ARYAVART SHODH VIKAS PATRIKA
RNI TITLED NO. UPBIL04292
RNI REG. NO. UPBIL/2014/66218 **PP. No.- 87-89**

I S S N NO. - 2347 – 2944 (Print)
e-I S S N NO.- 2582 – 2454 (Online)
Vol.-19, No.-I, Issues-35, YEAR-Jan-Mar. 2025

वृद्धों की दैनिक क्रियायें

डॉ0 अर्चना सरस्वती

असिस्टेन्ट प्रोफसर – गृहविज्ञान विभाग, महिला कॉलेज, दाउदनगर, औरंगाबाद (बिहार) भारत

Received-14.01.2025, Revised-21.01.2025, Accepted-28.01.2025 E-mail:aryvart2013@gmail.com

सारांशः एक अनुमान के अनुसार, विश्व की कुल जनसंख्या के लगभग 25 प्रतिशत व्यक्ति वृद्धजन है। पश्चिम के देशों में एकल परिवार का चलन है। जहाँ व्यक्ति वयस्क होने के साथ ही अपने परिवार से अलग रहना प्रारम्भ कर देता है। उस पर अपने माता–पिता की सेवा का कोई दायित्व नहीं होता और न माता–पिता ही अपनी सन्तान के किसी दायित्व के लिए उत्तरदायी होते हैं, परन्तु भारतवर्ष में संयुक्त परिवार प्रथा का चलन रहा है। परिवार में सभी सदस्य दादा–दादी, माता–पिता, चाचा–चाची, ताई–ताउ, पुत्र–पुत्री, पोते–पोती आदि सभी मिलकर रहते हैं और एक दूसरे के दुःख–सुख के साथी होते हैं।

कुंजीभूत शब्द– वृद्धजन, एकल परिवार, संयुक्त परिवार, वैश्वीकरण, वृद्धाश्रमों, स्वतंत्रता, आत्म–सम्मान, पारिवारिक सुरक्षा

परन्तु वर्तमान में भारत में वैश्वीकरण ने भारत की दशा में परिवर्तन कर दिया है। अब भारत में युवा–युवती अपने कैरियर को लेकर बहुत चिन्तित रहते हैं और अपने परिवार को छोड़कर जॉब करने के लिए घर छोड़कर देश या विदेश में चले जाते हैं, जिससे उनके माता–पिता अकेले घर में रह जाते हैं। कहीं–कहीं तो वृद्ध लोग वृद्धाश्रमों में चले जाते हैं। वृद्धजनों की इस चिन्ता को ध्यान में रखकर संयुक्त राष्ट्र संघ ने 1948 की पहली बैठक में अर्जेण्टाइना में विचार विमर्श किया। 1978 में वृद्धजनों पर एक विश्व सम्मेलन हुआ जिसे वियना योजना के नाम से जाना जाता है।

घोषणा–पत्र– संयुक्त राष्ट्र संघ की अध्यक्षता में दिसम्बर 16, 1991 को वृद्धजनों के लिए संयुक्त राष्ट्र संघ के कार्य का घोषणा–पत्र जारी हुआ स्वतंत्रता, आत्म–सम्मान, पारिवारिक सुरक्षा, पारिवारिक प्रतिभाग और गरिमा को सम्मिलित किया गया। कार्य की सक्रियता के लिए 1992 में वृद्धजन अर्न्तराष्ट्रीय दिवस घोषित किया गया।

विश्व सम्मेलन–2002: संयुक्त राष्ट्र ने अपने घोषणा–पत्र के 20 वर्ष पश्चात् 2002 में वृद्धजनों का द्वितीय विश्व सम्मेलन आयोजित किया, जिसमें वृद्धजनों के लिए निम्न प्राथमिकताएँ दी तथा वृद्धजनों को सम्मानपूर्वक विकास और स्वास्थ्य की प्राथमिकता प्रदान की:

वृद्धों की समस्यायें–

1. नगरीकरण और वैश्वीकरण के कारण वृद्ध अपसाद में हैं।
2. एकल परिवार के कारण वृद्धजनों का पारिवारिक जीवन प्रभावित हुआ है, जिससे जीवन का अन्तिम समय कष्टदायक हो रहा है।
3. वृद्धजनों का आर्थिक कार्यों को करने के लिए दूसरों पर निर्भर रहना।
4. वृद्धजनों के लिए परिवार जनों द्वारा अपमानजनक शब्दों का प्रयोग।
5. बीमारियों से पीड़ितः बहरापन, कम दिखाई देना, हड्डी रोग।
6. अकेलापन।

प्रस्तुत अध्ययन का उद्धेश्य– मनुष्य की दिनचर्या से उसके व्यवहार, क्रियाकलाप, रूची आदि का पता चलता है। वृद्धावस्था में सेवा से कार्यमुक्त होने के बाद वृद्धो के पास समय ही समय रहता है। अपने सेवा काल में तो उनकी दिनचर्या ही दूसरे प्रकार की होती है। व्यक्ति की नौकरी के स्वरूप का प्रभाव उसकी दिनचर्या पर पड़ता है परन्तु सेवानिवृत्ति के बाद यह समस्या उत्पन्न होती है कि खाली समय को कैसे व्यतीत किया जाये।

प्रस्तुत अध्ययन के निम्नलिखित उद्धेश्य हैं–

1. सेवानिवृत्ति के बाद वृद्ध अपने समय को किस प्रकार व्यतीत करते हैं, इसकी जानकारी प्राप्त करना।
2. वृद्धजन परिवार के सदस्यों के अतिरिक्त अन्य लोगों के साथ अन्तःक्रिया करते हैं या नहीं, इसे ज्ञात करना।
3. समाचार पत्र पढ़ने की आदत है या नहीं, इसे स्पष्ट करना।
4. पत्रिका पढ़ने की आदत की जानकारी प्राप्त करना।
5. ट्रांजिस्टर एवं रेडियो सुनते हैं या नहीं, इसे स्पष्ट करना।
6. वृद्धजन दूरदर्शन देखना पसंद करते हैं या नहीं?
7. वृद्धजनों द्वारा खेल खेलने की जानकारी प्राप्त करना।
8. इस बात की जानकारी प्राप्त करना कि परिवार के सदस्य वृद्धों की सहायता किस प्रकार से करते हैं?
9. पड़ोसी वृद्धों की सहायता करने में सहयोग देते हैं या नहीं, इस तथ्य को स्पष्ट करना।
10. वृद्धावस्था आश्रम के विषय में वृद्धजनों की प्रतिक्रिया का अध्ययन करना।
11. डे–केयर सेन्टर के प्रति वृद्धों की रूचि का अध्ययन करना।

उपकल्पनाएँ– प्रस्तुत अध्ययन के लिए कुछ मुख्य उपकल्पनाये निर्मित की गई हैं जो निम्नलिखित हैं:

1. अधिकांश वृद्धजनों प्रतिदिन समाचार पत्र पढ़त हैं।
2. अधिकांश वृद्धजन कभी–कभी पत्रिका का अध्ययन करते हैं।
3. अधिकांश वृद्धजन कोई खेल नहीं खेलते हैं।
4. वृद्धों के साथ पड़ोसी केवल सहानुभूति रखते हैं।
5. वृद्धजनों को वृद्धावस्था आश्रम की जानकारी नहीं है।

अनुरूपी लेखक/ संयुक्त लेखक

I S S N NO. - 2347 – 2944 (Print)
e-I S S N NO.- 2582 – 2454 (Online)
Vol.-19, No.-I, Issues-35, YEAR-Jan-Mar. 2025

वृद्धावस्था संबंधित पूर्व अध्ययन– वृद्धजनों ने सम्बन्धित अनेक अध्ययन किये गये हैं। सन् 1983 में एस0 एस0 मारिया1 उदयपुर नगर के सेवानिवृत्त लोगों का अध्ययन किया, उनके अध्ययन का उद्धेश्य वृद्धों के समायोजन की प्रक्रिया तथा उनकी समस्याओं की जानकारी प्राप्त करना था। के0 जी0 देसाई[2] (1986) में सेवानिवृत्त लोगों का अध्ययन किया।

अध्ययन का उद्धेश्य यह ज्ञात करना था :

1. वृद्धों की आमदनी, स्वास्थ्य तथा मनोवैज्ञानिक सामाजिक समस्यायें।
2. युवावर्ग की धारना वृद्धों के प्रति कैसी है? उनकी समस्या के समाधान के लिए वे क्या कर रहे हैं?
3. वे जो सेवानिवृत्त के निकट हैं, सेवानिवृत्ति के बाद की समस्या का कैसे समाधान करेगें?

इस अध्ययन में पाया गया कि वृद्धों की मुख्य समस्या आर्थिक है। उनका गिरता स्वास्थ्य भी उनके तथा परिवार के लिए एक समस्या है। अधिकतर उत्तरदाता अपने परिवार के साथ रह रहे थे, परन्तु अकेलापना महसूस कर रहे थे। जो लोग सेवानिवृत्त के करीब थे वे अपने भविष्य के प्रति चिन्तित थे। वे सोचते थे कि युवाओं के साथ जीवन व्यतीत करने लायक नहीं रहेगें।

ए0 महाजन (1987)[3] ने अपने अध्ययन में उन कई समस्याओं का जिक्र किया जिनका सामना वृद्धों को करना पड़ा रहा है। यह अध्ययन उन वृद्धों पर आधारित जिनकी आर्थिक स्थिति अच्छी नहीं है तथा किसी संगठन में कार्य करके कम और अनियमित वेतन पाकर जीविका चलाते हैं। उनका कहना है कि गरीब परिवार में युवा वर्ग को स्वयं ही अस्तित्व बनाये रखने के लिये संघर्ष करना पड़ता है अतः बुजुर्गों की देखभाल करना उनके लिये एक बोझ होता है।

मरूलासिद्धाह (1964)[4] ने दक्षिण भारत के एक गाँव तथा परिवार में वृद्धों की स्थिति अच्छी है और वे परम्परागत जाति के कार्यों को करते हैं।

पी0 एन0 सती (1958)[5] ने लगभग 352 सेवानिवृत्त लोगों का अध्ययन किया। वे सभी सरकारी तथा अर्द्धसरकारी नौकरियों में कार्यरत्त थे। इसके फलस्वरूप अनेक बाते सामने आयी जैसे वृद्धों की आर्थिक स्थिति, शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य, पारिवारिक जीवन, खाली समय के क्रिया–कलाप आदि। इस अध्ययन से यह ज्ञात हुआ कि अधिकांश उत्तरदाता उपेक्षित और अकेलापन नहीं महसूस करते थे। वे सामाजिक और पारिवारिक क्रियाकलापों में पूर्णरूप से भाग लेते थे।

अध्ययन का समग्र– प्रस्तुत अध्ययन का समग्र दाउदनगर है। यह औरंगाबाद जिला का एक अनुमंडल है। दाउदनगर की आबादी लगभग बीस हजार है। यह अनेक सरकारी एवं गैर सरकारी संस्थायें हैं। दाउदनगर में सेवानिवृत्त लोग भी हैं।

निदर्शन– दाउदनगर में 1500 सेवानिवृत्त लोग हैं। मैने इन 1500 लोगों में से 100 लोगों का चयन सुविधाजनक निदर्शन प्रणाली से किया है।

अनुसूची– चयनित वृद्धजनों से उनकी दैनिक क्रियाओं को ज्ञात करने के उद्धेश्य से अनुसूची का निर्माण किया। अनुसूची दो भागों में विभाजित है। प्रथम भाग में वृद्धों की सामाजिक, आर्थिक पृष्ठभूमि तथा दूसरे भाग में वृद्धों की दिनचर्या से सम्बन्धित प्रश्नों को सम्मिलित किया गया है।

तथ्यों का संकलन– चयनित वृद्धजनों से सम्पर्क स्थापित कर उनसे अनुसूची के प्रश्नों को पूछा गया तथा उनके उत्तर प्राप्त किये गये। संकलित तथ्यों का वर्गीकरण, सारणीयन एवं विश्लेशण किया गया।

उपलब्धियाँ– सर्वाधिक वृद्धजन 62–70 वर्ष के हैं ताा सबसे कम वृद्धजन 85–95 वर्ष के हैं। सर्वाधिक वृद्ध पुरूष हैं तथा महिला वृद्धओं की संख्या 15 प्रतिशत है। 80 प्रतिशत वृद्ध विवाहित हैं। 2 प्रतिशत अविवाहित वृद्ध हैं। 80 प्रतिशत वृद्ध हिन्दू तथा 20 प्रतिशत वृद्ध मुस्लिम हैं। उच्च जाति के 70 प्रतिशत, पिछड़ी जाति के 18 प्रतिशत तथा अनुसूचित जाति के 12 प्रतिशत वृद्धजन हैं। 05 प्रतिशत अशिक्षित, 15 प्रतिशत मैट्रिक, 30 प्रतिशत इन्टरमीडिएट, 35 प्रतिशत स्नातक तथा 15 प्रतिशत वृद्ध स्नातकोत्तर उत्तीर्ण हैं। 60 प्रतिशत उत्तरदाताओं का परिवार संयुक्त है। 50 प्रतिशत उत्तरदाता सरकारी सेवा, 44 प्रतिशत गैर सरकारी सेवा, 06 प्रतिशत दैनिक वेतन पर कार्यरत्त थे।

प्रस्तुत अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया गया कि वृद्धजन अपना समय किस प्रकार व्यतीत करते हैं। प्राप्त तथ्यों से स्पष्ट हुआ कि 27 प्रतिशत उत्तरदाता किसी न किसी प्रकार की नौकरी में कार्यरत्त हैं। 10 प्रतिशत उत्तरदाता किसी व्यवसाय में स्वयं को व्यस्त रखते हैं। 8 प्रतिशत उत्तरदाता घरेलू कामकाज में अपने को व्यस्त रखते हैं। 3 प्रतिशत उत्तरदाता ट्यूशन का कार्य करते हैं। 24 प्रतिशत उत्तरदाता बागवानी का कार्य करते हैं। 8 प्रतिशत उत्तरदाता कुछ न कुछ लेख लिखते हैं। 16 प्रतिशत उत्तरदाता सामाजिक कार्य, 04 प्रतिशत उत्तरदाता ऐसे हैं जिनका कोई निश्चित कार्य नहीं है, बल्कि वे कुछ भी करके, कभी कहीं जाकर, कभी पुस्तक पढ़कर, कभी सो कर अपना समय व्यतीत करते हैं।

प्रस्तुत अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया गया कि आप घर के सदस्यों के अतिरिक्त अन्य लोगों के साथ अन्तःक्रिया करते हैं। 65 प्रतिशत लोग प्रतिदिन कहीं न कहीं किसी न किसी से मिल ही जाते हैं, जबकि 35 प्रतिशत लोगों की मुलाकात प्रतिदिन नहीं हो पाती है।

वर्तमान समय में अखबार सभी आयु वर्ग के लोगों में लोकप्रिय होता जा रहा है। वृद्धों में अखबार पढ़ने की लोकप्रियता देखी जाती है बशर्ते उन्हें अखबार पढ़ने का अवसर मिल जाये। 88 प्रतिशत लोग अखबार पढ़ते हैं। 12 प्रतिशत लोग अखबार नहीं पढ़ते हैं। 18 प्रतिशत लोगों ने बताया कि वे कभी–कभी अखबार पढ़ते हैं। 5 प्रतिशत उत्तरदाता प्रतिदिन अखबार पढ़ते हैं। 44 प्रतिशत उत्तरदाता प्रतिदिन ही अखबार पढ़ते हैं। 26 प्रतिशत उत्तरदाता ऐसे थे जिन्हें अखबार पढ़ने की इच्छा होती थी पर अखबार प्राप्त न होने के कारण वे पढ़ नहीं पाते थे। समाचार पत्र जब भी मिलता है, पढ़ लेते हैं। 07 प्रतिशत उत्तरदाता ऐसे थे जिनका स्वास्थ्य इस योग्य नहीं था कि वे अखबार भी पढ़ सके।

पत्रिका पढ़ने के प्रश्न पर 15 प्रतिशत उत्तरदाता ने कहा कि मैगजीन इत्यादि अखबार के अलावा नहीं पढ़ते हैं? उन्होंने पत्रिका पढ़ने में अपनी कोई अभिरूचि स्पष्ट नहीं की। 44 प्रतिशत उत्तरदाता कभी–कभी पत्रिका पढ़ लेते हैं। 26 प्रतिशत उत्तरदाता ऐसी पत्रिका पढ़ते हैं, जिसमें धार्मिक एवं स्वास्थ्य संबंधी बातों पर विशेष ध्यान दिया जाता है। 15 प्रतिशत उत्तरदाता ऐसे थे जो पत्रिका पढ़ना चाहते थे, पर कभी–कभी पत्रिका उपलब्ध न होने के कारण पत्रिका पढ़ नहीं पाते।

36 प्रतिशत उत्तरदाता ऐसे थे, जिनके पास रेडियो उपलब्ध था, लेकिन रेडियो सूनने में उनकी रूचि नहीं थी। 47 प्रतिशत उत्तरदाता ऐसे थे, जो कभी–कभी रेडियो सुनते थे। 14 प्रतिशत उत्तरदाता नियमित रूप से रेडियो सुनते थे। 3 प्रतिशत उत्तरदाता रेडियो के अभाव के कारण उससे मनोरंजन नहीं कर पाते थे।

I S S N NO. - 2347 – 2944 (Print)
e-I S S N NO.- 2582 – 2454 (Online)
Vol.-19, No.-I, Issues-35, YEAR-Jan-Mar. 2025

70 प्रतिशत उत्तरदाता दूरदर्शन देखना पसंद करते हैं जिसमें 30 प्रतिशत उत्तरदाता प्रतिदिन तथा 40 प्रतिशत उत्तरदाता कुछ विशेष कार्यक्रमों को देखते हैं। 10 प्रतिशत उत्तरदाता किसी कारण से दूरदर्शन नहीं देख पाते हैं। 20 प्रतिशत उत्तरदाता आँखों की खराबी, बुरा स्वास्थ्य तथा बच्चों की पढ़ाई की समस्या आदि के कारण दूरदर्शन नहीं देख पाते हैं।

वृद्ध उत्तरदाताओं द्वारा अनेक खेल घर के अन्दर खेले जाते हैं। 20 प्रतिशत उत्तरदाता ऐसे थे जो ताश व शतरंज खेलकर अपना मन बहलाते थे। 80 प्रतिशत उत्तरदाता कोई भी खेल नहीं खेलते हैं।

पारिवारिक सदस्यों द्वारा सहायता किये जाने के प्रश्न पर 20 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि परिवार के सदस्य उनकी किसी प्रकार की सहायता नहीं करते हैं। 17 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि परिवार के सदस्य उनकी वित्तीय मदद करते हैं। 15 प्रतिशत वृद्धों ने कहा कि परिवार के सदस्य मनोवैज्ञानिक रूप से उनकी मदद करते हैं। 13 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि परिवार के सदस्य उनकी देखभाल में रूचि लेते हैं। 5 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि किसी प्रकार के पारिवारिक समस्या के आने पर परिवार के लोग उनकी मदद करते हैं। 16 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि वे इस संदर्भ में कुछ भी नहीं कहना चाहते। 14 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि परिवार के सदस्य सभी प्रकार से उनकी सहायता करते हैं।

पड़ोसियों से सम्बन्ध के बारे में पूछे जाने पर 20 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि पड़ोसियों से उन्हें कुछ मदद नहीं मिलती है। 30 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि पड़ोसियों से केवल सहानुभूति मिलती है। 20 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि विभिन्न प्रकार की परेशानियों में पड़ोसियों से मदद मिलती है। 15 प्रतिशत को बीमारी में पड़ोसी मदद करते हैं। 15 प्रतिशत उत्तरदाताओं ने कहा कि पड़ोसी होने से वह उठते बैठते उनसे बात कर लेते हैं। एक दूसरे के यहाँ जाकर हाल–चाल पूछ लेते हैं लेकिन किसी उत्तरदाता ने यह नहीं बताया कि पड़ोसी विपत्ती में उनकी आर्थिक मदद करते हैं या नहीं?

74 प्रतिशत उत्तरदाताओं को वृद्धावस्था आश्रम के बार में कोई जानकारी नहीं है। दूरदर्शन पर नाटकों में उन्होंने इस प्रकार के गृहों को देखा है लेकिन दाउदनगर में इस प्रकार का कोई गृह नहीं है। 26 प्रतिशत लोगो को इस प्रकार की स्थल की जानकारी थी।

88 प्रतिशत उत्तरदाताओं को वृद्धों के लिये डे–केयर सेन्टर के बारे में कोई जानकारी नहीं थी केवल 12 प्रतिशत उत्तरदाता उसके बारे में जानते थे पर उससे उन्हें कभी कोई लाभ का अनुभव नहीं हुआ था।

निष्कर्ष के रूप में कहा जा सकता है कि वृद्धजन नौकरी, व्यवसाय, घरेलू काम–काज, ट्यूशन, बागवानी, लेखन कार्य, एक दूसरे से मिलना–जुलना, समाचार–पत्र पत्रिका का अध्ययन, रेडियो तथा दूरदर्शन, खेल आदि पारिवारिक सदस्यों द्वारा सहायता तथा पड़ोसियों से सम्बन्ध आदि उनके दैनिक क्रियाएँ थीं।

संदर्भ ग्रंथ सूची

1. Bhatia, H.S. (1963), Aging and society. A sociological study of Retired Public servents, Udaipur. The Arya's Book centre publisher.
2. Desai, K.G., 1986 (Ed.) Aging in India, Tata Institute of social sciences, Bombay.
3. Mahajan, Anil, 1987 "problem of The Aged in unorganized sector". Mittul publication, Delhi.
4. Marulasiddiah, H.M., 1986. "The declining Authority of old people. India Journal of social work, v. 27, 175-185."
5. Sati, P. N, 1988. Retired and Aging people, Delhi, Mittal publication.

*****