



## लोकसंख्या घनता आणि मानशास्त्रीय अध्ययन एक दृष्टिक्षेप

डॉ.राजेश शिरसाठ

कला महाविद्यालय नांदूरघाट

लोकसंख्या मानसशास्त्र ही मानसशास्त्राची अशी शाखा आहे की ज्या मध्ये लोकसंख्या वाढ, घनता, प्रजनन दर, स्थलांतर, वृद्धत्व आणि व्यक्ती आणि गटांवर या घटकांचे पर्यावरणीय आणि सामाजिक प्रभावांसह लोकसंख्येच्या गतिशीलतेच्या मानसिक परिणामांचे परीक्षण करते. विविध उपशीर्षकांच्या अंतर्गत लोकसंख्येच्या मानसशास्त्राचा तपशीलवार आढावा येथे आहे: लोकसंख्या मानसशास्त्रातील प्रसिद्ध संशोधने पुढील प्रमाणे आहेत

लोकसंख्या मानसशास्त्र हे मानसशास्त्र अभ्यास क्षेत्राच्या प्रमुख प्रवाहात नसले तरीही व्यापकपणे मान्यताप्राप्त उपक्षेत्र नसले तरी ते अनेक उल्लेखनीय संशोधन मानवी विकासाच्या प्रक्रियांमध्ये महत्त्वपूर्ण योगदान देणारे आहेत लोकसंख्येच्या समस्यांच्या मानसिक पैलूंशी संबंधित काही प्रभावशाली संशोधने येथे आहेत:

**पॉल आर. एहरलिच** द्वारे "द पॉप्युलेशन बॉम्ब": जरी एक मानसशास्त्रीय सिद्धांतिक मानसशास्त्रीय परिकल्पनाशी निगडित नसले तरीही , या पुस्तकाने लोकसंख्या वाढीच्या संभाव्य मानसिक आणि सामाजिक-आर्थिक परिणामांबद्दल जागरूकता वाढवली आहे असे दिसून येते .

**एलिझाबेथ कुबलर-रॉस** द्वारे "मृत्यू आणि मृत्यूवर": हे कार्य वृद्ध आणि मृत्यूला सामोरे जाणाऱ्या लोकांच्या मानसिक प्रक्रियेचा शोध घेते, जे लोकसंख्येच्या वयानुसार संबंधित आहे.

**डेबोरा डू नॅन विंटर** आणि **सुसान कोगर** द्वारे "पर्यावरण समस्यांचे मानसशास्त्र": हे लोकसंख्येच्या चिंतेला छेद देणाऱ्या पर्यावरणीय समस्यांवरील मनोवैज्ञानिक प्रतिसादांना संबोधित करते.

**रॉबर्ट डी. पुटनम** यांचे "बॉलिंग अलोन: द कोलॅप्स अँड रिह्वायव्हल ऑफ अमेरिकन कम्युनिटी": हे पुस्तक युनायटेड स्टेट्समधील सामाजिक भांडवलाच्या घसरणीचा शोध घेते आणि लोकसंख्येच्या गतिशीलता आणि वर्तनातील बदलांना सूचित करते.

लोकसंख्येच्या मानसशास्त्रातील संशोधन हे स्वतःच्या प्रामाणिक ग्रंथांसह एक स्वतंत्र शिस्त बनवण्याऐवजी व्यापक मानसशास्त्रीय संशोधन आणि लोकसंख्याशास्त्रीय अभ्यासातून घेते.

### लोकसंख्या आरोग्य आणि मानसशास्त्राची भूमिका

डेटा संकलनापासून ते धूम्रपान बंद करण्यापर्यंत, मानसशास्त्रज्ञ लोकसंख्येचे आरोग्य सुधारू शकतात. APA आरोग्याच्या सामाजिक निर्धारक (PDF, 395KB) बद्दल माहितीच्या नियमित संकलनासाठी वकिली करते आणि निर्णय घेण्यास मार्गदर्शन करण्यासाठी या डेटाचा पद्धतशीर संकलन आणि वापर सुलभ करण्यासाठी मानसशास्त्रज्ञ त्यांच्या संस्थांमध्ये चांगल्या स्थितीत असू शकतात. समाजाच्या अनन्य आव्हानांना अनुसरून विज्ञान-आधारित उपायांचा विकास, प्रचार आणि प्रसार करण्यासाठी इतरांसोबत भागीदारी करणे महत्त्वाचे आहे. मानसशास्त्रज्ञ आणि प्रशिक्षणार्थी स्थानिक प्रणाली आणि गरजा यांची



सखोल माहिती विकसित करण्यासाठी समुदाय नेते आणि स्थानिक संस्थांसोबत सहयोगी भागीदारी करू शकतात आणि आरोग्याला संबोधित करण्यासाठी आणि प्रगती करण्यासाठी चिरस्थायी धोरणांसाठी संसाधनांचा वकालत करू शकतात.

मानसशास्त्रज्ञांना "प्रतिबंध आणि लवकर हस्तक्षेप करण्याच्या धोरणांना प्रोत्साहन देऊन अपस्ट्रीम कार्य करण्यास प्रोत्साहित केले जाते."

उदाहरणार्थ, तंबाखू आणि इतर पदार्थांचा वापर अनेक शारीरिक आरोग्य समस्या आणि अकाली मृत्यूच्या विकासासाठी महत्त्वपूर्ण योगदान देत आहे, मानसशास्त्रज्ञ धूम्रपान आणि तंबाखूचा वापर बंद करून आणि अल्प पदार्थ आणि अल्कोहोल दुरुपयोग सेवा देऊन त्यांच्या रुग्णांच्या लोकसंख्येमध्ये आरोग्य सुधारण्यासाठी योगदान देऊ शकतात. या कामाचा एक महत्त्वाचा भाग म्हणजे आवश्यक प्रतिबंध आणि लवकर हस्तक्षेप सेवांमध्ये प्रवेश वाढवण्यासाठी आर्थिक प्रोत्साहन आणि पर्यायी पेमेंट मॉडेल्सचा शोध घेणे. APA आणि APA Services, Inc. मानसशास्त्रज्ञांना बिलिंग कोडमध्ये प्रवेश मिळावा यासाठी सल्ला देत आहेत जे त्यांना लोकसंख्या-निर्देशित सेवांसाठी परतफेड करण्याची परवानगी देतात. आधीच, यापैकी काही सेवांसाठी CPT® कोड अस्तित्वात आहेत, जरी मानसशास्त्रज्ञांनी पुष्टी केली पाहिजे की त्यांना तृतीय-पक्ष देयकांसह या कोडमध्ये प्रवेश आहे. उदाहरणार्थ, टेलिफोन असेसमेंट आणि मॅनेजमेंट सर्व्हिस कोड मानसशास्त्रज्ञ आणि इतर प्रदात्यांना तुलनेने संक्षिप्त आणि निर्देशित सेवा देण्यास परवानगी देतात, संभाव्यतः संकटाच्या दिशेने होणारी वाढ कमी करतात आणि अधिक त्रास टाळतात.

शेवटी, लोकसंख्येचे आरोग्य सुधारण्यासाठी "समुदाय भागीदारांची विविध श्रेणी" आवश्यक आहे. स्थानिक भागधारक ज्ञान आणि मार्गदर्शन प्रदान करण्यासाठी महत्त्वपूर्ण आहेत, परंतु बऱ्याचदा मोठ्या संस्थांकडे धोरणे आणि कार्यक्रम लागू करण्यासाठी अधिक संसाधने असतात.

मानसशास्त्रज्ञ या नात्याने, आपण पारंपारिक आरोग्य सेवा क्षेत्रात आणि त्याच्या बाहेर भागीदार स्थापन करण्याबद्दल जाणूनबुजून असले पाहिजे. लोकसंख्येचे आरोग्य तेव्हाच साध्य होईल जेव्हा व्यवसाय, शाळा, कायद्याची अंमलबजावणी, समुदाय-आधारित संस्था आणि इतर ओळखलेल्या उद्दिष्टांसाठी भागीदारीत काम करत असतील. मनोवैज्ञानिकदृष्ट्या माहिती देणारे कार्यक्रम तयार करणे जे लोक नैसर्गिकरित्या आहेत अशा वातावरणात वितरित किंवा अंतर्भूत केले जातात, जसे की शाळा, आरोग्य, सामाजिक कौशल्ये, शालेय कार्यप्रदर्शन सुधारून आणि गुंडगिरी किंवा पदार्थांचा वापर यासारख्या समस्याप्रधान वर्तन कमी करून लोकसंख्येच्या आरोग्याची महत्त्वाची उद्दिष्टे पूर्ण करू शकतात. अर्थपूर्ण प्रभाव पाडण्यासाठी APA अनेक संस्थांसोबत काम करत आहे. इतर राष्ट्रीय संस्थांसह भूमिकांद्वारे नेतृत्व आणि सल्ला प्रदान करण्याच्या मानसशास्त्रज्ञांच्या प्रयत्नांसह या भागीदारी-आम्हाला अधिक प्रभावीपणे लोकसंख्येच्या विविध विभागांपर्यंत पोहोचण्यास आणि त्यांच्या आरोग्याचा प्रचार करण्यास सक्षम करते.

जिथे लोकांना गरजेच्या सुरुवातीच्या टप्प्यावर मानसिक त्रासासाठी मदत मिळेल; जेथे लोक नियमितपणे स्वतःची काळजी घेतात आणि त्यांची वर्तणूक आरोग्य साक्षरता निर्माण करण्याचा प्रयत्न करतात. सार्वजनिक मानसिक आरोग्यासाठी मोठ्या पायाभूत सुविधांचा भाग असलेल्या गरजांच्या स्पेक्ट्रममध्ये समर्थन आणि हस्तक्षेपांमध्ये अधिक प्रवेश असल्याची कल्पना करा. आपण जिथे राहतो, काम करतो, खेळतो आणि पूजा करतो ती ठिकाणे केवळ निष्क्रिय वातावरण नसून "मानसिक आरोग्य आणि आरोग्यासाठी इंजिन" (SG Workplace Framework 2022) (PDF, 3MB) असल्यास काय?



ही वास्तविकता साध्य करणे शक्य आहे, परंतु त्यासाठी मानसशास्त्राच्या क्षेत्राने वर्तणुकीशी संबंधित आरोग्यासाठी आपल्या वर्तमान प्रतिमानाचा विस्तार करणे आणि लोकसंख्येच्या आरोग्याच्या दृष्टिकोनाकडे कार्य करणे आवश्यक आहे.

याचा अर्थ एक सामाजिक-पर्यावरणीय दृष्टीकोन घेणे जे आरोग्य स्थितीवर प्रभाव टाकणारे व्यापक सांस्कृतिक, आर्थिक आणि पद्धतशीर संदर्भ मान्य करते. याचा अर्थ संपूर्ण लोकसंख्येच्या आरोग्याला चालना देणे - वर्तणुकीशी संबंधित आरोग्य निदान असलेल्यांना प्रभावी आणि कार्यक्षम क्लिनिकल काळजी प्रदान करणे; आम्हांने विकसित होण्याची शक्यता असलेल्या किंवा उप-क्लिनिकल लक्षणे असलेल्यांसाठी लवकर हस्तक्षेप करणे किंवा जोखीम कमी करणे; आणि जे तुलनेने निरोगी आहेत त्यांच्यासाठी आरोग्य राखणे किंवा अनुकूल करणे. याचा अर्थ, आपण कोविड-19 साथीच्या आजारातून बाहेर पडत असताना, मानसशास्त्रज्ञांना इतर व्यावसायिकांसोबत भागीदारी करणे आवश्यक आहे, जी अस्तित्वात आहे आणि वाढण्याची अपेक्षा आहे

या प्रयत्नात मानसशास्त्रज्ञ विविध भूमिका निभावू शकतात - थेट सेवा प्रदान करण्यापासून, संशोधन आयोजित करणे आणि भाषांतर करणे, सार्वजनिक धोरणांमध्ये मानसशास्त्र लागू करणे. खरं तर, APA च्या प्रतिनिधी मंडळाने अलीकडेच स्वीकारलेले धोरण या प्रयत्नांचे नेतृत्व करण्यासाठी मानसशास्त्र आणि मानसशास्त्रज्ञांची महत्त्वपूर्ण भूमिका मांडते आणि चार तत्त्वे (PDF, 149KB) दर्शवते जी मानसशास्त्रज्ञ त्यांच्या स्वतःच्या कार्याद्वारे लोकसंख्येच्या आरोग्यास प्रोत्साहन देण्यासाठी वापरू शकतात.

लोकसंख्याशास्त्रीय ट्रेंड आणि मानसिक आरोग्य

## लोकसंख्येची वाढ

ताणतणाव आणि संसाधनांची कमतरता: मर्यादित संसाधनांच्या स्पर्धेमुळे लोकसंख्येच्या जलद वाढीमुळे ताण येऊ शकतो. या निर्माण झालेल्या ताणामुळे समाजजीवनामध्ये अनेक समस्यांचा उगम होतो रस्ता वीज शिक्षण आरोग्य अन्नधान्या सुविधा करमणुकीची साधने संसाधनांची कमतरता आणि संसाधने मिळवण्याचा आग्रहो यातून स्पर्धा निर्माण होते या स्पर्धेमध्ये जेव्हा नकारात्मक गुणांचा सहभाग वाढतो त्या वेळेस गुन्हेगारी प्रवृत्ती जन्मास येते चोरी, दरोडेखोरी, भ्रष्टाचार, व्यसनाधीनता, लैंगिक अत्याचार, सामाजिक विध्वंस आदी समस्या समोर येतात त्यामुळे मानसिक आरोग्यावर अतिशय प्रतिकूल परिणाम होऊ शकतो

**शहरीकरण:** लोकसंख्येची घनता जसजशी वाढत जाते तसतशी शहरीकरणाचे प्रमाणसुद्धा वाढत जाते वाढलेल्या शहरीकरणातून अनेक समस्या निर्माण होतात शहरीकरणाचे मानसिक परिणाम, जसे की वाढलेला ताण, मानसिक आरोग्य विकार आणि जीवनशैलीतील बदल. लोकसंख्येची घनता एकाच ठिकाणी अधिक झाल्यामुळे संसाधनांचा तुटवडा होतो त्यामुळे लोकांच्या मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यावर त्याचा दुष्परिणाम दिसून येतो जसे की दिल्लीमध्ये प्रदूषणाची समस्या अशा अनेक समस्या निर्माण होतात

## वृद्ध लोकसंख्या

लोकसंख्येची घनता अधिक असेल अशा ठिकाणी वृद्ध व्यक्तींना मानसिक व शारीरिक समस्या उद्भवतात मानसशास्त्रीय समायोजन: वृद्धत्वाशी निगडित आम्हांने, ज्यात सेवानिवृत्ती, संज्ञानात्मक घट आणि सामाजिक भूमिकांचे नुकसान आदी बाबींमध्ये वृद्धांचा वाट्या संघर्ष येतो .



## गुन्हेगारी प्रवृत्तीमध्ये वाढ

लोकसंख्येची घनता अधिक असेल अशा ठिकाणी अपराधी प्रवृत्तीची वाढ मोठ्या प्रमाणात होत असल्याचे दिसून आले आहे. निरक्षरता, धर्मांधता, जातिवाद आदी गोष्टींमधून गुन्हेगारी जन्मास येते ज्या ठिकाणी लोकसंख्येची घनता कमी आहे अशा ठिकाणी गुन्हेगारीचे प्रमाण देखील कमी असते.

अशा प्रकारे लोकसंख्येची वाढती घनता जि आणि यातून निर्माण होणार्या सामाजिक दुष्परिणामांमध्ये बदल घडवून आणण्यासाठी मानसशास्त्रीय अध्ययन आणि संशोधनाची अतिशय आवश्यकता असते. मानसशास्त्रीय मार्गदर्शक तत्वांद्वारे या समस्यांवर निराकरण केले जाऊ शकते.

## संदर्भ

Adamek, R. J. (1994). Review: Public opinion and Roe v. Wade: Measurement difficulties. *Public Opinion Quarterly*, 58(3), 409-418

Ader, R., Felten, D. L., & Cohen, N. (2001). *Psychoneuroimmunology*, Vols 1 & 2 (3rd ed.). San Diego, CA US: Academic Press.

Adler, E., Hoon, M. A., Mueller, K. L., Chandrashekar, J., Ryba, N. J. P., & Zuker, C. S. (2000). A novel family of mammalian taste receptors. *Cell*, 100, 693-702.

DR. HANS RAJ FUNDAMENTALS OF DEMOGRAPHY: POPULATION STUDIES (WITH SPECIAL REFERENCE TO INDIA)

Stephen F. Davis. *Psychological Research Methods* Call Number: Ebsco BF76.5 .H35 2003. The Handbook