

# PROJECT AARSA



पुणे पोलीस



मनःसृष्टी

Center for Psychological Development and Studies

# Contents

Preface .....	1
अर्घ्य! .....	4
PROJECT AARSA .....	7
INTRODUCTION.....	7
Purpose of the research:.....	8
Variables: .....	9
METHODOLOGY .....	10
1. RESEARCH DESIGN .....	10
2. SAMPLE .....	10
3. SAMPLING TECHNIQUES.....	13
4. STATISTICAL ANALYSIS .....	14
RESULTS .....	15
AGE WISE COMPARISON:.....	15
OCCUPATION WISE COMPARISON:.....	19
FINANCIAL STATUS WISE COMPARISON .....	23
CORRELATION .....	26
SUBJECTIVE DATA ANALYSIS: .....	30
Feedbacks .....	34
Pune Police Questionnaire.....	44
Marathi Report.....	47
Special Thanks.....	68

## **Preface**

On 30th January 2020, the first confirmed case of COVID-19 was found in the state of Kerala. A medical student who was studying in Wuhan University and had travelled to India was tested positive. Soon after this first case, a wave of COVID-19 pandemic got spread all over India. States like Kerala, Maharashtra, Rajasthan etc. were heavily affected by this virus. Due to its highly contagious nature and unavailability of proper treatment it started to take a fetal form.

Due to daily rising cases and lack of knowledge about the virus, the government imposed the first nation-wide lockdown on 21st March 2020. A population of more than 130 Cr. Was compelled to sit at home. All types of businesses and services were immediately shutdown and the whole nation went to a dormant state where there was no activity at all.

After the announcement of first lockdown, the whole nation was under a strict lockdown for over 110 days. This lockdown had a huge impact on the society. People were trapped in different cities, due to industrial lockdown- workers lost their jobs, due to fear of a fetal virus-people started feeling anxious etc. This situation was very helpless, but we observed that people are using their coping mechanisms to cope with this situation. People with a positive mindset are coping with this situation positively. They were cooking, meditating, listening to music, writing and enjoying this lockdown. But all people are not privileged enough to enjoy their life without a monthly salary. A huge class in our country was highly affected due to industrial lockdown. People had no food to eat, they were forced to leave their houses in cities door to inability to pay rents and these people were hugely turning towards addiction, criminal tendencies, suicides etc.

This research is an attempt to understand the effects of lockdown on the society. It studies the coping mechanisms of individuals belonging to different age groups, economic status, professions etc. and try to understand the reasoning for their style and tools of coping. It also provides certain solutions to help people to avoid negative coping of this situation.

Project Head  
Krishna Sadavarte

Director  
Nikhil Walkikar

## **Brief introduction of Manahsrushti**

ManahSrushti organization was established in year 2015 by our founder and director Mr. Nikhil Walkikar. For past 5 years, the organization has been working in various cities in Maharashtra to promote psychological, spiritual and social development and to create a stress free, healthy and happy society. A large number of youths has been associated with the organization and with the help of these volunteers, the organization has been taking up various events, workshops, competitions to achieve its goals.

## **Work during COVID-19 Pandemic**

In this Covid-19 Pandemic crisis the government machinery working in it was too stressed and for helping them in it, ManahSrushti Organization has been initiating various programs with Pune Municipal Corporation and Pune Police Department, Center for Police research-Pune, Kolhapur Police department etc. for free of cost. A team of 70+ field volunteers, Professional psychologists, Counselors and Guides have been working rigorously for past 5 months as a part of their responsibility towards society,

### **➤ Healthy Body Joyful Mind: Stress Management Workshop for PMC employees**

In this Covid-19 Pandemic crisis the government machinery working in it was too stressed and for helping them Manahsrushti Organization has run a stress management workshop named “Healthy Body Joyful Mind: Stressbuster During the pandemic” for 3500+ Pune Municipal Corporation officers, engineers and employees.

### **➤ Phone Mitra: COVID patient counseling program**

Manahsrushti organization has been giving free counseling to COVID patients admitted in Kolhapur Police Covid care center. Until now the organization has given free counseling to more than 500 police officers who have been tested COVID positive.

The organization is also running this program for government hospitals in Baramati.

➤ **Project Aarsa(Mirror): Evaluating the effects of lockdown on the society.**

Pune Police Department and Center for Police Research, Pune had requested the organization to conduct a psychological survey to analyze the effects of the lockdown on society. This project was conducted “Free of Cost” by the organization as a part of social responsibility.

# अर्घ्य!

आपल्याला जर कोणी असं सांगितलं की तू आजपासून आरसा वापरायचा नाही तर आपण काय म्हणू? 'अरे मला कळणार कसं की मी व्यवस्थित दिसतो आहे का नाही?', म्हणजेच आपण दिवसातून एकदा तरी आरशात बघून स्वतः व्यवस्थित दिसतो की नाही हे तपासत असतो. (काही जण सारखेच आरशात बघत बसतात, तो भाग वेगळा) पण आपण आरशात बघतो कारण आपला चेहरा आपल्याला नाही दिसत! इतरांचा दिसतो, बऱ्याच वेळा नको इतक्या वेळा दिसतो!! पण स्वतःचा मात्र नाही दिसत म्हणून 'आरसा', या गोष्टी ची मदत घ्यावी लागते.

आपल्या अंतःकरणा मधील गोष्टींचं पण असंच आहे! बहुतेक वेळा आपल्याला - आपला मूड कसा आहे, तो केव्हा बदलला, कसा बदलला, विचार काय चालले आहेत, इच्छा आकांक्षा कुठल्या निर्माण होत आहेत, त्या पूर्ण होण्यात अडथळे निर्माण झाले तर त्याचा परिणाम मनावर, शरीरावर काय होत आहे-या गोष्टी लक्षात च येत नाहीत. स्वतःच्या आतमध्ये डोकावता येत नाही. स्वतःचं भावनिक, वैचारिक रूप पहाता येत नाही. म्हणून इथेसुद्धा 'आरसा' या गोष्टीची गरज असते. तो आरसा दाखवण्याचा यशस्वी प्रयत्न या सर्व्हे मधून केला गेला आहे.

या सर्व्हे वर आलेले अभिप्राय पहा-

'अंतर मनाला चालना देणारे प्रश्न होते.'

'It was really great exercise to know where I stand mentally'

'It helped me take a tour in my mind and know myself'

'प्रश्नांची उत्तरे देऊन बरे वाटले, माझा आत्मविश्वास वाढला'

'छान वाटले.. कोणीतरी आहे जे आपल्याला या कठीण काळात मानसिक दृष्ट्या आधार देण्यासाठी सज्ज आहे....'

'खूपच सुंदर सर्व्हे आहे, खूप काही मनाच्या अवस्थेबद्दल अनुभव आला'

'अत्यंत चांगला उपक्रम असून , मनातील सूप्त विचारांना व्यक्त करण्यासाठी माध्यम..'

हे अभिप्राय का आले?

महामारीच्या संकटात, मनाची अवस्था अस्वस्थ, विस्कळीत झालेली असताना एक आरसा जेव्हा समोर आला, त्यात मनाचं प्रतिबिंब जेव्हा दिसलं, तेव्हा थोडी स्पष्टता तरी आली की नेमकं माझं आंतरिक रूप कसं आहे! त्यामुळे सर्व्हे सोडवला आणि बरं वाटलं. मनावरचं ओझं थोडं उतरल्यासारखं वाटलं. हलकं वाटलं. आमच्यासाठी या सर्व्हे चा एक मोठा उद्देश इथे साध्य झाला! आम्ही विचारपूर्वक काही प्रश्न असे विचारले होते की ज्यांची उत्तरे विस्तृतपणे येतील... त्यामध्ये - आरोग्य, आर्थिक स्थिती, लोकांमध्ये न मिसळता येणे या 3 गोष्टींचा सर्वात जास्त ताण लॉक डाऊन मध्ये लोकांना आलेला दिसत आहे. याचा परिणाम

१. 'मला कोरोना झाला तर?'

'माझ्यामुळे माझ्या कुटुंबाला त्रास झाला तर?' 'घरखर्च, कर्जाचे हप्ते यांचं कसं करायचं?' या 3 प्रकारच्या 'चिंता' मोठ्या प्रमाणावर वाढलेल्या दिसल्या.

२. 'मला फोनवर नाही तर प्रत्यक्ष माझ्या मित्राला, मुलाला, मुलीला, आईला, बहिणीला भेटायचं आहे' 'मला मोकळी हवा, आकाश, निसर्ग यांच्या सान्निध्यात जाता येत नाही'

ही अस्वस्थता सुरुवातीला आणि नंतर जसजसा हा काळ वाढत गेला आणि काही महिने झाले तरी अजूनही मला बाहेर जाता येणार नाही, मोकळेपणाने फिरता येणार नाही हे लक्षात आल्यावर आलेलं वैफल्य, एकटेपणा वाढताना दिसत आहे. याचा काळ अजून वाढला तर त्याचं रूपांतर 'नैराश्य' ग्रस्त होण्यात होऊ शकते.

असं असलं तरी लॉक डाऊन च्या काळात मोठ्या प्रमाणावर अनेक नागरिकांनी अनेक नवीन गोष्टी शिकून घेतल्या. त्यामध्ये स्वयंपाकघरात नविन पदार्थ शिकणाऱ्या विद्यार्थी, पुरुष यांचं प्रमाण खूप जास्त आहे. Webinar वरून अनेक विषय शिकण्याची संधी घेतली गेलेली आहे. वेळ न मिळाल्याने ज्या गोष्टी इतके दिवस करता आल्या नाहीत त्या - उदाहरणार्थ, संगीत ऐकणे, संगीत शिकणे, पेंटिंग करणे, घरी एकत्र पत्ते खेळणे, वाचन करणे, साफसफाई करणे अशा अनेक गोष्टी करत, चांगला वेळ घालवण्याचा प्रयत्न अनेकांनी केला. सततच्या धावपळीच्या जीवनात एक मोठा ब्रेक यानिमित्ताने मिळाल्याचं सर्व्हे मधून स्पष्ट दिसत आहे.

महिलांवर घरातील कामांचा ताण जास्त आलेला दिसला आहे. पण कुटुंबातील सदस्य इतका वेळ सगळे एकत्र आहेत ही गोष्ट महिलांना सुखावणारी आहे आणि या मुळे त्या कामाचा ताण असूनसुद्धा तो सुसह्य करण्याचा प्रयत्न त्यांनी केलेला आहे. या कठीण परिस्थितीत समाजाच्या मदतीला धावून जाण्याची भारतीय मानसिकता अतिशय वैशिष्ट्यपूर्ण आहे. अनेक सामाजिक संस्था, संघटनांच्या माध्यमातून मोठ्या प्रमाणावर नागरिकांनी मदतीचा हात दिलेला आहे. सर्व्हे मध्ये दिसलेल्या या गोष्टी सुखवणार्या आहेत.

अर्थातच - चिंताग्रस्त होण्याचं, नैराश्य येण्याचं, कोरोना होऊन गेल्यानंतर मानसिक अस्वस्थता वाढण्याचं प्रमाण वाढत आहे त्यासाठी - आपल्याला सगळ्यांनाच इथून पुढे प्रयत्न/काम करावे लागणार आहेत. त्यासाठी आपण तयार राहूया.

*भोग भोगावरी द्यावा। संचिताचा करुनि ठेवा।*

*शांति धरणे जिवासाठी। दशा उत्तम गोमटी।*

या संत तुकाराम महाराजांच्या अभंगाचा अर्थ लक्षात घेऊन, या परिस्थितीला खंबीरपणे सामोरे जाण्यातून आपलं आत्मबल वाढणार आहे याचं स्मरण ठेवूया.

धन्यवाद!

निखिल वाळकीकर

अध्यक्ष,

मनःसृष्टी, पुणे.



# PROJECT AARSA

## INTRODUCTION

For the last 4 months, the entire world has been plagued with the pandemic of COVID-19. Our entire country has suffered majorly in all aspects. Corona arrived in India in March with foreign nationals and is yet to be brought under control. The virus was originally found in China, from where it has spread to many countries around the world. When the virus entered India in March, citizens were unaware that it would spread so far. For the last four months, everyone's life has come to a standstill. Around 80% of the citizens have been sitting at home. Doctors, nurses, other hospital staff, police, other essential service employees are working around the clock tirelessly. The social and economic situation has been disrupted due to the epidemic of covid-19. The first two months saw a nationwide lockdown. Shops for essential goods (groceries, milk, fruits and vegetables) used to be open at regular intervals. Medical services began uninterrupted. There were very strict restrictions on people going out.

When this lockdown started, a lot of daily wage workers and laborers started walking from one state to another to return to their villages. A large number of such trips were made as they did not even have food or shelter. In the current situation, every population group is facing some or the other problem. Some people don't get even two meals a day, some have lost their jobs, some are suffering from physical and some mental illnesses, some are worried about the future and uncertainty of exams. There are also a lot of people who are stuck in the dark thinking about what to do next. An attempt has been made to study all these factors through research with this survey.

This constant but necessary lockdown, the problems that arose from it, the growing threat of corona, people's constantly changing mindsets, growing uncertainty and negativity- are all factors that need to be studied. Research regarding this will shed light on what actions can be implemented by the most affected population groups.

It will take time for this situation to come under control. But research with this survey will be useful in the process of controlling all this.

## **Purpose of the research:**

The purpose of the research is to help Police department to understand and analyze the changing mindset of the society, reasons of crimes - suicide - depression in certain elements of society and effects of Lockdown and Pandemic on various socioeconomic groups in the Society.

The main objective of this survey cum research is to evaluate the coping process of society in this situation and analyze if the coping is positive or negative. The aim is to see which coping behaviors lead to depression, suicidal ideation, criminal tendency and addictive behavior. This will be done by taking into consideration different groups of people who represent the whole population.

## **Variables:**

### **1. Coping:**

Coping is the ability to face and deal with problems, difficulties and adverse situations successfully. In this research, coping was measured in the form of Avoidant and Approach coping.

Avoidant coping - Avoidant coping is associated with poorer physical health, denial, substance use, venting, behavioral disengagement, self-distraction and self-blame. It is shown to be less effective at managing anxiety. Therefore, it is considered to be a maladaptive form of coping.

Approach coping - Approach coping is associated with more helpful responses to adversity, including adaptive, practical adjustment, better physical health outcome, more stable emotional responding, positive reframing, planning, acceptance, seeking emotional support and seeking informational support. Therefore, it is considered to be an adaptive form of coping.

**Depression:** Depression is a mental health disorder characterized by persistently depressed mood or loss of interest in activities, causing significant impairment in daily life.

**Suicidal Ideation:** Suicidal Ideation is recurrent thinking, planning or attempting to take one's own life. This can be done in the form of self-harm.

### **2. Addictive Behaviour:**

Addictive behaviour is a psychological and physical inability to control the cravings or urge to consume alcohol or drugs.

### **3. Criminal Tendency:**

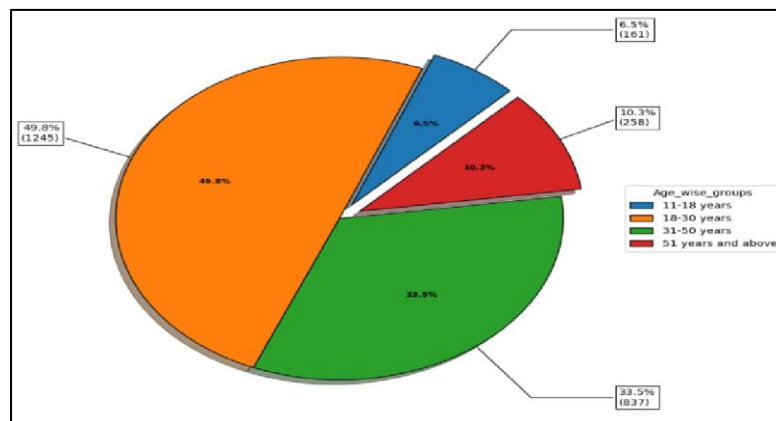
In this research, Criminal Tendency is measured by taking into consideration the major constructs of aggression, impulsivity, neuroticism and unlawful behaviour.

## METHODOLOGY

1. **RESEARCH DESIGN:** This study saw the use of the descriptive research design. The descriptive designs used in the research were correlational research design and comparative research design. This was done as the aim of the study was to study the statistical intercorrelations between the variables involved, as well as to make a comparison between various groups of people belonging to different occupations, ages and economic backgrounds.

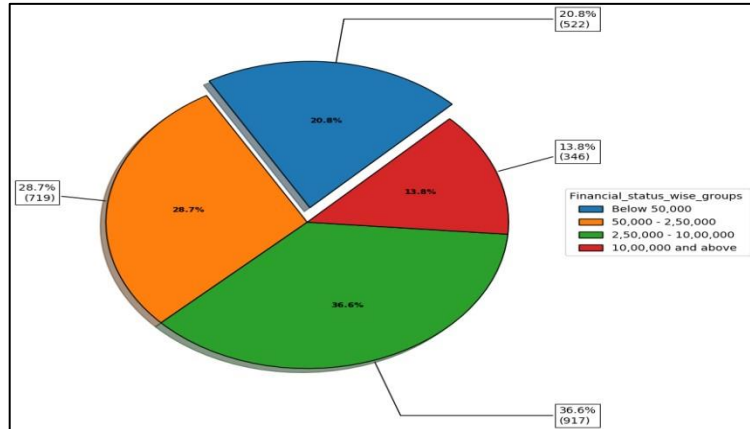
2. **SAMPLE:** A sample size of 2504 was recruited for the study. The individuals participating in the research were of ages 18 years and above. The entire sample consisted of 3 major groups regarding age, financial status and occupation. The groups are as follows:

- **Age-Wise Groups:**



1. 11 – 18 years
2. 18-30 years
3. 31-50 years
4. 51 years and above

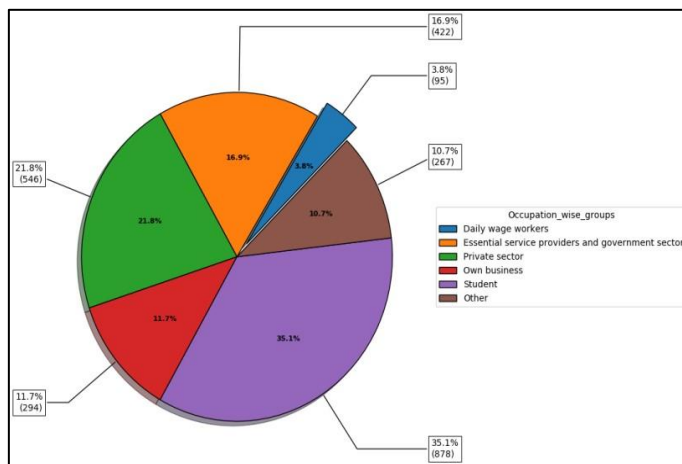
- **Financial Status-Wise Groups: (Yearly income)**



1. ₹0 - ₹50,000
2. ₹50,000 - ₹2,50,000
3. ₹2,50,000 - ₹10,00,000
4. ₹10,00,000 and above

- **Occupation- Wise Groups:**

1. Daily wage workers (maids, watchmen, newspapermen, laborers, etc)
2. Essential service providers and Government sector ( Doctors, nurses, police, pharmacy, all government job holders, etc.)
  - i Private sector (IT, Software, engineer, language institute, CA, Law firm employees, architect employees, etc.)
  - ii Own business (shop owners, businessman, restaurant, cafe owners, cateteres, small business owners, entrepreneurs, etc.)
3. Student
4. Other (home makers, retired, unemployed individuals, etc.)



### 3. TOOLS USED

The Tools used in this research are as following:

- a. **Demographic details** - Demographic data about subjects was obtained. Participants were requested to provide the following information: age, gender, city, occupation, annual income, etc.
- b. **TOOL 1: BRIEF COPE SCALE-** Brief Cope was used to measure the level of adaptive and maladaptive coping styles. Out of the total 28 items, 24 items were selected to be included in this research. Each item is scored on a 4-point scale (I haven't been doing this at all= 1, A little bit=2, A medium amount=3, I've been doing this a lot=4). Scores are presented for 2 overarching coping styles- **Avoidant Coping** (characterized by subscales of denial, substance use, venting, behavioral disengagement, self-distraction and self-blame). **Approach Coping** (characterized by active coping, positive reframing, planning, acceptance, seeking emotional support and seeking informational support).
- c. **TOOL 2:** The second tool was created by the researchers in order to measure the levels of depression, suicidal ideation and anxiety among the participants. These items were developed by taking into consideration the diagnostic criteria of Depression and Anxiety Disorders from the Diagnostic and Statistical Manual (DSM-V). It consisted of 9 items, where each item was scored on a 4-point scale (Not at all=0, Several days=1, More than half of the days=2, Nearly everyday =3).
- d. **TOOL 3:** The third tool was created by the researchers in order to measure the levels of addiction and presence of criminal tendencies. These items were developed by taking into consideration the diagnostic criteria of Addiction from the Diagnostic and Statistical Manual (DSM-V). Major aspects of criminal tendencies were considered and used to build upon the items for the same. It consisted of 12 items, where each item was scored on a 5-point scale (Never=0, Rarely =1, Sometimes=2, Often=, 4=Always).

- e. **OPEN-ENDED QUESTIONS:** The questionnaire also included a few open-ended questions such as “What are the things that are currently stressing you out the most?”, “What are the activities that you have used to cope with the current pandemic situation?”, “ What are the new and good things that you have learned and implemented in this lockdown? How has it helped you?”. The researchers developed and included these questions in order to measure and analyse various other major aspects regarding people’s mindset during the lockdown, which were not included as part of traditional tools.

### **3 SAMPLING TECHNIQUES**

The sampling techniques used in the research were purposive and snowball sampling. The main objective of a purposive sample is to produce a sample that can be logically assumed to be representative of the population. Snowball Sampling is a technique where existing study subjects recruit future subjects from among their acquaintances. Thus the sample group is said to grow like a rolling snowball. As the sample builds up, enough data are gathered to be useful for research. The sample was distributed according to shown in the figure. All the participants were administered with the standardized test measuring the concerned variables.

In order to complete the data collection, the organization took the help of 25 volunteers, who helped in circulating the finalized test questionnaire. The questionnaire was administered to the participants using Google forms. First, the close acquaintances of the volunteers were approached to complete the questionnaire. Post this, telephonic interviews were also made in order to get data from bigger organisations. To attain data from the daily wage worker group, the help of “Sneh Foundation”, “Khelghar” and “Eklavya Foundation” were employed. In this way, the total targeted sample size was achieved for the research. Every participant received an ecertificate on completing the entire questionnaire.

#### **4 STATISTICAL ANALYSIS**

Once the data collection was completed, the scores of the tests were organized in the excel sheet for further statistical analysis. Mean, median and mode of the data was also computed using SPSS. The data was found to be parametric according to the descriptive statistical analysis, and hence the Pearson product moment correlation was computed for the data to compute the correlation between the variables. Comparison between various groups was also undertaken and post-hoc analysis was conducted for more in-depth information.

In order to analyze data of the subjective, open-ended questions, the process of thematic analysis was used. In this, all the responses were analyzed and various, recurring themes were picked on that were common to multiple participants. Based on this, themes were finalized which aided in the formulation of potential results and applications of the entire research.



## RESULTS

### COMPARATIVE STUDY:

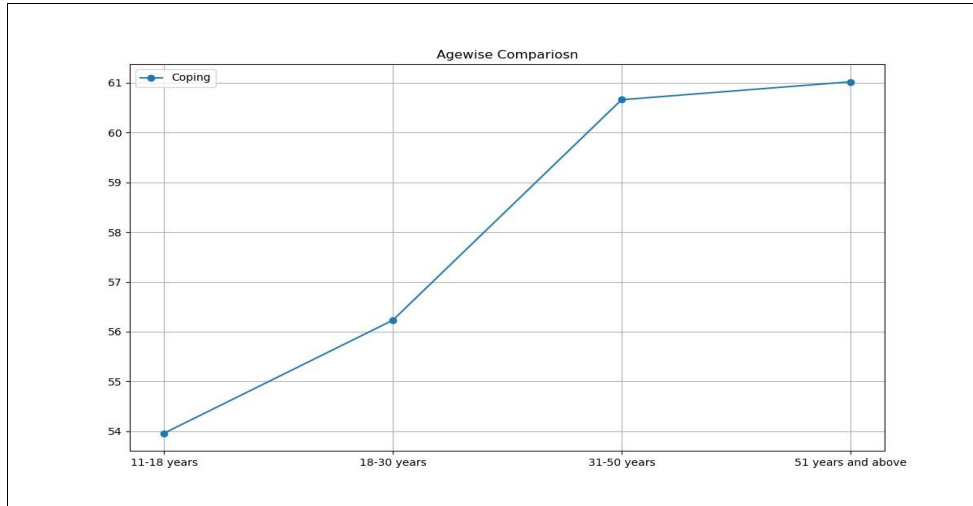
#### AGE WISE COMPARISON:

4 groups : 11 years - 18 years, 19 years - 30 years, 31 years - 50 years, 51 years and above.

Variables	Significance
Coping	.000
Depression	.000
Addiction	.000
Criminal Tendency	.000

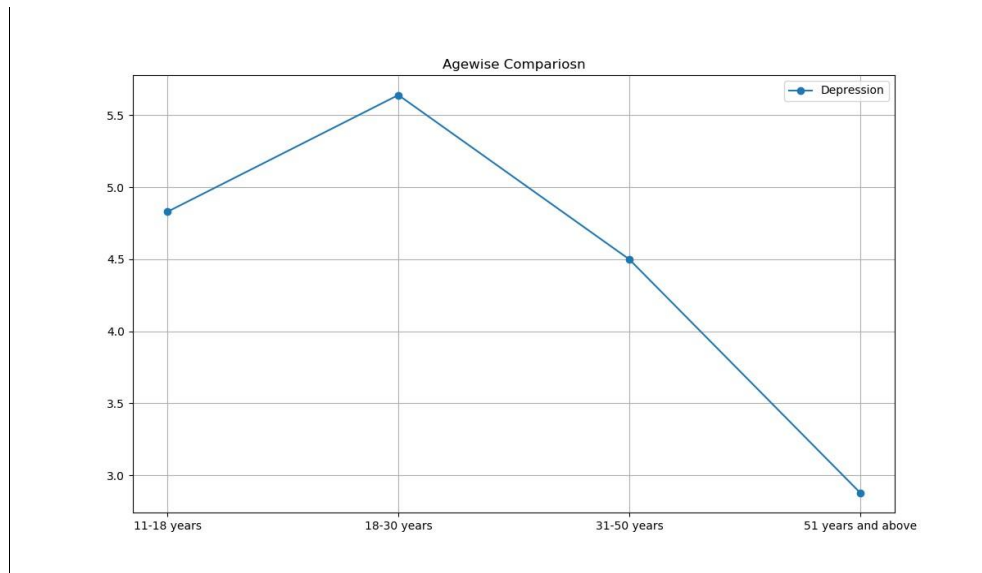
The above tables depict that there is significant difference in each variable at 0.05 level of significance. When the significance value i.e. p value is less than 0.05 then we consider it as significant. Here p value of all variables is .000. To see which groups have a significance difference the test Games Howell was used. The results of this test were as follows:

## 1. Coping



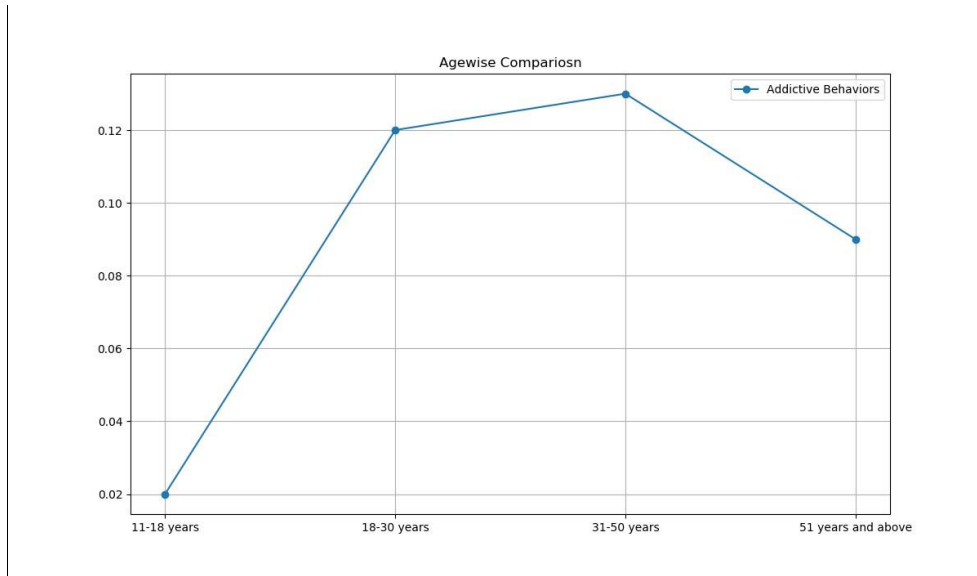
The above graph shows that the group which is at the top is 51 years and the method of coping is harmful and the group which is at the lowest is 11 years to 18 years. The work of housewives in the age group of 51 years and above has increased a lot; they are worried about what exactly to do - what to do next. Retired people are finding it difficult to stay home without going out.

## 2. Depression



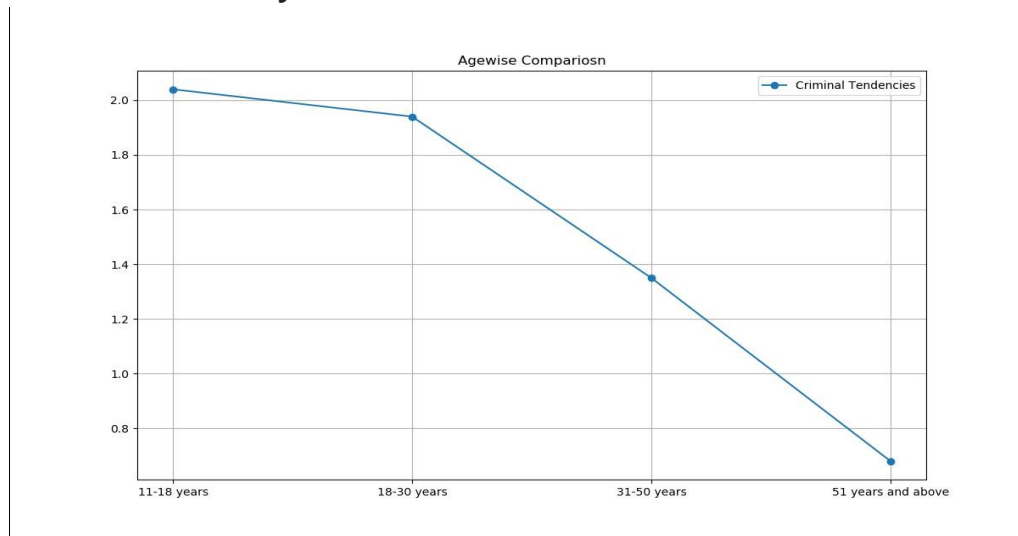
The above graph shows that the age group 19 years - 30 years is the highest in depression and the age group 51 years and above is the lowest in depression. People in the age group of 19 to 30 years are still studying, they have got their new jobs, some of them have lost their jobs. People in this group are very worried about the future.

### 3. Addictive Behaviour



The above graph shows how age-appropriate groups are scored in addictive behavior. According to this, people between the ages of 31 and 50 are more inclined towards addictive behaviour.

#### 4. Criminal Tendency



The above graph shows the criminal tendency and we can see that the age group of 11-18 years is at the forefront. But this does not mean that the group is turning to criminal tendency. It means that traits like anger, impulsivity are growing in this group.

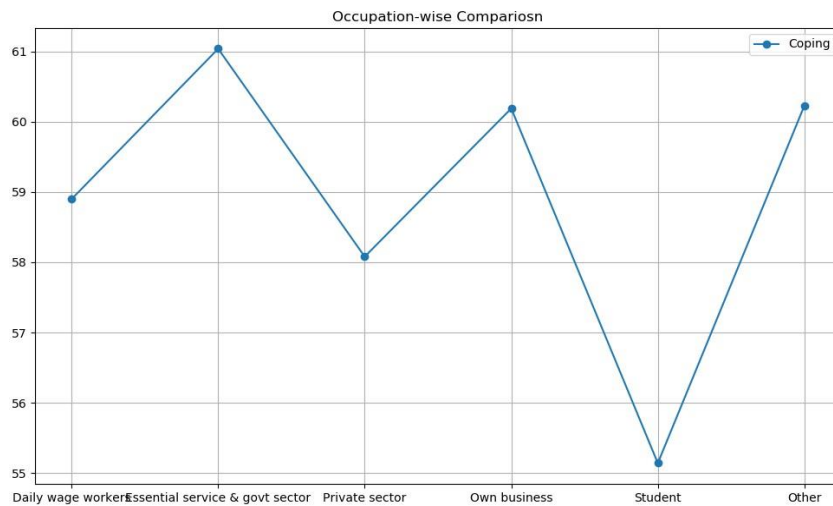
#### **OCCUPATION WISE COMPARISON:**

6 groups: Daily wage workers, Essential service providers and government sector, private sector, own business, student, other

Variables	Significance
Coping	.000
Depression	.000
Addiction	.000
Criminal Tendency	.000

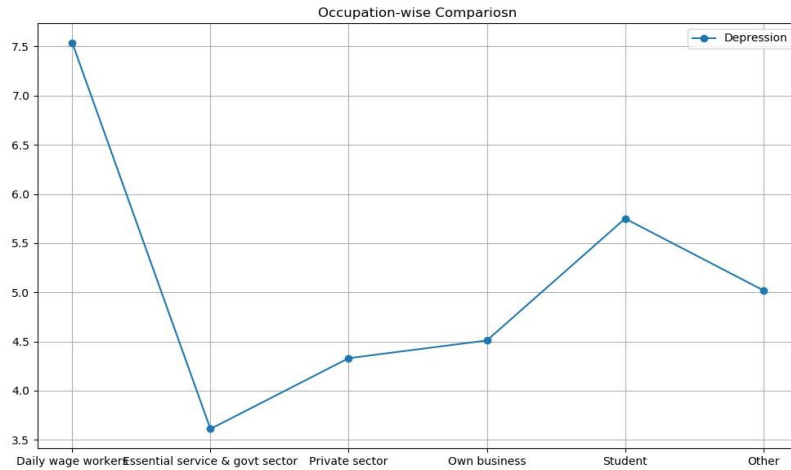
The above table shows that there is a significant difference between each variable as the p value (significance) is .000. But to see which groups are significantly different further analysis was done. The results of that analysis are as follows:

## 1. Coping



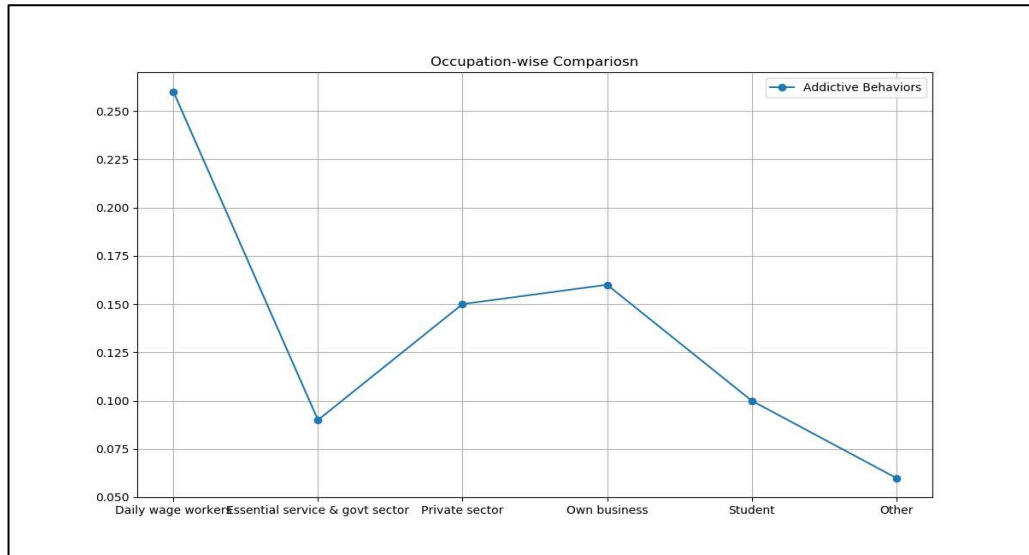
The above graph shows which of the occupation wise groups are dealing with the current situation in an adaptive and maladaptive manner. According to this, students are coping well with the current situation. It is becoming difficult for people in essential services and government services to cope with the current situation. Some of the reasons for this could be an increased work, fear of getting infected, worrying about the family, etc.

## 2. Depression



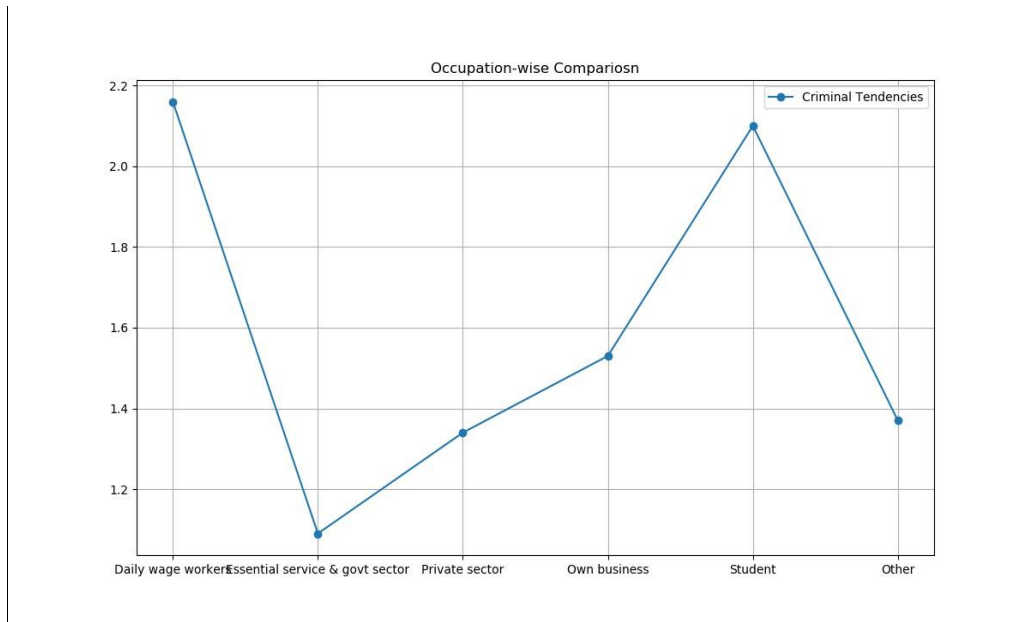
The above graph shows that which group is high in depression according to occupation. It shows that the group daily wage workers are scoring high on depression. Some of the reasons behind this could be that the Corona epidemic has cost them their jobs, they don't know when they will get a new job, they don't have the essentials at home, they are worried about the children's future.

## 3. Addictive Behaviour



The above graph shows about addictive behaviour and we can see that the daily wage workers group is at the forefront and the others i.e. housewives, retired, unemployed are at the bottom.

#### 4. Criminal Tendency



The above graph shows which group is in the classification of criminal tendency by occupation, with the daily wage workers being the first to be followed by the student class. Some of the reasons behind this might be that the Corona epidemic has created many problems for the daily wage workers. Even their basic needs are not being met. The student group is going through a lot of stress. Some have their pending exams, some are not getting jobs, and some are finding it difficult to stay at home.



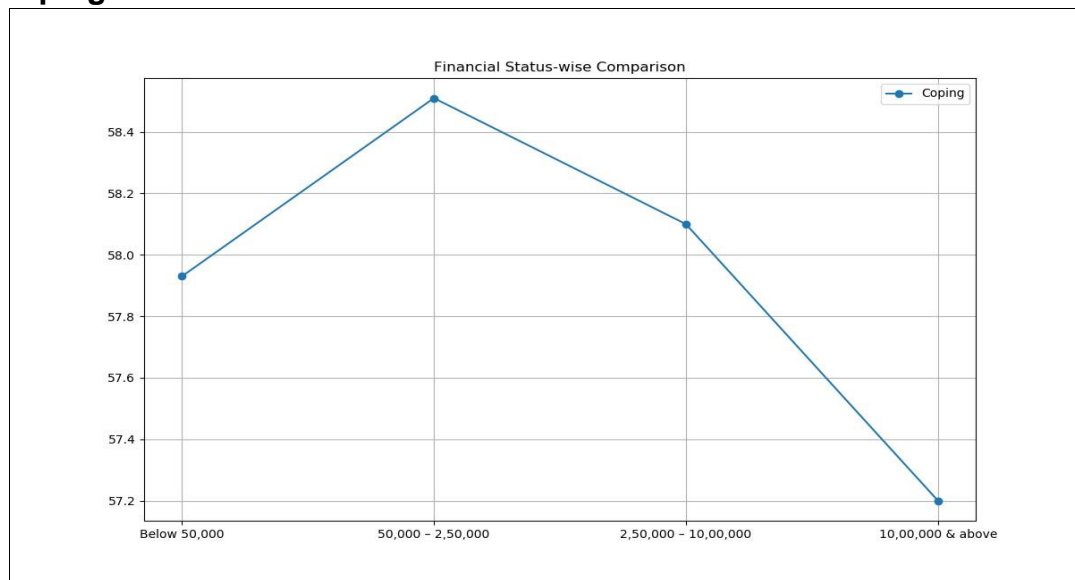
## FINANCIAL STATUS WISE COMPARISON

4 groups: below 50,000, 50,000 - 2,50,000, 2,50,000 – 10,00,000, 10,00,000 and above

Variables	Significance
Coping	.179
Depression	.000
Addiction	.133
Criminal Tendency	.000

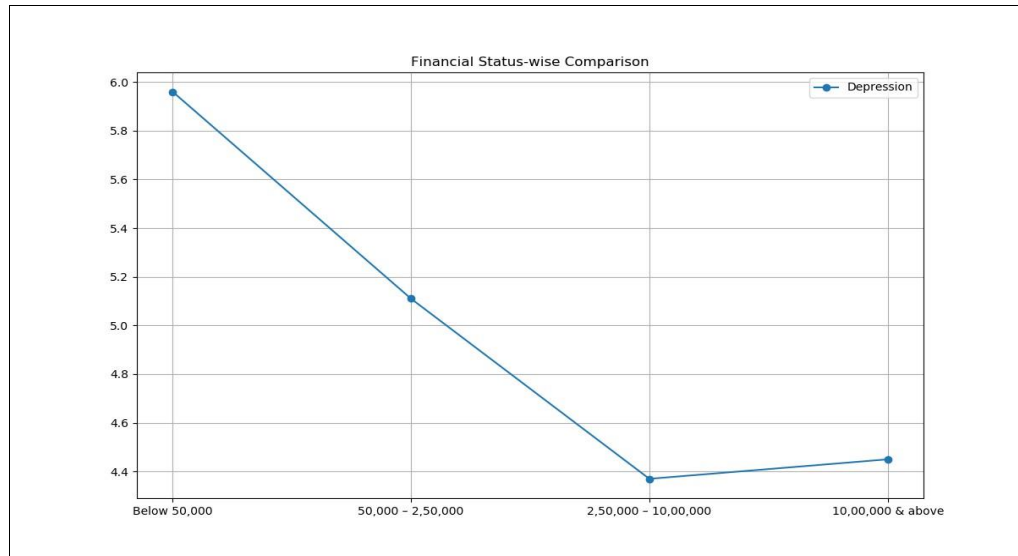
The above table shows that there is a significant difference between the variables of depression and criminal tendency as the p value (significance) is .000. But to see which groups significantly different further analysis was done. The results of that analysis are as follows:

### 1. Coping



The above graph shows which group is facing the current situation in an adaptive or maladaptive way according to the financial status. The method of coping of individuals in the income group of 50,000-250,000 is maladaptive and the coping of individuals in the income group of 100,000 and above is adaptive. 50,000 to 250,000 people are worried about the future and are looking for job opportunities and ways to earn money.

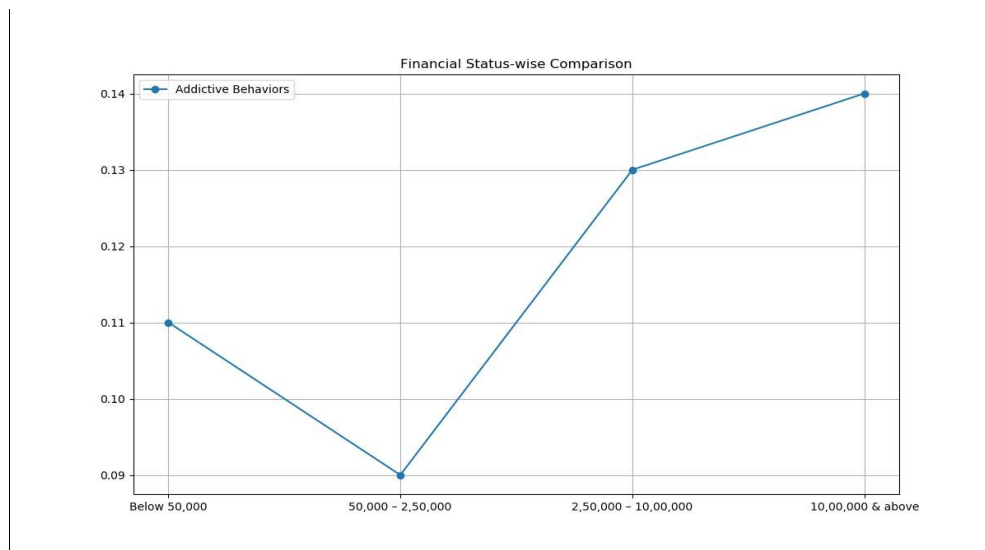
## 2. Depression



The above graph shows that people in the low income group i.e. below 50,000 are on the verge of depression. Individuals in this group are facing many problems due to the current situation.

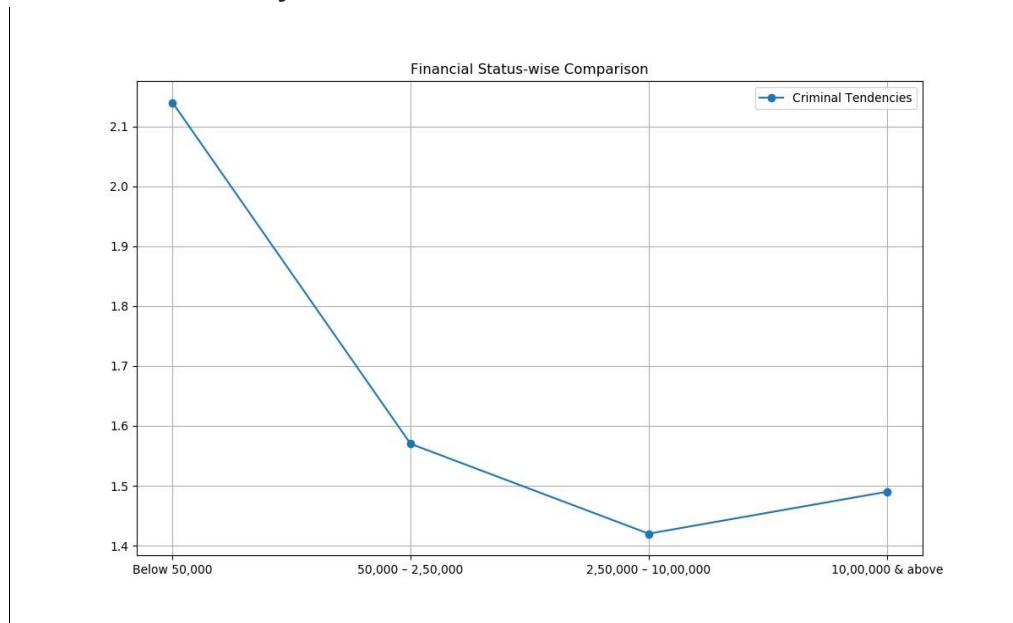
They also have to struggle to make ends meet.

## 3. Addictive behaviour



The above graph shows which group is high on addictive behavior and which group is low. According to this, it is seen that 100,000 and above people are moving towards addictive behaviour. This may be due to the fact that these things are readily available and accessible to them.

#### 4. Criminal Tendency



The above graph shows which group is high on criminal tendency and which is low. It shows that people in the income group of less than 50,000 are turning to criminal tendency. Some of the reasons for this might be lack of basic necessities, financial crisis due to Corona epidemic, many mouths to eat at home, not being able to go out, etc.

## CORRELATION:

### ❖ DAILY WAGE WORKERS:

Pearson Correlation:

Variables	Coping	Depression	Addiction	Criminal Tendency
<b>Coping</b>	1	<b>.254*</b> <b>.013</b>	.062 .548	.132 .200
<b>Depression</b>	<b>.254*</b> <b>.013</b>	1	.150 .145	<b>.479**</b> <b>.000</b>
<b>Addiction</b>	.062 .548	.150 .145	1	<b>.260*</b> <b>.010</b>
<b>Criminal Tendency</b>	.132 .200	<b>.479**</b> <b>.000</b>	<b>.260*</b> <b>.010</b>	1

The above table depicts the significant correlations that are present in the group of the daily wage workers for the variables of coping, depression, addiction and criminal tendencies.

1. The table shows a significantly positive correlation between **Coping** and **Depression**.
  - Higher the maladaptive coping, the more the depression as well as the lower the maladaptive coping, lower will be the levels of depression
  - Higher the levels of depression, higher will be the maladaptive coping, and a lower level of depression will mean a reduced level of maladaptive coping.
2. The table shows a significantly positive correlation between **Depression** and **Criminal Tendencies**.
  - Higher the levels of depression, more the criminal tendencies, as well as lower the level of depression, lower will be criminal related behaviours.
  - Higher the levels of criminal tendencies, higher will be the level of depression, and a reduced level of criminal tendencies will mean a reduced level of depression.

3. The table shows a significantly positive correlation between **Addiction** and **Criminal**

**Tendencies**

- Higher the level of addiction, there will be more criminal tendencies, and a lower level of addiction will mean a lower level of criminal tendencies.
- An increase in the levels of criminal tendencies will mean an increased level of addiction, and a reduced level of criminal tendencies will mean a reduced level of addiction.

❖ **FINANCIAL STATUS (ANNUAL INCOME) – BELOW 50,000:**

Pearson Correlation:

<b>Variables</b>	<b>Coping</b>	<b>Depression</b>	<b>Addiction</b>	<b>Criminal Tendency</b>
<b>Coping</b>	1	.080 .069	-.017 .706	.026 .556
<b>Depression</b>	.080 .069	1	<b>.171**</b> <b>.000</b>	<b>.646**</b> <b>.000</b>
<b>Addiction</b>	-.017 .706	<b>.171**</b> <b>.000</b>	1	<b>.206**</b> <b>.000</b>
<b>Criminal Tendency</b>	.026 .556	<b>.646**</b> <b>.000</b>	<b>.206**</b> <b>.000</b>	1

The above table depicts the significant correlations that are present in the group of individuals belonging to below ₹50,000 annual income for the variables of coping, depression, addiction and criminal tendencies.

1. The table shows a significantly positive correlation between **Depression** and **Addiction**.
  - Increase in the levels of depression will increase addiction, as well as if the level of depression is reduced, then it will reduce the addictive behaviours.
  - An increase in the levels of addiction will mean an increased level of depression, and a reduced level of addiction will mean a reduced level of depression.
  
2. The table shows a significantly positive correlation between **Depression** and **Criminal Tendencies**.
  - An increase in the levels of depression will increase criminal behaviours, as well as if the level of depression is reduced, then it will reduce the criminal tendencies.

- An increase in the levels of criminal behaviours will mean an increased level of depression, and a reduced level of criminal behaviour will mean a reduced level of depression.
3. The table shows a significantly positive correlation between **Addiction** and **Criminal Tendencies**.
- An increase in the level of addiction will lead to an increase of criminal tendencies, as well as if the addiction is reduced, then it will reduce the criminal tendencies.
  - If criminal tendencies increase, addiction will increase and if criminal tendencies are reduced, then addiction will reduce.

## **SUBJECTIVE DATA ANALYSIS:**

The process of thematic analysis was used to analyse the information of subjective, open-end questions. In this, all responses were subjectively analysed.

**Q1. “What are the things that are currently stressing you out the most?”** The answers to this question shed light on what could be the reasons that are currently making people feel stressed.

The following stressors were identified from the classification made by occupation

### **1. Daily-Wage Workers:**

This group includes all daily wage workers such as maids, garbage collectors, watchmen, labourers, etc. The biggest problems that this group is facing are financial hardship and lack of basic necessities. As most of these people have lost their jobs, they do not know when they will get a new job. Most of these people live hand-to-mouth, and the lack of jobs means that they cannot even afford basic necessities. The situation is still exacerbated by the fact that most of these families have seen a significant rise in the levels of alcohol consumption. This has greatly contributed to the overall stress levels. There is tension regarding the education or marriage of children. There is a lot of concern about when all this will end, and even after it does, will there be availability of jobs. Till then, even the fulfilment of primary, basic needs remains a question.

### **2. Essential Service Providers:**

All those working in the Essential Services have been working tirelessly for the last four months. The Corona pandemic has exponentially increased the work of medical personnel and police. Doctors are increasingly concerned about their family, their employees and other patients. They are constantly coming in contact with patients and this creates mental as well as physical stress on these individuals. The police personnel are experiencing increased stress due to increased working hours, duty in the containment zone, along with concern regarding their family members. Most of the people in this service are stressed



and disturbed by the carelessness of the citizens. It can also be seen that since these people are working in such close contact with patients, they are constantly endangering their own lives.

3. **Government Sector:**

Employees working in the government sector seem to be suffering from a vastly changed schedule. Since the government system is still not up to par to be equipped with working from home, the first few months were spent by most employees by just sitting at home idly. A lot of stress was seen because of thoughts of financial difficulties, safety of family members from the pandemic, children's future regarding education and career prospects, living away from home, and the constant negative news on TV. It was tough to adapt to the situation, considering that even stepping out of the house was a difficult task. The ever-increasing number of patients, including those close to them, is adding to the stress. "We're safe at home, we have money, but what about the other, poorer elements of society?" is another thought that has caused immense stress.

4. **Private sector:**

People working in the private sector have been working from home. However it is apparent that this group's workload has increased multifold. Increased working hours, unavailability of other necessities (WiFi, internet facilities, power supply), salary cuts etc. have increased the stress. Worries about the family, the distressing economic and social times, job uncertainty, not being able to go out are also some of the major stressors visible among the individuals of this group.

5. **Own business:**

Since most of the industries are closed, the savings of this group of people have been spent. The employers have had to pay the salaries of their employees which has increased the financial crisis. Not being used to sit idly at home has made it difficult to stop negative thoughts and worries. There is stress because

of all the travelling, transportation and trading restrictions which are severely affecting the businesses. There has also been an increase in expenditure because of the extra investment that needs to be done for covid protection (masks, PPE kits, sanitizers, thermal guns, sanitising stations, etc.)

**6. Students:**

Students are worried about their partially completed education, difficulties in adjusting to online lectures, uncertainty and fear regarding getting a job and the increasing stress of wondering whether the entire academic year will go to waste. People are constantly worried about returning to their previous social lives. The anxiety around when the current academic year will officially come to an end and a new one can be started is widely seen.

**7. Others:**

As housewives making up most of the included people in this group, increasing stress can be attributed to the huge amounts of increased household work. The deteriorating financial situation at home is constantly at the forefront. There can also be seen a lot of people who find it difficult to concentrate on anything in life since the stress regarding job uncertainty is not diminishing.

The Corona pandemic and the subsequent lockdowns have seemed to have had a major impact on people's mental health. This needs to be addressed. Some people find it difficult to stay at home because they do not have a good relationship with their family, some families have seen an increase in violence, whereas some people are becoming increasingly vulnerable to suicidal thoughts. Loneliness has become the norm because of a sudden change and upheaval of social life. Due to non-fulfillment of basic needs, there can be seen a rise in criminal tendencies and addictive behaviours.

**Q. 2 and 3: “What are the activities that you have used to cope with the current pandemic situation?”, “What are the new and good things that you have learned and implemented in this lockdown? How has it helped you?”**

These two questions showed how people are coping with this pandemic situation. There was not much difference in coping mechanisms of people according to their occupations. We can see the overlapping patterns in these mechanisms. People are doing many things to adapt to the current situation. They are as follows:

1. Cooking, baking, making tasty food
2. Doing things related to the field of art: painting, dance, music, origami, embroidery, etc.
3. Reading, writing, writing stories
4. Learning new things online, taking courses, learning the skills needed for work
5. Learning new languages, musical instruments, coding, etc.
6. Taking care of one's health, regular exercise, pranayama, cycling, etc.
7. Spending great time with family, doing housework, gardening
8. Active participation in social work
9. Watching different movies, series
10. Reconnecting with old friends through video calls, talking to relatives via video call

The most important thing mentioned by many people is that they understood that anything can happen at any moment in life. So we should stop taking things for granted. People are trying to adapt the minimalistic lifestyle. They are doing things like learning to live life with minimum needs, learning to live by adapting and adjusting with the situation smoothly, learning to do savings, engaging themselves into self-introspection.

## Feedbacks



पुणे पोलीस



मनःसृष्टी

# FEEDBACK

- Thanks !! after reading we know where we are heading and what others might thinking , facing . This is the pandemic situation and lot of problems faced by every one but how to stay alone without any social activities is the main thing to learn for everyone. Those are more social for them this is the big learning and introspection period, staying without activities is the big thing.



# FEEDBACK

While filling the form i realized the positive changes in me.. Form was good..

The graphic features a background of crumpled pink paper. A diagonal green band runs from the top left towards the middle right. There are two white, hand-drawn scribbles: one in the upper left and one in the lower right. The text is written in a dark teal, hand-drawn font.

# FEEDBACK

Filling this form means  
someone cares for me  
and my emotions.  
Thnx to the team





# FEEDBACK

Very useful survey. This can help people think about their current situation and might provoke thoughts of being better at dealing with it.

# FEEDBACK

**This is definitely a good survey for individuals too to keep a check on oneself. I hope the responses you get will help you bring good results and would in a way help you to put forth to authorities to take necessary actions in case, if required. All the best to you**





पुणे पोलीस



मनःसुष्टी

# FEEDBACK

- It was good way to get the feedback for the current situation to deal with, it will help government to take proper action.



पुणे पोलीस



मनःसुधी

# FEEDBACK

- It's one of the great effort of the NGO through introspection and gave more confidence to fight against the situation. Thanks. Best wishes.



# FEEDBACK

- A good take to understand and help society to analyse themselves and find a path in such pandemic situation.



# FEEDBACK

- Our Maharashtra police & Government, & Essential service persons both are very prompt & very good services provide & caring all people. All of you really appreciated in this situation your work performance & risk. Very nice initiative for your survey.





पुणे पोलीस



मनःसुष्टी

# FEEDBACK

Appreciable work being a statistics graduate I know the importance of data collection. Thank you so much for caring !!

## Pune Police Questionnaire

### Demographic Details:

- Name (only initials): for e.g. K. J.
- Age: (11-18, 18-30, 31-50, 51 & above)
- Gender:
- City:
- Occupation: Student/ working
- Field of job/ stream of education:
- What are the things that are currently stressing you out the most? (For identifying reasons regarding anxiety, depression, stress, etc.)
- What are the activities that you have used to cope with the current pandemic situation? (For identifying coping mechanism)
- In the past few months, do you feel financially stable? yes/no/maybe

### Brief Cope Inventory:

You will find below a series of statements which describe how people cope with the current situation.

1= I haven't been doing this at all

2= I've been doing this a little bit

3= I've been doing this a medium amount

4= I've been doing this a lot

1. I've been turning to work or other activities to take my mind off things.
2. I've been concentrating my efforts on doing something about the situation I'm in.
3. I've been saying to myself "this isn't real".
4. I've been using alcohol or other drugs to make myself feel better.
5. I've been getting emotional support from others.
6. I've been giving up trying to deal with it.
7. I've been taking action to try to make the situation better.
8. I've been refusing to believe that it has happened.
9. I've been saying things to let my unpleasant feelings escape.
10. I've been getting help and advice from other people.
11. I've been using alcohol or other drugs to help me get through it.
12. I've been trying to see it in a different light, to make it seem more positive.
13. I've been criticizing myself.
14. I've been trying to come up with a strategy about what to do.
15. I've been getting comfort and understanding from someone.
16. I've been giving up the attempt to cope.
17. I've been looking for something good in what is happening.
18. I've been making jokes about it.
19. I've been doing something to think about it less, such as going to movies, watching TV, reading, daydreaming, sleeping, or shopping.
20. I've been accepting the reality of the fact that it has happened.
21. I've been expressing my negative feelings.
22. I've been trying to find comfort in my religion or spiritual beliefs.

23. I've been trying to get advice or help from other people about what to do.
  24. I've been learning to live with it.
  25. I've been thinking hard about what steps to take.
  26. I've been blaming myself for things that happened
  27. I've been praying or meditating
- I've been making fun of the situation.

### **Patient Health Questionnaire (PHQ –9) (for depression and anxiety) :**

Select the option that you think is most apt for you since the **past 4 months (lockdown):**

0 = not at all

1 = several days

2 = more than half of the days

3 = nearly everyday

In the past 4 months,

1. I have had little interest or pleasure in doing things
2. I have been feeling down or hopeless
3. I have had sleep disturbances.
4. I have been feeling tired or having little energy.
5. I have been having trouble concentrating on things, such as reading the newspaper or watching television.
6. I have been having thoughts of hurting yourself in some way
7. I have been feeling nervous, anxious or on edge
8. Not being able to stop or control worrying about different things
9. I have had trouble relaxing.
10. I have been feeling annoyed or irritated easily.

### **Personality Traits Assessment**

You will find below a series of statements regarding a few behaviours. Select the option that best suits your behaviour since the **past 4 months (lockdown):**

0- Never

1- Rarely

2- Sometimes

3- Often

4- Always

1. I have felt like doing something illegal or morally wrong in order to deal with the current financial instability.

- (Aggression)

1. I have trouble controlling my temper when I am angry.
2. I find it difficult to calm myself down unless I hit or break something.
3. I need to physically fight or beat someone when they make me angry.

- (Neuroticism)

1. I feel discouraged when things don't go my way.
  2. I feel like I cannot overcome intense stress.
- (Alcohol addiction)
    1. Do you consume alcohol?
    2. How often do you have a drink containing alcohol
      - a. Never
      - b. Monthly or less
      - c. 2-4 times a month
      - d. 2-3 times a weeks
      - e. Daily
    3. I have had cravings and strong urges to consume alcohol.
    4. I consume alcohol to deal with the current situation, stress and workload.
    5. Has your alcohol consumption changed in the past 4 months (since lockdown)?
      - a. No
      - b. Yes, it has increased
      - c. Yes, it has reduced
      - d. Not applicable



## प्रकल्प आरसा

### प्रस्तावना

गेले ४ महिने संपूर्ण देशामध्ये कोरोना हाहाकार माजवला आहे. मार्च महिन्यात परदेशातून येणाऱ्या नागरिकांबरोबर हा भारतात आला आणि अजूनपर्यंत याच्यावर नियंत्रण आणणे शक्य होत नाही आहे. हा विषाणू मूलतः चीनमध्ये सापडला असून तिथून तो जगातील अनेक देशांमध्ये पसरला आहे. मार्चमध्ये जेव्हा ह्या विषाणूचा शिरकाव भारतात झाला तेव्हा तो इतके हातपाय पसरेल याची जाणीव नागरिकांना नव्हती. गेले चार महिने ८०% नागरिक हे घरात बसून आहेत. डॉक्टरंस, नर्स, हॉस्पिटलमधील इतर कर्मचारीवर्ग, पोलीस, इतर अत्यावश्यक सेवेतील कर्मचारी अविरतपणे काम करत आहेत. या कोविड-१९ च्या महामारीमुळे सामाजिक, आर्थिक सगळीच घडी विस्कळीत झाली आहे. सुरुवातीचे २ महिने पूर्ण देशात लॉकडाऊन होता. अत्यावश्यक गोष्टींची दुकाने (किराणा, दूध, फळे-भाज्या) ठराविक वेळ सुरु असायची. वैद्यकीय सेवा अखंडित सुरु होत्या. माणसांच्या बाहेर पडण्यावर, फिरण्यावर अतिशय कडक निर्बंध घातले होते.

हे लॉकडाऊन सुरु झाले तेव्हा खूप मजूर एका राज्यातून दुसऱ्या राज्यात आपल्या गावी परतण्यासाठी चालत जाऊ लागले. पैसे नाही मिळाले तर खाणार काय असं म्हणून खूप मोठ्या संख्येने असा प्रवास केला गेला. सद्य परिस्थितीत प्रत्येक घटक हा कोणत्या ना कोणत्या अडचणीचा सामना करत आहे. काही जणांना २ वेळेचे खायला मिळत नाही, काही जणांची नोकरी गेली आहे, काही जण शारीरिक तर काही मानसिक आजाराशी सामना करत आहेत, काही जण भविष्याच्या व परीक्षेच्या अनिश्चितीमुळे काळजीत आहेत. पुढे काय याचा विचार करून अंधारात चाचपडणारेही बरेच आहेत. या सर्व घटकांचा अभ्यास करण्याचा प्रयत्न या सर्वेक्षण सह संशोधनातून केला गेला आहे.

कोरोना महामारीचा सर्वाधिक फटका हा महाराष्ट्र राज्याला बसलेला दिसत असून बाकी देशात जी सूट लॉकडाऊनमध्ये दिली जाते तितीकी सूट महाराष्ट्रात देता येत नाही आणि त्यामुळे बऱ्याच कामांना पाहिजे तेवढी गती अजून मिळाली नाही आणि सतत सगळे बंद करावे लागत असल्यामुळे लोकांना त्याच्या सामना करणे कठीण जात आहे.

हे सततचे पण गरजेचे लॉकडाऊन, त्यातून निर्माण होणाऱ्या अडचणी, कोरोनाचा वाढता धोका या सगळ्यामुळे लोक काही प्रमाणात वाईट मार्गाचा विचार करत असतील, काही जण नकारात्मता

विचारांच्या गुंत्यामध्ये अडकून आयुष्य संपवण्याचा विचार करत असतील. या सगळ्याचा काही प्रमाणात अंदाज यातून आपणांस आला आहे.

ही परिस्थिती, विस्कटलेली आर्थिक व सामाजिक परिस्थिती नियंत्रणात यायला नक्कीच वेळ लागेल. पण हे सगळं नियंत्रित करण्याच्या प्रक्रियेत या सर्वेक्षण सह संशोधनाचा नक्कीच उपयोग होईल.

## संशोधनाचा हेतू

या संशोधनाचा हेतू पोलिस विभागाला समाजाची बदलती मानसिकता, गुन्ह्यांची कारणे - आत्महत्या - समाजातील काही घटकांमध्ये उदासीनता / नैराश्य आणि ह्या लॉकडाऊनचे समाजातील विविध सामाजिक-आर्थिक गटांवर कश्याप्रकारे दुष्परिणाम होत आहेत याची माहिती देणे आणि त्यांचे विश्लेषण करणे हा आहे.

या सर्वेक्षण सह संशोधनाचे मुख्य उद्दिष्ट्य या परिस्थितीत समाजातील प्रतिकूल परिस्थितीचे मूल्यांकन करणे हे असून त्याच्या लोक कश्याप्रकारे या परिस्थितीचा सामना करत आहेत हे जाणून घेणे आहे. सामना करण्याची पद्धत सकारात्मक किंवा नकारात्मक असेल तर त्याचे विश्लेषण करणे हाही उद्देश यामागे आहे. आत्मघाती विचारसरणी, गुन्हेगारी प्रवृत्ती आणि व्यसनाधीन वर्तन कोणत्या प्रकारच्या वागणुकीमुळे होते हे पाहण्याचे उद्दीष्ट आहे. संपूर्ण लोकसंख्येचे प्रतिनिधित्व करणारे लोकांचे भिन्न गट विचारात घेऊन हे केले गेले.

## चल (Psychological Variables)

1. **मुकाबला (Coping):** ही समस्या, अडचणी आणि प्रतिकूल परिस्थितीत यशस्वीपणे सामोरे जाण्याची आणि सामोरे जाण्याची क्षमता आहे. या संशोधनात मुकाबला करण्याच्या पद्धती मुकाबला करणे टाळणे (avoidant coping) आणि सकारात्मक रित्या मुकाबला करणे (approach coping) या २ प्रकारे मोजल्या गेल्या.

मुकाबला करणे टाळणे (avoidant coping) - यामध्ये शारीरिक आरोग्यासह, नकारात्मक प्रवृत्ती, अंमली पदार्थांचा वापर, विचार ना करता बोलणे, वर्तनविषयक तक्रार, वर्तनविषयक विच्छेदन, विचलित लक्ष आणि स्वतःला दोष देणे यांचा समावेश होतो. चिंतेचे व्यवस्थापन

या पद्धतीचा फारसा उपयोग होत नाही. म्हणूनच हि पद्धत सामना करण्याचा एक अपायकारक प्रकार मानली जाते.

सकारात्मक रित्या मुकाबला करणे (approach coping) - यामध्ये उपयुक्त प्रतिसाद, व्यावहारिक नियोजन, उत्तम शारीरिक आरोग्य, अधिक स्थिर भावनिक प्रतिसाद, सकारात्मक विचार करण्याची वृत्ती, गोष्टी स्वीकारण्याची तयारी, भावनिक समर्थन शोधणे आणि माहितीविषयक समर्थन मिळवणे यांचा समावेश आहे. म्हणूनच हि पद्धत सामना करण्याचा एक उपायकारक प्रकार मानली जाते.

2. **औदासिन्य / नैराश्य (depression):** नैराश्य हा एक मानसिक आजार आहे ज्यात सतत उदास मूड असतो किंवा क्रियांमधीली, इतर गोष्टींमधील रस कमी होतो आणि यामुळे दैनंदिन जीवनात महत्वपूर्ण कमजोरी उद्भवते.  
आत्महत्येचा विचार (suicidal ideation): यामध्ये मनात वारंवार आत्महत्येचा विचार येणे, त्यासाठीचे नियोजन करणे किंवा स्वतःचा जीव घेण्याचा प्रयत्न करणे या गोष्टी येतात. स्वतःला शारीरिक इजा करून घेणे हा याचाच एक भाग आहे.
3. **व्यसनाधीन वर्तन:** व्यसनाधीन वर्तन ही मानसिक आणि शारीरिकदृष्ट्या व्यसन करण्याची इच्छा किंवा मद्यपान किंवा इतर अंमली पदार्थांचे सेवन करण्याची तीव्र इच्छा नियंत्रित करण्याची असमर्थता आहे.
4. **गुन्हेगारी प्रवृत्ती:** या संशोधनात, गुन्हेगारी प्रवृत्तीचे मोजमापन आक्रमकता, आवेग, सतत नकारात्मकता आणि बेकायदेशीर वर्तन या प्रमुख गोष्टी विचारात घेऊन केले आहे.

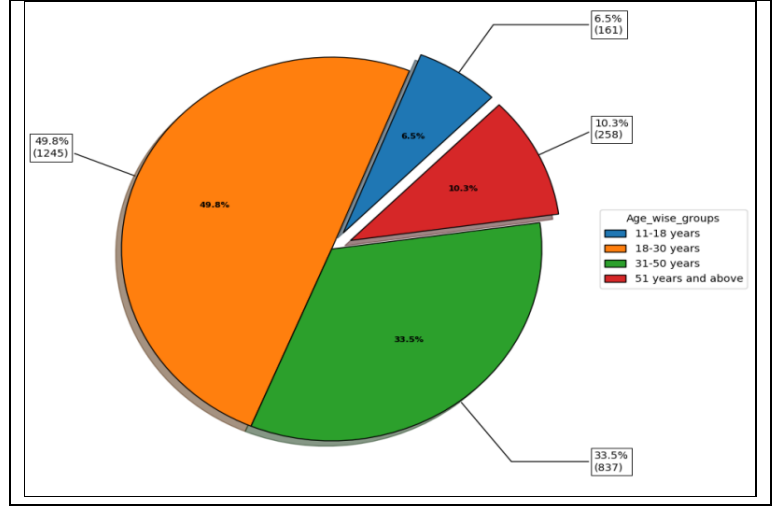
## कार्यपद्धती

1. संशोधन पद्धत
  2. नमुना (वापरलेल्या विविध तुलना गटांचे तपशीलवार स्पष्टीकरण)
  3. नमुना तंत्र (माहिती संकलनासाठी वापरल्या जाणाऱ्या पद्धती)
  4. प्रश्नावली तपशील (वापरलेली साधने)
  5. सांख्यिकीय विश्लेषण
1. **संशोधन पद्धत-** सदर संशोधनामध्ये आपण वर्णनात्मक संशोधन पद्धत वापरली आहे. समाजातील वेगवेगळ्या घटकांकडून माहिती घेऊन परस्परसंबंध व तुलनात्मक फरक तपासला आहे. अभ्यासाचे उद्दीष्ट हे समाविष्ट असलेल्या मानसिक चलांमधील सांख्यिकीय आंतर-सहसंबंधांचा अभ्यास करणे तसेच विविध व्यवसाय, वयोगटातील आणि आर्थिक पार्श्वभूमी असलेल्या विविध गटातील लोकांमध्ये तुलना करणे या उद्देशाने केले गेले.

2. नमुना- अभ्यासासाठी 2504 लोकांकडून माहिती घेण्यात आली. संशोधनात भाग घेणारी व्यक्ती 11 वर्षे किंवा त्यावरील वयोगटातील होती. संपूर्ण नमुन्यात वयानुसार, आर्थिक परिस्थितीनुसार व व्यवसायानुसार गट करण्यात आले. ते गट खालीलप्रमाणे :

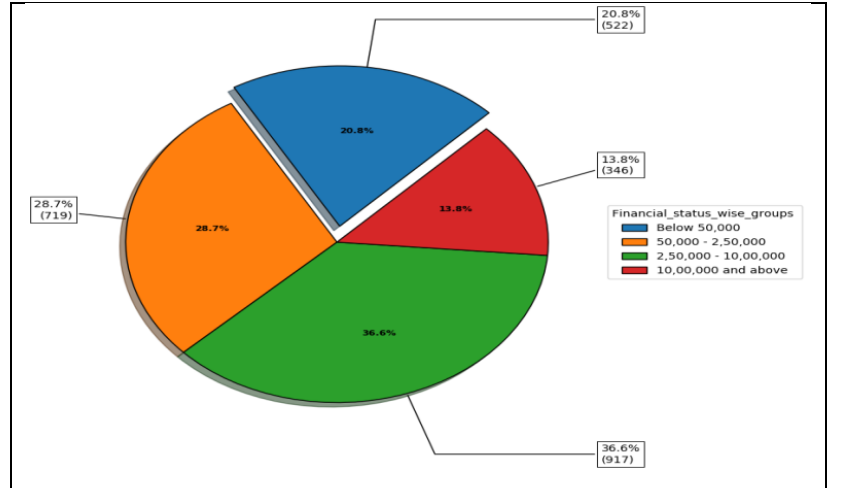
❖ वयानुसार गट :

- वय वर्ष ११ ते वय वर्ष १८
- वय वर्ष १८ ते वय वर्ष ३०
- वय वर्ष ३१ ते वय वर्ष ५०
- वय वर्ष ५१ आणि वर



❖ आर्थिक परिस्थितीनुसार गट (वार्षिक उत्पन्न):

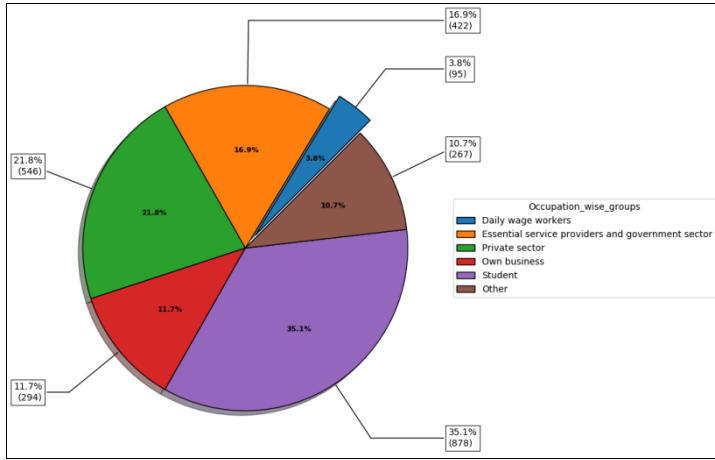
- ० - ५०,०००
- ५०,००० - २,५०,०००
- २,५०,००० - १०,००,०००
- १०,००,००० आणि वर



❖ व्यवसायानुसार गट:

- रोजंदारी कामगार (मोलकरीण, बांधकाम क्षेत्रात काम करणारे मजूर, वर्तमानपत्र विक्रेता, इ.)

- अत्यावश्यक सेवा आणि सरकारी क्षेत्र (डॉक्टर, परिचारिका, पोलिस, फार्मसी, सर्व सरकारी नोकरीधारक इ.)
- खाजगी क्षेत्र (आयटी, सॉफ्टवेअर, अभियंता, भाषा संस्था, सीए, लॉ फर्म कर्मचारी, आर्किटेक्ट, इ.)
- स्वतःचा व्यवसाय (दुकान मालक, व्यापारी, हॉटेल मालक, कॅटेरेर्स, छोटे व्यवसाय मालक, उद्योजक इ.)
- विद्यार्थी
- इतर (गृहिणी, सेवानिवृत्त, बेरोजगार व्यक्ती इ.)



**3. नमुना तंत्र-** संशोधनात वापरल्या गेलेल्या नमुन्यांची तंत्र हेतूपूर्ण आणि स्नोबॉल ही होती. हेतूपूर्ण तंत्राचा उद्देश एक असा नमुना तयार होता जो त्या विशिष्ट गटाचा किंवा लोकसंख्येचा प्रतिनिधी म्हणून तर्कशुद्धपणे ग्राह्य धरला जाऊ शकतो. स्नोबॉल सॅम्पलिंग हे एक असे तंत्र आहे ज्यातून संशोधन कार्याची माहिती आपल्या ओळखीच्या लोकांकडून पुढे त्याच्या ओळखीच्या लोकांपर्यंत जाते व अशी ती पुढे वेगवेगळ्या लोकांपर्यंत पोहचत राहते. नमुना तयार झाल्यामुळे, संशोधनासाठी उपयुक्त अशी पुरेशी माहिती गोळा केली जाते. आकृतीत दाखविल्यानुसार नमुना वाटप करण्यात आला. सर्व सहभागींना संबंधित मानसिक चलांबद्दल (variables) माहिती मिळवण्यासाठी प्रमाणित चाचणी दिली गेली. डेटा संग्रह पूर्ण करण्यासाठी संस्थेने 25 स्वयंसेवकांची मदत घेऊन अंतिम चाचणी प्रश्नावली लोकांपर्यंत पोहोचवली. प्रश्नपत्रिका गुगल फॉर्म वापरून सहभागींना दिली गेली. प्रथम, प्रश्नावली पूर्ण करण्यासाठी स्वयंसेवकांच्या जवळच्या परिचितांना संपर्क साधला. त्यानंतर, मोठ्या संस्थांकडून माहिती मिळविण्यासाठी टेलिफोनवरून मुलाखती देखील घेण्यात आल्या. रोजंदारी कामगार गटाकडून माहिती मिळविण्यासाठी, स्नेह फाउंडेशन, खेळघर, एकलव्य फाउंडेशनची मदत घेतली गेली. अशा प्रकारे, एकूण लक्ष्य असलेल्या गटांकडून माहिती घेऊन

नमुना आकार तयार करणे संशोधनासाठी साध्य झाले. प्रत्येक सहभागीला संपूर्ण प्रश्नावली पूर्ण केल्यावर ई-प्रमाणपत्र दिले गेले.

#### 4. प्रश्नावली तपशील (वापरलेली साधने)

या संशोधनात वापरलेली साधने खालीलप्रमाणे आहेत:

- a. प्राथमिक तपशील - सहभागी लोकांची प्राथमिक माहिती प्राप्त झाली. सहभागींना खालील माहिती प्रदान करण्याची विनंती केली गेली: वय, लिंग, शहर, व्यवसाय, वार्षिक उत्पन्न इ.
- b. साधन 1: ब्रीफ कोप स्केल (मुकाबला) - या साधनाचा वापर सद्य परिस्थितीशी लोक अनुकूल रित्या सामना करत आहेत की अपायकारकरित्या सामना करत आहेत हे मोजण्यासाठी केला गेला. एकूण २८ वाक्यांपैकी २४ वाक्ये या संशोधनात समाविष्ट करण्यात आली. प्रत्येक वाक्यासाठी ४ पर्याय दिले होते. (मी हे सर्व करत नाही = १, थोड्या थोड्या प्रमाणात = २, मध्यम रक्कम = ३, मी हे बरेच काही करत आहे = ४). एकूण गुण हे २ प्रकारच्या मुकाबला करण्याच्या शैली दाखवत आहेत. - १. मुकाबला करणे टाळणे (avoidant coping) - नकार, पदार्थांचा वापर, वर्तनविषयक विच्छेदन, विचलित लक्ष आणि स्वतःचे दोष देणे, इ.). २. सकारात्मक रित्या मुकाबला करणे (approach coping) - सक्रिय कोपिंग, सकारात्मक विचार करण्याची वृत्ती, गोष्टी स्वीकारण्याची तयारी, भावनिक आधार शोधणे, माहितीविषयक आधार शोधणे, इ.)
- c. साधन 2: सहभागींमध्ये नैराश्य, आत्महत्या करण्याचे विचार यांचे स्तर मोजण्यासाठी संशोधकांनी दुसरे साधन तयार केले. डायग्नोस्टिक स्टॅटिस्टिकल मॅन्युअल (डीएसएम-५) मधील नैराश्य आणि चिंता या मानसिक विकारांचे निदान करण्यासाठीचे निकष विचारात घेऊन हि चाचणी विकसित केली गेली. यात ९ वाक्यांचा समावेश आहे, जेथे प्रत्येक वाक्यासाठी ४ पर्याय दिले आहेत. (अजिबात नाही = ०, काही दिवस = १, बरेच दिवस = २, जवळजवळ दररोज = ३)
- d. साधन 3: संशोधकांनी व्यसनाधीन वर्तन आणि गुन्हेगारी प्रवृत्तीची उपस्थिती मोजण्यासाठी तिसरे साधन तयार केले होते. डायग्नोस्टिक स्टॅटिस्टिकल मॅन्युअल (डीएसएम-व्ही) मधील व्यसनाधीनतेचे निदान करण्यासाठी आवश्यक असलेले निकष विचारात घेऊन हि चाचणी बनवली गेली. गुन्हेगारी प्रवृत्तीच्या प्रमुख बाबींचा विचार केला गेला व त्यानुसार प्रश्न बनवले गेले. यात १२ वाक्ये व प्रश्नांचा समावेश आहे, जेथे प्रत्येक ११ प्रश्नांना ५ पर्याय दिले असून

एका प्रश्नाला ४ पर्याय दिले आहेत. (कधीच नाही = 0, क्वचित = 1, कधीकधी = 2, बऱ्याचदा =, 4 = नेहमी)

- e. ओपन एंडेड प्रश्न: या प्रश्नावलीत काही खुले प्रश्न विचारले आहेत जसे की “सध्याच्या परिस्थितीत तुम्हाला कोणत्या गोष्टींचा खूप ताण येत आहे?”, “ह्या कोविड -१९च्या परिस्थितीशी जुळवून घेण्यासाठी तुम्ही कोणत्या गोष्टींमध्ये मन रमवण्याचा प्रयत्न करता?”, “या लॉकडाऊनमध्ये आपण कोणत्या नवीन व चांगल्या गोष्टी शिकलात का व त्या अंमलात आणल्या का? त्याने आपली कशी मदत केली आहे? ”. या लॉकडाऊन दरम्यान लोकांच्या मानसिकतेसंदर्भात इतर अनेक मुख्य पैलू मोजण्यासाठी आणि त्यांचे विश्लेषण करण्यासाठी संशोधकांनी पारंपारिक साधनांचा वापर ना करता असे प्रश्न समाविष्ट केले.

5. **सांख्यिकीय विश्लेषण-** एकदा माहिती संग्रहण पूर्ण झाल्यावर पुढील सांख्यिकीय विश्लेषणासाठी सगळी माहिती, गुण Excel sheetमध्ये भरले गेले. SPSS नावाचे सॉफ्टवेअर वापरून प्राथमिक विश्लेषण केले. वर्णनात्मक सांख्यिकीय विश्लेषणानुसार डेटा पॅरामीट्रिक असल्याचे आढळले आणि म्हणूनच रोजंदारी कामगार वर्ग आणि ५०,००० पेक्षा कमी वार्षिक उत्पन्न असलेल्या गटांच्या चलांमधील (psychological variables) परस्परसंबंध (correlation) मोजण्यासाठी Pearson Product Moment हा फॉर्मूला वापरला. विविध गटांमधील तुलनादेखील केली गेली आणि अधिक सखोल माहितीसाठी पुढील विश्लेषण (Post hoc) करण्यात आले.

व्यक्तिनिष्ठ, ओपन-एन्ड प्रश्नांच्या माहितीचे विश्लेषण करण्यासाठी Thematic Analysis ही विश्लेषणाची प्रक्रिया वापरली गेली. यामध्ये, सर्व प्रतिसादांचे विश्लेषण केले गेले. त्यातून सर्वाधिक निदर्शनास आलेल्या themes किंवा प्रतिसाद निवडले गेले. यावरून लोकांच्या मानसिकतेचा व त्याच्या कारणांचा अभ्यास करण्यात आला व त्याचे संभाव्य परिणाम आणि संपूर्ण संशोधनाच्या उपयोग कसा करता येईल हे लक्षात येण्यास मदत झाली.

## सर्वेक्षण सह संशोधनाचे निकाल :

### तुलनात्मक फरक:

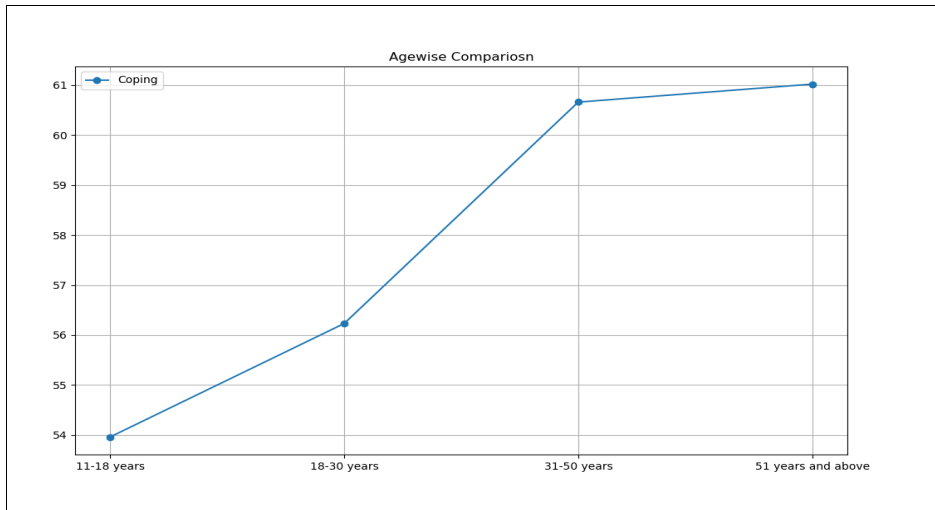
#### ❖ वयानुसार गट:

4 गट: 11 वर्ष - 18 वर्ष, 19 वर्ष - 30 वर्ष, 31 वर्ष - 50 वर्ष, 51 वर्ष आणि त्याहून अधिक.

Variables	Significance
मुकाबला करण्याची पद्धत	.000
औदासिन्य / नैराश्य	.000
व्यसनात्मक वर्तन	.000
गुन्हेगारी प्रवृत्ती	.000

वरील सारणी असे दर्शवितात की 0.05 च्या महत्व पातळीवर प्रत्येक गटाच्या चलामध्ये लक्षणीय फरक आहे. जेव्हा महत्वमूल्य (significance value) म्हणजेच p value 0.05 पेक्षा कमी असते तेव्हा आम्ही त्यास महत्वपूर्ण मानतो. येथे सर्व चलांची (psychological variables) पी व्हॅल्यू .000 आहे. गेम्स हॉवेल ही चाचणी वापरल्यानंतर कोणत्या गटांमध्ये लक्षणीय फरक (significant difference) आहे हे तपासले.

#### 1. मुकाबला करण्याची पद्धत (coping):

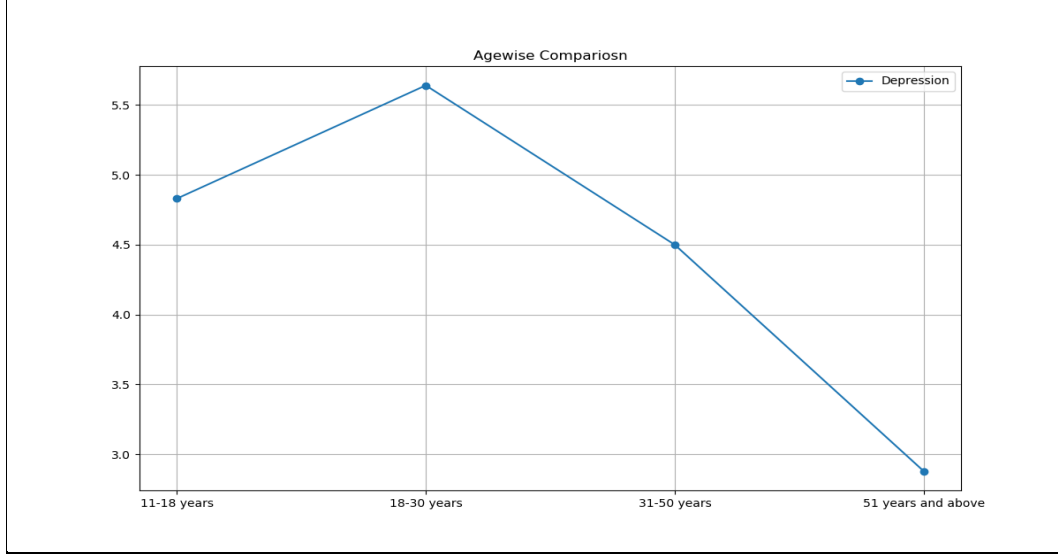


वरील आलेख असे दर्शवत आहे की जो गट सर्वात वर आहे म्हणजे वय वर्ष ५१ आणि वर त्याची मुकाबला करण्याची पद्धत ही अपायकारक आहे व ज्या गट सर्वात खाली आहे म्हणजे ११ वर्ष



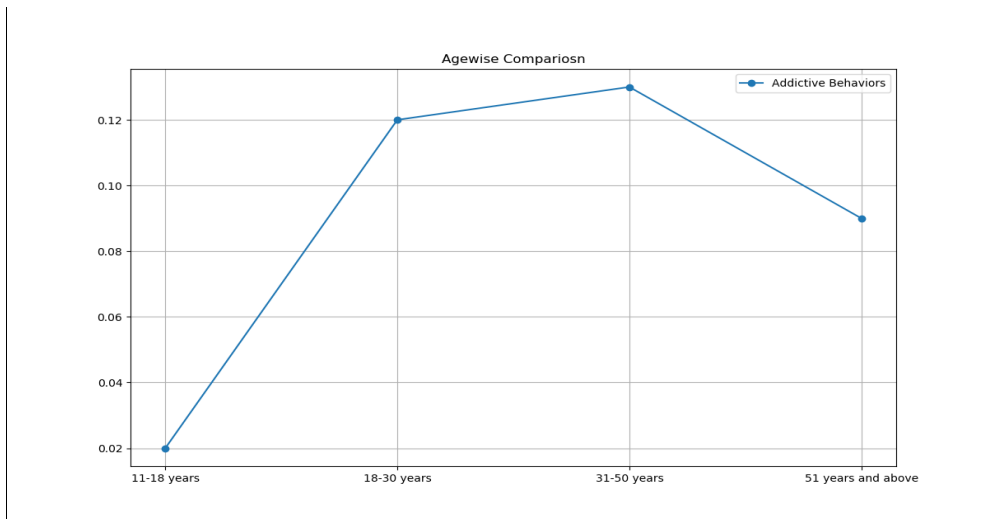
ते १८ वर्ष त्याची मुकाबला करण्याची पद्धत उपायकारक आहे. ५१ वर्ष आणि वरील गटातील गृहिणींचे काम खूप वाढले आहे, त्यांना नक्की काय करावे - पुढे काय याची चिंता लागून आहे. सेवानिवृत्त लोकांना बाहेर न जात घरात बसून राहणे अवघड जात आहे.

## 2. औदासिन्य / नैराश्य :



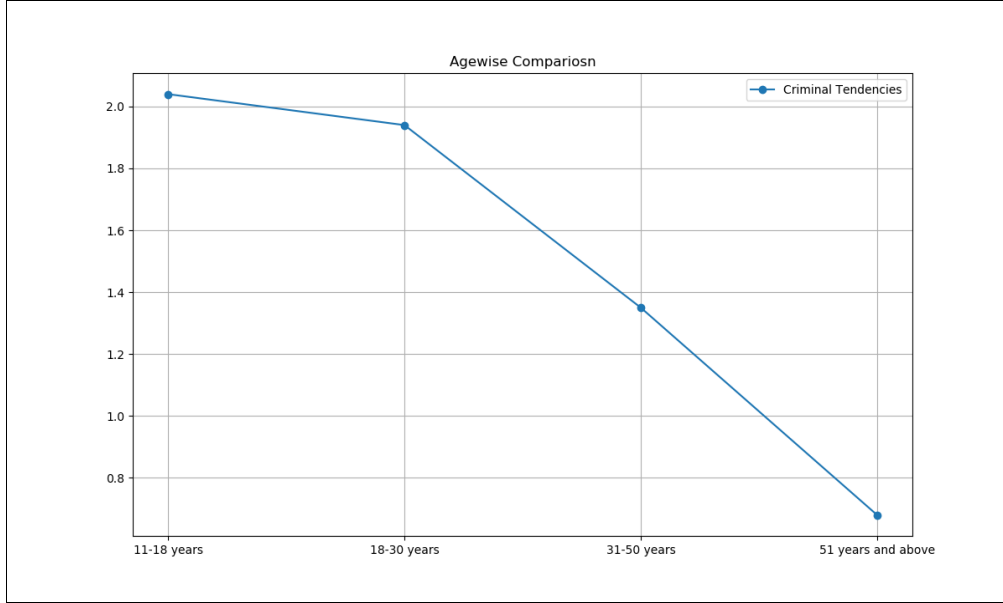
वरील आलेख असे दर्शवत आहे की वयोगट १९ वर्ष - ३० वर्ष ह्या औदासिन्यामध्ये उंचावर आहे व ५१ वर्ष आणि वरील वयोगट हा औदासिन्यामध्ये सगळ्यात कमी आहे. १९ वर्ष ते ३० वर्ष या वयोगटातील लोक हे शिक्षण घेत आहेत, नव्याने नोकरीला लागले आहेत, काही जणांची नोकरी गेली आहे. ह्या गटातल्या व्यक्तींना भविष्याची खूप काळजी लागून आहे.

## 3. व्यसनात्मक वर्तन



वरील आलेख व्यसनात्मक वर्तनात वयानुसार गटांचे कसे स्वरूप आहे हे दर्शवत आहे. त्यानुसार वय वर्ष ३१ ते ५० मधील लोकांचा कल याकडे जास्त आहे हे दिसून येते.

#### 4. गुन्हेगारी प्रवृत्ती:



वरील आलेख गुन्हेगारी प्रवृत्ती दर्शवत असून यात आपल्याला दिसून येते कि ११ वर्ष - १८ वर्ष हा वयोगट सर्वात पुढे आहे. पण यावरून आपण असे नाही म्हणू शकत की तो गट गुन्हेगारीकडे वळत आहे. त्याचा अर्थ असा आहे की या गटात संताप, आवेग यांसारख्या गोष्टी वाढत आहेत.

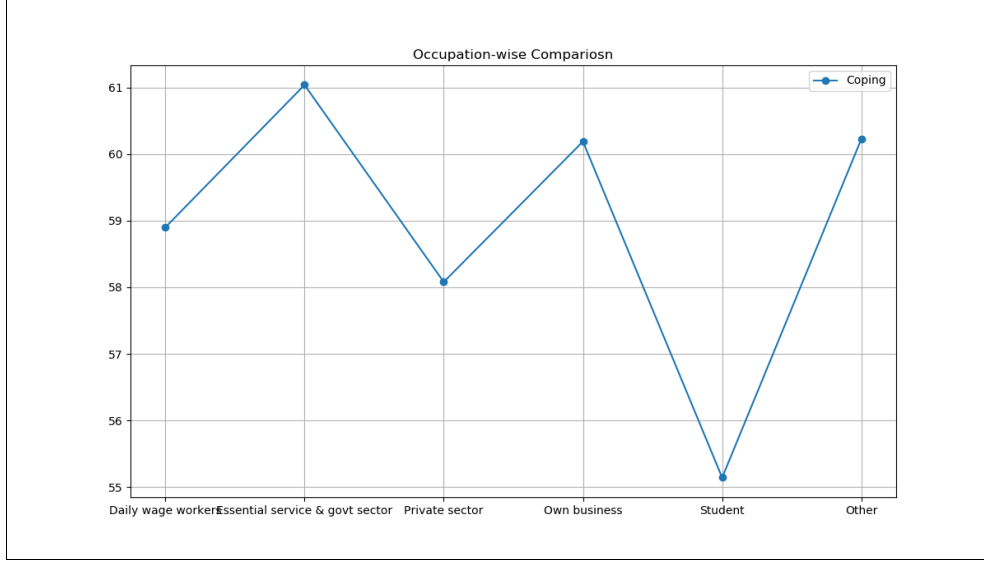
#### ❖ व्यवसायानुसार गट:

6 गट: रोजंदारी कामगार वर्ग, अत्यावश्यक सेवा आणि सरकारी क्षेत्र, खाजगी क्षेत्र, स्वतः चा व्यवसाय, विद्यार्थी, इतर

Variables	Significance
मुकाबला करण्याची पद्धत	.000
औदासिन्य / नैराश्य	.000
व्यसनात्मक वर्तन	.000
गुन्हेगारी प्रवृत्ती	.000

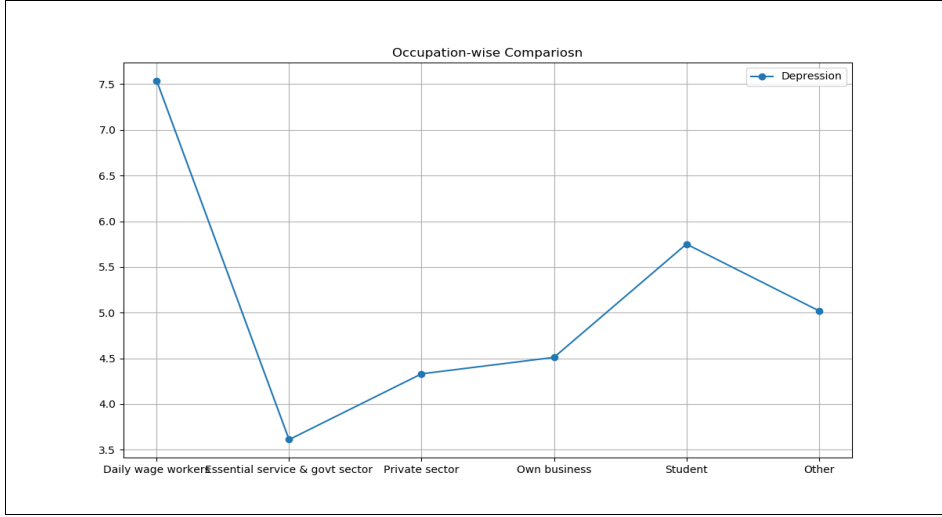
वरील सारणी दर्शविते की प्रत्येक चलाची p value .000 असल्यामुळे त्यामध्ये महत्त्वपूर्ण फरक आहे. परंतु कोणते गट लक्षणीय भिन्न आहेत हे पाहण्यासाठी पुढील विश्लेषण केले गेले. त्या विश्लेषणाचे निकाल खालीलप्रमाणे आहेत:

### 1. मुकाबला करण्याची पद्धत (coping):



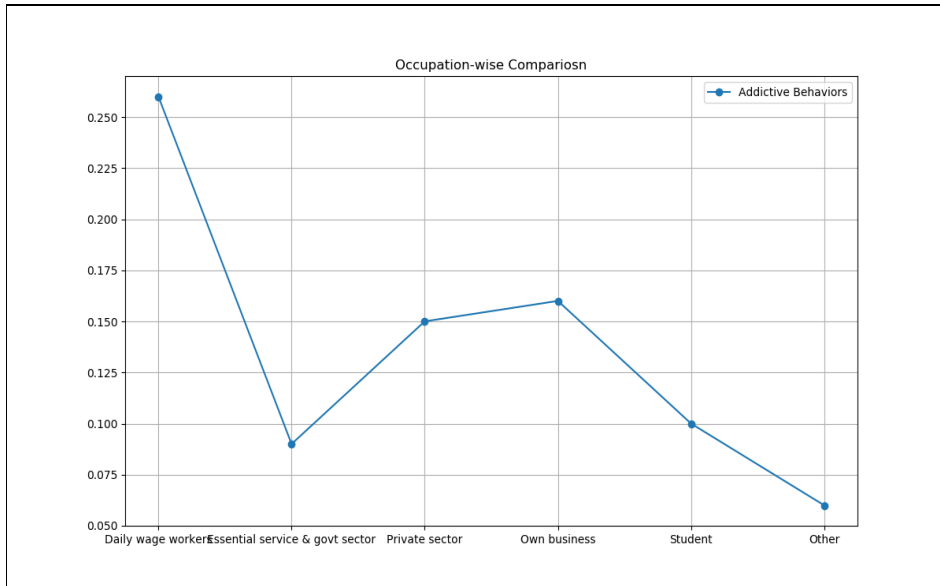
वरील आलेख व्यवसायानुसार केलेल्या गटांमध्ये कोणता गट सद्य परिस्थितीशी अपायकारक व उपायकारक मुकाबला करत आहेत ते दर्शवत आहेत. त्यानुसार विद्यार्थी सद्य परिस्थितीशी चांगल्या प्रकारे सामना करत असून अत्यावश्यक सेवा आणि सरकारी सेवांमधील व्यक्तींना सामना करणे कठीण होत आहे. याची काही कारणे ही त्याचे वाढलेले काम, बाहेर लोकांशी संपर्कात येऊन कराव्या लागणाऱ्या कामामुळे भीती, कुटुंबीयांची काळजी अशी आहेत हे दिसून येते.

## 2. नैराश्य / औदासिन्य



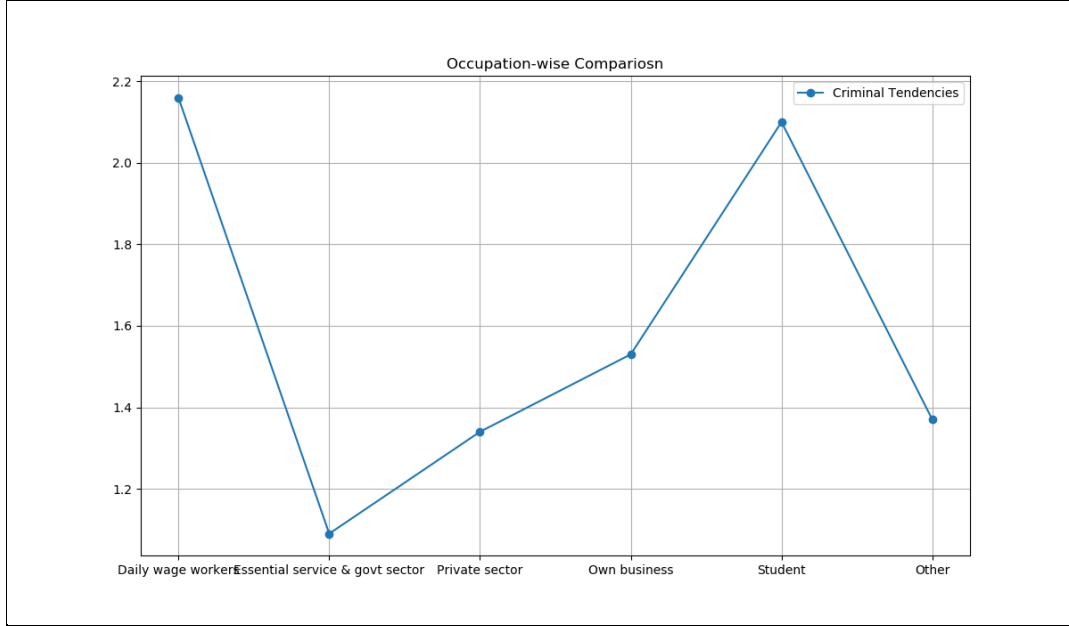
वरील आलेख हा नैराश्य / औदासिन्य यात व्यवसायानुसार केलेल्या वर्गीकरणात कोणता गट वर आहे हे दाखवत असून यात रोजंदारी कामगार वर्ग हा नैराश्यातून जात आहे असा दिसून येते. यामागील काही कारणे अशी असू शकतात की कोरोना महामारीमुळे त्यांचे काम गेले आहे, त्यांना नवीन काम कधी मिळेल हे माहित नाही आहे, त्यांच्या घरात लागण्याच्या अत्यावश्यक गोष्टी नाही आहेत, मुलांच्या भविष्याची चिंता आहे. जर काम मिळाला नाही तर खायचे काय हा अत्यंत महत्वाचा प्रश्न त्यांच्यासमोर गेले ४ महिने कायम आहे.

## 3. व्यसनाधीन वर्तन



वरील आलेख व्यसनाधीन वर्तन दर्शवत असून यात आपल्याला दिसून येते की रोजंदारी कामगार गट सर्वात पुढे आहे व इतर म्हणजेच गृहिणी, सेवानिवृत्त, बेरोजगार हे सर्वात खाली आहेत.

#### 4. गुन्हेगारी प्रवृत्ती:



वरील आलेख हा गुन्हेगारी प्रवृत्ती यात व्यवसायानुसार केलेल्या वर्गीकरणात कोणता गट वर आहे हे दाखवत असून यात रोजंदारी कामगार वर्ग हा यामध्ये पहिला सून त्या खालोखाल विद्यार्थी वर्ग दिसत आहे. यामागील काही कारणे अशी असू शकतात की कोरोना महामारीमुळे रोजंदारी कामगार वर्गापुढे अनेक समस्या निर्माण झाल्या आहेत. त्यांच्या मूलभूत गरजादेखील पूर्ण होत नाही आहेत व विद्यार्थी गट अनेक तणावांमधून जात आहेत. काही जणांच्या परीक्षा झाल्या नाही आहेत, नोकरी मिळत नाही आहे, घरात बसणं अवघड होत आहे.

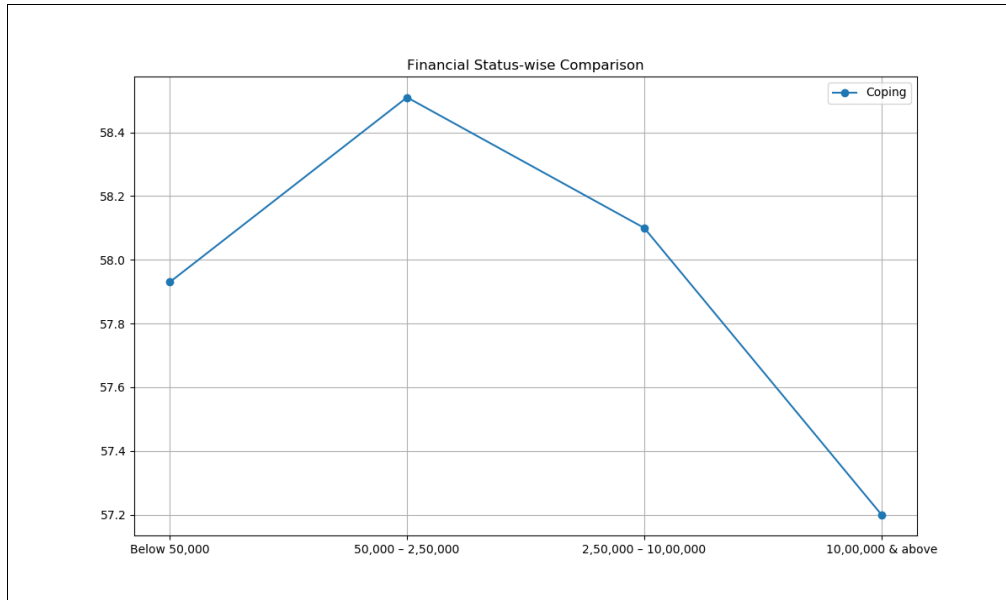
❖ आर्थिक परिस्थितीनुसार गट (वार्षिक उत्पन्न):

४ गट : ० - ५०,०००, ५०,००० - २,५०,०००, २,५०,००० - १०,००,००० , १०,००,००० आणि वर

Variables	Significance
मुकाबला करण्याची पद्धत	.179
औदासिन्य / नैराश्य	.000
व्यसनात्मक वर्तन	.133
गुन्हेगारी प्रवृत्ती	.000

वरील सारणी दर्शविते की p value (महत्त्व) .000 असल्याने औदासिन्य / नैराश्य आणि गुन्हेगारी प्रवृत्ती या चलांमध्ये चारही गटांत महत्त्वपूर्ण फरक आहे. परंतु कोणते गट लक्षणीय भिन्न आहेत हे पाहण्यासाठी पुढील विश्लेषण केले गेले. त्या विश्लेषणाचे निकाल खालीलप्रमाणे आहेत.

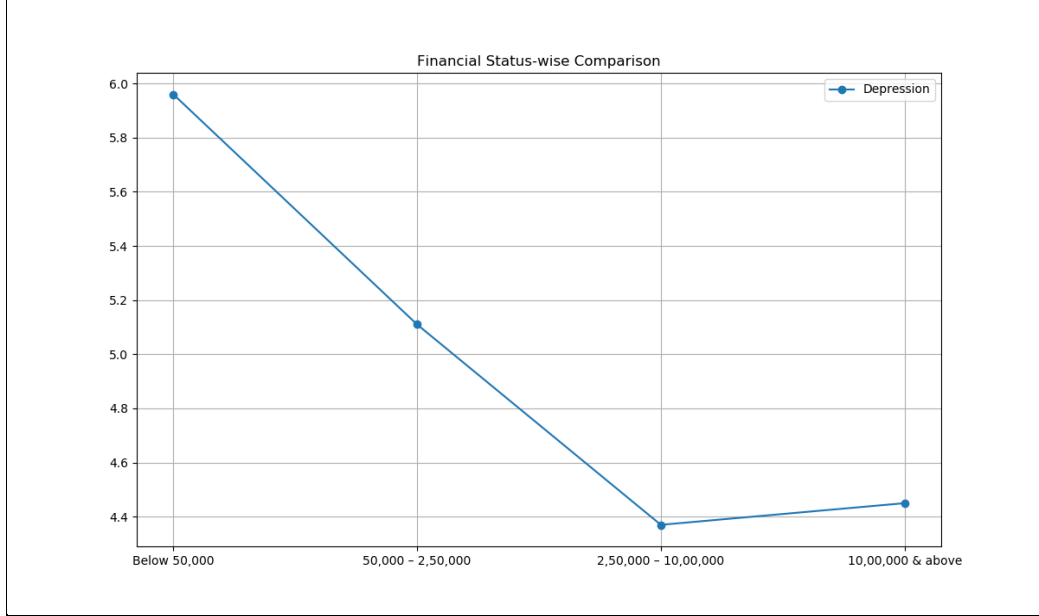
1. मुकाबला करण्याची पद्धत (coping):



वरील आलेख उत्पन्नानुसार कोणता गट कश्या प्रकारे सद्य परिस्थितीचा सामना करत आहेत हे कळून येते. ५०,००० - २,५०,००० उत्पन्न असलेल्या गटातील व्यक्तींची मुकाबला करण्याची पद्धत अपायकारक असून १०,००,००० आणि वर उत्पन्न असलेल्या गटातील व्यक्तींचे उत्पन्न

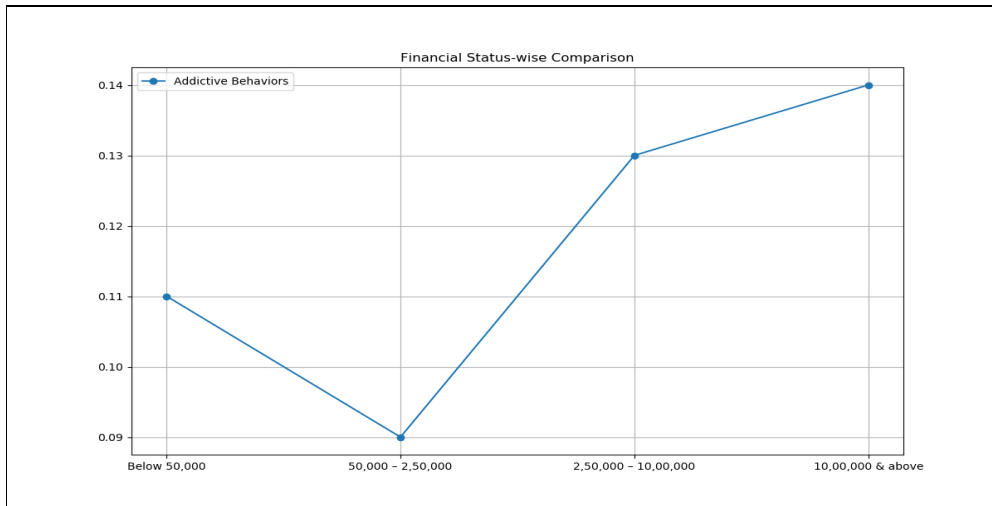
उपायकारक आहे. ५०,००० - २,५०,००० या गटातील व्यक्ती ह्या भविष्याच्या चिंतेत असून कामाच्या संधी आणि पैसे मिळवण्याची साधनं शोधात आहेत.

## 2. नैराश्य / औदासिन्य



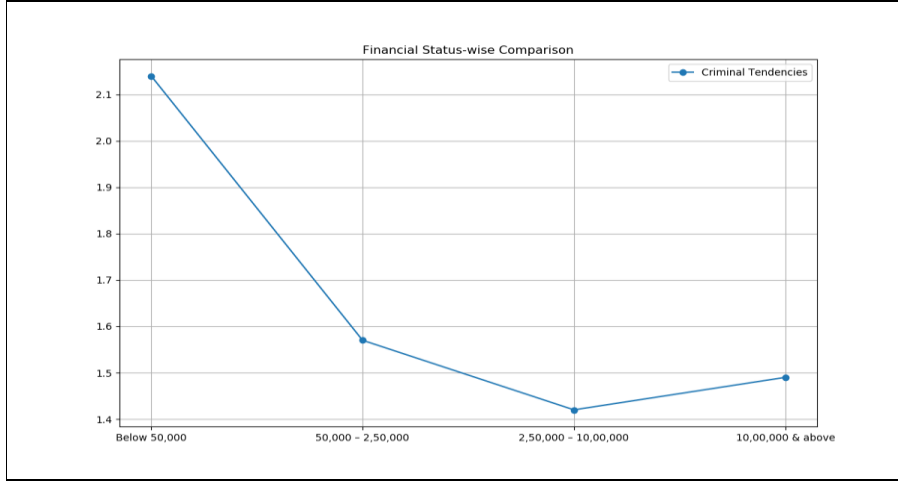
वरील आलेख असे दाखवत आहे की ५०,००० खाली उत्पन्न असलेल्या गटातील लोक औदासिन्याकडे / नैराश्याकडे जात आहेत. या गटातील व्यक्ती सद्य परिस्थितीमुळे अनेक समस्यांना सामोरे जात आहेत. त्यांना जीवनावश्यक गोष्टी मिळवण्यासाठीही धडपड करावी लागत आहे.

## 3. व्यसनाधीन वर्तन



वरील आलेख व्यसनाधीन वर्तन कोणत्या गटाचे अधिक आहे व कोणत्या गटाचे कमी आहे हे दर्शवित आहे. त्यानुसार असे दिसून येते की १०,००,००० आणि वर या गटातील लोक हे व्यसनाधीनतेकडे जात आहेत. याचे कारण त्यांना या गोष्टी सहजरित्या उपलब्ध होत आहे हे असू शकते.

#### 4. गुन्हेगारी प्रवृत्ती



वरील आलेख गुन्हेगारी प्रवृत्ती कोणत्या गटाची वाढत आहे हे दाखवत आहे. यात ५०,००० पेक्षा कमी उत्पन्न असलेल्या गटातील माणसे ही गुन्हेगारी प्रवृत्तीकडे वळत आहेत हे दिसून येते. याची काही कारणे अशी असू शकतात की जीवनावश्यक वस्तूंचा अभाव, कोरोना महामारीमुळे आर्थिक चणचण, घरात खाणारी तोंडे अनेक, बाहेर जाता ना येणे, इ.



## परस्परसंबंध

❖ रोजंदारी कामगार वर्ग

Pearson Correlation

Variables	Coping	Depression	Addiction	Criminal Tendency
Coping	1	<b>.254*</b> <b>.013</b>	.062 .548	.132 .200
Depression	<b>.254*</b> <b>.013</b>	1	.150 .145	<b>.479**</b> <b>.000</b>
Addiction	.062 .548	.150 .145	1	<b>.260*</b> <b>.010</b>
Criminal Tendency	.132 .200	<b>.479**</b> <b>.000</b>	<b>.260*</b> <b>.010</b>	1

वरील सारणीत मुकाबला, औदासिन्य, व्यसनाधीन वर्तन आणि गुन्हेगारी प्रवृत्ती यांच्यातील रोजंदारी कामगारांच्या गटामध्ये असलेल्या महत्त्वपूर्ण परस्परसंबंधांचे वर्णन केले आहे.

1. यानुसार मुकाबला व औदासिन्य यांच्यात लक्षणीय सकारात्मक संबंध आहेत. याचाच अर्थ जितका अपायकारक मुकाबला करण्याची पद्धत तितके नैराश्य जास्त व जितका उपायकारक, सकारात्मक मुकाबला करण्याची पद्धत तितके नैराश्य किंवा औदासिन्य कमी होय.
2. वरील सारणीनुसार औदासिन्य आणि गुन्हेगारी प्रवृत्ती यांच्यात लक्षणीय सकारात्मक संबंध दिसून येतो. याचा अर्थ नैराश्याचे प्रमाण जितके जास्त, तितकी गुन्हेगारी प्रवृत्तीत वाढ व नैराश्याचे प्रमाण जितके कमी तितके गुन्हेगारीशी संबंधित वर्तन कमी असेल.
3. वरील सारणीनुसार व्यसनाधीन वर्तन आणि गुन्हेगारी प्रवृत्ती यांच्यात लक्षणीय सकारात्मक संबंध आहेत. याचा अर्थ व्यसनाधीन वर्तन जितके जास्त असेल तितकी अधिक गुन्हेगारी प्रवृत्ती असेल आणि व्यसनाधीन वर्तन जर कमी असेल तर गुन्हेगारी प्रवृत्तीपण कमी पातळीवर असेल.

❖ आर्थिक स्थिती (वार्षिक उत्पन्न) - 50,000 पेक्षा कमी:  
Pearson Correlation:

Variables	Coping	Depression	Addiction	Criminal Tendency
<b>Coping</b>	1	.080 .069	-.017 .706	.026 .556
<b>Depression</b>	.080 .069	1	<b>.171**</b> <b>.000</b>	<b>.646**</b> <b>.000</b>
<b>Addiction</b>	-.017 .706	<b>.171**</b> <b>.000</b>	1	<b>.206**</b> <b>.000</b>
<b>Criminal Tendency</b>	.026 .556	<b>.646**</b> <b>.000</b>	<b>.206**</b> <b>.000</b>	1

वरील सारणीत मुकाबला, औदासिन्य, व्यसनाधीन वर्तन आणि गुन्हेगारी प्रवृत्ती यांच्यातील वार्षिक उत्पन्न ₹ 50,000 च्या खाली असलेल्या व्यक्तींच्या गटाच्या महत्त्वपूर्ण परस्परसंबंधांचे वर्णन केले आहे.

- वरील तक्ता औदासिन्य / नैराश्य आणि व्यसनाधीन वर्तन यांच्यात लक्षणीय सकारात्मक संबंध दर्शवितो.  
नैराश्याच्या पातळीत वाढ झाल्याने व्यसनाधीन वर्तन वाढेल, तसेच नैराश्याचे प्रमाण कमी झाल्यास व्यसनाधीनता कमी होईल.
- वरील तक्ता औदासिन्य / नैराश्य आणि गुन्हेगारी प्रवृत्ती यांच्यात लक्षणीय सकारात्मक संबंध दर्शवितो.  
नैराश्याच्या पातळीत वाढ झाल्याने गुन्हेगारी वर्तन वाढेल, तसेच नैराश्याचे प्रमाण कमी केल्यास गुन्हेगारी प्रवृत्ती कमी होईल.
- वरील तक्ता व्यसनाधीन वर्तन आणि गुन्हेगारी प्रवृत्ती यांच्यात लक्षणीय सकारात्मक संबंध दर्शविते.  
व्यसनाधीन वर्तनात वाढ झाल्याने गुन्हेगारी प्रवृत्ती वाढू शकते, तसेच व्यसनाधीन वर्तन कमी केल्यास गुन्हेगारी प्रवृत्ती कमी होईल.

व्यक्तिनिष्ठ, ओपन-एन्ड प्रश्नांच्या माहितीचे विश्लेषण करण्यासाठी Thematic Analysis ही विश्लेषणाची प्रक्रिया वापरली गेली. यामध्ये, सर्व प्रतिसादांचे विश्लेषण केले गेले. त्याचे विश्लेषण खालीलप्रमाणे:

प्रश्न १. "सध्याच्या परिस्थितीत तुम्हाला कोणत्या गोष्टींचा खूप ताण येत आहे?" या प्रश्नास दिलेल्या उत्तरावरून लोकांना कोणत्या गोष्टींचा ताण जाणवत आहे हे लक्षात आले. व्यवसायानुसार केलेल्या वर्गीकरणातून खालील ताणतणावाची कारणे निदर्शनास आली.

१. **रोजंदारी वर्ग** : या गटात काम करणाऱ्या मावशी, कचरा गोळा करणारे लोक, वॉचमन, मजूर या सर्वांचा समावेश होतो. या गटातील लोकांपुढे सर्वात मोठा प्रश्न हा आर्थिक चणचण व जीवनावश्यक गोष्टींचाही अभाव हा आहे. यातील बऱ्यापैकी लोकांचे काम गेल्यामुळे, नवीन काम कधी मिळणार हे माहित नसल्यामुळे, घरात स्टोव्ह-खाण्याचे सामान पण नसल्यामुळे सतत ताण वाढलेला दिसून येतो. काही घरांमध्ये नवरा दारू पिट असल्यामुळे आणि बाहेर काम करायला जाणे पूर्णपणे बंद झाल्यामुळे अजूनच परिस्थिती बिघडली आहे. मुलांच्या शिक्षणाची, लग्नाची काळजी लागून राहिलेली दिसून येते. हे सगळे कधी संपणार, कोरोनावर मात करून नवीन काम मिळेल का, मूलभूत गरजा कश्या भागवता याची चिंता खूप मोठ्या प्रमाणावर आहे.
२. अत्यावश्यक सेवा : अत्यावश्यक सेवेत काम करणारे सगळेच गेले चार महिने अविरतपणे काम करत आहेत. वैद्यकीय क्षेत्रात काम करणारे व पोलीस यांचे काम ह्या कोरोना महामारीमुळे वाढले आहे. डॉक्टर्सना स्वतःपेक्षा त्यांच्या कुटुंबाची, त्यांच्याकडे काम करणाऱ्या कर्मचाऱ्यांची, इतर रुग्णांची काळजी वाटत असते. पोलिसांना वाढलेल्या कामाच्या तासांमुळे, कॅटेनमेण्ट झोनमध्ये असलेल्या ड्युटीमुळे, घरच्यांच्या काळजीमुळे तणाव जाणवत आहे. या सेवेत असणाऱ्या बऱ्यापैकी लोकांना नागरिकांच्या बेफिकिरीचा, योग्य प्रकारे काळजी ना घेण्याचा त्रास होत आहे. दिवसभरात अनेक लोकांशी संबंध येत असल्याने जीव मुठीत घेऊन काम करावे लागत आहे हेही यातून दिसून आले.
३. सरकारी क्षेत्र : सरकारी सेवेत काम करणाऱ्या कर्मचाऱ्यांना एकदम बदललेल्या दिनक्रमाचा त्रास होत असल्याचे दिसून येते. सरकारी यंत्रणा ही घरून काम करण्यासाठी सज्ज नसल्यामुळे सुरुवातीचे काही महिने नुसते घरात बसून विचार करण्यात घालवावे लागले. या विचारांमध्ये आर्थिक घडी, कुटुंबीय, मुलांचे शिक्षण, घरापासून लांब राहणे, सतत टीव्ही वर दिसणाऱ्या बातम्या यांचा समावेश आहे. सद्य परिस्थितीशी जुळवून घेताना, बाहेर वस्तू आणायला जाताना काळजी घेताना फार कठीण जात होते. सतत वाढणारी रुग्णांची संख्या, त्यात असलेला जवळच्या व्यक्तींचा समावेश हे तणाव वाढवत आहेत. "आपण घरात राहून

सुरक्षित आहोत, आपल्याकडे पैसे आहेत, पण बाहेर समाजातील इतर घटकांचे काय?" या विचारानेही या गटातील लोक अस्वस्थ होत आहेत.

४. खाजगी क्षेत्र : खाजगी क्षेत्रात काम करणाऱ्या लोकांचे घरून काम चालू होते. पण या कामाचा भार वाढलाय असे दिसून आले. कामाचे तास वाढले, कामासाठी लागणाऱ्या बाकी गोष्टी (वायफाय, इंटरनेट सुविधा, वीज पुरवठा) या नीट उपलब्ध नाहीत, पगार कपात यांसारख्या गोष्टींमुळे ताण वाढला आहे. घरच्यांची काळजी, विस्कटलेली आर्थिक व सामाजिक घडी, नोकरीबद्दलची अनिश्चितता, बाहेर जात ना येणे याही गोष्टींचा वारंवार उल्लेख केला गेला.
५. स्वतः चा व्यवसाय : बऱ्यापैकी उद्योग हे बंद असल्यामुळे या गटातील लोकांचे बचतीतले पैसे खर्च झाले आहेत. दुकानात काम करणाऱ्या माणसांचे पगार द्यावेच लागत होते त्यामुळे आर्थिक चणचण वाढली आहे. घरात बसण्याची सवय नसल्यामुळे डोक्यातले विचार आणि चिंता थांबवणे कठीण गेले आहे. दुकानात सामान भरण्यासाठी कुठेही जात येत नाही, जे सामान भरले आहे ते वेळेत पोहोचत नाही याही अडचणी आहेतच.
६. विद्यार्थी : विद्यार्थी गटाला त्यांच्या अर्धवट पूर्ण झालेल्या शिक्षणाची, ऑनलाईन चालू असलेल्या लेक्चरर्सची, नोकरी मिळेल की नाही याची, वर्ष वाया जाईल का या सारख्या गोष्टींची चिंता आहे. बाहेर जाऊन पूर्वीसारखं लोकांना कधी भेटता येईल, हे सगळे नीट कधी होईल याचा विचार करून त्यांचा ताण वाढत आहे. चालू शैक्षणिक वर्ष पूर्ण होऊन नवीन सुरु कधी करता येईल हाच विचार मोठ्या प्रमाणावर दिसून येतो.
७. इतर : या गटात गृहिणी वर्ग असल्यामुळे ह्या लॉकडाऊन मध्ये प्रचंड वाढलेले घरकाम हे तणाव वाढवत आहे. घरात बिघडलेली आर्थिक परिस्थिती सतत समोर असते. नोकरीविषयीची अनिश्चितता कमी होत नसल्यामुळे कशातच लक्ष लागत नाही याचाही उल्लेख बऱ्याच प्रमाणात येथे झाला आहे.

कोरोना महामारी, लॉकडाऊन यामुळे लोकांच्या मानसिक आरोग्यावर मोठ्या परिणामावर परिणाम झालेला दिसून येतो. याकडे लक्ष देणे गरजेचे आहे. काही काही लोकांचे घरच्यांशी चांगले संबंध नसल्यामुळे घरात राहणे कठीण जात आहे, काही ठिकाणी हिंसाचारामध्ये वाढ झालेली दिसून येते, काही जणांना आपण जिवंत का आहोत असा प्रश्न पडत आहे. सामाजिक आयुष्य एकदम बदलल्यामुळे एकाकीपण आले आहे. मूलभूत गरज पूर्ण ना झाल्यामुळे वाईट मार्ग अवलंबणे, हिंसक वाढणे याचे प्रमाण वाढत आहे.

प्रश्न २ व ३ : “ह्या कोविड -१९च्या परिस्थितीशी जुळवून घेण्यासाठी तुम्ही कोणत्या गोष्टींमध्ये मन रमवण्याचा प्रयत्न करता?”, “या लॉकडाउनमध्ये आपण कोणत्या नवीन व चांगल्या गोष्टी शिकलात का व त्या अंमलात आणल्या का? त्याने आपली कशी मदत केली आहे? ” या दोन प्रश्नांमधून लोक कसे सामोरे जात आहेत हे लक्षात आले.

यामध्ये व्यवसायानुसार खूप फरक आढळून आला नाही. लोक बऱ्यापैकी सारखे मार्ग निवडत आहेत. सद्य परिस्थितीशी जुळवून घेण्यासाठी लोक अनेक गोष्टी करत आहेत. त्या खालीलप्रमाणे:

1. स्वयंपाक करणे, नवनवीन पदार्थ बनवणे
2. कला क्षेत्राशी निगडित गोष्टी करणे : चित्रकला, नृत्य, संगीत, कागदापासून गोष्टी बनवणे, भरतकाम, इ.
3. वाचन, लिखाण, गोष्टी लिहिणे
4. ऑनलाईन नवीन गोष्टी शिकणे, कोर्सेस करणे, कामासाठी लागण्याच्या कौशल्यपूर्ण गोष्टी शिकणे
5. नवीन भाषा, वाद्य, कोडींग शिकणे
6. स्वतःच्या आरोग्याकडे लक्ष देणे, नियमित व्यायाम, प्राणायाम करणे, सायकल चालवणे
7. घरच्यांबरोबर उत्तम वेळ घालवणे, घरकाम करणे, बागकाम करणे
8. सामाजिक कार्यात सक्रिय सहभाग घेणे
9. वेगवेगळे चित्रपट, मालिका बघणे
10. जुन्या मित्रमैत्रिणींशी व्हिडिओ कॉल द्वारे पुन्हा संपर्कात येणे, नातेवाईकांशी बोलत राहणे

खूप महत्वाच्या गोष्टींचा उल्लेख बऱ्याच माणसांनी केला तो म्हणजे आयुष्यात कोणत्याही क्षणी काहीही घडू शकते त्यामुळे गोष्टी गृहीत धरणे कमी केले पाहिजे, कमीत कमी गरजांमध्ये आयुष्य जगायला शिकणे, गोष्टींशी जुळवून घेऊन जगायला शिकणे, बचत करायला शिकणे, स्वतःला नीट ओळखणे यांसारख्या गोष्टी लोक करत आहेत.

## **Special Thanks to**

- 1. Mr. Venkatesham** (Commissioner of Police, Pune city)
- 2. Mr. Anand Bhoite**(Director- Center for Police Research, Pune)
- 3. Mr. Mitesh Ghatte** (Deputy Commissioner of Police, Special Branch)
- 4. Mr. Sanjay Tungar** (Police Inspector- CPR)
- 5. Mr. Sardar Patil** (Senior Police Inspector-Special Branch)
- 6. Ms. Ketaki Joshi** (Research associate, Manahsrushti)
- 7. Mr. Jaydeep Patil** (Deputy director-Manahsrushti)
- 8. Mr. Saumin Patel** (Founding Member-Manahsrushti)

**All volunteers and staff of  
Manahsrushti Organization, Pune.**

**Mr. Nikhil Walkikar**  
**Director**

**Krishna Sadavarte**  
**Project Head**



**Manahsrushti Organization, Pune.**

**Contact:** 7378452079/9028095032

**Email:** manahsrushti@gmail.com

**Website:** manahsrushti.in

**Office:** 3rd floor, Maruti Apartment, Karishma Chowk. Karve Road Pune

**Registration no:** F-47492/Pune