

## विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यविषयक प्रश्नांचे वर्तमानपत्रांतील सादरीकरण : एक चिकित्सक अध्ययन

डॉ. मंगेश गोमासे  
वरिष्ठ वार्ताहर,  
दैनिक सकाळ, नागपूर शहर.

### सारांश :

विद्यार्थ्यांचे मानसिक आरोग्य हा सध्याच्या शिक्षणव्यवस्थेतील अत्यंत महत्त्वाचा आणि संवेदनशील विषय बनला आहे. वाढती शैक्षणिक स्पर्धा, करिअरचा ताण, पालकांच्या अपेक्षा, बेरोजगारीची भीती, डिजिटल माध्यमांचा प्रभाव आणि सामाजिक दबाव यामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये नैराश्य, चिंता, तणाव आणि आत्महत्त्येच्या प्रवृत्ती वाढताना दिसून येत आहेत. अशा परिस्थितीत वर्तमानपत्रे समाजातील महत्त्वाचे माध्यम म्हणून विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यविषयक प्रश्नांना प्रकाशझोतात आणण्याचे कार्य करीत आहेत. प्रस्तुत संशोधनामध्ये प्रमुख मराठी वर्तमानपत्रांमध्ये विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्याशी संबंधित बातम्या, संपादकीय, विशेष लेख, मुलाखती आणि जनजागृतीपर आशयाचे चिकित्सक विश्लेषण करण्यात आले आहे. संशोधनासाठी 'लोकसत्ता', 'सकाळ', 'महाराष्ट्र टाइम्स' आणि 'पुढारी' या वर्तमानपत्रांतील २०२२ ते २०२५ या कालावधीतील निवडक बातम्या व संपादकीयांचा अभ्यास करण्यात आला. या अध्ययनातून असे स्पष्ट होते की, वर्तमानपत्रांनी विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्याशी संबंधित समस्यांवर व्यापक चर्चा घडवून आणली आहे. परीक्षा तणाव, विद्यार्थी आत्महत्या, ऑनलाइन शिक्षणाचा मानसिक परिणाम, करिअरची चिंता आणि कौटुंबिक दबाव यासारख्या मुद्द्यांवर वर्तमानपत्रांनी सातत्याने भाष्य केले आहे. त्याचबरोबर मानसोपचार, समुपदेशन, सकारात्मक शिक्षण आणि मानसिक आरोग्य जनजागृतीची आवश्यकता अधोरेखित करण्यात आली आहे.

### प्रस्तावना :

मानसिक आरोग्य हे व्यक्तीच्या सर्वांगीण विकासाचे मूलभूत घटक मानले जाते. शिक्षण क्षेत्रातील वाढती स्पर्धा आणि बदलत्या सामाजिक परिस्थितीमुळे विद्यार्थ्यांवरील मानसिक ताण मोठ्या प्रमाणात वाढत आहे. विशेषतः उच्च माध्यमिक, पदवी आणि स्पर्धा परीक्षांची तयारी करणाऱ्या विद्यार्थ्यांमध्ये नैराश्य, चिंता, आत्मविश्वासाचा अभाव आणि मानसिक अस्थिरता आढळून येते.

भारतात विद्यार्थ्यांच्या आत्महत्यांचे प्रमाण चिंताजनक आहे. राष्ट्रीय गुन्हे नोंद विभागाच्या (NCRB) अहवालानुसार दरवर्षी हजारो विद्यार्थी आत्महत्या करतात. यामागे शैक्षणिक ताण, अपयशाची भीती, कौटुंबिक अपेक्षा, आर्थिक समस्या आणि सामाजिक तुलना ही कारणे प्रामुख्याने दिसून येतात. अशा परिस्थितीत वर्तमानपत्रे केवळ माहिती देणारे माध्यम न राहता सामाजिक जनजागृती करणारे प्रभावी व्यासपीठ म्हणून कार्य करतात.

विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्याच्या प्रश्नांना योग्य पद्धतीने समाजासमोर मांडणे, समस्यांचे गांभीर्य अधोरेखित करणे आणि उपाययोजनांची चर्चा घडवून आणणे ही माध्यमांची सामाजिक जबाबदारी आहे.

मराठी वर्तमानपत्रांनी परीक्षा तणाव, स्पर्धा परीक्षांचे दडपण, करिअरचा संघर्ष, ऑनलाइन शिक्षणामुळे निर्माण झालेले मानसिक प्रश्न आणि विद्यार्थी आत्महत्या यासारख्या मुद्द्यांवर सातत्याने वार्ताकन केले आहे. प्रस्तुत संशोधनामध्ये या सादरीकरणाचे चिकित्सक विश्लेषण करण्यात आले आहे.

### संशोधनाची उद्दिष्टे :

- विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यविषयक प्रश्नांचे वर्तमानपत्रांतील सादरीकरण अभ्यासणे.
- प्रमुख मराठी वर्तमानपत्रांनी मानसिक आरोग्य विषयाला दिलेल्या प्राधान्याचे विश्लेषण करणे.
- विद्यार्थी आत्महत्या, परीक्षा तणाव आणि नैराश्यावरील वार्ताकनाचे स्वरूप समजून घेणे.
- मानसिक आरोग्यविषयक संपादकीय भूमिकेचे चिकित्सक अध्ययन करणे.
- मानसिक आरोग्य जनजागृतीमध्ये वर्तमानपत्रांची भूमिका तपासणे.
- विद्यार्थ्यांच्या मानसिक समस्यांवरील उपाययोजनांचे माध्यमांद्वारे सादरीकरण समजून घेणे.
- समाजावर आणि विद्यार्थ्यांवर वर्तमानपत्रांच्या प्रभावाचा अभ्यास करणे.

### संशोधन पद्धती :

या संशोधनासाठी गुणात्मक आणि आशय विश्लेषण पद्धतीचा वापर करण्यात आला आहे.

- संशोधनाचे स्वरूप
- गुणात्मक संशोधन
- वर्णनात्मक संशोधन
- आशय विश्लेषण पद्धती

### नमुना निवड :

‘लोकसत्ता’, ‘सकाळ’, ‘महाराष्ट्र टाइम्स’ आणि ‘पुढारी’ या प्रमुख मराठी वर्तमानपत्रांतील २०२२ ते २०२५ या कालावधीतील मानसिक आरोग्यविषयक बातम्या, संपादकीय आणि विशेष लेख निवडण्यात आले.

- माहिती संकलन साधने
- वर्तमानपत्रीय लेखांचे विश्लेषण
- संपादकीयांचा अभ्यास
- शिक्षणतज्ज्ञ आणि मानसोपचारतज्ज्ञांच्या मुलाखती

- संशोधन लेख आणि सरकारी अहवाल

### संशोधनाचा सारांश :

प्रस्तुत संशोधनामध्ये विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यविषयक प्रश्नांचे मराठी वर्तमानपत्रांतील सादरीकरण अभ्यासण्यात आले. अध्ययनातून असे आढळून आले की, विद्यार्थ्यांवरील मानसिक ताण हा शिक्षण क्षेत्रातील गंभीर प्रश्न म्हणून वर्तमानपत्रांनी सातत्याने मांडला आहे. परीक्षेच्या काळात तणाव व्यवस्थापन, समुपदेशन, पालकांची भूमिका आणि सकारात्मक विचार यासंदर्भातील लेख प्रकाशित करण्यात आले. विद्यार्थी आत्महत्यांच्या घटनांवर संवेदनशील वार्ताकन करताना मानसिक आरोग्य सहाय्याची आवश्यकता अधोरेखित करण्यात आली.

कोविड-१९ महामारीनंतर ऑनलाइन शिक्षणामुळे निर्माण झालेल्या एकाकीपणा, डिजिटल थकवा आणि सामाजिक तुटकपणाच्या समस्यांवरही वर्तमानपत्रांनी चर्चा केली. वर्तमानपत्रांनी मानसोपचारतज्ज्ञांच्या मुलाखती, समुपदेशन मार्गदर्शन आणि प्रेरणादायी यशकथा प्रसिद्ध करून सकारात्मक मानसिकतेस प्रोत्साहन दिले. अभ्यासातून असेही स्पष्ट झाले की, काही वेळा विद्यार्थी आत्महत्यांच्या बातम्यांमध्ये अतिरेकी भावनिकता आणि सनसनाटी मांडणी दिसून येते. त्यामुळे मानसिक आरोग्य विषय हाताळताना पत्रकारितेतील नैतिकतेचे पालन आवश्यक असल्याचे जाणवते.

### वर्तमानपत्रांतील मानसिक आरोग्यविषयक सादरीकरणाचे विश्लेषण

१. परीक्षा तणावाचे सादरीकरण : परीक्षा काळात विद्यार्थ्यांवरील मानसिक ताण मोठ्या प्रमाणात वाढतो. वर्तमानपत्रांनी वेळोवेळी 'तणावमुक्त परीक्षा', 'पालकांची भूमिका', 'अपयशाकडे सकारात्मक दृष्टीने पाहा' यांसारख्या लेखांद्वारे जनजागृती केली.
२. विद्यार्थी आत्महत्या आणि माध्यमांची भूमिका : विद्यार्थी आत्महत्या हा अत्यंत संवेदनशील विषय आहे. अनेक वर्तमानपत्रांनी या घटनांचे वार्ताकन करताना शिक्षण व्यवस्थेतील ताण, स्पर्धा आणि सामाजिक दबाव अधोरेखित केला. मात्र काही ठिकाणी सनसनाटी शीर्षके आणि भावनिक मांडणी आढळून आली.
३. समुपदेशन आणि मानसोपचार : मानसिक आरोग्य तज्ज्ञांच्या मुलाखती, समुपदेशन शिबिरे आणि हेल्पलाईनची माहिती वर्तमानपत्रांनी सातत्याने प्रसिद्ध केली. यामुळे मानसिक आरोग्याबाबत सकारात्मक दृष्टीकोन तयार होण्यास मदत झाली.
४. डिजिटल शिक्षण आणि मानसिक परिणाम : ऑनलाइन शिक्षणामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये सामाजिक एकाकीपणा, स्क्रीन टाइम वाढणे आणि मानसिक थकवा निर्माण झाल्याचे वर्तमानपत्रांनी अधोरेखित केले.

### केस स्टडी १ : स्पर्धा परीक्षेच्या तणावामुळे विद्यार्थ्यांची आत्महत्या

महाराष्ट्रातील एका विद्यार्थ्याने स्पर्धा परीक्षेतील अपयशामुळे आत्महत्या केल्याची घटना प्रमुख वर्तमानपत्रांमध्ये प्रसिद्ध झाली होती. या घटनेनंतर अनेक वर्तमानपत्रांनी 'अपयश म्हणजे जीवनाचा अंत नाही', 'विद्यार्थ्यांना मानसिक आधाराची गरज' आणि 'पालकांनी अपेक्षांचा अतिरेक टाळावा' यांसारखे संपादकीय

प्रकाशित केले. या प्रकरणामुळे विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यावर सार्वजनिक चर्चा सुरू झाली. काही वर्तमानपत्रांनी मानसोपचारतज्ञांच्या मुलाखती प्रसिद्ध करून विद्यार्थ्यांना समुपदेशन घेण्याचे आवाहन केले.

#### निरीक्षण :

- मानसिक आरोग्य जनजागृती वाढली.
- पालक आणि शिक्षकांची जबाबदारी अधोरेखित झाली.
- माध्यमांनी सामाजिक चर्चेला चालना दिली.

#### केस स्टडी २ : कोविडनंतर ऑनलाइन शिक्षणामुळे वाढलेला मानसिक ताण

कोविड-१९ महामारीनंतर विद्यार्थ्यांना दीर्घकाळ ऑनलाइन शिक्षण घ्यावे लागले. अनेक वर्तमानपत्रांनी विद्यार्थ्यांच्या मानसिक समस्यांवर विशेष लेखमाला प्रसिद्ध केल्या. सामाजिक एकाकीपणा, मोबाईल व्यसन, नैराश्य आणि अभ्यासातील अनास्था यावर चर्चा झाली. 'सकाळ' आणि 'लोकसत्ता'ने डिजिटल डिटॉक्स, समुपदेशन आणि कुटुंबीयांच्या संवादाचे महत्त्व अधोरेखित केले.

#### निरीक्षण :

- ऑनलाइन शिक्षणाचे मानसिक परिणाम अधोरेखित झाले.
- मानसिक आरोग्य सहाय्याची गरज स्पष्ट झाली.
- वर्तमानपत्रांनी जनजागृतीपर भूमिका बजावली.

#### निष्कर्ष :

या संशोधनातून असे स्पष्ट होते की, मराठी वर्तमानपत्रांनी विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यविषयक प्रश्नांना समाजासमोर प्रभावीपणे मांडले आहे. परीक्षा तणाव, विद्यार्थी आत्महत्या, करिअरचा दबाव, डिजिटल शिक्षणाचे परिणाम आणि नैराश्य यांसारख्या विषयांवर सातत्याने लेखन करण्यात आले. वर्तमानपत्रांनी मानसिक आरोग्य विषयावरील सामाजिक कलंक कमी करण्यासाठी प्रयत्न केले. समुपदेशन, मानसोपचार आणि सकारात्मक जीवनशैली याबाबत जनजागृती केली. तथापि, काही प्रकरणांमध्ये सनसनाटी मांडणीमुळे संवेदनशील पत्रकारितेची गरज अधोरेखित होते. एकूणच, विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्याबाबत समाजात जागरूकता निर्माण करण्यात वर्तमानपत्रांची भूमिका महत्त्वपूर्ण ठरली आहे.

#### शिफारसी :

- विद्यार्थी आत्महत्यांच्या बातम्यांचे संवेदनशील आणि नैतिक पद्धतीने वार्ताकन करावे.
- मानसिक आरोग्य विषयावरील नियमित संपादकीय आणि विशेष पुरवण्या प्रकाशित कराव्यात.

- समुपदेशक, मानसोपचारतज्ज्ञ आणि शिक्षणतज्ज्ञांच्या मुलाखतींना अधिक स्थान द्यावे.
- विद्यार्थ्यांसाठी हेल्पलाईन आणि समुपदेशन केंद्रांची माहिती नियमित प्रसिद्ध करावी.
- परीक्षा काळात तणाव व्यवस्थापन मोहिमा राबवाव्यात.
- पालक आणि शिक्षकांसाठी मानसिक आरोग्य जागरूकता लेख प्रकाशित करावेत.
- माध्यमांनी सनसनाटीपणा टाळून जबाबदार पत्रकारितेचे पालन करावे.
- ग्रामीण विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्य समस्यांवर विशेष लक्ष केंद्रित करावे.

### संदर्भ सूची :

- राष्ट्रीय गुन्हे नोंद विभाग (NCRB) अहवाल
- डॉ. एस. बी. देसाई – शिक्षण आणि माध्यमे
- मानसिक आरोग्य आणि विद्यार्थी जीवन – डॉ. शैलजा पाटील
- भारतीय पत्रकारिता आणि सामाजिक प्रश्न – डॉ. कुलकर्णी
- लोकसत्ता संपादकीय संग्रह (२०२२-२०२५)
- सकाळ शिक्षण विशेषांक (२०२२-२०२५)
- महाराष्ट्र टाइम्स शिक्षण पुरवणी
- पुढारी शिक्षण विशेष लेख
- जागतिक आरोग्य संघटना (डब्ल्यूएचओ) मानसिक आरोग्य अहवाल
- विद्यार्थ्यांचे मानसिक आरोग्य : संशोधन आणि वास्तव – डॉ. रेखा देशमुख
- माध्यम आणि समाज – प्रा. अ. ना. देशपांडे
- ऑनलाइन शिक्षण आणि मानसिक परिणाम – संशोधन जर्नल
- शिक्षण मानसशास्त्र – डॉ. वी. जी. पाटील
- उच्च शिक्षण आणि युवक समस्या – डॉ. जोशी
- भारतीय शिक्षण व्यवस्था आणि मानसिक आरोग्य – संशोधन अहवाल

### उपसंहार :

विद्यार्थ्यांचे मानसिक आरोग्य हा केवळ वैयक्तिक प्रश्न नसून तो सामाजिक आणि शैक्षणिक प्रश्न आहे. वर्तमानपत्रांनी या विषयाला दिलेले महत्त्व समाजातील जागरूकता वाढविण्यासाठी उपयुक्त ठरले आहे. शिक्षण क्षेत्रातील ताणतणाव कमी करण्यासाठी आणि विद्यार्थ्यांना मानसिक आधार देण्यासाठी माध्यमे, शिक्षणसंस्था, पालक आणि शासन यांनी समन्वयाने कार्य करणे आवश्यक आहे.