

**कोव्हिड 19 च्या संदर्भात सामाजिक ताण-तणाव : एक समाजशास्त्रीय अध्ययन**

**Social Stress in the Context of COVID 19: A Sociological Study**

**डॉ. बंडू उत्तमराव जामनिक\***

**\*समाजशास्त्र विभाग प्रमुख श्री गणेश कला महाविद्यालया, कुंभारी अकोला.**

**DR. BANDU UTTAMRAO JAMNIK\***

**\*Head Department of Sociology Shri Ganesh Arts College, Kumbhari Akola MS**

**सार :**

कोव्हिड 19 या साथीच्या आजारामुळे बऱ्याच काळापासून संपूर्ण देशभरात लॉकडाउन होता. तसेच अब्जावधी लोकसंख्येच्या हालचाली त्वरीत मर्यादित करण्यात आल्या तरी सुध्दा या आजाराचे पाहीजे त्या प्रमाणात नियंत्रण करता आला आले नाही. काही कालावधीमध्ये संक्रमित लोकांची संख्या कमी झाली तरी कोव्हिड 19 फेज 2 च्या अंतर्गत मोठ्या प्रमाणात लोक संक्रमित झाले शिवाय या कालावधीमध्ये मुत्युदरामध्ये सुध्दा मोठ्या प्रमाणात वाढ झाली आहेत. त्यामध्ये महाराष्ट्र राज्य आणि त्यामधील बरेच जिल्हे मोठ्या प्रमाणात संक्रमित आहेत. यामुळे एक प्रकारची भितीदायक वातावरण संपूर्ण समाज व्यवस्थेमध्ये निर्माण झाले आणि या नकारात्मक वातावरणामुळे सामाजिक ताण-तणावाचे प्रमाण मोठ्या प्रमाणात वाढून या महामारीमुळे तणावाशी संबंधित अन्य आजारांमुळे मोठी लोकसंख्या संक्रमित झाली शिवाय ज्यांना कोव्हिड 19 चे संक्रमण झाले परंतु त्याच्या भितीमुळे बहुतांश लोकांचे मुत्यु झाले शिवाय काही लोक संक्रमणातून बरे झाल्यानंतर सुध्दा विविध प्रकारच्या ताण तणावाला बळी पडून त्यांचे प्राण गेले आहेत. या कालावधीमध्ये महाराष्ट्र राज्यातील अकोला जिल्ह्यामध्ये कोव्हिड 19 फेज 2 च्या कालावधीत, समाजामध्ये निर्माण झालेले या आजाराच्या संदर्भातील ताण, तणावचे स्वरूप आणि त्याचे प्रमुख स्रोत याचा अभ्यास करण्यात आला आहे. या संशोधनासाठी 120 प्रौढ कुटूंब प्रमुखांची निवड करण्यात आली. माहितीचे संकलन करण्यासाठी स्व-निर्मित ताण-तणाव मापिकेचा वापर करण्यात आला. तथ्यांचे विश्लेषण करण्यासाठी वारंवारिता, शेकडा प्रमाण आणि काई स्क्वेअर या सांख्यिकीय तंत्राचा वापर करण्यात आला. यावरून दिसून आले की, 63.50% व्यक्तींना मोठ्या प्रमाणात कोव्हिड 19 फेज 2 मुळे ताण-तणाव निर्माण झाला, 6.50% व्यक्तींना सामान्य प्रमाणात आणि 30.00% निम्न प्रमाणात ताण-तणाव जाणवला. त्याचे गंभीर परिणाम त्यांच्या आरोग्यावर झाल्याचे दिसून आले. यामध्ये साथीच्या आजाराचा त्यांच्या स्वतःच्या वैयक्तिक भविष्यावर होणारा परिणाम

चिंतेचा प्रमुख स्रोत होतो याशिवाय आर्थिक चिंता, निराशा, कोविडच्या संदर्भातील भीती ही कारणे त्यांचा ताण-तणाव वाढण्यास कारणीभूत होती त्याचे गंभीर परिणाम सामाजिक घटकांवर झाले असल्याचे दिसून आले.

प्रस्तावना :

कोविड-19 कोरोनाव्हायरस किंवा गंभीर तीव्र श्वसन सिंड्रोम कोरोना व्हायरस हा कोरोना कुटुंबातील एक व्हायरस आहे. जगामध्ये साथीचे आजार लोकांसाठी नवीन नाहीत या अगोदर सुध्दा प्लेग, कॉलरा, फ्लू, स्पॅनिश फ्लू, इबोला, इत्यादी साथीच्या आजार पसरलेले आहेत. परंतु कोविड -19 चा प्रभाव होऊन गेलेल्या इतर साथीच्या आजारापेक्षा जास्त प्रभावी राहला आहे आणि त्यामुळे संपूर्ण समाजामध्ये भितीदायक वातावरण निर्माण झाले आहे आणि हे वातावरण कीती कालावधीसाठी राहिल यासंदर्भात कोणतेही संदर्भ सदयस्थितीमध्ये विश्वासनीय नाही.

कोरोना व्हायरसमुळे सदयस्थितीमध्ये सक्रमितांचे प्रमाण आणि मृत्यू दर मोठ्या प्रमाणात वाढत आहे. ही बाब देशासाठी चिंताजनक आहे. या आजाराचा नियंत्रित करण्यासाठी केंद्र सरकार, राज्य सरकार आणि विविध सामाजिक संस्था आणि संगठणा मोठ्या प्रमाणात प्रयत्न करित आहेत शिवाय वैद्यकीय सेवांवर सुध्दा याचा मोठा ताण येत आहे. अशा स्थितीत बऱ्याच व्यक्तींना संक्रमित झाल्यानंतर ऑक्सीजनची उपलब्धता न झाल्यामुळे मृत्युची प्रकारने सुध्दा वाचनामध्ये येत आहेत. अशा स्थितीमध्ये समाजामध्ये ताण-तणाव वाढणे सहाजीक आहे. आणि या ताण-तणावामुळे आणखी आरोग्य विषयक समस्या निर्माण होतांना दिसून येत आहे. आणि कोविड 19 च्या भितीमुळे निर्माण झालेल्या आरोग्य विषयक समस्यांमुळे पुन्हा ताण-तणाव वाढतांना दिसून येतो. याचा प्रदर्शन प्रभावी होऊन बहुतांश व्यक्ती तणावामध्ये जीवन जगत आहे अशा स्थितीत कोविड 19 फेज 2 च्या संदर्भात समाजाच्या ताण-तणावाची स्थिती काय आहे याचा अभ्यास करण्यात आला आहे.

कोविड-19 च्या संक्रमणाला आळा घालण्यासाठी शासनाने लोकांच्या घरातून बाहेर जाण्यावर बंदी घालून संपर्काच्या माध्यमातून होणारा या विषाणूचा संसर्ग कमी करण्यासाठी प्रयत्न सतत सुरू ठेवलेले आहेत. दुकाने, कामाची ठिकाणे आणि पूजास्थळे बंद करणे, सार्वजनिक वाहतुकीचा प्रवेश प्रतिबंधित करणे आणि सामाजिक मेळावे समाप्त करणे. इत्यादी हे करित असतांना समाज मनावर त्याचा काय परिणाम होईल या बाबीकडे मोठ्या प्रमाणात दूरक्ष झाल्याचे दिसून येते. त्याचा परिणाम म्हणून मानसशास्त्रीय आरोग्यावर तसेच मानसिक ताण, चिंता, नैराश्य, आणि मानसिक आरोग्याच्या समस्या निर्माण करण्याच्या तीव्रतेवर झाला आहे. तणावग्रस्त परिस्थितींमुळे व्यक्तीची प्रतिकारशक्ती कमी होणे व त्यांना सक्रमण होणे ह्या बाबी सुध्दा मोठ्या प्रमाणात समाजामध्ये दिसून येत आहेत. शिवाय या साथीच्या आजाराचा सामना करणाऱ्या व्यक्तींना शिवाय त्यांचा प्रतिकार करणाऱ्या संसाधनांवर मोठ्या प्रमाणात ताण येतो ही बाब विचारात घेता महाराष्ट्रामधील अकोला जिल्ह्यातील कोविड 19 फेज 2 च्या दरम्यान लोकांच्या मानसिक आरोग्याच्या संदर्भात त्यांचा ताण, तणावाचे स्रोत आणि त्या तणावाला दूर करण्याच्या कार्यनितीचा अभ्यास या संशोधनामध्ये करण्यात आला आहे.

**संशोधन पद्धती :**

या संशोधनासाठी वर्णनात्मक संशोधन पद्धतीच्या अंतर्गत सर्वेक्षण पद्धतीचा वापर करण्यात आला. संशोधनासाठी 120 नागरीकांची निवड करण्यात आली त्यासाठी उद्देपूर्ण नमूना निवड पद्धतीचा वापर करण्यात आला. तथ्यांचे संकलन

करण्यासाठी स्व-निर्मित ताण-तणाव मापिकेचा वापर करण्यात आला. गुगुल फॉर्मचा वापर करून आवश्यक तथ्यांचे संकलन करण्यात आले.

### सांख्यिकीय विश्लेषण :

या संशोधनामध्ये तथ्यांचे विश्लेषण करण्यासाठी वारंवारीता, शेकडा प्रमाण, काई स्क्वेअर या सांख्यिकीय तंत्राचा वापर करण्यात आला.

#### सारणी क्र.1.1

#### कोव्हिड 19 चा सामाजिक ताण-तणावावरील प्रभावाचे विवरण

| अ. क्रं | विवरण  | संख्या व % | होय   | कधी कधी | नाही | एकूण | काई स्क्वेअर |
|---------|--|------------|-------|---------|------|------|--------------|
| 1       | जगभरातील रोगाच्या परिणामाबद्दल चिंता करता                    | संख्या     | 62    | 47      | 11   | 120  | 34.00        |
|         |  | %          | 51.67 | 39.167  | 9.17 | 100  |              |
| 2       | अज्ञात भविष्याबद्दल चिंता करता                               | संख्या     | 53    | 52      | 15   | 120  | 23.45        |
|         |  | %          | 44.17 | 43.333  | 12.5 | 100  |              |
| 3       | एखाद्याच्या नोकरी किंवा व्यवसायाच्या भविष्याबद्दल चिंता करता | संख्या     | 52    | 51      | 17   | 120  | 19.85        |
|         |  | %          | 43.33 | 42.5    | 14.2 | 100  |              |
| 4       | आर्थिक समस्या भेडसावतात                                      | संख्या     | 50    | 51      | 19   | 120  | 16.55        |
|         |  | %          | 41.67 | 42.5    | 15.8 | 100  |              |
| 5       | अस्वस्थता, होमबाउंड असल्याबद्दल निराशा मनामध्ये येते.        | संख्या     | 45    | 54      | 21   | 120  | 14.55        |
|         |  | %          | 37.5  | 45      | 17.5 | 100  |              |
| 6       | कोविड 19 च्या संदर्भात सदैव चिंता वाटते.                     | संख्या     | 43    | 62      | 15   | 120  | 27.95        |
|         |  | %          | 35.83 | 51.667  | 12.5 | 100  |              |
| 7       | लॉकडाऊन दरम्यान एकटेपणा वाटतो                                | संख्या     | 38    | 63      | 19   | 120  | 24.35        |
|         |  | %          | 31.67 | 52.5    | 15.8 | 100  |              |
| 8       | पूर्वीचे समर्थक गमावले याचे दुःख वाटते.                      | संख्या     | 30    | 65      | 25   | 120  | 23.75        |
|         |  | %          | 25    | 54.167  | 20.8 | 100  |              |
| 9       | लॉकडाऊन दरम्यान कुटुंबाच्या आरोग्याची चिंता वाटते.           | संख्या     | 34    | 54      | 32   | 120  | 7.40         |
|         |  | %          | 28.33 | 45      | 26.7 | 100  |              |
| 10      | घरी कामाचे ओझे वाढले आहे.                                    | संख्या     | 24    | 64      | 32   | 120  | 22.40        |
|         |  | %          | 20    | 53.333  | 26.7 | 100  |              |
| 11      | घरी कठीण तणावपूर्ण परस्पर संबंध                              | संख्या     | 19    | 91      | 10   | 120  | 98.55        |

|    |   |        |       |        |      |     |        |
|----|---|--------|-------|--------|------|-----|--------|
|    | निर्माण होतात.  | %      | 15.83 | 75.833 | 8.33 | 100 |        |
| 12 | घरी वृद्ध नातेवाईकांचे व्यवस्थापन कसे करावे याची चिंता वाटते    | संख्या | 15    | 92     | 13   | 120 | 101.45 |
|    |   | %      | 12.5  | 76.667 | 10.8 | 100 |        |
| 13 | स्वतःच्या आजाराची भीती वाटते.                                   | संख्या | 17    | 92     | 11   | 120 | 101.85 |
|    |   | %      | 14.17 | 76.667 | 9.17 | 100 |        |
| 14 | घरी लहान मुलांच्या संदर्भात चिंता वाटते.                        | संख्या | 10    | 96     | 14   | 120 | 117.80 |
|    |   | %      | 8.333 | 80     | 11.7 | 100 |        |
| 15 | व्यसन (अल्कोहोल, सिगारेट, खरेदी इ.) जास्त प्रमाणात करावे लागते. | संख्या | 12    | 98     | 10   | 120 | 126.20 |
|    |   | %      | 10    | 81.667 | 8.33 | 100 |        |
| 16 | कोविड d 19 मुळे मृत्यू होण्याची भीती वाटते                      | संख्या | 8     | 96     | 16   | 120 | 118.40 |
|    |   | %      | 6.667 | 80     | 13.3 | 100 |        |

### निष्कर्ष :

सर्व देशभर परसलेल्या कोव्हिड 19 मुळे निर्माण झालेल्या सामाजिक स्तरावरील तणावाचा अभ्यास करण्यासाठी महाराष्ट्र राज्यातील अकोला जिल्हयातील 120 कुटूंबप्रमुखांचा अभ्यास केला. कोव्हिड 19 फेज 2 दरम्यानच्या कालावधीमध्ये केलेल्या लॉकडाऊनच्या दरम्यान हा अभ्यास करण्यात आला. या अभ्यासाचे मुख्य निष्कर्ष असे की कोव्हिड 19 मुळे समाजामध्ये उच्च पातळीचे ताण-तणाव होते, लॉकडाऊनचा कालावधीचा व्यक्तींच्या जीवनातील अनेक पैलूंचा होणारा परिणाम लक्षात घेता, बहुतेक व्यक्तींना यापूर्वी असा अनुभव आला नसल्याचे दिसून येते. प्रिंट मिडीया आणि टीव्हीवरील बातम्या सतत देशांमधील निराशाजनक परिस्थितीचे प्रसारण करत आहेत. भारतातील इतर अभ्यास सुद्धा या निष्कर्षांचे समर्थन करतात. लॉकडाऊनच्या पहिल्या आठवड्यात केलेल्या अभ्यासातून असे दिसून आले की लोकसंख्येच्या 33% लोकांच्या मानसिकतेवर आणि त्यांच्या ताण तणावावर त्याचा विपरीत परिणाम पडलेला आहे. वर्मा आणि मिश्रा यांच्या अभ्यासातून असे आढळले आहे की सुमारे ११% लोकांना दोन आठवड्यांनंतर तीव्र स्वरूपातील ताण-तणावाचा सामना करावा लागला.

लोकसंख्यात्मक चलांच्या संदर्भात त्यांच्या ताणतणावाच्या संबंधाची तुलना करताना असे दिसून आले की पुरुषांना स्त्रियांच्या तुलनेत जास्त प्रमाणात ताण-तणावाचा सामना करावा लागतो आहे. वयानुसार विचार केल्यास दिसून येते की, कमी वय असलेल्यांना ताण-तणाव अधिक प्रमाणात होता. यावरून दिसून आले की तरुण व्यक्तींना मोठ्या प्रमाणात ताण-तणावाचा सामना करावा लागत आहे. शिक्षण आणि उत्पन्नाची पातळी देखील त्यांच्या तणावाशी नकारात्मकरीत्या संबंधित असल्याचे दिसून आले; त्यामध्ये कमी शिक्षित आणि कमी उत्पन्न असणाऱ्या लोकांना जास्त प्रमाणात ताण-तणाव सहन करावा लागला. ताणतणावाचा मुख्य स्रोत म्हणजे जगभरात काय घडत आहे याची सामान्य चिंता हे कारण होते. विकसित देशांमध्ये तसेच सर्व देशभर हा आजार पसरलेला असल्यामुळे आपल्या वैयक्तिक भविष्यात काय होईल याची चिंता त्यांना

मोठ्या प्रमाणात भेडसावत होती. नोकरी आणि व्यवसायाबद्दल आर्थिक चिंता भविष्यातील चिंता सुध्दा यादरम्यान निर्माण झाली आणि त्यामुळे सामाजिक ताण-तणाव वाढला असल्याचे दिसून येते.

### संदर्भ ग्रंथ सूची

1. Gorbalenya AE, Baker SC, Baric RS, de Groot RJ, Drosten C, Gulyaeva AA, *et al.* The species Severe acute respiratory syndrome-related coronavirus: classifying 2019-nCoV and naming it SARS-CoV-2. *Nature Microbiology* 2020;5.
2. Worldometer. (n.d.). Covid-19 Corona Virus Pandemic. Available from: <https://www.worldometers.info/coronavirus/>. [Last retrieved on 2020 Jun 05].
3. MyGov. (n.d) Government of India site Covid-19 Dashboard Information. Available from: <https://www.mygov.in/covid-19>. [Last retrieved on 2020 Jun 05].
4. Stress and Coping. Centre for Disease Control and Prevention; 2020. Available from: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>. [Last accessed on 2020 Apr 30].
5. Mental Health in the Times of COVID-19 Pandemic Guidance for General Medical and Specialised Mental Health Care Settings. Department of Psychiatry. National Institute of Mental Health and Neuro Sciences (NIMHANS); 2020.