस. डब्लू.,  
नागपूर.

### प्रस्तावना :

२०१९ मध्ये कोरोना व्हायरसचा एक उपप्रकार चीनमधील वूहान शहरात आढळून आला. याला कोव्हीड-१९ असे नाव देण्यात आले. २०२० साली महाराष्ट्रात कोरोना विषाणुचा उद्रेक झाला. त्या वर्षापासून महाराष्ट्रातील जनजीवनावर याचे फार मोठे परिणाम झाले. राज्यात लागू झालेल्या नियमानुसार अत्यावश्यक कामाशिवाय सर्वांनी घरी बसणे सक्तीचे करण्यात आले. संपूर्ण जगामध्ये कोव्हीड-१९ ह्या आजाराची लागण झाली. जागतिक आरोग्य संघटनेने एकुण १२२ देशांमध्ये हा आजार पसरल्याची माहिती दिली.

महाराष्ट्रामध्ये दिनांक २८ मार्च २०२० पर्यंत १८१ कोरोना रूग्ण आढळले. महाराष्ट्रातील इतिहासात अत्यावश्यक सेवा व सामुग्री सोडून प्रथमच सर्व महत्वाच्या संस्था व देवस्थाने बंद ठेवण्यात आली. आज कोरोना या विषाणूची तीव्रता कमी करण्यासाठी अनेक प्रकारच्या लशी भारत सरकारने नागरीकांसाठी उपलब्ध करून दिल्या आहेत.

युवक म्हटला की जो कसलेही आव्हान स्विकारणारा, ते तडीस नेण्याच्या दृष्टीने प्रयत्न करतो, ज्यांच्यात धैर्य, धाडस, बरंच नविन जाणून घेण्यास व त्याची कार्यवाही करण्यास उत्सुक असतो. लाथ मारेल तिथे पाणी काढण्याची ताकद असणारा असतो. सर्वांवरसदा अवलंबून असणारे बालक व स्वतंत्रपणे आपल्या पायांवर उभा राहणारा प्रौढ या दोन्ही अवस्थांच्या मध्ये असणाऱ्या व्यक्तीला युवक म्हटले जाते. देशातील सर्वसाधारण १५ ते ३५ वयोगटातील सर्वच युवक-युवती हे देशाच्या उन्नतीचा खरा आधार आहेत. त्यांच्यावर देशाचे भवितव्य अवलंबून असते. देशाच्या लोकसंख्येच्या ३५ टक्के लोकसंख्या ही १५ ते ३५ या वयोगटातील असून त्याच व्यक्ती शक्तिमान आहेत. युवक वर्ग काहीतरी ठोस बदल घडवून आणण्यात मदत करू शकतात. युवकांना स्वतःचे निर्णय स्वतःच घ्यायला आवडतात. निर्णय घेतातही मात्र अनेकवेळा चुकांना सामोरे जावे लागते. अपरिपक्वतेतून परिपक्वतेकडे जाणारा तो काळ असतो. विविध दृष्टिकोनातून युवकांची व्याख्या करण्यात आल्या आहेत, ती खालील प्रमाणे –

जो संकटांशी, अडीअडचणींशी, समस्यांशी सतत झुंज द्यायला तयार असतो, ज्याच्या डोळ्यात साहसाचे तेज चमकते तोच खरा युवक होय. सामाजिक दृष्टिकोनातून केलेली व्याख्या : अजुनही मातृत्व पितृत्व अवस्था न आलेली व्यक्ती म्हणजे युवक होय.

आर्थिक दृष्टिकोनातून केलेली व्याख्या : वयात आलेली तथापि आर्थिक दृष्टीने निवार्हाचे साधन असूनही ते उपलब्ध न झाल्याने स्वयंनिर्णयाचे, स्वयंनिर्भर जीवन ज्याला जगता येत नाही, अशी व्यक्ति म्हणजे युवक होय.

शासनाने युवकांची व्याख्या ही शारीरिक वयावरून ठरविली असून १५ ते ३५ वयोगटातील स्त्री-पुरुषाला युवक म्हटले आहे. जी व्यक्ती परिस्थितीवर मात करते, ज्याच्यात उत्साहाचं वारं संचारलेलं असते आणि आपलं भविष्य आपणच बनवितो, घडवितो तोच खरा युवक. थोडक्यात युवक म्हणजे उत्साह, भविष्यातील बदलाची स्वप्ने पाहणारा व स्वप्ने साकार करण्याची जिद्द बाळगणारी व्यक्ती. जॉन एफ केनेडी यांनी युवकांसंदर्भात एक विधान केलेले आहे, “माझा देश माझ्यासाठी काय करतो याचा विचार न करता आम्ही आमच्या देशासाठी काय करू शकतो हे महत्वाचे आहे”.

आज युवकांपुढे अनेक आव्हाने आहेत. त्यांच्या समस्याही फार मोठ्या आहेत. जसे बेरोजगारी, व्यसनाधिनता, गुन्हेगारी. त्याचप्रमाणे आज कोरोना महामारीची फार मोठी समस्या निर्माण झाली आहे. कोरोना महामारीमुळे ह्या युवकांना अनेक समस्यांना जसे आर्थिक, शारीरिक, शैक्षणिक, वैयक्तिक समस्यांना तोंड द्यावे लागत आहे. आज कोरोना महामारीमुळे युवकांपुढे अनेक बंधने आलीत. महाविद्यालयातील अभ्यासातील संशोधन, प्रकल्प, प्रॅक्टिकल कसे करावे, ज्याप्रमाणे सादरीकरण करण्याची पद्धत आहे. शिकण्याची पद्धत ज्यामुळे युवक वर्ग चमकेल, त्यांचा विकास होईल, ह्यावर कोरोना महामारीमुळे युवकांच्या कार्यावर बंधने आलीत. आधुनिक नवनवीन तंत्रज्ञान, ॲप, अभ्यासाच्या पद्धती ह्या युवक वर्ग स्विकारतात परंतु आपण प्रत्यक्ष महाविद्यालयात जाऊन शिक्षण घेवू शकत नाही, ग्रुप प्रोजेक्ट करू शकत नाही, यामुळे जी शिकण्याची जिद्द, जोश, प्रेरणा, टीमवर्क, मित्रमंडळ, सांस्कृतिक कार्यक्रमांमधील सहभाग हे सर्व नसल्यामुळे युवकांमध्ये मानसिक समस्या निर्माण झालेल्या आढळून येतात. समाजकार्यांमध्ये युवक कल्याण हे समाजकार्यांचे एक क्षेत्र आहे. जिथे व्यक्ती तिथे समस्या, जिथे समस्या तिथे समाजकार्याची गरज. मानवांचे कल्याण ही समाजकार्याची व्याप्ती आहे. आज औद्योगिकीकरण, शहरीकरण, जागतिकीकरणामुळे समाजामध्ये अनेक परिवर्तन झाले. अनेक प्रश्न निर्माण झाले. या प्रश्नांच्या सोडवणुकीसाठी शास्त्रीय दृष्टिकोनाची गरज पुढे आली आणि शास्त्रीय आधार असलेली कार्यपद्धती अस्तित्वात आली आणि ती म्हणजे समाजकार्य होय.

### अध्ययनाचे उद्देश :

१. महाविद्यालयीन युवकांची वैयक्तिक व कौटुंबिक पार्श्वभूमीचे अध्ययन करणे.
२. महाविद्यालयीन युवकांना कोरोना महामारीमध्ये आलेल्या मानसिक समस्यांचे अध्ययन करणे.
३. कोरोना महामारीमुळे युवकांमध्ये झालेला मानसिक बदल जाणून घेणे.

### क्षेत्र :



नागपूर शहरातील दक्षिण नागपूरातील चंडिका नगर व चिंतामणी नगर ह्या क्षेत्राची अध्ययनासाठी निवड करण्यात आली.

### नमुना निवड व तथ्य संकलन :

प्रस्तुत अध्ययनासाठी २० ते ३० वयोगटातील २५ युवकांची नमुन्यामध्ये निवड करण्यात आली. प्रस्तुत अध्ययनातील उत्तरदाते हे कला, वाणिज्य, विज्ञान या शाखेचे युवक आहेत. तथ्य संकलनासाठी गैरसंभाव्यता नमुना निवडमधील सोयीस्कर नमुना निवडीचा वापर करण्यात आला. तथ्य संकलनासाठी सहभागी निरीक्षण व मुलाखत ह्या पद्धतीचा वापर करण्यात आला. या निरीक्षणादरम्यान व चर्चेदरम्यान मिळालेली माहिती पुढीलप्रमाणे –

कोरोना महामारी याबद्दल महाविद्यालयीन युवकांमध्ये भिती होती. सुरुवातीला लॉकडाऊन झाले त्यावेळी अचानक कधीही न ऐकलेला 'लॉकडाऊन' हा शब्द ऐकला. कुटुंबामध्ये, कुटुंबातील सर्व सदस्यांमध्ये तणावाचे वातावरण निर्माण झाले होते. स्वतःच्या प्रकृतीबद्दल कुटुंबातील प्रत्येक व्यक्ती जागरूक होऊ लागली. महाविद्यालयीन युवकांना आपण जे शिक्षण घेत आहोत त्याचे पुढे कसे होणार, ह्या कोर्सची परीक्षा कधी आणि कशी होणार याबद्दल युवकांच्या मनामध्ये चिंता निर्माण झाली. आपण आता महाविद्यालयात केव्हा जाणार, आपले वर्ग कसे होणार यासारखे अनेक प्रश्न मनामध्ये निर्माण होवू लागले होते. कोरोना महामारी ही केव्हा संपणार. युवकांच्या कुटुंबातील सदस्यांना कोरोना या महामारीमुळे युवकांच्या अभ्यासावर झालेल्या परिणामामुळे भविष्यामध्ये मिळणारी नोकरी कशी राहिल याविषयी कुटुंबियांच्या मनामध्ये काळजी आहे. युवकांचा शैक्षणिक विकास जसा अपेक्षित आहे तसा या महामारीमध्ये होत नाही आहे.

महामारीपूर्वीची युवकांची दिनचर्या आणि आता या महामारीच्या काळातील युवकांच्या दिनचर्यांमध्ये, वागणुकीमध्ये, त्यांच्या आवड-निवड, त्यांना असणारे छंद, मनोरंजन यामध्ये खूप बदल झाला. सकारात्मक बदल म्हणजे नविन तंत्रज्ञान, लॅपटॉप, कम्प्युटर युवा पिढी जास्त प्रमाणात वापरायला लागली. घरी बसून ई-ग्रंथालयाचा वापर करू लागली. बाहेर जाण्याचा वेळ वाचू लागला. त्यामुळे अभ्यास करायला जास्त वेळ मिळू लागला. अभ्यासाला जास्तीत जास्त वेळ मिळू लागला. प्रत्यक्षरित्या एकमेकांना सहकार्य करणे शक्य नाही. स्वतःकडील असलेल्या ज्ञानाचे आदान प्रदान प्रत्यक्षरित्या होत नाही. आजच्या ज्ञानार्जनावर उद्याचे आर्थिकोत्पादन युवकांचे अवलंबून आहे.

कोरोना महामारीमुळे युवकांमध्ये मानसिक बदल निर्माण झाले. कोरोनाबद्दल भिती, अभ्यासाची काळजी, भविष्याची चिंता, एकटेपणा, सामाजिक संपर्क कमी झाल्याने नैराश्य, मनासारख्या गोष्टी घडत नसल्यामुळे चिडचिडेपणा निर्माण झाला. मानसिक ताण, निरूत्साह निर्माण झाला. कोरोना महामारीमुळे कुटुंबियांप्रती हळवेपणा निर्माण झाला. प्रसारमाध्यमे सारख्या कोरोना महामारीच्या बातम्या सांगतात, दाखवितात, संदेश देतात यामुळे युवकांच्या मानसिक आरोग्यावर परिणाम झाला. मानसिक आरोग्य हे शारीरिक आरोग्याप्रमाणेच सुदृढ असणे आवश्यक आहे. मानसिक आरोग्याचा खूप मोठा परिणाम युवकांच्या वागणुकीवर झाला. कुटुंबामध्ये आपआपसात भावंडांमध्ये संघर्ष निर्माण होवू लागला. मानसिक आरोग्य सुदृढ

राखण्यासाठी आजुबाजुचे वातावरण, कुटुंबातील वातावरण, प्रसारमाध्यमांमध्ये सकारात्मकतेला वाव देणारा असेल तर मानसिक आरोग्य सुदृढ राहिल. शारीरिक समस्यांएवढीच मानसिक समस्याही महत्वपूर्ण आहे. मानसिक आरोग्य चांगले असले तर मानसिक समस्या निर्माण होणार नाही. कोरोना महामारीमुळे मनात कोरोनाची सतत भिती असते. बाहेर जाण्याचे प्रमाण खूप कमी झाले. समारंभ कमी झाले. मन मोकळे करण्यासाठी प्रत्यक्ष मित्र-मैत्रिणींसोबत संपर्क नाही. दिड वर्षांपासून त्याचप्रकारे रूटीन असल्यामुळे युवकांमध्ये मानसिक समस्या निर्माण झाल्यात.

१. कोरोना महामारीमध्ये महाविद्यालयीन युवकांना त्यांच्या भविष्यावची चिंता वाटू लागली.
२. महाविद्यालयीन युवकांना जे ऑनलाईन पद्धतीने शिक्षण घेत आहेत त्यांना ते समजत नाही त्यामुळे अभ्यासाबद्दल काळजी वाटते.
३. युवकांच्या प्राध्यापकांसोबत प्रत्यक्ष संपर्क नसल्यामुळे त्यांच्या सर्व शंकांचे निरसन होत नाही.
४. युवकांमध्ये कोव्हीड-१९ या महामारीमुळे मानसिक ताण निर्माण झाले.
५. ऑनलाईन शिक्षणामध्ये युवकांना मानसिक समाधान मिळत नाही.
६. युवकांची या महामारीमध्ये अभ्यास करण्याची आवड कमी झाली.
७. कोव्हीड-१९ या महामारीमुळे युवकांची दिनचर्या पूर्णतः बदलली.
८. युवकांच्या स्वभावामध्ये कोव्हीड-१९ या महामारीमुळे स्वभावामध्ये चिडचिडेपणा आला.
९. युवकांचे सामाजिक जीवनातील संप्रेषण कमी झाले.
१०. महाविद्यालयीन युवकांना महाविद्यालयातील मित्र-मैत्रिणींसोबत रोज संपर्क येत नसल्यामुळे निराश वाटते.
११. ऑनलाईन शिक्षणाचा युवकांच्या मानसिकतेवर परिणाम झाला.
१२. महाविद्यालयीन युवकांना ऑनलाईन शिक्षणामुळे महाविद्यालयात जाण्याची सवय न राहिल्यामुळे एकाकीपणा जाणवतो.
१३. मोबाईल, लॅपटॉप, कम्प्युटर, टॅबलेटच्या शिक्षणासाठी असलेल्या वापरामुळे शारीरिक आरोग्यावर त्याचा परिणाम झाला.
१४. कोरोना महामारीचा महाविद्यालयीन युवकांच्या मानसिक आरोग्यावर परिणाम झाला.

### सूचना व शिफारशी :

१. महाविद्यालयातील युवकांचे कोरोना महामारीमुळे शिक्षणाचे जे नुकसान झाले त्यांच्या प्राध्यापकांनी रेकॉर्डिंग पाठवाव्या जेणेकरून त्यांना शांतपणे ऐकता येतील जेणेकरून त्यांचे अभ्यासाचे नुकसान होत आहे याची भिती वाटणार नाही.
२. युवकांनी आपली दिनचर्या पूर्णतः स्वतःच्या आवडीनुसार बदलावी.
३. युवकांनी या महामारीमध्ये व्यायाम, प्राणायाम, योगा, ध्यान यांना दैनंदिन जीवनाचा एक महत्वपूर्ण भाग करून घ्यावा.
४. महामारीमध्ये युवकांनी सकारात्मकतेला जास्त महत्व द्यावे.
५. कोव्हीड-१९ या महामारीमध्ये स्वतःला ताण येईल अशाप्रकारे अभ्यास करू नये.

६. महाविद्यालयीन युवकांनी आपल्यातील कौशल्यांना वाव द्यावा.
७. आपल्यातील कौशल्यांचा जास्तीत जास्त विकास करावा.
८. आजच्या स्पर्धेच्या युगामध्ये आपल्या टिकण्यासाठी आपले ज्ञान वाढविण्यावर जास्तीत जास्त भर द्यावा.
९. कोव्हीड-१९ या महामारीच्या काळामध्ये ऑनलाईन ग्रंथालयाचा जास्तीत जास्त उपयोग करून घ्यावा.
१०. शासनाने महाविद्यालयीन युवकांसाठी स्वतंत्र ॲपद्वारे त्यांच्यामध्ये कौशल्य वाढीला चालना देणारे शिक्षण द्यावे.
११. प्राध्यापकांनी महाविद्यालयीन युवकांना शिक्षण देतांना सोप्या भाषेत, विद्यार्थी संख्या रोज कायम राहिल ह्या पद्धतीने ऑनलाईन शिक्षण द्यावे.
१२. महाविद्यालयीन युवकांनी मानसिक स्वास्थ्य जपणे आवश्यक आहे.
१३. महाविद्यालयीन युवकांची गटकार्ये या माध्यमातून ४ ते ५ विद्यार्थ्यांचा गट करून त्यांचा व्यक्तिमत्व विकास वाढविण्यासाठी ऑनलाईन वेगवेगळे कार्यक्रम घ्यावे.
१४. महाविद्यालयीन युवकांनी व्यक्तिसहाय्य कार्ये या माध्यमातून युवकांना त्यांच्या स्वतःच्या समस्या स्वतः सोडविण्यास मदत करावी.
१५. युवकांमध्ये अभ्यास करण्यासाठी व मानसिक समस्या कमी करण्यासाठी प्रात्साहन, उत्साह, प्रेरणा, आवड, जिद्द, मेहनत निर्माण करावी.

**संदर्भ :**

- शिंदे, देवानंद (२०१२) : व्यावसायिक शिक्षण व व्यवसाय, डायमंड पब्लिकेशन्स, पुणे.
- टांकसाळे, प्राजक्ता (२०००) : व्यावसायिक समाजकार्य, श्री साईनाथ प्रकाशन, नागपूर
- <https://mr.m.wikipedia.org>
- <https://en.m.wikipedia.org>