



वृद्धांच्या समस्या- एक अभ्यास

प्रा. डॉ. शामल भिवराव जाधव

मिल्लिया वरिष्ठ महाविद्यालय, बीड, गृह विज्ञान विभाग,

Corresponding Author- प्रा. डॉ. शामल भिवराव जाधव

प्रस्तावना :

आयुष्याक्रमातील सरता काळ म्हणजे वृद्धत्व यापुढे आयुष्य संपते पूर्वीच्या उपयुक्ततेच्या इच्छित काळापासून दूर जाण्याचा हा काळ असे करतांना लोक मागे वळून पाहतात बहुधा विषण्णतेने तसेच भविष्याबद्दल न विचार करता वर्तमानातच वापरतात. वयाचे साठवे वर्ष हे मध्यमवय आणि म्हातारपण ह्यांच्यामध्ये सोमावर्ष खरे पाहता साठव्या वर्षी किंवा नंतर व्यक्ती वृद्ध होतेच असे नाही कारण याबाबत कमालीचे व्यक्तीभेद आढळून येतात. काही जण अकालीच वृद्ध होतात तर काही जण बऱ्याच उशीरा जीवनमान वाढल्यामुळे आरोग्याच्या सुखसोई भरपूर प्रमाणात उपलब्ध असल्याने आजचे स्त्री पुरुष साठी नंतर किंवा सत्तरीतच वृद्ध दिसू लागतात म्हणजे वृद्धत्वाची लक्षणे त्यांच्या शरीरात आणि वागण्यात (मानसिक) दिसू लागतात म्हणून काही प्रथित यश कंपनी (विशेषतः परेदशात) निवृत्ती वय ६५वर्षे इतके मानतात आपल्याकडेही निवृत्तीचे वय ६० असले तरी अपवादात्मक परिस्थितीत त्यानंतर ही व्यक्ती कामावर राहू शकते. ६० ते ७० वर्षांपर्यंतची पूर्व वृद्धावस्था आणि (२) ७० वर्षांनंतर मृत्युपर्यंतची उतर वृद्धावस्था साठव्या वर्षांनंतर माणूस वयस्कर झाला असे म्हणण्याची प्रथा आहे म्हणजेच त्याने मध्यमवय ओलांडले आहे आणि वृद्ध किंवा म्हातारा म्हणजे ज्याने सत्तरी गाठली आहे म्हातारा म्हणजे तरुण्याचा जोम उतरलेला वयाने खुप पुढे गेलेला माणूस होय.

वृद्धत्वाची वैशिष्ट्ये :-

आयुष्याच्या विविध अवस्थामध्ये जसे शारिरीक आणि मानसिक बदल होतात तसेच ते वृद्धावस्थेतही होतात. या बदलाचे होणारे संभाव्य परिणाम स्त्री आणि पुरुष योग्य प्रकारे व्यक्तिगत आणि सामाजिक समायोजना करू शकतील की नाही. याला कारणभूत ठरतात मात्र, वृद्धत्वाची वैशिष्ट्ये अशी असतात की विषमायोजन आणि दुःख त्यात अधिक आढळते. म्हणून सर्वात भयानक काळ होय.

वृद्धावस्थेतील काही खास समस्या

1. शारिरीक असहायता ज्यामुळे इतरांवर अवलंबून राहणे भाग पडते.
2. आर्थिक असुरक्षितता इतकी असते की प्रस्थापिक राहाणीमानात मोठे बदल करणे पडते.
3. बदलत्या आर्थिक आणि शारिरीक परिस्थितीला साजेशी जगण्याची / राहण्याची परिस्थिती प्रस्थापीत करणे.
4. वाढत्या फुरसतीच्या वेळेचा उपयोग करून घेण्यासाठी नवीन कामे शोधने

5. वाढत्या वयाच्या मुलांशी बरोबरीच्या नात्याने वागणे.

वृद्धावस्थेतील राहण्याच्या समस्या :

सर्वसाधारणपणे अशी समजुत आहे की, ज्याने आयुष्यभर कधीच लग्न केले नाही अशा माणसाला वृद्धापकाळी एकाकही जीवन जगणे मोठे कठीण जात असेल वास्तविक इतकी वर्षे एकटे राहिल्यामुळे त्यांना स्वतःच्या काही आवडी निवडी निर्माण केलेल्या असतात त्यामुळे एकटे राहिल्यामुळे त्यांचे फारसे काही बिघडत नाही या उलट विवाहित व्यक्तीच्या आवडी निवडी आपले कुटुंब आपले मुले बाळ यांच्या भोवती केंद्रीत झालेल्या असतात. आत त्यांच्या जाण्यामुळे निर्माण झालेली पोकळी भरून काढणे तिला कठीण जाते.

वृद्धपकाळातील सौख्य :

वृद्धावस्थेत माणसे किती समाधानी आहेत. त्यांना कितपत सौख्य लाभते यावरून वृद्धांच्या समायोजिचे मापन करता येईल एरिसन यांच्या मते वृद्धावस्था म्हणजे स्वची अबाधीत स्थिती किंवा आशाभंग होय, पूर्वी निर्धारित केलेल्या उद्दिष्टापर्यंत किंवा मानदंडापर्यंत वृद्धांची उपलब्धी पोचली तर त्यांच्या वास्तविक स्व आणि आदर्श स्व यांच्यातील अंतर बरेच कमी होते. वृद्ध स्वतःवर आणि स्वतःच्या कर्तृत्वावर उपलब्धीवर संतुष्ट असतात.

उद्देश

1. कुटुंबामध्य वृद्धांना होणाऱ्या समस्यांचा अभ्यास करणे
2. वृद्धांच्या समस्याशी कारणीभूत घरातील बाहेरील घटकांची माहिती मिळविणे.

3. घरामध्ये होणाऱ्या समस्याकबाबत वृद्धांच्या भूमिका तपासणे.

गृहीतक :

1. वृद्धांना समस्या नसतात असे नाही.
2. वृद्धांच्या समस्याला घरातील घटक कारणीभूत नसतात असे नाही.

संबंधीत साहित्याचा आढावा

समाजाच्या व्यवस्थामुळे किंवा विविध समुहांमधील परस्परांच्या संबंधामुळे एखाद्या गटाला अडचणी भासू लागल्या व त्या गटाची अडचण इतर समुहांना भासू रासलागली तर अशा गटाच्या समस्या निर्माण होतात असा गट हाच समाजाचे लक्ष वेधून घेतो अशा गटाबद्दल विविध दृष्टीकोणांमधून माहिती मिळते हे त्या गटाच्या समस्या जाणून घेण्यासाठी उपयुक्त ठरते गेल्या पंचवीस वर्षांपासून सर्वच देशातील वृद्धांची संख्या सतत वाढते आहे वैदयकिय प्रगती अद्यावत औषधे प्रतिबंधात्मक लसीमुळे साथीच्या रोगांवरील नियंत्रण यामुळे वाढली आणि परिणामतः पंचावन्न वर्षांच्या पुढे जगणाऱ्या स्त्री-पुरुषांची संख्या सतत वाढत आहे त्यांचा गट संख्येने मोठा होत आहे. वृद्धांचे विज्ञान जेरेन्टॉलॉजी म्हणजे वृद्ध होण्याची कारणे व वृद्ध होण्यामुळे होणारे परिणामा यांचा अभ्यास करणारे शास्त्रज्ञ सध्या तरी हे विज्ञान म्हणजे अनेकाविध शासत्रांनी अभ्यासलेल्या वृद्धांच्या लक्षणाबद्दल व समस्याबद्दल उपलब्ध असलेल्या माहितीच्या स्वरूपात आहे जीवशास्त्र रोगहोण्याची शारिराची प्रतिकारण शक्ती वयाबरोबर बदलते व ती मानसशास्त्र मनोविकारांच्या दृष्टीने शारिरातील एकदर उद्यावाचं सु सुत्रीकरण कसे होते याचा विचार

करते. अर्थशास्त्र वृद्धांवर समाजाला करावा लागणारा खर्च त्यांच्या पासून मिळणाऱ्या उत्पन्नाच्या तुलनेत कसा व किती अधिक आहे याची जाणीव करून देते. व्यावसायिक उपचार तज्ञ वृद्धांमध्ये आलेल्या उपगत्वावर त्यांना कशी मात करता येईल याचा विचार करतात.

वृद्ध व्यक्ती म्हणून कुटुंबीय म्हणून नागरीक म्हणून आणि एक रुग्ण म्हणून कशी जीवन व्यतीत करते, तिचे अन्य व्यक्तीशी येणारे संबंध कसे राहतात व ते कसे बिघडू शकतात व त्यामुळे घरी समाजात तणाव कसे निर्माण होऊ शकतात. याची मिमांसा समाजशास्त्राच्या अभ्यासात मोडते त्यामुळेच वृद्धांचे विज्ञान जितके महत्वाचे तितकेच वृद्धांचे समाजशास्त्र महत्वाचे होत आहे सामाजिक समस्यांमध्ये वृद्धांच्या आणि वृद्धांच्या वर्तनातून निर्माण होणाऱ्या समस्या समाजशास्त्राच्या अभ्यासाचा एक भाग बनला आहे. वृद्धांचे विज्ञान जसे जसे प्रगत होत आहे तसे-तसे वैद्यकीय क्षेत्रातही जेरिआट्रिक्स हे वृद्धांच्या रोगांचे व उपचारांचे विज्ञान विकसीत होत आहे. वृद्धांच्या शारिरीक समस्या रोग आणि आजार यावरील उपाय म्हणजे वयाची पन्नाशी ओलांडलेल्या प्रत्येक व्यक्तीने रोगांची आणि शारिरीक क्षमतेची चाचणी करून घेतली पाहिजे आपला आहार विश्रांती व्ययाम यांच्या बाबतीत सल्ला घेऊन त्यात वृद्धापकाळी त्रास होणार नाही या दृष्टीने बदल केले पाहिजेत व्यसनाधीनतेला पायबंध घा तिला पाहिजे आपण वृद्ध होणार म्हणजे आपली शारिरीक क्षमता कशी कमी होणार याची माहिती करून घेतली पाहिजे. वृद्धावस्था जरी क्लेषदायी असली तरी ती नैसर्गिक आहे अशी मनाची तयारी असली

प्रा. डॉ. शामल भिवराव जाधव

पाहिजे ती अधीच झाली असेल तरा शारिरीक समस्यांची तीव्रता कमी जाणवते.

प्रत्येक व्यक्तीला आर्थिक दृष्ट्या स्वालंबी असले पाहिजे आता तर स्त्रियाही अर्थजन करतात मिळालेल्या उपन्नाचा काही भाग निश्चितपणे वृद्धपकाळासाठी बाजुला ठेवला पाहिजे त्यासाठी छोट्या कुटुंबाचा आधार घेणे श्रेयस्कर ठरेल आयुष्यात जितक्या जबाबदाऱ्या कमी तितक्या वृद्धपकाळात त्या कमी जाणवतात लहानपणापासून समाजीकरणाद्वारे लहान मुलांना माणसांच्या समस्या अवस्था मृत्यु इत्यादीबद्दल माहिती दिली पाहिजे वृद्धांचा आदर त्यांची कदर त्यांना मदत, त्यांना प्रतिसाद देणे सुन म्हणून वावरणाऱ्या स्त्रियांनीही आपली वृद्धाप्राप्तीची जबाबदारी स्विकारली पाहिजे तर मुलांनी व त्यांच्या मित्र मंडळीनाही वृद्धांना मदतीचा हात व दिलासा दिला पाहिजे वृद्धावस्थेकडे जाणाऱ्या स्त्रिया पुरुषांनी आपले जुनाट विचार सोडले पाहिजेत तरुणाईला समाजावून घेतले पाहिजे त्यांना संभाव्या धोक्याची जाणीव करून दिल्यानंतर चांगले वाईट वागण्याचे कार्य त्यावरच सोपवून दिले पाहिजे हळुहळू संसारातून लक्ष कमी करून समाजाकल्याणाची कामे हाती घेतली पाहिजेत वृद्धावस्था ही समस्या निर्माणचा होणार नाही यासाठी लहानपणापासूनच सर्वांचेच समाजीकरण होणे आवश्यक आहे.

साहित्य आणि कार्यपद्धती

कुटुंबातील जेष्ठ व्यक्ती प्रमुख व्यक्ती म्हणजे घरातील वृद्ध वृद्धांची चांगल्या रितीने देखभाल केली तर ते आपल्या महत्वाकांक्षेने व कर्तृत्वाने गगनाला गवसणी घालू शकते आजही

भारतामध्ये वृद्धांकडे तक्ष दिले जात नाही त्यांची देखभात केली जात नाही. वृद्धांच्या खुप मोठया समस्या आहेत त्यांना होणाऱ्या समस्यांचा अभ्यास करण्यासाठी या विषयाची निवड करण्यांत आली.

जागेची निवड. बीड जिल्हयातील बीड येथील वृद्धांची निवड करण्यांत आली.

नमूना निवड : बीड येथे प्रत्येक कुटुंबामध्ये जाऊन वृद्धांची निवड केली.

अ.क्र.	बीड	कुटुंब प्रमुख	वृद्धांची संख्या
1.	हिंदु कुटुंब	1. सखाराम देवराव डावकर	01
2.		2. श्रीमंत देवराव डावकर	03
3.		3. प्रकाश हनुमंतराव डावकर	02
4.		4. शिवाजीराव हरिदास डावकर	02
5.		5. विलासराव किसनराव डावकर	03
6.		6. दिलीप एकनाथ डावकर	02

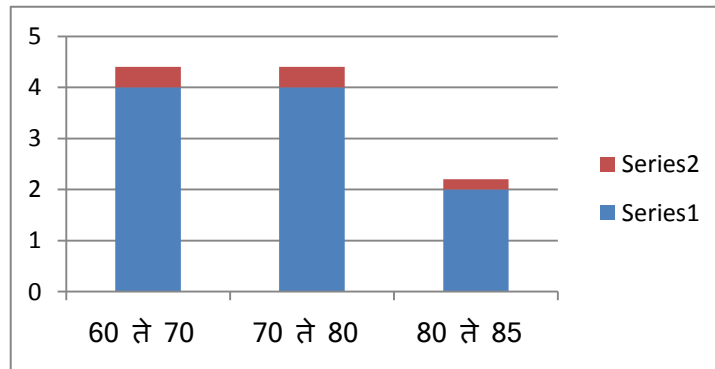
माहिती गोळा करण्याची पध्दती :

या विषयावरील माहिती गोळा करण्यासाठी प्रश्नावली तयार करण्यांत आली. या मध्ये प्रथम वैयक्तीक माहिती, कौटुंबीक माहिती व वृद्धांना होणाऱ्या समस्या विषयीची माहिती प्रश्नावलीतील प्रश्नांच्या साहाय्याने गोळा केली.

तसेच काही संदर्भ ग्रंथाचाही आधार घेण्यात आला.

सांख्यिकीय विश्लेषण :

प्रश्नावलीद्वारा माहिती गोळा करुन गोळा केलेल्या माहितीचे वेगवेगळया स्वरूपात विभाजन करुन होणाऱ्या समस्यांचे सांख्यिकीय विश्लेषण करण्यांत आले.



तक्ता क्र. 1: बीड मधील 60 च्या पुढचे वयोगटातील टक्केवारी.

अ.क्र.	वय	संख्या	टक्केवारी
1.	60 ते 70	04	40%
2.	70 ते 80	04	40%
3.	80 ते 85	02	20%

वरील तक्त्यावरून असे दिसून येते की, 60 ते 70 वयोगटातील वृद्धांची टक्केवारी 40 % आहे तर

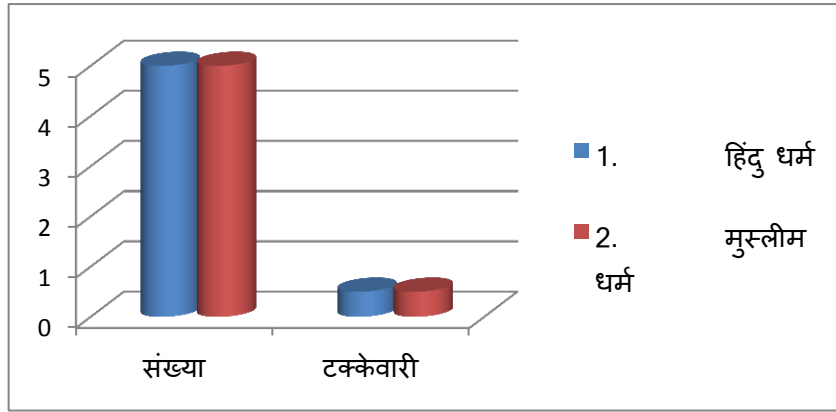
70 ते 80 वयोगटातील वृद्ध 40% आणि 80 ते 85 वयोगटातील 20% वृद्ध आढळून आले आहे.

तक्ता क्र.1: बीड मधील 60 च्या पुढचे वयोगटातील टक्केवारी

अ.क्र.	धर्म	संख्या	टक्केवारी
1.	हिंदु धर्म	05	50%
2.	मुस्लीम धर्म	05	50%

वरील तक्त्यावरून असे दिसून येते की, 60 ते 70 वयोगटातील वृद्धांची टक्केवारी 40 % आहे तर

70 ते 80 वयोगटातील वृद्ध 40% आणि 80 ते 85 वयोगटातील 20% वृद्ध आढळून आले आहे.

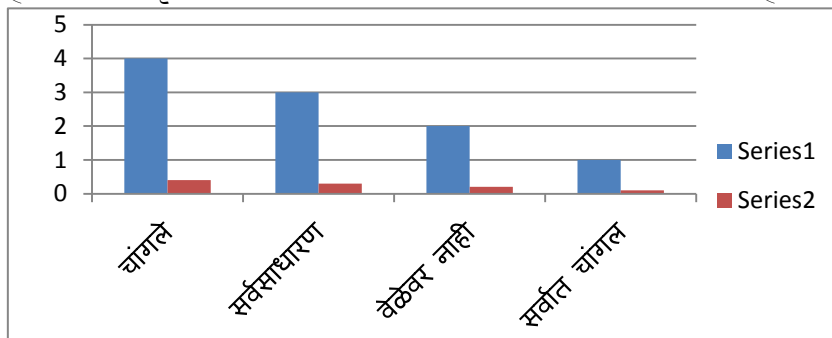


तक्ता क्र. 3: बीड मधील वृद्धांचा आहार नियोजनाचा टक्केवारी

अ.क्र.	आहार	संख्या	टक्केवारी
1.	चांगले	4	40%
2.	सर्वसाधारण	3	30%
3.	वेळेवर नाही	2	20%
4.	सर्वात चांगल	1	10%

वरील तक्त्यावरून असे दिसून येते की, चांगले आहार असलेले वृद्ध 40% आढळून आले तर सर्वसाधारण आहार असलेले वृद्ध 30%

आढळून आले 1 आणि ज्यांना वेळेवर आहार भेटत नाही असे वृद्ध 20 टक्के आढळून आले तर ज्यांना सर्वात चांगला आहार मिळतो असे 10%



निष्कर्ष :

बीड येथील वृद्धांच्या होणाऱ्या समस्या अभ्यास नंतर पुढील निष्कर्ष आढळून आले.

1. वृद्ध स्त्री/पुरुष त्यांच्या समस्या बोलण्यात कमी पडतात त्यांच्या समस्यांना वाचा फोडू शकत नाही.
2. त्रास होत असला तरी कुटुंबाच्या बदनामीमुळे निमुटपणे सहन करतात.
3. त्यांच्या समस्या सांगत नाही.
4. वृद्धांच्या जीवनाशी संबंधीत महत्वाच्या अशा विषयावर वृद्ध पुढाकार घेवून बोलत नाहीत.

आपल्याला शेवटी कुटुंबातच राहायचे आहे त्या विरुद्ध बोलून काय उपयोग म्हणून काहीजण त्यांच्या समस्या सांगतात तर काहीजण सांगत नाही.

सारांश : आज वृद्ध हे वृद्ध आयुष्यभर किती तरी कामे कष्ट मेहनत करून द झालेले आहेत. त्याच वृद्धांवर अनेक समस्याह आहेत पण वृद्ध त्यांच्या समस्याला वाचा फोडत नाही कुटुंबाच्या दडपणाखाली त्यांच्या कुटुंबाची बदनामी होऊ नये यामुळे हे वृद्ध निमुटपणे सहन करतात. गृहविज्ञान विषयाच्या अभ्यास क्रमातील आधारीत विषयाची निवड अंतर्गत वृद्धांच्या होणाऱ्या समस्यांच्या अभ्यासासाठी १० कुटुंबाची निवड करण्यात आली. या विषयावर आधारित प्रश्नावली तयार करण्यात आली विविध कुटुंबातील विविध व्यक्तीची भेट व माहिती घेण्यांत आली वृद्धांना होणारा त्रास त्यांच्या समस्यांचे सांख्यिकीय माहिती रूपांतर केले व त्यांची टक्केवारी काढण्यात आली निवडसलेल्या प्रश्नावलीत ६० वर्षांच्या पुढील व्यक्तींचा

समावेश होता ६० ते ८० वयाच्या वृद्ध जास्त प्रमाणात होते त्यांची शैक्षणिक पात्रता कमीच होती सध्याची परिस्थिती लक्षात घेता विभक्त कुटुंब पध्दतीचे प्रमाण जास्त आहे व एकत्र कुटुंब पध्दतीचे प्रमाण कमी आहे. मध्यमवयातील लोकांना जसे नव्या भूमिका स्विकारावयास शिकणे आवश्यक असते तसेच ते वृद्धावस्थेतही असते आधुनिक संस्कृतीत कार्यक्षमता, सामर्थ्य, गती आणि शारिरीक देखणेपणा या गोष्टींना खुपच महत्व दिले जात असल्याने त्या तुलतनेत वृद्धांना कुचकामी लेखले जाते. ज्या धंदा व्यवसायाच्या क्षेत्रामध्ये वरील उच्च मुल्य असणारे व्यक्तगुण आवश्यक असतात. अशा क्षेत्रात तरुणांशी स्पर्धा करणे वृद्धांना शक्य होत नाही परिणामतः त्यांचे विषयी प्रतिकूल गृह निर्माण होतो दिवसें दिवस वृद्धांचा सामाजीक आणि सांस्कृतीक कार्यातील सहभाग तसेच उदयोग व्यवसायातील सक्रीयता कमी व्हावी अशी अपेक्षा असते. त्यामुळे त्यांना फार कमी भूमिका पार पाडण्याची संधी मिळते आणि उरलेल्या भूमिकां मध्ये ही बदल झालेले असतात. असे बदल व्यक्तीच्या स्वतःच्या निवडीवर तसेच सामाजीक दडपणामुळे घडत असतात.

सुचना व शिफारशी

1. वृद्धानी होणाऱ्या समस्याला वाचा फोडली पाहिजे.
2. आपल्याला होणारा त्रास होणारी समस्या निसंकोचपणे सांगितले पाहिजे. ३) वृद्धांसाठी विविध संस्था असणे व या संस्था बददल वृद्धांना सर्व माहित असणे आवश्यक आहे.

3. वृध्दांवर होणाऱ्या समस्या रोखण्यासाठी जन जागृती विषयक कार्यक्रम राबवले पाहीजेत जसे: व्याख्यान, मेळावे, प्रवचन.
4. कुटुंबामध्ये वृध्दांना काहीही त्रास कोणती ही समस्या होणार नाही अशी यंत्रणा प्रस्थापीत केली पाहीजे.

संदर्भ सूची

- 1.वैकासिक मानसशास्त्र: डॉ.रा.र बोरडे
- 2.सामाजीक समस्या आणि सामजिक मानसशास्त्र: डॉ. दा.धो. काचोळे
- 3.भारतातील सामाजीक समस्या : डॉ. सुधा काळदाते