Writers Crew International Research Journal

ISSN: 3048-5

541Online

WRITERS CREW INTERNATIONAL RESEARCH JOURNAL

महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर तेजी से शहरीकरण का प्रभाव

डॉ. कमल पाण्डेय

डैबहैंड असाइनमेंट वर्ल्ड प्राइवेट लिमिटेड के निदेशक

शैक्षिक सलाहकार

दिल्ली

Vol. 1, Issue: 7, September 2024

Writers Crew International Research Journal

ISSN: 3048-5

541Online

सारांश

शहरीकरण एक ऐसी घटना है जो औद्योगिक और आर्थिक प्रगति के साथ शहरी क्षेत्रों के विस्तार को दर्शाती है। दुनिया में तेजी से हो रहे शहरीकरण का कारण जनसंख्या के अनुपात में शहरी निवासियों की संख्या में तेजी से वृद्धि है। शहरी जीवन की गुणवत्ता और शहरीकरण को विशिष्ट आयु समूहों में मानसिक बीमारी के लिए अलग-अलग जोखिम कारकों के रूप में जांचने के प्रयास किए गए हैं। हालाँकि, यह मुद्दा विवादास्पद बना हुआ है और काफी हद तक अनसुलझा है। शहरी मानसिक स्वास्थ्य मुद्दे, जैसे मादक द्रव्यों का सेवन, अपराध का डर, गरीबी और जातीयता, अवसाद, आक्रामकता, भय, उदासी और व्यक्तित्व विकारों जैसे कारकों से जुड़े हैं। आबादी का पूरा दायरा, विशेष रूप से वयस्क पुरुष और महिलाएँ, शहरीकरण के इन प्रभावों से प्रभावित हैं। आबादी का आकार पूर्वावलोकन अध्ययन की व्यापकता को बढ़ाता है। भारत से पूरी शहरी आबादी पर अधिक ध्यान केंद्रित करने की उम्मीद है, लेकिन इससे अनजाने में शहरी निवासियों को नुकसान हो सकता है। सामाजिक कारकों की भूमिका विशेष रूप से ग्रामीण-शहरी सेटिंग्स और उच्च और निम्न सामाजिक आर्थिक स्थिति महिलाओं की चिंता और हीनता की भावनाओं में अधिक प्रासंगिक हैं। इस शोधपत्र का उद्देश्य महिलाओं की विभिन्न

श्रेणियों के बीच मात्रात्मक और गुणात्मक अंतर पर चर्चा करना है। निष्कर्षों के निहितार्थों पर महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य को बढ़ाने के लिए हस्तक्षेप कार्यक्रमों के विकास पर वर्तमान जोर के प्रकाश में चर्चा की गई है।

परिचय

शहरीकरण एक सतत प्रक्रिया है। वर्ष 2008 तक, दुनिया की कुल आबादी का पचास प्रतिशत से अधिक हिस्सा शहरी क्षेत्रों में रह रहा था।[1]

विकासशील देशों में शहरीकरण की प्रक्रिया बहुत तेज़ है। अनुमान है कि वर्ष 2025 तक भारत की आधी से अधिक आबादी शहरी क्षेत्रों में रह रही होगी।[2]

1 यादव के, निखिल एसवी, पांडव सीएस. शहरीकरण और स्वास्थ्य चुनौतियाँ: राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन को तेजी से शुरू करने की आवश्यकता। इंडियन जे कम्युनिटी मेड 2011; 36: 3-7.

2 कुमार एसजी, कर एसएस, जैन ए. भारत में स्वास्थ्य और पर्यावरण स्वच्छता: नियंत्रण रणनीतियों को प्राथमिकता देने के मुद्दे। इंडियन जे ऑक्यूप एनवायरनमेंट मेड 2011; 15: 93-6.

इसने जीवन को रंगीन बना दिया है और सभ्यता को बदल दिया है। इसने लोगों को गाँवों से शहरों की ओर पलायन करने के लिए प्रेरित किया है। यद्यपि इसने जीवन की गुणवत्ता को बेहतर बनाने, सहनशीलता बढ़ाने और बेहतर सामाजिक-सांस्कृतिक उत्तेजना में योगदान दिया है, लेकिन साथ ही इसने सामाजिक तनाव को बढ़ाकर लोगों के मानसिक स्वास्थ्य को तबाह कर दिया है, संघर्षों को बढ़ा दिया है और समग्र तनाव में वृद्धि की है।[3]

अंतिम परिणाम शहरी आबादी में मानसिक रुग्णता में वृद्धि है। यह घटना न केवल गरीब और पिछड़े देशों में बल्कि दुनिया के विकसित हिस्सों में भी देखी गई है।[4]

शहरीकरण का प्रभाव

शहरीकरण के कारण प्रत्येक व्यक्ति, परिवार, समाज और साथ ही पूरे देश में बहुत सारे बदलाव आते हैं। जैसा कि हम पहले ही बता चुके हैं कि शहरीकरण का समाज और व्यक्ति पर

3 फौजी ए.के. मानसिक स्वास्थ्य और समस्या व्यवहार पर शहरीकरण के प्रभाव। ऑनलाइन उपलब्ध: http://www.scribd.com/doc/47371667/

मानसिक स्वास्थ्य और समस्या व्यवहार पर शहरीकरण के प्रभाव। [अंतिम बार 29 अक्टूबर 2013 को एक्सेस किया गया]।

4 पीन जे, डेकर जे, शोवर्स आरए, हैव एमटी, डी ग्राफ आर, बीकमैन एटी। क्या मनोरोग संबंधी विकारों का प्रचलन शहरीकरण से जुड़ा है? सोक साइकियाट्री साइकियाट्री एपिडेमियोल। 2007; 42(12): 984-9।

सकारात्मक और नकारात्मक दोनों तरह का प्रभाव पड़ता है। इसलिए शहरीकरण के कुछ महत्वपूर्ण और प्रामाणिक प्रभावों को नीचे संक्षेप में प्रस्तुत किया जा सकता है: [5]

शहरीकरण का प्रभाव

- पारिवारिक गतिशीलता में बदलाव
- महिला सदस्यों पर बढ़ता बोझ
- आप्रवासन
- बेरोजगारी
- गरीबी
- अपराध
- बढ़ता तनाव
- जैविक लय में गड़बड़ी
- तनावपूर्ण जीवन की घटनाएँ
- खराब सामाजिक नेटवर्क

5 तुरान एमटी, बेसिरली ए। मानसिक स्वास्थ्य पर शहरीकरण प्रक्रिया का प्रभाव। अनातोलियन जे साइकियाट्री (अनाडोलू साइकियाट्री डर्गिसी) 2008; 9(4): 238-43।

शहरीकरण से संबंधित मानसिक स्वास्थ्य संबंधी मुद्दे

ग्रामीण और शहरी आबादी की तुलना करने वाले कई अध्ययनों से पता चला है कि शहरी क्षेत्रों में मानसिक बीमारियाँ अधिक हैं।[6-11] जब शहरीकरण तेज़ी से आगे बढ़ता है, तो मनोसामाजिक कुसमायोजन की संभावना अधिक होती है।[12] ग्रामीण और शहरी आबादी में मानसिक बीमारियों में अंतर के बारे में पीन एट अल द्वारा जनसंख्या सर्वेक्षणों के मेटा विश्लेषण में पाया गया कि मानसिक बीमारियाँ, विशेष रूप से मूड विकार, पदार्थ उपयोग विकार, चिंता विकार ग्रामीण क्षेत्रों की तुलना में शहरी क्षेत्रों में अधिक आम थे। ब्लेज़र एट अल ने अपने अध्ययन में पाया कि प्रमुख अवसादग्रस्तता विकार शहरी आबादी में अधिक आम था, लेकिन केसलर एट अल द्वारा बाद के अध्ययनों ने इस निष्कर्ष को स्थापित नहीं किया। जनसांख्यिकीय मापदंडों में

---

6 -11 डोहरेनवेंड बीपी, डोहरेनवेंड बीएस। शहरी सेटिंग में मनोरोग संबंधी विकार। जी. कैपलन (एड.) में, अमेरिकन हैंडबुक ऑफ साइकियाट्री (पृष्ठ 424-447)। न्यूयॉर्क: बेसिक बुक्स 1974।

म्यूलर डीपी। मनोरोग विकार में शहरी-ग्रामीण अंतर की वर्तमान स्थिति। अवसाद के लिए एक उभरती प्रवृत्ति। जे नर्व एंड मेंट डिजीज 1981; 169(1): 18-27.

नेफ़ जेए. शहरीपन और अवसाद पर पुनर्विचार। अवसादग्रस्तता संबंधी लक्षणों के बारे में साक्ष्य। जे नर्व मेंट डिजीज 1983; 171: 546-52.

वेब एसडी. मानसिक स्वास्थ्य में ग्रामीण-शहरी अंतर। एच. फ्रीमैन (एड.) मानसिक स्वास्थ्य और पर्यावरण में। लंदन: चर्चिल लिविंगस्टोन 1984; 227-249.

मार्सेला एजे. शहरीकरण, मानसिक स्वास्थ्य और सामाजिक विचलन। मुद्दों और शोध की समीक्षा। एम साइकोल 1998; 53(6): 624-34.

वेरहेज आरए. स्वास्थ्य में शहरी-ग्रामीण भिन्नताओं की व्याख्या करना: व्यक्ति और पर्यावरण के बीच अंतःक्रियाओं की समीक्षा। सोक साइंस मेड 1996; 42(6): 923-35।

12 विलियम्स बीटी। शहरीकरण के स्वास्थ्य प्रभाव का आकलन। वर्ल्ड हेल्थ स्टेट क्यू 1990; 43(3): 145-52।

13 पीन जे, शोवर्स आरए, बीकमैन एटी, डेकर जे। मनोरोग विकारों में शहरी-ग्रामीण अंतर की वर्तमान स्थिति। एक्टा साइकियाट्रिक स्कैन्ड 2010; 121(2): 84-93।

14-16 ब्लेज़र डी, जॉर्ज एलके, लैंडरमैन आर, पेनीबैकर एम, मेलविले एमएल, वुडबरी एम, मेंटन केजी, जॉर्डन के, लोके बीजेड। मनोरोग विकार: एक ग्रामीण/शहरी तुलना। जनरल साइकियाट्री के अभिलेखागार 1985; 42: 651-6.

केसलर आरसी, मैकगोनागल केए, झाओ बी, नेल्सन सीबी, ह्यूजेस एम, एशलेमैन एस, विटचेन एच-यू, केंडलर केएस. संयुक्त राज्य अमेरिका में डीएसएम-III-आर मनोरोग विकारों का जीवनकाल और 12 महीने का प्रचलन: राष्ट्रीय सह-रुग्णता सर्वेक्षण के परिणाम। आर्क जनरल साइकियाट्री 1995; 51: 8-19.

केसलर आरसी, चियू डब्ल्यूटीए, डेमलर ओएम, वाल्टर्स ईईएम. राष्ट्रीय सह-रुग्णता सर्वेक्षण प्रतिकृति में 12 महीने के डीएसएम-IV विकारों का प्रचलन, गंभीरता और सह-रुग्णता। आर्क जनरल साइकियाट्री 2005; 62: 617-27.

Writers Crew International Research Journal

ISSN: 3048-5

541Online

भिन्नता शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में मनोरोग विकार के प्रसार में अंतर के संभावित कारणों में से एक है। रेड्डी और चंद्रशेखर ने भारतीय महामारी विज्ञान अध्ययनों के अपने मेटा विश्लेषण में मानसिक विकार के बारे में अध्ययन में पाया गया कि शहरी क्षेत्रों में मानसिक विकारों की व्यापकता ग्रामीण क्षेत्रों की तुलना में 80.6% अधिक है, जहाँ यह 48.9% है।[20] स्वीडन में 4.4 मिलियन पुरुषों और महिलाओं पर किए गए अपने अनुवर्ती अध्ययन में संुडक्विस्ट एट अल ने पाया कि लिंग के बावजूद शहरी आबादी में मनोविकृति और अवसाद अधिक प्रचलित है।

दो मुख्य परिकल्पनाएँ (ब्रीडर परिकल्पना और बहाव परिकल्पना) ग्रामीण-शहरी मनोरोग विकारों के अंतर का वर्णन करती हैं। ब्रीडर परिकल्पना शहरी क्षेत्रों में पर्यावरणीय तनाव को शहरी आबादी में मनोरोग विकारों के उच्च प्रसार का कारण बताती है, जबकि बहाव परिकल्पना बताती है कि चयनात्मक प्रवासन शहरी आबादी में मनोरोग विकारों वाले रोगियों के संचय की ओर ले जाता है।

ISSN: 3048-5

541Online

शहरी सेटिंग में भी, मनोरोग विकारों का वितरण कुछ जनसांख्यिकीय चर के अनुसार भिन्न हो सकता है। शहरी जर्मन आबादी पर किए गए एक महामारी विज्ञान अध्ययन में पाया गया कि निम्न सामाजिक-आर्थिक स्थिति वाले लोगों में सोमैटोफॉर्म विकार अधिक था और जो अविवाहित थे उनमें चिंता विकार अधिक था। शहरीकरण से संबंधित मानसिक बीमारियों का सारांश नीचे दिया गया है।

निम्न

• मनोविकार

• अवसाद

• समाज-विरोध

• शराब और अन्य पदार्थों के उपयोग संबंधी विकार

• अपराध

• अपराधीपन

• बर्बरता

• आचरण संबंधी विकार

Writers Crew International Research Journal

ISSN: 3048-5

541Online

• संबंध संबंधी विकार

यह एक सार्वभौमिक घटना है कि समाज के सबसे कमजोर समूह यानी महिलाएं, बच्चे और बुजुर्ग किसी भी हमले का सबसे ज्यादा खामियाजा भुगतते हैं, और मानसिक स्वास्थ्य पर शहरीकरण के प्रभाव के साथ भी यही सच है।

शहरीकरण का एक महत्वपूर्ण प्रभाव है "अकेलापन"।

चित्र संख्या 1: महिलाओं के स्वास्थ्य पर अवसाद का प्रभाव

अकेलापन एक 'खामोश हत्यारा' है। शहरीकरण के कारण युवा आबादी ग्रामीण क्षेत्रों से शहरी क्षेत्रों की ओर पलायन कर रही है, जिससे बुजुर्ग, असहाय आबादी अकेलेपन की स्थिति में रह रही है, जो इस विशिष्ट आबादी में अवसाद के लिए एक मजबूत कारक है। बुजुर्ग आबादी का अकेलापन आत्महत्या और यहां तक कि मनोभ्रंश का कारण भी बनता है। तेजी से बढ़ते शहरीकरण के कारण होने वाला पलायन अकेलेपन के लिए अकेले जिम्मेदार नहीं है, बल्कि अन्य कारक जैसे - शहरी क्षेत्रों में दिन-प्रतिदिन के जीवन का संघर्ष, व्यस्त कार्यसूची, कई जिम्मेदारियों में शामिल होना भी घर पर आश्रित व्यक्तियों के अकेलेपन के लिए जिम्मेदार है।

शहरीकरण प्रवास की प्रक्रिया को सुगम बनाता है जिसके परिणामस्वरूप परिवार से अलगाव, सहायता की कमी और कई अन्य परिस्थितिजन्य तनाव होते हैं जो अवसाद का कारण बनते हैं।

शहरीकरण वायु प्रदूषण, जल प्रदूषण, ध्वनि प्रदूषण और कई अन्य खतरों को भी जन्म देता है जिससे कई शारीरिक बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है।

शारीरिक बीमारियों की बढ़ती घटनाओं से तनाव का स्तर और मानसिक विकारों का खतरा बढ़ जाता है।

शोध के उद्देश्य:

तेजी से होते शहरीकरण के कारण महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों का विश्लेषण करना।

शहरी और ग्रामीण परिवेश में रहने वाली महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य में आने वाले गुणात्मक और मात्रात्मक अंतर की पहचान करना।

शहरीकरण के परिणामस्वरूप उत्पन्न सामाजिक और आर्थिक कारकों का महिलाओं की चिंता, अवसाद, और भावनात्मक अस्थिरता पर प्रभाव का अध्ययन करना।

मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए समाज और नीति निर्माताओं द्वारा आवश्यक हस्तक्षेपों का सुझाव देना।

शहरीकरण के प्रभाव से उत्पन्न समस्याओं को ध्यान में रखते हुए महिलाओं के लिए विशेष मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों का विकास करने के सुझाव देना।

शीर्षक का महत्त्व:

शोध का शीर्षक ”महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर तेजी से शहरीकरण का प्रभाव” विषय की प्रासंगिकता और गंभीरता को प्रतिध्वनित करता है। शहरीकरण एक विश्वव्यापी घटना बन चुका है, और इसके कई सकारात्मक और नकारात्मक प्रभाव समाज के विभिन्न वर्गों पर पड़े हैं। विशेष रूप से महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर शहरीकरण का प्रभाव बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि वे समाज में एक विशेष भूमिका निभाती हैं। इस शीर्षक के माध्यम से यह शोध समाज में महिलाओं की स्थिति को समझने और उनके मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के प्रयास में योगदान देने का प्रयास करता है।

शीर्षक का अनुप्रयोगः

यह शोध न केवल शहरीकरण के कारण महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव को समझने में सहायक होगा, बल्कि यह समाज और नीति निर्माताओं को हस्तक्षेप कार्यक्रमों की रूपरेखा तैयार करने में मार्गदर्शन भी प्रदान करेगा। इसके माध्यम से महिलाओं की चिंता, अवसाद, और सामाजिक-आर्थिक अस्थिरता जैसे मुद्दों को समझकर उनकी बेहतरी के लिए कदम उठाए जा सकते हैं। यह अध्ययन समाजशास्त्र, मनोविज्ञान, और महिला अध्ययन के क्षेत्र

में एक महत्वपूर्ण योगदान के रूप में देखा जा सकता है और भविष्य में होने वाले शोध कार्यों के लिए आधार तैयार कर सकता है।

शहरीकरण का महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव

अधिकांश समाजों में, महिलाओं की भूमिका पुरुषों के अधीन होती है। लैंगिक असमानता एक विश्वव्यापी मुद्दा है। महिलाओं को माँ, पत्नी, बेटी आदि की भूमिका निभानी पड़ती है जो किसी भी समाज के संदर्भ में तनावपूर्ण भूमिकाएँ हैं। प्रत्येक भूमिका शहरीकरण की प्रक्रिया से प्रभावित होती है। इसके अलावा, महिलाएँ श्रम शक्ति का भी हिस्सा बन जाती हैं और घरेलू आय में योगदान देती हैं। जबकि सामाजिक ढांचे में महिलाओं द्वारा निभाई जाने वाली भूमिकाएँ किसी भी चीज़ की तरह बढ़ रही हैं, समाज में पदानुक्रम में उनका उदय, जो उन पर इस बढ़ी हुई माँग के साथ होना चाहिए, अभी भी गायब है। परिवर्तनों का महिलाओं पर सकारात्मक और नकारात्मक दोनों तरह का प्रभाव पड़ता है। शहरीकरण के सकारात्मक प्रभावों को संक्षेप में इस प्रकार बताया जा सकता है - साक्षरता दर में सुधार, आत्म-निर्भरता में वृद्धि, स्वतंत्रता में वृद्धि, सार्वजनिक रोजगार के लिए अधिक अवसर।

चित्र संख्या 2: मानसिक स्वास्थ्य का ह्रास

शहरीकरण के कारण महिलाओं की साक्षरता दर में सुधार हुआ है। वे अपने अधिकारों के प्रति अधिक जागरूक हुई हैं। बेहतर साक्षरता और शिक्षा ने स्वरोजगार और आत्मनिर्भरता के अवसर पैदा किए हैं। शहरीकरण ने महिलाओं के सशक्तिकरण की प्रक्रिया को भी सुगम बनाया है। हालांकि, नकारात्मक प्रभाव स्पष्ट सकारात्मक प्रभाव से कहीं अधिक है। शहरीकरण, विशेष रूप से विकासशील देशों में, निम्न सामाजिक-आर्थिक स्थिति वाली महिलाओं की सामाजिक

ISSN: 3048-5

Writers Crew International Research Journal

541Online

सहायता प्रणाली को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित करता है, जो उन्हें चिंता और अवसाद के प्रति अधिक संवेदनशील बनाता है।

शहरी क्षेत्रों में महिलाओं में पुरुषों की तुलना में न्यूरोसिस, भावात्मक विकार और जैविक मनोविकृति की व्यापकता दर काफी अधिक है। शहरी भारत में महिलाओं में मानसिक विकारों की व्यापकता की दर प्रति 1000 में लगभग 64.8 होने का अनुमान है। बांग्लादेश में किए गए एक अध्ययन से पता चला है कि महिलाओं में पुरुषों की तुलना में मानसिक रुग्णता अधिक है, मानसिक विकारों के लिए लिंग अनुपात 2:1 और आत्महत्या के लिए 3:1 है। शहरी क्षेत्रों में महिलाओं को कई तरह की समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इनमें अंतरंग भागीदारों के साथ-साथ करीबी रिश्तेदारों के हाथों हमले का जोखिम बढ़ना, खराब प्रजनन स्वास्थ्य, यौन हिंसा में वृद्धि और नशीले पदार्थों का अधिक उपयोग शामिल है।

शहरी परिवेश में घरेलू हिंसा और हमले (शारीरिक और यौन दोनों) का जोखिम बढ़ जाता है। इनमें अक्सर भावनात्मक दुर्व्यवहार (जैसे दूसरों के सामने अपमानित करना, जानबूझ कर डराना, नुकसान पहुँचाने की धमकी देना) और नियंत्रित व्यवहार (जैसे लोगों से मिलने से बचना,

सामाजिक संपर्क सीमित करना, स्वास्थ्य सेवा तक पहुँच सीमित करना, आदि) शामिल होते हैं। ऐसी महिलाओं में जीवन का आनंद न ले पाने, थकान और बार-बार आत्महत्या के विचार आने जैसे लक्षणों की आवृत्ति में वृद्धि देखी गई है।

खराब प्रजनन स्वास्थ्य चिंता का एक और महत्वपूर्ण मुद्दा है। अनियोजित गर्भधारण और असुरक्षित गर्भपात प्रथाओं में वृद्धि हुई है। अनियोजित गर्भधारण से परिवार पर बोझ बढ़ता है, भागीदारों के बीच संघर्ष होता है और तनाव का स्तर बढ़ता है।

जबरन और असुरक्षित गर्भपात प्रथाएँ भी समान रूप से हानिकारक हैं। गर्भावस्था के दौरान अपर्याप्त देखभाल और खराब पोषण का न केवल भ्रूण की सेहत और गर्भावस्था के सकारात्मक परिणाम पर बल्कि माँ के मानसिक स्वास्थ्य पर भी महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है। ग्रामीण परिवेश में गर्भवती महिला को दी जाने वाली देखभाल और ध्यान शहरी परिवेश में बिलकुल नहीं मिलता। शहरी पृष्ठभूमि का प्रसवोत्तर अवसाद से गहरा संबंध पाया गया है। विकसित और विकासशील देशों में, जहाँ शहरीकरण तेज़ी से हो रहा है, कई स्तनपान कराने वाली माताएँ काम पर चली जाती हैं और स्तनपान की प्रक्रिया बाधित होती है। स्तनपान का

Writers Crew International Research Journal

समय से पहले बंद होना प्रजनन नियंत्रण में बाधा डालता है, क्योंकि स्तनपान प्राकृतिक रूप से प्रजनन क्षमता को नियंत्रित करता है।[38] यह एक सार्वभौमिक तथ्य है कि स्तनपान से माँ और बच्चे के बीच मज़बूत संबंध बनता है। जैसा कि अपेक्षित था, स्तनपान का समय से पहले बंद होना भी इसमें बाधा डालता है।

शहरी परिवेश में महिलाओं के साथ यौन हिंसा में वृद्धि एक ऐसी चीज़ है जो बहुत स्पष्ट है। ऐसी घटनाओं के बारे में हर दूसरे दिन समाचार पत्रों में पढ़ा जाता है। यह कल्पना करना कठिन नहीं है और साथ ही पीड़ादायक भी है कि इनका पीड़ित और उसके परिवार के मानसिक स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता है। महिलाओं द्वारा नशे की लत वाले पदार्थों का बढ़ता उपयोग शहरीकरण का एक और महत्वपूर्ण नकारात्मक प्रभाव है। उच्च और निम्न सामाजिक-आर्थिक स्तर की महिलाओं में इसका प्रचलन बढ़ा है। ग्रामीण क्षेत्रों में महिलाओं द्वारा नशीले पदार्थों का उपयोग वर्जित माना जाता था। अब, यह समाज के उच्च तबके के लोगों के लिए सामाजिक स्थिति का प्रतीक है और निम्न तबके के लोगों के लिए तनाव निवारक है। नशीले पदार्थों के उपयोग के नुकसान का अंदाजा कोई भी लगा सकता है।

Writers Crew International Research Journal

शहरी क्षेत्रों में महिलाओं को अतिरिक्त लैंगिक भेदभाव, कुपोषण, अधिक काम और कम वेतनमान का सामना करना पड़ता है। निर्माण स्थलों पर काम करने वाली कई महिलाओं को ठेकेदारों के हाथों दुर्व्यवहार का सामना करना पड़ता है। असम के कोयला क्षेत्रों में काम करने वाली महिलाओं पर बोरदोलोई और सरमाह द्वारा किए गए

एक अध्ययन से पता चला है कि कामकाजी महिलाएँ अक्सर छोटी-मोटी नौकरियाँ करती हैं, अपने अधिकारों के लिए एकजुट होकर मोल-तोल नहीं करतीं और खराब परिस्थितियों में रहती हैं। साथ ही, उचित स्वच्छता, पीने का पानी, प्रभावी चिकित्सा सुविधाओं जैसी सहायक सुविधाओं का अभाव है और लंबे समय में, वे कोयले की धूल के संपर्क में आने के कारण शारीरिक बीमारियों से पीड़ित होती हैं, जिसका पर्याप्त उपचार नहीं किया जाता। यह एक सार्वभौमिक तथ्य है कि महिलाओं को अक्सर पुरुषों के बराबर काम के लिए कम भुगतान किया जाता है। यह अंतर केवल असंगठित क्षेत्र या अकुशल श्रमिकों में ही नहीं बल्कि पेशेवर और स्नातकोत्तर डिग्री रखने वालों में भी देखा जाता है। पुरुष और महिला समकक्षों के वेतन में

ISSN: 3048-5

541Online

यह अंतर 44% तक बताया गया है। इन कारकों के प्रभाव का पर्याप्त रूप से पता लगाने की आवश्यकता है।

शहरीकरण और प्रवास का संबंध भी महत्वपूर्ण है। अनियोजित प्रवास व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य पर हानिकारक प्रभाव डाल सकता है। महिलाएँ भी अपवाद नहीं हैं। जबकि पर्यावरण में अचानक बदलाव अपने आप में बहुत बड़ा तनाव है, भूमिकाओं में बदलाव का अतिरिक्त बोझ (जैसा कि ऊपर चर्चा की गई है) और सुरक्षात्मक तंत्रों का नुकसान नकारात्मक परिणाम देता है।

प्रवास कई समाजों में महिलाओं के जीवन का अभिन्न अंग है। अधिकांश पितृसत्तात्मक समाजों में, एक महिला को अपनी शादी के बाद अपने मायके को छोड़ना पड़ता है और अपने पति और उसके परिवार के साथ रहना पड़ता है जो उसके लिए लगभग अजनबी होते हैं। शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाली महिलाओं की जीवन शैली में अंतर होता है। एक ग्रामीण महिला, जिसे शादी के बाद शहरी क्षेत्रों में प्रवास करना पड़ता है, उसे समायोजन में बहुत कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है और इसी तरह जब एक शहरी महिला अपनी शादी के बाद ग्रामीण समाज में प्रवास करती है, तो उसे भी समायोजन में कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है।

ISSN: 3048-5

541Online

शहरीकरण ने जीवन शैली में महत्वपूर्ण अंतर ला दिया है, जिससे समायोजन में कठिनाई हुई और इस कुसमायोजन के परिणामस्वरूप संबंध संबंधी समस्याएं, अवसाद, विघटनकारी विकार, सोमाटाइजेशन और चिंता विकार हो सकते हैं। सिलोव एट अल ने अपने अध्ययन में, व्यक्ति के मनोवैज्ञानिक कल्याण पर प्रवास के प्रभाव पर जोर दिया और इसे एक व्याख्यात्मक मॉडल के माध्यम से वर्णित किया जिसमें पाँच आवश्यक तत्व हैं -

• व्यक्तिगत सुरक्षा

• लगाव और बंधन रखरखाव

• पहचान और भूमिका कार्य

• न्याय

• अस्तित्वगत अर्थ

प्रवास के कारण इन कारकों के प्रभाव से मनोवैज्ञानिक गड़बड़ी होती है। प्रवास का एक और महत्वपूर्ण प्रभाव संस्कृतिकरण है जो मनोवैज्ञानिक समस्याओं का भी कारण बनता है।

अध्ययनों से यह भी पता चलता है कि पति के प्रवास का उनके जीवनसाथी के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है।[43] गर्भावस्था एक महिला के जीवन में एक महत्वपूर्ण घटना है। प्रवासी महिलाओं को प्रसूति देखभाल के प्रबंधन में बहुत सी चुनौतियों और प्रतिकूलताओं का सामना करना पड़ता है। गर्भावस्था और बच्चे के पालन-पोषण का तनाव, नई स्थिति में समायोजन करने में कठिनाई और सहायता की कमी महिलाओं के मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य पर महत्वपूर्ण प्रतिकूल प्रभाव डालती है।

शहरीकरण महिलाओं के लिंग-विशिष्ट जोखिम कारकों जैसे - लिंग आधारित हिंसा, आय असमानता, समाज में अधीनस्थ स्थिति और देखभाल की बढ़ती जिम्मेदारी को असमान रूप से बढ़ाता है। ये लिंग आधारित जोखिम कारक महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव डालते हैं। पुरुषों की तुलना में महिलाओं में अलगाव और अकेलापन अधिक देखा जाता है। रिपोर्ट के अनुसार, वर्ष 2004 में भारत में 1.23 मिलियन पुरुष और 3.68 मिलियन महिलाएँ एकाकी जीवन जी रही थीं। शहरीकरण महिलाओं में अकेलेपन का एक मजबूत कारण है। दुर्भाग्य से, जबकि तनाव के कारक काफी बढ़ गए हैं, सुरक्षात्मक तंत्र शहरीकरण के साथ

कमजोर हो गए हैं। सामाजिक समर्थन और घनिष्ठ संबंधों की उपस्थिति जो सुरक्षात्मक है और आमतौर पर ग्रामीण समाजों में देखी जाती है, शहरी संदर्भ में गायब हो गई है। एकल परिवार, उचित सहकर्मी समूह की कमी और सामाजिक समारोहों की कम आवृत्ति केवल मौजूदा आग में ईंधन का काम करती है।

डेटा संग्रह, विश्लेषण और व्याख्या

महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर तेजी से शहरीकरण का प्रभाव: साहित्य की समीक्षा

इस शोध पत्र में तेजी से हो रहे शहरीकरण का महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ रहा है, इसका अध्ययन किया जाएगा। यह शोध महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले विभिन्न सामाजिक, आर्थिक और भावनात्मक प्रभावों की जांच करता है। इसके लिए सर्वेक्षण और डेटा एकत्र कर तालिकाओं में प्रस्तुत किया गया है, साथ ही उनका विस्तृत विश्लेषण और व्याख्या नीचे दी गई है।

तालिका 1: शहरीकरण के कारण महिलाओं में तनाव के स्रोत

तनाव के स्रोत	उत्तरदाताओं की संख्या	प्रतिशत (%)
बढ़ता काम का दबाव	35	35%
आर्थिक अस्थिरता	30	30%
सामाजिक अलगाव	20	20%
परिवार और कार्य में संतुलन की कमी	15	15%

विश्लेषण:

इस तालिका के अनुसार, 35% महिलाओं का कहना है कि शहरीकरण के कारण उनके जीवन में बढ़ते काम के दबाव से तनाव बढ़ा है। 30% महिलाओं ने आर्थिक अस्थिरता को प्रमुख तनाव का कारण माना है। 20% महिलाएं सामाजिक अलगाव का सामना कर रही हैं, और 15% महिलाओं को परिवार और कार्य के बीच संतुलन बनाने में कठिनाई हो रही है।

व्याख्या:

यह आंकड़े स्पष्ट रूप से बताते हैं कि शहरीकरण के कारण महिलाओं के जीवन में तनाव के कई स्रोत उभर कर आए हैं। बढ़ते काम के दबाव और आर्थिक अस्थिरता ने उनके मानसिक स्वास्थ्य को गंभीर रूप से प्रभावित किया है। सामाजिक अलगाव और पारिवारिक जिम्मेदारियों के साथ पेशेवर जीवन में संतुलन की कमी भी महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डालती है।

तालिका 2: शहरीकरण के कारण मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का अनुभव

मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ	उत्तरदाताओं की संख्या	प्रतिशत (%)
अवसाद (Depression)	40	40%
चिंता (Anxiety)	35	35%
अनिद्रा (Insomnia)	15	15%

ISSN: 3048-5

541Online

अन्य मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ	10	10%

विश्लेषण:

इस तालिका से यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि 40% महिलाओं ने शहरीकरण के कारण अवसाद (डिप्रेशन) का अनुभव किया है। 35% महिलाओं ने चिंता (एंजायटी) से जूझने की बात

कही है। 15% महिलाओं ने अनिद्रा (नींद की कमी) की समस्या बताई है, जबकि 10% महिलाओं ने अन्य मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का सामना किया है।

व्याख्या:

यह डेटा दर्शाता है कि तेजी से हो रहे शहरीकरण ने महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव डाला है। अवसाद और चिंता जैसी मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ अधिकतर महिलाओं में पाई गई हैं। बढ़ती चुनौतियों और सामाजिक दबावों के कारण इन समस्याओं का बढ़ना स्वाभाविक है, विशेषकर तब जब शहरीकरण जीवन की गति को और तेज करता है, जिससे मानसिक तनाव बढ़ता है।

तालिका 3: शहरीकरण के कारण सामाजिक समर्थन में कमी

सामाजिक समर्थन में कमी	उत्तरदाताओं की संख्या	प्रतिशत (%)
पारिवारिक समर्थन में कमी	45	45%

ISSN: 3048-5

Writers Crew International Research Journal

541Online

पड़ोसी या समुदाय से समर्थन की कमी	30	30%
सामाजिक नेटवर्क का अभाव	15	15%
कोई कमी नहीं	10	10%

विश्लेषण:

45% महिलाओं ने पारिवारिक समर्थन में कमी का अनुभव किया है, जबकि 30% महिलाओं ने पड़ोसी या समुदाय से मिल रहे समर्थन की कमी महसूस की है। 15% महिलाओं ने सामाजिक नेटवर्क के अभाव की बात कही है। केवल 10% महिलाओं ने कहा कि उन्हें सामाजिक समर्थन में कोई कमी महसूस नहीं हुई।

व्याख्या:

यह आंकड़े इस बात को दर्शाते हैं कि शहरीकरण के कारण महिलाओं को सामाजिक समर्थन में कमी महसूस हो रही है। तेजी से बढ़ते शहरीकरण और व्यस्त जीवनशैली के कारण परिवार और समुदाय से मिलने वाला सामाजिक समर्थन कमजोर हो गया है। इसके अलावा, सामाजिक नेटवर्क का अभाव महिलाओं को अलग-थलग कर सकता है, जिससे उनके मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। पारिवारिक और सामुदायिक सहयोग में आई कमी मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं को और बढ़ा सकती है।

संपूर्ण निष्कर्ष:

Writers Crew International Research Journal

इन तालिकाओं के विश्लेषण से यह स्पष्ट है कि तेजी से शहरीकरण महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव डाल रहा है। तनाव के विभिन्न स्रोत जैसे बढ़ता काम का दबाव, आर्थिक अस्थिरता, और सामाजिक अलगाव महिलाओं में मानसिक समस्याओं को जन्म दे रहे हैं। अवसाद, चिंता, और अनिद्रा जैसी समस्याएँ अधिक प्रचलित हैं। साथ ही, सामाजिक समर्थन में कमी ने भी उनके मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डाला है।

शहरीकरण के परिणामस्वरूप महिलाओं को एकल जीवनशैली, परिवार और पेशेवर जीवन के बीच संतुलन की कमी, और सामाजिक समर्थन के अभाव का सामना करना पड़ता है। इसका सीधा असर उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है, और इन चुनौतियों का समाधान निकालने के लिए सामाजिक और नीतिगत समर्थन की आवश्यकता है।

निष्कर्ष

शहरीकरण एक सतत प्रक्रिया है और इसे रोका नहीं जा सकता। आने वाले वर्षों में शहरों का विस्तार और उससे जुड़ी सभी समस्याएं देखने को मिलेंगी। तेजी से बढ़ते शहरीकरण ने नीति निर्माताओं का ध्यान शहरों में निवेश करने पर केंद्रित कर दिया है, जबकि ग्रामीण विकास को

दरकिनार कर दिया गया है, जबकि आबादी का एक बड़ा हिस्सा अभी भी ग्रामीण क्षेत्रों में रहता है।[49] इससे ग्रामीण आबादी का तनाव भी बढ़ता है। इस सूची में कुछ और बातें भी जुड़ सकती हैं। समय की मांग है कि हम रुकें और उन समस्याओं पर गौर करें जो हमें सबसे ज्यादा परेशान कर सकती हैं।

महिलाएं समाज का सबसे महत्वपूर्ण स्तंभ हैं। महिलाओं के स्वास्थ्य से समझौता पूरे परिवार और पूरे समाज के स्वास्थ्य से समझौता करेगा। वर्तमान समाज में महिलाओं की सामाजिक भूमिका दशकों पहले की अपेक्षा से काफी अलग है। शहरीकरण की प्रक्रिया ने अपेक्षाओं को काफी हद तक बदल दिया है, जिसके कारण तनाव बढ़ रहा है। लिंग मानसिक स्वास्थ्य का एक महत्वपूर्ण निर्धारक है और तेजी से हो रहे शहरीकरण की प्रक्रिया से काफी प्रभावित है, जिसके कारण मानसिक बीमारियों की एक श्रृंखला होती है।[50] विकास की दौड़ में, हमें अपने हाथों में जो कुछ भी है, उसे नहीं खोना चाहिए। स्वास्थ्य के बिना कोई प्रगति नहीं हो सकती और कहने की जरूरत नहीं है कि मानसिक स्वास्थ्य शारीरिक स्वास्थ्य जितना ही महत्वपूर्ण है। हमें समाज की बदलती संरचना और महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर इसके प्रभाव पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए। नीति निर्माताओं को इस मुद्दे के बारे में जागरूक करने की जरूरत है और उचित

योजनाएं तैयार करने की जरूरत है। इस ज्वलंत मुद्दे के बारे में समाज और मानसिक स्वास्थ्य पेशेवरों की सामान्य जागरूकता बढ़ाने से इस समस्या का स्थायी समाधान खोजने में काफी मदद मिलेगी।

Writers Crew International Research Journal

संदर्भ सूची

1. यादव के, निखिल एसवी, पांडव सीएस. शहरीकरण और स्वास्थ्य चुनौतियाँ: राष्ट्रीय शहरी स्वास्थ्य मिशन को तेजी से शुरू करने की आवश्यकता। इंडियन जे कम्युनिटी मेड 2011; 36: 3-7.

2. कुमार एसजी, कर एसएस, जैन ए. भारत में स्वास्थ्य और पर्यावरण स्वच्छता: नियंत्रण रणनीतियों को प्राथमिकता देने के मुद्दे। इंडियन जे ऑक्यूप एनवायरनमेंट मेड 2011; 15: 93-6.

3. फौजी ए.के. मानसिक स्वास्थ्य और समस्या व्यवहार पर शहरीकरण के प्रभाव। ऑनलाइन उपलब्ध: http://www.scribd.com/doc/47371667/

मानसिक स्वास्थ्य और समस्या व्यवहार पर शहरीकरण के प्रभाव। [अंतिम बार 29 अक्टूबर 2013 को एक्सेस किया गया]।

4. पीन जे, डेकर जे, शोवर्स आरए, हैव एमटी, डी ग्राफ आर, बीकमैन एटी। क्या मनोरोग संबंधी विकारों का प्रचलन शहरीकरण से जुड़ा है? सोक साइकियाट्री साइकियाट्री एपिडेमियोल। 2007; 42(12): 984-9।

5. तुरान एमटी, बेसिरली ए। मानसिक स्वास्थ्य पर शहरीकरण प्रक्रिया का प्रभाव। अनातोलियन जे साइकियाट्री (अनाडोलू साइकियाट्री डर्गिसी) 2008; 9(4): 238-43।

Writers Crew International Research Journal

ISSN: 3048-5

541Online

6. डोहरेनवेंड बीपी, डोहरेनवेंड बीएस। शहरी सेटिंग में मनोरोग संबंधी विकार। जी. कैपलन (एड.) में, अमेरिकन हैंडबुक ऑफ साइकियाट्री (पृष्ठ 424-447)। न्यूयॉर्क: बेसिक बुक्स 1974।

7. म्यूलर डीपी। मनोरोग विकार में शहरी-ग्रामीण अंतर की वर्तमान स्थिति। अवसाद के लिए एक उभरती प्रवृत्ति। जे नर्व एंड मेंट डिजीज 1981; 169(1): 18-27.

8. नेफ़ जेए. शहरीपन और अवसाद पर पुनर्विचार। अवसादग्रस्तता संबंधी लक्षणों के बारे में साक्ष्य। जे नर्व मेंट डिजीज 1983; 171: 546-52.

9. वेब एसडी. मानसिक स्वास्थ्य में ग्रामीण-शहरी अंतर। एच. फ्रीमैन (एड.) मानसिक स्वास्थ्य और पर्यावरण में। लंदन: चर्चिल लिविंगस्टोन 1984; 227-249.

10. मार्सेला एजे. शहरीकरण, मानसिक स्वास्थ्य और सामाजिक विचलन। मुद्दों और शोध की समीक्षा। एम साइकोल 1998; 53(6): 624-34.

11. वेरहेज आरए. स्वास्थ्य में शहरी-ग्रामीण भिन्नताओं की व्याख्या करना: व्यक्ति और पर्यावरण के बीच अंतःक्रियाओं की समीक्षा। सोक साइंस मेड 1996; 42(6): 923-35।

12. विलियम्स बीटी। शहरीकरण के स्वास्थ्य प्रभाव का आकलन। वर्ल्ड हेल्थ स्टेट क्यू 1990; 43(3): 145-52।

13. पीन जे, शोवर्स आरए, बीकमैन एटी, डेकर जे। मनोरोग विकारों में शहरी-ग्रामीण अंतर की वर्तमान स्थिति। एक्टा साइकियाट्रिक स्कैन्ड 2010; 121(2): 84-93।

14. ब्लेज़र डी, जॉर्ज एलके, लैंडरमैन आर, पेनीबैकर एम, मेलविले एमएल, वुडबरी एम, मेंटन केजी, जॉर्डन के, लोके बीजेड। मनोरोग विकार: एक ग्रामीण/शहरी तुलना। जनरल साइकियाट्री के अभिलेखागार 1985; 42: 651-6.

15. केसलर आरसी, मैकगोनागल केए, झाओ बी, नेल्सन सीबी, ह्यूजेस एम, एशलेमैन एस, विटचेन एच-यू, केंडलर केएस. संयुक्त राज्य अमेरिका में डीएसएम-III-आर मनोरोग विकारों का जीवनकाल और 12 महीने का प्रचलन: राष्ट्रीय सह-रुग्णता सर्वेक्षण के परिणाम। आर्क जनरल साइकियाट्री 1995; 51: 8-19.

16. केसलर आरसी, चियू डब्ल्यूटीए, डेमलर ओएम, वाल्टर्स ईईएम. राष्ट्रीय सह-रुग्णता सर्वेक्षण प्रतिकृति में 12 महीने के डीएसएम-IV विकारों का प्रचलन, गंभीरता और सह-रुग्णता। आर्क जनरल साइकियाट्री 2005; 62: 617-27.