



डॉ० स्वपना मीना

समाजीकरण में परिवार एवं मानसिक स्वास्थ्य की भूमिका

सहायक आचार्य- समाजशास्त्र विभाग, काशी हिन्दू विश्वविद्यालय, वाराणसी (उ०प्र०) भारत

Received-16.10.2022, Revised-22.10.2022, Accepted-27.10.2022 E-mail: swapanameena5@gmail.com

साधना: वर्तमान समय व्यक्ति के सामाजिक परिवेश में रहते हुए अपने परिवार हेतु सुख सुविधाएँ प्रदान कराना अहम जिम्मेदारी से भरा हुआ है। वह अपने परिवार को सभी प्रकार की सुख सुविधाएँ प्रदान करने हेतु दिन-रात जी तोड़ मेहनत करता है। वह चाहता है कि मेरे बच्चे अच्छे विद्यालय में अध्ययन करें। उन्हें सभी प्रकार की सुविधाएँ जैसे- लैपटॉप, मोबाइल, अच्छे कपड़े, खेल-सामग्री इत्यादि प्राप्त हों। क्योंकि माता-पिता को लगता है कि इन सभी वस्तुओं को प्राप्त करने से उनके बच्चों का भविष्य उज्ज्वल होगा, किन्तु वास्तविकता इसके विपरीत है। बच्चों का सुखद भविष्य तभी सम्भव है जब माता-पिता द्वारा उन्हें अधिक से अधिक समय दिया जाये, उनसे अधिक से अधिक बात की जाये, उनकी प्रत्येक बात पर ध्यान दिया जाये, उनकी समस्या का समाधान किया जाये इत्यादि। वर्तमान समय संयुक्त परिवार के स्थान पर एकाकी परिवार की ओर अग्रसर है, क्योंकि माता-पिता दोनों ही कहीं न कहीं कार्यरत हैं जिसके कारण वे अपने बच्चों को उचित समय नहीं दे पाते हैं। ऐसी परिस्थिति में बच्चे अकेलापन महसूस करते हैं, फलस्वरूप उनमें अवसाद एवं विड़चिड़पन की स्थिति पैदा हो जाती है जो कालांतर में व्यक्ति को मानसिक अस्वस्थता की ओर ले जाती है। इन परिस्थितियों को देखते हुए वर्तमान शोध-पत्र का विषय 'समाजीकरण में परिवार एवं मानसिक स्वास्थ्य की भूमिका' को लिया गया है। जो इस विशेष समस्या के प्रति हमारा ध्यान आकृष्ट करेगा।

कुंजीशब्द- सामाजिक परिवेश, अहम जिम्मेदारी, सुख सुविधाएँ, वास्तविकता, सुखद भविष्य, समाधान, वर्तमान समय।

किसी भी समाज की आधारशिला उस समाज के बच्चे होते हैं। बच्चों से यह आशा की जाती है कि वह अपने समाज विशेष की संस्कृति को आगे ले जायेंगे या आगे वाली पीढ़ी को हस्तान्तरित करेंगे, जिससे उनके समाज की संस्कृति की निरंतरता बनी रहेगी एवं संस्कृति भी समय के साथ परिष्कृत होती रहेगी। इस संस्कृति का संचरण समाजीकरण के माध्यम से किया जाता है और इसका साधन परिवार रूपी संस्था होती है जो प्रत्येक शिशु को जन्म से प्राप्त होती है। इसलिए परिवार का दायित्व बनना है कि वह शिशु के समाजीकरण के साथ-साथ उसके मानसिक स्वास्थ्य पर भी विशेष ध्यान दे। जैसा कि हम देख रहे हैं कि वर्तमान समाज अत्यधिक भौतिकवादी होता जा रहा है जो कार्य पहले परिवार के सदस्य एक-दूसरे के लिए किया करते थे, वो आज के समय में विभिन्न समितियों एवं संस्थाओं द्वारा पूर्ण किया जा रहा है। जिससे परिवार का महत्व कम होता जा रहा है। गिलिन और गिलिन कहते हैं कि 'अब घर केवल पेट भरने और रैन बसेरा करने का स्थान ही रह गया है।' गिलिन एवं गिलिन के ये वक्तव्य वर्तमान समय में परिवार (घर) के कम होते महत्व की ओर हमारा ध्यान आकृष्ट करता है। जो कहीं न कहीं बच्चों, वयस्कों एवं वृद्धों में अवसाद उत्पन्न कर रहे हैं। यह अवसाद या मानसिक अस्वस्थता अकेलेपन एवं परिवार के सदस्यों के बीच दूरी का परिणाम है। यहाँ दूरी से तात्पर्य शारीरिक रूप से दूरी से ही नहीं है बल्कि मानसिक या सोच के स्तर पर दूरी से भी है जो लोगों में एक अनिश्चित भय को जन्म दे रहा है। "एक रिपोर्ट के अनुसार 45 करोड़ से भी अधिक लोग मानसिक विकारों से ग्रस्त हैं। WHO के अनुसार वर्तमान में अवसाद विश्व में दूसरे सबसे बड़े रोगभार का कारण है।" मानसिक स्वास्थ्य का वैश्विक भार विकसित और विकासशील देशों की क्षमता से काफी बड़ा या कह लीजिये कि इनकी चिकित्सीय सुविधा से परे है क्योंकि शारीरिक उपचार से कहीं ज्यादा खर्चीला मानसिक उपचार होता है। जो वर्तमान में विकासशील और विकसित दोनों ही देशों के लिए एक अतिरिक्त भार होगा या यह कहा जा सकता है कि वही हाल होगा एक अनार सौ बीमार। स्थिति और बिगड़ने से पहले ही इसे संभाल लिया जाये तो बेहतर होगा।

उद्देश्य- जैसा कि ऊपर बताया गया है कि वर्तमान शोध पत्र का विषय "समाजीकरण में परिवार एवं मानसिक स्वास्थ्य की भूमिका" है। अतः हमारा केन्द्र मुख्य रूप से समाजीकरण में परिवार एवं मानसिक स्वास्थ्य की क्या भूमिका है इस पर ही होगा। ऐसे कौन से कारक हैं जो मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं? मानसिक स्वास्थ्य किस प्रकार समाजीकरण को प्रभावित करता है? एवं परिवार किस प्रकार मानसिक स्वास्थ्य एवं समाजीकरण को सही पथ पर अग्रसर कर सकता है। इन्हीं उद्देश्यों की पूर्ति इस शोध पत्र का मुख्य ध्येय है।

वर्तमान समय में मानसिक स्वास्थ्य न केवल युवाओं को बल्कि वृद्ध, बालक, किशोर एवं प्रौढ़ सभी आयु वर्ग को प्रभावित कर रहा है। हम इसके सभी कारणों पर तो पूर्ण रूप से ध्यान नहीं दे सकते, किन्तु कुछ विशेष कारण जो वर्तमान समय की देन हैं उन पर चर्चा अवश्य कर रहे हैं। हमारा प्रयास है कि हम जिन भी कारणों एवं परिस्थितियों की चर्चा करें उसे



पूरी सावधानी एवं ईमानदारी से स्पष्ट करें।

घर्षा- प्रत्येक व्यक्ति किसी न किसी समाज का सदस्य होता है। यह सदस्यता वह जन्म के आधार पर प्राप्त करता है। वह जिस परिवार में जन्म लेता है वह परिवार उस समाज का पहले से ही सदस्य होता है, इस कारण यह सदस्यता उसे जन्म के आधार पर प्राप्त हो जाती है किन्तु इस समाज विशेष का सदस्य होने के नाते उसे समाज के रीति-रिवाजों, परम्परा, कानून आदि का पालन करना होता है। इन सभी की शिक्षा वह अपने परिवार में प्राप्त करता है जिसे हम समाजीकरण की प्रक्रिया कहते हैं। इस प्रक्रिया के माध्यम से व्यक्ति समाज में रहने, उठने, बैठने एवं बातचीत करने के तौर-तरीके सीखता है। जो उसे उस समाज विशेष में जीवन निर्वाह करने में सहायता प्रदान करता है। प्रत्येक समाज में यह कार्य अर्थात् समाजीकरण का कार्य परिवार रूपी संस्था द्वारा पूर्ण किया जाता है। इसलिए कूले ने परिवार को मानव जीवन की पोषिका कहा है। कूले के इस बक्तव से ही परिवार की महत्ता स्पष्ट हो जाती है कि परिवार ही वह संस्था है जिसके द्वारा समाजीकरण की प्रक्रिया को मूर्त रूप दिया जाता है एवं इस प्रक्रिया के द्वारा एक शिशु को जैविक प्राणी से सामाजिक प्राणी बनाया जाता है। इस सामाजिक प्राणी के रूप में परिवर्तित होने की प्रक्रिया में परिवार महत्वपूर्ण भूमिका निभाने वाला साधन है।

समाजीकरण की प्रक्रिया को जॉनसन ने काफी सरल ढंग से परिभाषित करने का प्रयास किया है। उन्होंने बताया है कि "समाजीकरण सीखने की प्रक्रिया है जो सीखने वाले को सामाजिक भूमिकाओं को निभाने योग्य बनाता है।"² (Socialization is learning that enables the learner to perform social roles.) जॉनसन ने अपनी परिभाषा में भूमिका को महत्वपूर्ण स्थान दिया है और यह सही भी है कि समाजीकरण हमें अपनी भूमिका का निर्वाह करने योग्य बनाती है।

इसी बात को मनोवैज्ञानिक किम्बॉल यंग ने मनोवैज्ञानिक परिप्रेक्ष्य में बताने का प्रयास किया है "समाजीकरण वह प्रक्रिया है, जिसके द्वारा व्यक्ति सामाजिक व सांस्कृतिक क्षेत्र में प्रवेश करता है, समाज के विभिन्न समूहों का सदस्य बनता है और जिसके द्वारा उसे समाज के मूल्यों और मानकों को स्वीकार करने की प्रेरणा मिलती है।"³ किम्बॉल यंग ने अपनी समाजीकरण की परिभाषा में व्यक्ति द्वारा विभिन्न समूहों का सदस्य बनने तथा सामाजिक एवं सांस्कृतिक क्षेत्र में प्रवेश की प्रक्रिया को महत्व प्रदान किया है। अपनी इसी विशेषता के कारण मानव समाज एक अत्यधिक क्रियाशील एवं सृजनशील समाज रहा है। यह प्रत्येक क्षण अपने एवं अपने समाज के विकास के विषय में प्रयत्नशील रहा है। यह अपनी सोच एवं क्रियाशीलता के कारण ही अन्य समाजों (पशु समाज) से अलग स्वयं की पहचान को स्थापित करने में सफल हुआ एवं विकास के कई स्तरों को प्राप्त किया है। प्रारम्भ से मानव समाज जंगलों एवं गुफाओं में रहता था किन्तु धीरे-धीरे अपने निरन्तर प्रयासों से उसने विकास के नये आयामों को प्राप्त किया है। मानव समाज ने परंपरागत समाज से आधुनिक समाज, उत्तर आधुनिक समाज तथा वर्तमान में वैश्विक समाज में प्रवेश कर लिया है और इस विकास की प्रक्रिया में महत्वपूर्ण भूमिका समाज के सदस्यों की रही है, जिसने इसे गति प्रदान की है, किन्तु यह सामाजिक प्राणि वर्तमान समय में अत्यधिक भौतिकवादी बनता जा रहा है। उसकी यह मानसिकता बन गई है कि वह अधिक से अधिक भौतिक साधनों एवं सुख सुविधाओं को प्राप्त कर ले। ऐसे में वह अपने मानसिक स्वास्थ्य पर तनिक भी ध्यान नहीं दे रहा है और इन समस्याओं के बीच अपने मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति को क्षति पहुँचा रहा है। व्यक्ति में इस हद तक मानसिक अस्वस्थता आ गई है कि वह किसी की हत्या तक कर दे रहा है। हाल ही की घटना है "एक 16 वर्षीय बालक ने पबजी (एक विडियो गेम) खेलने के लिए अपनी माँ की हत्या कर दी।"⁴ कारण यह बताया कि माँ उसे पबजी खेलने से मना करती थी तथा वे लोग घर पर माँ से मिलने आते थे, जो उसे बिल्कुल पसंद नहीं थे। माँ को यह बात बताने के पश्चात् भी वह उन लोगों से घर पर मिलती थी। इसलिए मैंने उनकी हत्या कर दी। माँ की हत्या का प्रयास उसने रात्रि 2 बजे किया था, पर उस समय तक माँ की मृत्यु नहीं हुई थी। बच्चा अगले दिन 12 बजे तक माँ की मृत्यु का इंतजार करता रहा। यह घटना बताती है कि वर्तमान समय में व्यक्ति किस प्रकार मानसिक अस्वस्थता का शिकार हो रहा है।

यह सर्वविदित तथ्य है कि जीवन के प्रारम्भिक कुछ वर्षों का मानसिक स्वास्थ्य में महत्वपूर्ण स्थान है। इस दिशा में हुए अध्ययनों में देखा गया है कि बालक के पालन-पोषण में स्नेह, सुरक्षा, स्वतंत्रता, क्रियाशीलता आदि की कमी रह जाती है तो संवेगात्मक और व्यक्तित्व संबंधी विकास में असामान्यता उत्पन्न हो जाती है। फलस्वरूप व्यक्ति का मानसिक स्वास्थ्य भी दुर्बल या असामान्य हो जाता है। इस अवस्था में व्यक्ति को जीवन की विभिन्न परिस्थितियों में समायोजन करने में कठिनाई होती है। दूसरी ओर बालक को यदि परिवार से स्वीकृति, स्वतंत्रता, क्रियाशीलता, स्नेह और सुरक्षा प्राप्त होती है तो परिवार में समायोजन अच्छा रहता है। उसका संवेगात्मक और व्यक्तित्व विकास सामान्य ढंग से चलता है। इस अवस्था में उसका मानसिक स्वास्थ्य सामान्य से उत्तम के बीच कहीं भी होता है।

विद्वानों द्वारा दी गयी परिभाषाएँ एवं अध्ययन परिवार एवं समाजीकरण के महत्व को प्रदर्शित करता है। प्रस्तुत शोध में यह



बताने का प्रयास है कि परिवार ही वह संस्था है, जो मानसिक स्वास्थ्य की बिगड़ती स्थिति को सुधार सकता है, किन्तु परिवार को इसके लिए अपनी पूर्व की भूमिका में जाने की आवश्यकता है। पूर्व की भूमिका में जाने का तात्पर्य यह बिल्कुल भी नहीं है कि विकास से मुख मोड़ लिया जाये, बल्कि इसका तात्पर्य यह है कि विकास प्राप्त के स्वस्थ वातावरण को कैसे प्राप्त किया जाये। कहने का तात्पर्य यह है कि किसी को गिराये बिना अर्थात् क्षति पहुँचाए बिना स्वयं का विकास करना।

इन सभी बातों पर चर्चा की अत्यधिक आवश्यकता है। मानसिक स्वास्थ्य एक ऐसी स्थिति है जिसमें तनिक भी असंतुलन समाज एवं व्यक्ति को गर्त में ले जा सकता है और वर्तमान में यह स्थिति बन भी गई है। इसकी गम्भीरता को देखते हुए विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) ने इसे परिभाषित करने का प्रयास किया है जो इस प्रकार है :- "मानसिक स्वास्थ्य कल्याण की एक अवस्था है जिसमें एक व्यक्ति अपनी क्षमताओं का एहसास करता है। जीवन के सामान्य तनावों का सामना कर सकता है, उत्पादक रूप से काम कर सकता है और अपने समुदाय में योगदान करने में सक्षम है।"⁵ विश्व स्वास्थ्य संगठन की यह परिभाषा मुख्य रूप से उस स्वस्थ व्यक्ति की कल्पना करती है जो अपने तथा अपने समुदाय के कल्याण में एक उत्पादक के रूप में कार्य करता है। इस उत्पादक की भूमिका वह तभी निभा सकता है। जब वह मानसिक, शारीरिक एवं संवेगात्मक रूप से स्वस्थ हो, किन्तु वर्तमान परिस्थितियाँ व्यक्ति को अनेक प्रकार के तनावों से घेरी हुई हैं। कार्य का अत्यधिक बोझ, परिवार की आवश्यकताएँ, सम्बन्धियों से मिलने का उचित समय न मिलना, बच्चों को पूर्ण समय या आवश्यकता अनुसार समय न दे पाना, गरीबी, बेरोजगारी इत्यादि ऐसे कारण हैं, जो व्यक्ति को अनेक प्रकार के तनाव दे देती हैं। जब व्यक्ति इन आवश्यकताओं या कर्तव्यों की पूर्ति नहीं कर पाता है, तो उसे समाज में उचित सम्मान नहीं मिल पाता परिणामस्वरूप एक समय के बाद अपमान एवं सम्मानहीनता की स्थिति आ जाती है। यह स्थिति व्यक्ति को मानसिक अस्वस्थता की ओर ढकेलती है। केवल यही कारण मानसिक स्वास्थ्य को नहीं प्रभावित करते हैं। इसके अतिरिक्त भी अनेक कारण मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं, जो इस प्रकार हैं-

- तलाक से गुजरना।
- किसी प्रिय जन की मृत्यु का सामना करना।
- कार दुर्घटना।
- किसी शारीरिक स्वास्थ्य संबंधी समस्या का सामना करना।
- युद्ध हो रहे देश में लम्बे समय से रहना, अपने देश को छोड़ना या नये देश में तालमेल बैठाना।
- जातिवाद या दूसरे तरह के लिंग मूलक परिचय, आयु, धर्म, सम्यता, वर्ग आदि के आधार पर भेद-भाव।
- कम आमदनी एवं घर के खर्च पूरे न होना।
- शिक्षा, रोजगार एवं स्वास्थ्य सेवाओं तक समान पहुँच का अभाव।
- हिंसा, दुर्व्यवहार या किसी दुखद घटना का शिकार होना।

ये सभी कारण मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं। "संयुक्त राज्य अमेरिका में मानसिक बीमारी पर हुए राष्ट्रीय गठबंधन का अनुमान है कि लगभग 5 में से 1 वयस्क प्रत्येक वर्ष मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करता है। नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ मेंटल हेल्थ के अनुसार अमेरिका में 4.5 प्रतिशत वयस्कों की गम्भीर मनोवैज्ञानिक स्थिति है।"⁶

निष्कर्ष एवं सुझाव- प्रस्तुत शोध पत्र में 'समाजीकरण में परिवार एवं मानसिक स्वास्थ्य की भूमिका' पर चर्चा की गई है एवं इससे संबंधित तथ्यों को स्पष्ट किया गया है। प्रस्तुत अध्ययन में यह बताने का प्रयास किया गया है कि बच्चे के समाजीकरण में परिवार एवं मानसिक स्वास्थ्य की महत्वपूर्ण भूमिका है। परिवार ही वह संस्था है जो एक बच्चों को मानसिक रूप से स्वस्थ और उचित वातावरण प्रदान कर सकता है। अन्य कोई संस्था इतनी महत्वपूर्ण नहीं है, जितना कि परिवार। परिवार व्यक्ति को मानसिक संतोष प्रदान करता है जिससे व्यक्ति अन्य कार्यों को ज्यादा कुशलता के साथ पूर्ण कर सकता है एक तनावग्रस्त व्यक्ति की तुलना में। सम्पूर्ण सामाजिक तानाबाना ही परिवार से शुरू होता है और यहीं आकर समाप्त होता है। अतः आवश्यकता है कि परिवार में माता-पिता अपने बच्चों एवं वृद्धजनों को उचित समय दें और घर में एक खुशी और संतोष का वातावरण बना कर रखें। इस क्षेत्र में हुए अध्ययन "नेशनल एकेडमी ऑफ साइंसेज इंजीनियरिंग एंड मेडीसिन (NASEM) द्वारा जारी एक रिपोर्ट में यह बताया गया है कि परिवार के साथ समय व्यतीत करने से व्यक्ति स्वयं को सुरक्षित महसूस करता है। परिवार के साथ खेलना, गाने गाना, पढ़ना, और बातें करना बहुत जरूरी है। इससे बच्चे का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा होता है साथ ही बच्चे के विकास में सकारात्मक बदलाव आते हैं।"⁷ इसके लिए कुछ सुझाव इस प्रकार हैं-

- परिवार के सदस्य एक-दूसरे से बातें करें एवं बच्चों से उनके प्रतिदिन की दिनचर्या पूछें साथ ही एक-दूसरे की समस्या पर चर्चा करें।



- परिवार के साथ बैठकर खाना खाना, बच्चों को रसोई घर में मदद करना सीखाना, उनके साथ खेल खेलना इत्यादि से मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति अच्छी बनी रहती है एवं बच्चों को माता-पिता से खुलकर बात करने में आसानी होती है।
- बच्चों के समक्ष स्वयं किताबें पढ़ें, जिससे वो भी आप को देखकर पढ़ने का प्रयास करेंगे। यह देखा गया है कि जिस काम को करने से मना करो वह कार्य बच्चे अवश्य करते हैं तथा जिस कार्य को करने के लिए कहा जाता है, वह उसे नहीं करना चाहते हैं। ऐसे में उन्हें स्वयं से कार्य करने की प्रेरणा देना ज्यादा आसान कार्य है तथा इसमें किसी प्रकार का दबाव भी उन पर नहीं बनता है।
- कुछ खास दिनों में बाहर घुमाने ले जाना तथा उनके कार्यों की तारीफ करना। ये सभी बातें व्यक्ति में सकारात्मकता उत्पन्न करती हैं।

इन कुछ विशेष बातों की ओर ध्यान दिया जाये, तो समाजीकरण की प्रक्रिया में परिवार तथा मानसिक स्वास्थ्य की भूमिका की स्थिति को सुधारा जा सकता है तथा स्थिति को बेहतर बनाया जा सकता है। वर्तमान समय में केवल यही एक साधन है, जिसके माध्यम से स्थिति को सुधारा जा सकता है।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

1. hi.vikashpedia.in
2. एम0 एल0 गुप्ता एवं डी0 डी0 शर्मा : समाजशास्त्र, साहित्यभवन पब्लिकेशन।
3. पूर्वोत्तर
4. www.indiatime.com
5. www.medicalnewstoday.com
6. पूर्वोत्तर
7. www.helloswasthya.com
