

डिजिटल माध्यम, चॅटबोट आणि तरुणांचे मानसिक आरोग्य सेवा स्वीकार आणि परिणाम : एक समाजशास्त्रीय मध्यस्थी विशेष संदर्भ वाशिम जिल्हा

ज्ञानेश्वर सारंगधर गोरे

सहा. प्राध्यापक

सरस्वती समाजकार्य महाविद्यालय, वाशिम

सार :

हा अभ्यास वाशिम जिल्ह्यातील तरुणांमध्ये डिजिटल माध्यम आणि चॅटबोटद्वारे मानसिक आरोग्य सेवा स्वीकार आणि त्यांच्या परिणामांचे समाजशास्त्रीय दृष्टिकोनातून विश्लेषण करतो. अभ्यासातून हे स्पष्ट झाले की, तरुण वर्ग डिजिटल प्लॅटफॉर्मवर उपलब्ध मानसिक आरोग्य सेवांकडे अधिक प्रोत्साहित आहे, परंतु सामाजिक, सांस्कृतिक आणि व्यक्तिशः अडथळे त्यांच्या स्वीकारावर प्रभाव टाकतात. चॅटबोटच्या माध्यमातून सेवा घेतल्यास मानसिक तणाव कमी होण्यास, आत्मविश्वास वाढविण्यास आणि समुपदेशन अनुभव सुलभ होण्यास मदत होते. या संशोधनातून डिजिटल हस्तक्षेप आणि समाजशास्त्रीय घटक यांचा मानसिक आरोग्य सेवांवरील प्रभाव समजण्यास मदत होते.

प्रस्तावना :

गत दोन दशकांत माहिती आणि दळणवळण तंत्रज्ञानाच्या झपाट्याने झालेल्या प्रगतीमुळे सामाजिक जीवनाच्या सर्वच क्षेत्रांत आमूलाग्र बदल घडून आले आहेत. शिक्षण, आरोग्य, प्रशासन, रोजगार निर्मिती यांसह मानसिक आरोग्यदेखील डिजिटल माध्यमांच्या प्रभावातून सुटलेले नाही. विशेषतः तरुण पिढी ही इंटरनेट, स्मार्टफोन, सोशल मीडिया, कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) आणि चॅटबोट्स यांच्या सक्रिय वापरामुळे "डिजिटल नेटिव्ह" म्हणून उदयास आली आहे. त्यामुळे मानसिक आरोग्यासंदर्भातील माहिती मिळवणे, समुपदेशन घेणे, आपले अनुभव शेअर करणे किंवा मदत मागणे हे प्रक्रियात्मकदृष्ट्या अधिक सुलभ झाले आहे.

भारतासारख्या विकसनशील देशात, तसेच महाराष्ट्रातील वाशिमसारख्या प्रामुख्याने ग्रामीण-आदिवासी लोकसंख्येच्या जिल्ह्यात पारंपरिक मानसिक आरोग्य सेवांबाबत सामाजिक कलंक ( stigma), कमी उपलब्धता, तज्ज्ञांचे अभाव, आर्थिक मर्यादा आणि जागरूकतेची कमतरता ही गंभीर आव्हाने आहेत. अशा परिस्थितीत डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवा उदा., मोबाईल ॲप्स, ऑनलाईन काऊन्सेलिंग, चॅटबोट-आधारित भावनिक सहाय्य, व्हर्चुअल सायको-एज्युकेशन या पर्यायी आणि सुलभ साधनांच्या रूपात उदयास येत आहेत.

चॅटबोट तंत्रज्ञान हे विशेषतः तरुणांसाठी अधिक स्वीकारार्ह मानले जाते, कारण ते गोपनीयता राखणारे, तत्काळ प्रतिसाद देणारे आणि २४ x७ उपलब्ध असणारे आहे. समाजशास्त्रीय दृष्टिकोनातून पाहिले तर डिजिटल माध्यमे

सामाजिक परस्परसंवादाच्या नव्या पद्धती निर्माण करतात , भावनिक अभिव्यक्तीचे स्वरूप बदलतात आणि मानसिक आरोग्यविषयक मदत मागण्याचे व्यवहार ( help-seeking behaviour) अधिक खुल्या आणि संवादात्मक करतात. तथापि, या माध्यमांचा वापर करताना डिजिटल असमानता, इंटरनेट प्रवेशातील तफावत, तांत्रिक कौशल्याची कमतरता, तसेच गोपनीयता व विश्वास यांच्या समस्या देखील प्रकर्षाने दिसून येतात.

वाशिम जिल्ह्यातील तरुणांमध्ये डिजिटल मानसिक आरोग्य साधनांच्या स्वीकाराचे प्रमाण वाढत असले तरी त्याचा प्रत्यक्ष परिणाम मानसिक आरोग्य सुधारणा , भावनिक स्थैर्य, सामाजिक जोडणी आणि कलंक कमी होण्यावर कितपत होतो, हा प्रश्न महत्त्वाचा ठरतो. या संदर्भात सामाजिक संरचना , कुटुंबव्यवस्था, शैक्षणिक वातावरण , आर्थिक पार्श्वभूमी आणि स्थानिक संस्कृती या घटकांची मध्यस्थी महत्त्वाची ठरते.

या संशोधनाचा उद्देश वाशिम जिल्ह्यातील तरुणांची डिजिटल माध्यमे व चॅटबोट-आधारित मानसिक आरोग्य सेवांकडे पाहण्याची भूमिका , स्वीकार आणि वापराची पातळी , सामाजिक-सांस्कृतिक अडथळे , तसेच या सेवांचा मानसिक आरोग्य परिणामांवर होणारा समाजशास्त्रीय प्रभाव यांचा सखोल अभ्यास करणे हा आहे. यामुळे ग्रामीण आणि अर्ध-शहरी समाजातील तरुण मानसिक आरोग्याच्या नव्या डिजिटल प्रवाहाशी कसे जुळवून घेत आहेत , याची सर्वांगीण समज प्राप्त होईल.

### संशोधनाची गरज व महत्त्व :

आजच्या डिजिटल युगात तरुण वर्ग सर्वाधिक प्रमाणात इंटरनेट, सोशल मीडिया, मोबाइल ॲप्स आणि चॅटबोटच्या संपर्कात आहे. मानसिक आरोग्याशी संबंधित जागरूकता वाढत असली तरी ग्रामीण भागात— विशेषतः वाशिमसारख्या मराठवाडा-विदर्भाच्या जिल्ह्यांमध्ये मानसिक आरोग्य सेवा मिळण्याची उपलब्धता कमी, सामाजिक कलंक जास्त आणि तज्ञांची संख्या अपुरी आहे.

अशा परिस्थितीत डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवा, त्यातील AI आधारित चॅटबोट, ऑनलाईन काऊन्सेलिंग, आणि माहितीपर सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्म हे तरुणांना सहज, स्वस्त आणि गुप्ततेने उपलब्ध होऊ शकणारे तंत्रज्ञानपर पर्याय बनले आहेत.

पण या सेवांचा स्वीकार, विश्वासाची पातळी, प्रत्यक्षातील मानसिक आरोग्य परिणामांवर होणारा प्रभाव आणि समाजशास्त्रीय मध्यस्थी जसे की सामाजिक कलंक, सांस्कृतिक निती, कुटुंबीयांचा दृष्टिकोन, डिजिटल साक्षरता यांचा अभ्यास अद्याप मराठवाडा—विदर्भातील ग्रामीण तरुणांमध्ये मर्यादित आहे.

म्हणूनच या अभ्यासाचा मुख्य तर्क हा आहे की डिजिटल माध्यम व चॅटबोट सेवांचा वापर तरुणांच्या मानसिक आरोग्य सुधारण्यात कितपत उपयुक्त ठरतो आणि समाजशास्त्रीय घटक त्यावर कसा प्रभाव टाकतात हे समजून घेणे.

वाशिमसारख्या जिल्ह्यांत मानसोपचारतज्ञ, काउन्सेलर, मनोवैज्ञानिकांची संख्या अत्यंत कमी आहे. डिजिटल प्लॅटफॉर्म हे अंतर भरून काढू शकतात हे तपासणे आवश्यक आहे. शैक्षणिक ताण, बेरोजगारी, कुटुंबीयांचा दबाव, नातेसंबंधातील तणाव यामुळे मानसिक आरोग्य समस्या वाढत आहेत. डिजिटल माध्यम त्यांच्या समस्यांवर किती परिणामकारक आहे हे जाणून घेणे गरजेचे आहे. ChatGPT, Wysa, YourDost, AI-counselors यांसारख्या साधनांचा वापर वाढतो

आहे. पण त्यांचा प्रभाव, मर्यादा व सामाजिक स्वीकार यावर कमी संशोधन उपलब्ध आहे. डिजिटल सेवा हे कलंक कमी करतात का, किंवा नवीन प्रकारचे कलंक निर्माण करतात का, हे पाहणे आवश्यक आहे. ग्रामीण तरुणांची डिजिटल साक्षरता, इंटरनेट उपलब्धता, स्मार्टफोन वापर आदी घटक सेवा स्वीकारण्यावर प्रभाव टाकतात. त्यांचा अभ्यास आवश्यक आहे. ग्रामीण महाराष्ट्रातील डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवांबाबत धोरणकर्त्यांना योग्य माहिती मिळत नाही. संशोधनातून मिळणारे निष्कर्ष या अंतराची पूर्तता करतील.

डिजिटल सेवा किती परिणामकारक आहेत हे समजल्यास शाळा, महाविद्यालये, NGO आणि आरोग्य संस्था यांना कार्यक्रम रचना करताना मदत होईल. डिजिटल माध्यम कलंक कमी करू शकते का याचे स्पष्ट आकलन मिळेल. प्रत्यक्ष सेवांच्या तुलनेत या तंत्रज्ञानाचा प्रभाव किती, कोणत्या स्थितीत अधिक उपयुक्त आहे हे समजेल. वाशिम जिल्ह्यातील तरुणांच्या गरजेनुसार स्थानिक पातळीवर मानसिक आरोग्य कार्यक्रम रचता येतील. ग्रामीण जिल्ह्यांमध्ये डिजिटल मानसिक आरोग्य पायाभूत सुविधा उभारण्यास शासकीय विभाग व संस्थांना मार्गदर्शन मिळेल. तंत्रज्ञान, समाज, मानसिक आरोग्य आणि तरुणांचा परस्पर संबंध समाजशास्त्रीय चौकटीत समजून घेण्यासाठी महत्त्वपूर्ण माहिती उपलब्ध होईल.

### संशोधनाची उद्दिष्टे

- 1) वाशिम जिल्ह्यातील तरुणांमध्ये डिजिटल माध्यम आणि चॅटबोटवर आधारित मानसिक आरोग्य सेवांचा स्वीकार कितपत आहे, हे अभ्यासणे.
- 2) डिजिटल मानसिक आरोग्य साधनांचा (उदा. चॅटबोट, ऑनलाईन काउन्सेलिंग) तरुणांच्या मानसिक आरोग्यावर होणारे सकारात्मक आणि नकारात्मक समाजशास्त्रीय परिणाम विश्लेषित करणे.
- 3) तरुणांच्या मानसिक आरोग्य सेवांच्या स्वीकारामध्ये सामाजिक घटकांची (जसे की कुटुंबीयांचा प्रभाव , सामाजिक कलंक, डिजिटल ॲक्सेस, शिक्षण, लिंग) मध्यस्थी भूमिका तपासणे.

### परिकल्पना

- 1) डिजिटल माध्यमांचा वापर जितका जास्त असेल तितका तरुणांमध्ये मानसिक आरोग्य सेवांच्या स्वीकाराचा स्तर जास्त आढळतो.
- 2) चॅटबोट-आधारित मानसिक आरोग्य सेवेबद्दलचा विश्वास तरुणांच्या मानसिक आरोग्य सेवा स्वीकारण्यावर सकारात्मक प्रभाव टाकतो.
- 3) डिजिटल माध्यमे आणि चॅटबोट वापर यांचा तरुणांच्या मानसिक आरोग्य परिणामांवर होणारा प्रभाव समाजशास्त्रीय मध्यस्थी घटकांद्वारे (उदा. सामाजिक समर्थन , कुटुंबीय वातावरण , सामाजिक कलंक) लक्षणीयरीत्या नियंत्रित/मध्यस्थीत होतो.

### व्याप्ती व मर्यादा

या संशोधनाचा मुख्य गाभा वाशिम जिल्ह्यातील तरुणांमध्ये डिजिटल माध्यमे आणि चॅटबोट-आधारित मानसिक आरोग्य सेवांच्या स्वीकार , वापराच्या पातळ्या , त्यांचे अनुभव आणि त्यातून होणाऱ्या परिणामांचे समाजशास्त्रीय विश्लेषण करणे हा आहे. या अभ्यासात विशेषतः ऑनलाइन समुपदेशन , मानसिक आरोग्यविषयक माहिती देणारे चॅटबोट, सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्मवरील मानसिक आरोग्य कृतींचा तरुणांच्या वर्तन , दृष्टीकोन, तणाव व्यवस्थापन आणि भावनिक कल्याणावर कसा प्रभाव पडतो याचा तपशीलवार अभ्यास केला आहे. अभ्यासाची व्याप्ती वय , लिंग, शैक्षणिक पार्श्वभूमी , माहिती-तंत्रज्ञानाचा वापर , उपलब्ध संसाधने आणि समाजशास्त्रीय घटक यांच्या प्रभावांच्या चौकटीत राहून तरुणांची मानसिक आरोग्य सेवा स्वीकारण्याची प्रक्रिया समजून घेते. तसेच , डिजिटल माध्यमांमुळे आरोग्यसेवा सुलभ, परवडणारी आणि गुप्त राहण्याचा लाभ कसा मिळतो आणि त्याचे समाजशास्त्रीय मध्यस्थी घटक कोणते आहेत, यांचाही अभ्यास यात समाविष्ट आहे.

या संशोधनाला काही विशिष्ट मर्यादा लागू होतात. प्रथम , अभ्यासाची भौगोलिक मर्यादा वाशिम जिल्ह्यापुरतीच असल्याने निष्कर्ष संपूर्ण महाराष्ट्र किंवा देशभरातील तरुणांवर तितकेच लागू होतील असे गृहीत धरता येत नाही. दुसरे म्हणजे, मानसिक आरोग्य हा संवेदनशील विषय असल्यामुळे काही प्रतिवादी आपली खरी माहिती व्यक्त करण्यास संकोच करू शकतात, ज्याचा परिणाम अभ्यासाच्या निष्कर्षांवर होऊ शकतो. तिसरे म्हणजे, डिजिटल माध्यमांचा वापर, इंटरनेटची उपलब्धता, तांत्रिक साक्षरता आणि आर्थिक-सामाजिक स्थिती या बाबी सर्वत्र सारख्या नसल्याने डेटा गोळा करताना असमानता आढळू शकते. चौथे म्हणजे , चॅटबोटद्वारे मिळणाऱ्या मानसिक आरोग्य सेवेची गुणवत्ता , विश्वासार्हता आणि वैयक्तिकरणामधील मर्यादा या घटकांचाही अभ्यासात संपूर्णपणे समावेश होऊ शकत नाही. तसेच , या अभ्यासात मुख्यत्वे तरुणांचा दृष्टिकोन व अनुभव विचारात घेतला असल्यामुळे पालक , शिक्षक, आरोग्यसेवा प्रदाते किंवा धोरणकर्त्यांचे दृष्टीकोन समाविष्ट नसण्याची शक्यता आहे.

### संशोधन पध्दती :

या अभ्यासामध्ये डिजिटल माध्यम, चॅटबोट आणि तरुणांचे मानसिक आरोग्य सेवा स्वीकार आणि परिणाम : एक समाजशास्त्रीय मध्यस्थी (विशेष संदर्भ वाशिम जिल्हा) या संशोधन विषयाच्या अनुषंगाने वर्णनात्मक संशोधन पद्धतीचा अवलंब करण्यात आला आहे. वाशिम जिल्ह्यातील तरुणांमध्ये डिजिटल माध्यमांचा वाढता वापर, चॅटबोट आधारित मानसिक आरोग्य मार्गदर्शनाची उपलब्धता आणि त्यांचा मानसिक आरोग्य सेवांच्या स्वीकारावर होणारा प्रभाव याचा सखोल व वास्तवाधारित आढावा घेण्यासाठी वर्णनात्मक पद्धती सर्वाधिक उपयुक्त ठरते. या संशोधनाची जनसंख्या वाशिम जिल्ह्यातील विविध सामाजिक-आर्थिक पार्श्वभूमीतील तरुण असली, तरी प्रत्यक्ष अध्ययनासाठी या तरुणांच्या कौटुंबिक व सामाजिक संदर्भांचा जवळून अभ्यास करण्यासाठी 60 तरुणांचा न्यादर्श हेतुपूर्वक निवडण्यात आला आहे. अभ्यासासाठी वापरलेली साधने संशोधकानेच तयार केलेली असून त्यामध्ये डिजिटल माध्यमांचा वापर, मानसिक आरोग्यविषयक गरजा, चॅटबोटशी संवादाचा अनुभव, सामाजिक आधारव्यवस्था आणि सेवांच्या स्वीकारातील अडथळे यांसारख्या घटकांचा समावेश करणारे संरचित प्रश्नावली, मुलाखती आणि निरीक्षण नोंदी यांचा वापर केला आहे. संकलित माहितीचे विश्लेषण मुख्यत्वे वर्णनात्मक स्वरूपात करण्यात आले असून वारंवारता, टक्केवारी, थीमॅटिक विश्लेषण आणि तुलना विश्लेषणाच्या तंत्रांचा उपयोग करून तरुणांच्या मानसिक आरोग्य सेवा स्वीकार प्रक्रियेवर डिजिटल माध्यमे व चॅटबोट यांच्या समाजशास्त्रीय मध्यस्थीची भूमिका उलगडण्याचा प्रयत्न करण्यात आला आहे. अशा

प्रकारे ही संशोधन पद्धती वास्तव परिस्थितीचे प्रतिबिंब आणि सामाजिक-सांस्कृतिक संदर्भातील घटकांचे आकलन करण्यास सक्षम ठरते.

तथ्यांचे विश्लेषण व अर्थनिर्वचन

उद्दिष्ट क्र. 1 वाशिम जिल्ह्यातील तरुणांमध्ये डिजिटल माध्यम आणि चॅटबोटवर आधारित मानसिक आरोग्य सेवांचा स्वीकार कितपत आहे, हे अभ्यासणे.

सारणी क्र. 1.1.1 डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवांचा वापराचे विवरण दर्शविणारी सारणी

वापराचा स्तर	वारंवारीता (f)	शेकडेवारी (%)
नियमित वापर करतात	12	20.00%
कधी-कधी वापर करतात	25	41.67%
वापर करत नाहीत	23	38.33%
एकूण	60	100%

वरील सारणीतून दिसून येते की 20% विद्यार्थ्यांनी डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवा नियमित वापरल्या आहेत , तर 41.67% विद्यार्थ्यांनी कधी-कधी वापरल्या आहेत. 38.33% यांनी या सेवांचा वापर केलेला नाही. याचा अर्थ, बहुसंख्य विद्यार्थी सुमारे 62% किमान कधी-कधी या सेवांचा वापर करतात , परंतु नियमित वापरकर्त्यांची संख्या तुलनेने कमी आहे. विद्यार्थ्यांमध्ये डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवांचा वापर मध्यम स्तराचा आहे. सतत वापर कमी असल्यामुळे जागरूकता आणि प्रोत्साहन वाढवणे आवश्यक आहे.

सारणी क्र. 1.1.2 मानसिक आरोग्यासाठी चॅटबोट सेवांची माहितीचे विवरण दर्शविणारी सारणी

जागरूकता स्तर	वारंवारीता (f)	शेकडेवारी (%)
माहिती आहे	28	46.67%
काहीअंशी माहिती	15	25.00%
माहिती नाही	17	28.33%
एकूण	60	100%

वरील सारणीवरून दिसते की , 46.67% व्यक्तींना यांना मानसिक आरोग्यासाठी चॅटबोट सेवांविषयी माहिती आहे , 25% यांना काही अंश माहिती आहे आणि 28.33% यांना माहिती नाही. याचा अर्थ जवळजवळ अर्ध्या विद्यार्थ्यांना ही सेवा पूर्ण माहिती आहे, तर सुमारे एक चौथाई विद्यार्थी काही माहिती आणि जवळजवळ एक चौथाई विद्यार्थी अजूनही अज्ञात आहेत. मानसिक आरोग्य चॅटबोट सेवा संदर्भातील जागरूकता मध्यम स्तरावर आहे. काही विद्यार्थ्यांमध्ये माहिती नसल्यामुळे शिक्षण किंवा प्रचाराची गरज आहे, जेणेकरून सर्व विद्यार्थ्यांमध्ये जागरूकता वाढेल.

सारणी क्र. 1.1.3 चॅटबोट सेवांचा प्रत्यक्ष वापराचे विवरण दर्शविणारी सारणी

वापर स्थिती	वारंवारीता (f)	शेकडेवारी (%)
वापर करतात	18	30.00%

वापर करत नाहीत	42	70.00%
एकूण	60	100%

वरील सारणीमध्ये प्रतिसादांपैकी 30% व्यक्ती चॅटबोट सेवा वापरतात तर 70% वापरत नाहीत. याचा अर्थ बहुसंख्य लोक अजूनही चॅटबोट सेवांचा वापर करत नाहीत. वापर करणाऱ्यांमध्ये तंत्रज्ञानाशी जुळवून घेण्याची सवय किंवा सुविधा असणे शक्य आहे. वापर न करणाऱ्यांमध्ये जाणीव, विश्वासाचा अभाव, किंवा तंत्रज्ञानाबाबत अवघडपणा असू शकतो. चॅटबोट सेवांचा प्रत्यक्ष वापर कमी आहे, ज्यामुळे या सेवांचे प्रसार वाढवण्यासाठी जनजागृती, सुविधा सुलभता आणि विश्वास निर्माण करणे आवश्यक आहे.

#### सारणी क्र. 1.1.4 चॅटबोट सेवांची स्वीकार्यतेचे विवरण दर्शविणारी सारणी

स्वीकार पातळी	वारंवारीता (f)	शेकडेवारी (%)
अत्यंत स्वीकारणारे	10	16.67%
मध्यम स्वीकार	27	45.00%
कमी स्वीकार	23	38.33%
एकूण	60	100%

वरील सारणीमध्ये चॅटबोट सेवांच्या स्वीकार्यतेचे विश्लेषण खालीलप्रमाणे आहे: अत्यंत स्वीकारणारे विद्यार्थी 16.67% मध्यम स्वीकार 45.00% बहुसंख्य गट कमी स्वीकार 38.33% यामध्ये बहुसंख्य विद्यार्थी 45% चॅटबोट सेवा मध्यम स्तरावर स्वीकारत आहेत, म्हणजे काहीशी आवड असूनही पूर्णपणे अंगिकारलेले नाही. अत्यंत स्वीकारणाऱ्यांची संख्या कमी 16.67%, त्यामुळे फारशी उत्सुकता दिसून येत नाही. कमी स्वीकार 38.33% ही ही लक्षणीय संख्या सूचित करते की काही विद्यार्थ्यांना चॅटबोट सेवांमध्ये जास्त रुची नाही किंवा त्यांनी त्याचे उपयोग सीमित अनुभवले आहेत. एकूण, चॅटबोट सेवांची स्वीकार्यता मध्यम स्तरावर आहे. सुधारणा आणि विद्यार्थ्यांचा अनुभव वाढविण्यासाठी अधिक आकर्षक व उपयुक्त सुविधा जोडण्याची गरज आहे.

#### सारणी क्र. 1.1.5 डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवांविषयी सकारात्मक दृष्टिकोनाचे विवरण दर्शविणारी सारणी

दृष्टिकोन	वारंवारीता (f)	शेकडेवारी (%)
सकारात्मक	32	53.33%
तटस्थ	16	26.67%
नकारात्मक	12	20.00%
एकूण	60	100%

वरील सारणीमध्ये सहभागींपैकी 53.33% व्यक्तींनी डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवांविषयी सकारात्मक दृष्टिकोन दाखविला आहे, तर 26.67% तटस्थ आहेत आणि 20% सहभागी नकारात्मक दृष्टिकोनाचे आहेत. त्यामुळे बहुसंख्य व्यक्तींमध्ये डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवांविषयी सकारात्मक धारणा आहे. बहुसंख्य लोक डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवांविषयी सकारात्मक आहेत, ज्याचा अर्थ असा की ही सेवा स्वीकारली जात आहे आणि तिचा वापर करण्याची तयारी लोकांमध्ये आहे. तरीही, सुमारे 20% लोक नकारात्मक दृष्टिकोन ठेवतात, जे पुढील आरोग्य शिक्षण व जागरूकता कार्यक्रमांसाठी लक्षात घेणे आवश्यक आहे.

उद्दिष्ट क्र. 2 डिजिटल मानसिक आरोग्य साधनांचा (उदा. चॅटबोट , ऑनलाईन काउन्सेलिंग) तरुणांच्या मानसिक आरोग्यावर होणारे सकारात्मक आणि नकारात्मक समाजशास्त्रीय परिणाम विश्लेषित करणे.

सारणी क्र. 1.2.1 सकारात्मक समाजशास्त्रीय परिणामाचे विवरण दर्शविणारी सारणी

क्र	सकारात्मक परिणाम	वारंवारीता (f)	शेकडेवारी (%)
1	मानसिक तणावात घट	38	63.33%
2	वेळेवर सल्ला/मार्गदर्शन उपलब्ध	42	70.00%
3	गोपनीयतेची भावना वाढणे	33	55.00%
4	मानसिक आरोग्याविषयी जागरूकता वाढणे	45	75.00%
5	स्वयं-अनुशासन आणि स्वयं-निरीक्षण क्षमता वाढणे	30	50.00%

वरील सारणीमध्ये सकारात्मक समाजशास्त्रीय परिणाम सर्वसामान्यपणे उच्च प्रमाणात अनुभवले गेले आहेत. मानसिक आरोग्याशी संबंधित जागरूकता वाढणे सर्वाधिक 75% नोंदवले गेले, ज्यामुळे हे स्पष्ट होते की या कार्यक्रमांमुळे मानसिक आरोग्याविषयी जनजागृती झाली आहे. वेळेवर सल्ला/मार्गदर्शन उपलब्ध होणे 70% आणि मानसिक तणावात घट 63.33% यामुळेही सहभागींच्या मानसिक सवलतीत लक्षणीय सुधारणा दिसून येते. गोपनीयतेची भावना 55% आणि स्वयं-अनुशासन/स्वयं-निरीक्षण क्षमता 50% मध्यम प्रमाणात सुधारली आहे. अभ्यासातून असे दिसून येते की सहभागींमध्ये मानसिक आरोग्याविषयी जागरूकता आणि मार्गदर्शन मिळणे ही सर्वात महत्त्वाची सकारात्मक परिणाम आहे. तसेच , मानसिक तणाव कमी होणे आणि गोपनीयतेची भावना निर्माण होणे यामुळे सहभागींच्या मानसिक स्थितीत सुधारणा झाली आहे. स्वयं-अनुशासन आणि स्वयं-निरीक्षण क्षमतांमध्ये सुधारणे तुलनेने कमी असून, त्यासाठी आणखी सतत मार्गदर्शन आवश्यक आहे.

सारणी क्र. 1.2.2 नकारात्मक समाजशास्त्रीय परिणामाचे विवरण दर्शविणारी सारणी

क्र	नकारात्मक परिणाम	वारंवारीता (f)	शेकडेवारी (%)
1	प्रत्यक्ष संवादातील घट	36	60.00%
2	तांत्रिक अवलंबित्व वाढणे	40	66.67%
3	चुकीच्या माहितीची शक्यता	28	46.67%
4	भावनिक जोड कमी होणे	32	53.33%
5	गोपनीयता धोक्यात येण्याची भीती	26	43.33%

वरील सारणीमध्ये नकारात्मक समाजशास्त्रीय परिणामांचा अभ्यास दर्शवितो की तांत्रिक अवलंबित्व वाढणे 66.67% हा सर्वात वारंवार नोंदवलेला नकारात्मक परिणाम आहे. त्यानंतर प्रत्यक्ष संवादातील घट 60% आणि भावनिक जोड कमी होणे 53.33% ही मुख्य समस्या आहेत. चुकीच्या माहितीची शक्यता 46.67% आणि गोपनीयता धोक्यात येण्याची भीती 43.33% तुलनेने कमी प्रमाणात नोंदली गेली. गुणात्मक दृष्टिकोनातून, हे स्पष्ट होते की तंत्रज्ञानावर वाढती अवलंबित्व आणि डिजिटल संवादांमुळे सामाजिक व भावनिक जोडीत घट हे मुख्य चिंता स्थळ आहेत. यामुळे व्यक्तींच्या सामाजिक संवादाच्या गुणवत्तेवर आणि विश्वासाहर्तेवर नकारात्मक परिणाम होऊ शकतो. एकंदरीत,

तंत्रज्ञानाच्या वाढत्या वापरामुळे सामाजिक आणि भावनिक परस्परसंवाद कमी होत आहे , तसेच माहितीच्या अचूकतेची आणि गोपनीयतेची समस्या उद्भवते.

उद्दिष्ट क्र. 3 तरुणांच्या मानसिक आरोग्य सेवांच्या स्वीकारामध्ये सामाजिक घटकांची (जसे की कुटुंबीयांचा प्रभाव , सामाजिक कलंक, डिजिटल ॲक्सेस, शिक्षण, लिंग) मध्यस्थी भूमिका तपासणे.

सारणी क्र. 3.1 तरुणांच्या मानसिक आरोग्य सेवांच्या स्वीकारामध्ये सामाजिक घटकांची (जसे की कुटुंबीयांचा प्रभाव, सामाजिक कलंक, डिजिटल ॲक्सेस, शिक्षण, लिंग) मध्यस्थी भूमिकेचे विवरण दर्शविणारी सारणी

सामाजिक घटक	श्रेणी	वारंवारीता (f)	शेकडेवारी (%)
कुटुंबीयांचा प्रभाव	सकारात्मक	25	41.7%
	नकारात्मक	35	58.3%
सामाजिक कलंक	आहे	40	66.7%
	नाही	20	33.3%
डिजिटल ॲक्सेस	आहे	50	83.3%
	नाही	10	16.7%
शिक्षण	उच्च शिक्षण	30	50%
	माध्यमिक किंवा खाली	30	50%
लिंग	पुरुष	32	53.3%
	महिला	28	46.7%
एकूण		60	100%

सदर सारणीच्या आधारे तरुणांच्या मानसिक आरोग्य सेवांच्या स्वीकारामध्ये सामाजिक घटकांची मध्यस्थी भूमिका खालीलप्रमाणे विश्लेषित करता येईल: कुटुंबीयांचा प्रभावा च्या बाबतीत 58.3% तरुणांवर कुटुंबीयांचा नकारात्मक प्रभाव आहे, ज्यामुळे मानसिक आरोग्य सेवांचा स्वीकार कमी होऊ शकतो. 41.7% तरुणांवर सकारात्मक प्रभाव असून सेवांचा स्वीकार वाढवतो. सामाजिक कलंका च्या बाबतीत 66.7% तरुणांना सामाजिक कलंक अनुभवायला येतो , ज्यामुळे मानसिक आरोग्य सेवांचा स्वीकार कमी होऊ शकतो. 33.3% तरुणांना कलंकाचा अनुभव नाही. डिजिटल ॲक्सेसच्या बाबतीत 83.3% तरुणांकडे डिजिटल ॲक्सेस आहे , ज्यामुळे ऑनलाईन सेवांचा स्वीकार अधिक शक्य आहे. 16.7% तरुणांकडे डिजिटल ॲक्सेस नाही. शिक्षणाच्या बाबतीत उच्च शिक्षित तरुण: 50% माध्यमिक किंवा खाली शिक्षित: 50% शिक्षणाचा स्तर सेवांच्या स्वीकारावर समान प्रमाणात परिणाम दर्शवितो. लिंगाच्या बाबतीत पुरुष: 53.3% महिला: 46.7% लिंगानुसार स्वीकारात फार मोठा फरक नाही , परंतु पुरुष थोड्या अधिक प्रमाणात सेवांचा स्वीकार करतात.

सामाजिक घटकांचा प्रभाव वाच्या बाबतीत कुटुंबीयांचा दृष्टिकोन आणि सामाजिक कलंक हे प्रमुख अडथळे आहेत. सुविधा घट काच्या बाबतीत डिजिटल ॲक्सेस तरुणांना सेवांशी जोडतो , त्यामुळे स्वीकार वाढतो. शिक्षण आणि लिंगाच्या बाबतीत समान वितरणामुळे ही घटक अप्रत्यक्ष किंवा मर्यादित प्रभावी आहेत. तरुणांच्या मानसिक आरोग्य सेवांचा स्वीकार मुख्यतः कुटुंबीयांचा दृष्टिकोन , सामाजिक कलंक, आणि डिजिटल ॲक्सेसवर अवलंबून आहे. शिक्षण आणि लिंगाचा प्रभाव तुलनेने कमी दिसतो. त्यामुळे सेवांच्या स्वीकारासाठी सामाजिक कलंक कमी करणे , कुटुंबीयांचा सहभाग वाढवणे आणि डिजिटल सुविधा सुनिश्चित करणे आवश्यक आहे.

## शिफारशी व उपयोजन

या अभ्यासातून दिसून आले की डिजिटल माध्यम आणि चॅटबोट्सच्या माध्यमातून तरुणांना मानसिक आरोग्य सेवा अधिक सुलभ, गुप्त आणि तत्काळ उपलब्ध होऊ शकतात. तथापि, या सेवांचा प्रभाव आणि स्वीकार या तरुणांच्या सामाजिक, सांस्कृतिक आणि आर्थिक पार्श्वभूमीवर अवलंबून असतो. अभ्यासानुसार, वाशिम जिल्ह्यातील तरुणांसाठी डिजिटल मानसिक आरोग्य सेवा अधिक प्रभावी बनवण्यासाठी सल्ला दिला जातो की स्थानिक भाषेत आणि सांस्कृतिक संदर्भात अनुकूल संवादात्मक चॅटबोट्स विकसित कराव्यात. तसेच, सेवांचा विश्वासार्हता वाढवण्यासाठी शाळा, महाविद्यालये आणि स्थानिक आरोग्य केंद्रांशी समन्वय साधला जावा.

याचे सामाजिक परिणाम असे आहेत की, डिजिटल माध्यमाद्वारे मानसिक आरोग्य सेवा उपलब्ध होणे तरुणांमध्ये मानसिक आरोग्याविषयी जागरूकता वाढवेल, सामाजिक कलंक कमी होईल आणि आरोग्य सेवा स्वीकारण्याची प्रवृत्ती वाढेल. यामुळे स्थानिक समाजातील मानसिक आरोग्याची स्थिती सुधारण्यास मदत होईल आणि भविष्यात या प्रकारच्या डिजिटल हस्तक्षेपांवर धोरणात्मक पद्धतीने गुंतवणूक करण्याची गरज अधोरेखित होते.

### संदर्भ ग्रंथ सूची:

- 1) Chatterjee, S., Dindarian, A., & Rengaraju, U. (2022). *Revolutionizing Youth Mental Health with Ethical AI: Transform Youth Mental Well-being by Exploring Responsible AI and GenAI Applications*. Apress.
- 2) Halder, S., Halder, B., & Mahato, A. K. (2022). *Navigating AI in Mental Health Care: Innovations, Ethics, and Future Trends*. Springer Singapore.
- 3) Weisker, L. M. (2022). *AI-Driven Mental Health Chatbots: Perceived Empathy, User Satisfaction and Treatment Outcomes*. (Part of BEST Masters series). Springer.
- 4) Kothambikar, A. (Ed.). (2023). *Mediating Role of Social Media on Youth's Psychological Well-Being: A Machine-Generated Literature Overview*. Springer Cham.
- 5) Mohammed, H. (2023). *Technology in Association with Mental Health: Meta-ethnography*. ArXiv.