

भारतीय समाज में वृद्धजनों की सामाजिक, पारिवारिक, आर्थिक एवं मानसिक समस्याओं का लैंगिक आधार पर एक तुलनात्मक अध्ययन

प्राप्ति: 10.03.2025
स्वीकृत: 24.03.2025

7

हेमन्त कुमार दीक्षित

शोधार्थी

एम.जे.पी.आर. यूनिवर्सिटी, बरेली

बरेली कॉलेज, बरेली

ईमेल: hemantkumardixit@gmail.com

प्रो० रवींद्र बंसल

समाजशास्त्र विभाग

एम.जे.पी.आर. यूनिवर्सिटी, बरेली

बरेली कॉलेज, बरेली

सारांश

यह लेख भारतीय समाज में वृद्ध महिलाओं और वृद्ध पुरुषों द्वारा सामना की जाने वाली सामाजिक, पारिवारिक, आर्थिक और मानसिक समस्याओं का विस्तृत और संवेदनशील विश्लेषण प्रस्तुत करता है। लेख का उद्देश्य इन मुद्दों की लैंगिक दृष्टिकोण से गहन जांच करना है, जिससे बुजुर्ग व्यक्तियों के अनुभवों में निहित समानताएँ और विशिष्ट अंतर दोनों को उजागर किया जा सके। इस अध्ययन में वृद्धावस्था के दौरान आने वाली चुनौतियों को समझने के लिए मौजूदा साहित्य, अनुभवजन्य अध्ययन, शैक्षणिक शोध, सरकारी रिपोर्टों और क्षेत्रीय सर्वेक्षणों का समावेश किया गया है। सैद्धांतिक रूपरेखाओं के माध्यम से यह लेख उन गहन मुद्दों को प्रकाश में लाता है जो वृद्ध महिलाओं और पुरुषों के दैनिक जीवन को प्रभावित करते हैं। सामाजिक और पारिवारिक संदर्भ में, यह लेख बताता है कि कैसे वृद्ध महिलाएं अक्सर सामाजिक अलगाव, पारिवारिक उपेक्षा, और घरेलू हिंसा का सामना करती हैं, जबकि वृद्ध पुरुषों को अक्सर सेवानिवृत्ति के बाद पहचान के संकट, आर्थिक अनिश्चितता और मानसिक तनाव का सामना करना पड़ता है। आर्थिक दृष्टिकोण से, लेख इस बात पर जोर देता है कि कैसे वृद्ध महिलाओं को वित्तीय निर्भरता, पेंशन की कमी, और स्वास्थ्य सेवा तक सीमित पहुंच जैसी चुनौतियों का सामना करना पड़ता है, जबकि वृद्ध पुरुषों को पेंशन और बचत के प्रबंधन में कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है। मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों पर, यह लेख बताता है कि कैसे दोनों लिंगों के वृद्धजन अकेलेपन, अवसाद और चिंता से जूझते हैं, लेकिन उनके अनुभवों और प्रतिक्रियाओं में महत्वपूर्ण अंतर होते हैं। यह लेख समस्याओं की व्यापक समझ प्रदान करने के साथ-साथ भारतीय समाज में वृद्धजनों के जीवन की गुणवत्ता में सुधार के लिए संभावित समाधान भी सुझाता है। यह न केवल वृद्ध महिलाओं और पुरुषों की समस्याओं को उजागर करता है, बल्कि उनके अनुभवों को मानवीय दृष्टिकोण से प्रस्तुत करता है, जिससे समाज को उनके संघर्षों और चुनौतियों की गहरी समझ मिल सके। समग्र रूप से, यह लेख एक महत्वपूर्ण योगदान है जो वृद्धावस्था

के जटिल परिदृश्य को समझने और बेहतर नीतियों और समर्थन प्रणालियों के विकास की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान करता है, ताकि वृद्धजनों के लिए अधिक सम्मानजनक और समृद्ध जीवन सुनिश्चित किया जा सके।

मुख्य बिंदु

वृद्धावस्था, लैंगिक अंतर, वृद्ध महिलाएँ, वृद्ध पुरुष सामाजिक समस्याएँ, पारिवारिक गतिशीलता, आर्थिक चुनौतियाँ, मानसिक स्वास्थ्य, भारतीय समाज, नीतिगत हस्तक्षेप।

प्रस्तावना

भारत, अपनी समृद्ध सांस्कृतिक विरासत और विविध परंपराओं के लिए प्रसिद्ध, एक महत्वपूर्ण जनसांख्यिकीय परिवर्तन का सामना कर रहा है। देश में वृद्ध जनसंख्या तेजी से बढ़ रही है और 2050 तक, 60वर्ष और उससे अधिक आयु के व्यक्तियों की संख्या लगभग 319 मिलियन होने का अनुमान है, जो कुल आबादी का लगभग 19% होगी। इस पृष्ठभूमि में, भारतीय समाज में वृद्धों की समस्याएँ एक नई गहराई और विविधता के साथ उभर रही हैं। भारत, जहाँ एक ओर गहरी जड़ें वाली परंपराएँ हैं, वहीं दूसरी ओर आधुनिकता और सामाजिक परिवर्तन भी तेजी से हो रहे हैं। इस दोहरे प्रभाव के बीच, वृद्ध जनसंख्या कई अनूठी चुनौतियाँ का सामना कर रही है। यह परिवर्तन एक सांस्कृतिक रूप से विविध और पारंपरिक रूप से पितृसत्तात्मक समाज में वृद्धों की समस्याओं की गहन जांच की मांग करता है। वृद्धावस्था में महिलाओं और पुरुषों दोनों को विभिन्न मुद्दों का सामना करना पड़ता है, लेकिन उनके अनुभव और चुनौतियाँ जीवन भर की लिंग-विशिष्ट भूमिकाओं, अपेक्षाओं और अवसरों के कारण काफी भिन्न हो सकती हैं। महिलाओं और पुरुषों के वृद्धावस्था के अनुभवों में अंतर को समझना न केवल सामाजिक, पारिवारिक, आर्थिक और मानसिक स्वास्थ्य के दृष्टिकोण से महत्वपूर्ण है, बल्कि यह भी आवश्यक है कि उन नीतियों और कार्यक्रमों को विकसित किया जाए जो उनकी विशिष्ट आवश्यकताओं को पूरा कर सकें। वृद्ध महिलाएँ, जिनका जीवन अक्सर परिवार और बच्चों की देखभाल में बीतता है, वृद्धावस्था में अलग-थलग और अवमूल्यित महसूस कर सकती हैं। उनके पास आर्थिक स्वतंत्रता और स्वास्थ्य सेवा तक पहुँच की कमी हो सकती है। वहीं, वृद्ध पुरुष, जिन्होंने जीवन भर आर्थिक रूप से सक्रिय भूमिका निभाई है, सेवानिवृत्ति के बाद पहचान और उद्देश्य की कमी का अनुभव कर सकते हैं।

इस लेख का उद्देश्य इन समस्याओं में अंतर और समानताओं की गहन पड़ताल करना है, ताकि हम भारतीय समाज में वृद्धों की स्थिति की व्यापक और संवेदनशील समझ प्राप्त कर सकें। यह न केवल वृद्धों की बेहतरी के लिए आवश्यक है, बल्कि एक समावेशी और संवेदनशील समाज के निर्माण के लिए भी महत्वपूर्ण है।

सामाजिक समस्याएं

वृद्ध महिलाएं

भारत में वृद्ध महिलाओं को उनके लिंग और उम्र के कारण दोहरे नुकसान का सामना करना पड़ता है। यह मुद्दा पारंपरिक पितृसत्तात्मक संरचना द्वारा और बढ़ जाता है, जो उन्हें सामाजिक अलगाव की ओर धकेलता है और विधवा होना इस समस्या को और बढ़ा देता है। वृद्ध महिलाओं की जीवन प्रत्याशा

अधिक होती है और पारंपरिक रूप से पतियों के बीच आयु का अंतर होने के कारण, वे अक्सर विधवा हो जाती हैं। विधवा हो जाने पर, अपनी सामाजिक स्थिति में गिरावट का सामना करती हैं, क्योंकि उनकी सामाजिक स्थिति अक्सर उनके पतियों से जुड़ी होती है। विधवाओं को अक्सर समुदाय पारिवारिक समारोहों से अलग कर दिया जाता है, जिससे उनका सामाजिक बहिष्कार बढ़ता है।

ग्रामीण क्षेत्रों में विधवाओं को सामाजिक स्थिति और समर्थन के गंभीर नुकसान का सामना करना पड़ता है, जो उनके जीवन को अत्यंत कठिन बना देता है। उनके लिए समाज में सम्मान और सुरक्षा का अभाव एक गहरी पीड़ा का कारण बनता है। सांस्कृतिक कलंक और अंधविश्वासों के चलते, विधवाओं को अक्सर अपशकुन और बुरे भाग्य का प्रतीक माना जाता है। ये मान्यताएँ न केवल उन्हें सामाजिक दृष्टि से अलग कर देती हैं, बल्कि उनके मानसिक और भावात्मक स्वास्थ्य पर भी गहरा प्रभाव डालती हैं। समाज में अपने ही परिवार और समुदाय द्वारा बहिष्कृत होने के कारण, वे अपनी दैनिक जरूरतों और भावात्मक समर्थन के लिए संघर्ष करती हैं।

पारंपरिक संयुक्त परिवार प्रणाली, जो कभी सामाजिक सुरक्षा प्रदान करती थी, अब टूट रही है, संयुक्त परिवार प्रणालियों के टूटने और युवा पीढ़ियों के शहरी क्षेत्रों या विदेश में प्रवास करने से उनका अकेलापन और बढ़ जाता है। वृद्ध महिलाएं, विशेष रूप से जो गृहिणी रही हैं, अक्सर अकेलापन महसूस करती हैं, खासकर जब उनके पति की मृत्यु हो जाती है और बच्चे घर छोड़ कर चले जाते हैं।

इसके अलावा, वृद्ध महिलाओं के पास अक्सर सामाजिक नेटवर्क और समर्थन प्रणाली की कमी होती है, जिससे उनका सामाजिक बहिष्कार बढ़ता है। उनकी शिक्षा का स्तर अक्सर पुरुषों की तुलना में कम होता है, जिससे उनकी सामाजिक भागीदारी और जानकारी तक पहुंच सीमित हो जाती है। परिवार के बाहर सामाजिक नेटवर्क तक उनकी पहुंच भी सीमित होती है, जिससे यह अवसाद, अकेलापन और परित्याग की भावना को जन्म दे सकता है।

सामाजिक सुरक्षा उपाय और सामुदायिक-आधारित कार्यक्रम अक्सर इन मुद्दों को संबोधित करने के लिए अपर्याप्त होते हैं, विशेष रूप से ग्रामीण और अर्द्ध-शहरी क्षेत्रों में महिलाओं के लिए। वृद्ध महिलाओं की यह दयनीय स्थिति उनके सामाजिक जुड़ाव और समर्थन प्रणाली की आवश्यकता को और भी अधिक स्पष्ट करती है। वृद्ध महिलाओं के लिए इन समस्याओं का समाधान करना आवश्यक है ताकि वे एक गरिमापूर्ण और सम्मिलित जीवन जी सकें।

वृद्ध पुरुष

परंपरागत भारतीय समाज में वृद्धों को अक्सर बहुत सम्मान के साथ देखा जाता है, उन्हें ज्ञान और परंपरा के संरक्षक माना जाता है। हालांकि, यह सम्मान सभी वृद्ध व्यक्तियों द्वारा सम्मान रूप से अनुभव नहीं किया जाता है। विशेषकर वे वृद्ध पुरुष जो अपने परिवार या समुदाय में महत्वपूर्ण भूमिकाएँ निभा चुके हैं, उन्हें अक्सर अधिक सम्मान और ध्यान मिलता रहता है।

वृद्ध पुरुष भी सामाजिक अलगाव का सामना करते हैं, लेकिन यह अलग तरीके से प्रकट होता है। वे काम और सामुदायिक गतिविधियों के माध्यम से सार्वजनिक जीवन में अधिक शामिल रहते हैं। महिलाओं की तुलना में वृद्ध पुरुष आमतौर पर उच्च सामाजिक स्थिति रखते हैं और सेवानिवृत्त के बाद सामाजिक अलगाव का सामना करते हैं। पारंपरिक अपेक्षा के कारण पुरुष आत्मनिर्भर बने रहने

की कोशिश करते हैं, जिससे वे मदद मांगने या अपनी कमजोरियों को व्यक्त करने से हिचकिचाते हैं। यह अवसाद और सामाजिक विच्छेदन की भावना को जन्म दे सकता है।

हालांकि, पुरुष सामुदायिक गतिविधियों में संलग्न रहने और सामाजिक नेटवर्क बनाए रखने की अधिक संभावना रखते हैं। परिवार के मामलों में उनकी भूमिका अधिक महत्वपूर्ण होती है, लेकिन इससे संघर्ष और तनाव भी उत्पन्न हो सकता है। आर्थिक रूप से, भारतीय समाज में वृद्ध पुरुष महिलाओं की तुलना में अधिक सुरक्षित होते हैं, क्योंकि वे कार्यबल में अधिक समय तक शामिल रहते हैं और बेहतर पेंशन और बचत तक पहुँच रखते हैं। फिर भी, बढ़ती जीवनयापन की लागत और स्वास्थ्य सेवा के खर्च के कारण कई लोग अभी भी गुजारा करने के लिए संघर्ष करते हैं।

वृद्ध पुरुष आमतौर पर महिलाओं की तुलना में कम उम्र में विधुर नहीं होते हैं, लेकिन अगर उनकी पत्नी का निधन हो जाता है या उनके बच्चों के साथ संबंध तनावपूर्ण हो जाते हैं, तो वे अकेलापन महसूस कर सकते हैं। इस प्रकार, वृद्ध पुरुषों का जीवन भी चुनौतियों से भरा होता है, जिसमें सामाजिक, मानसिक और आर्थिक समस्याएँ शामिल होती हैं, लेकिन उनके अनुभव और समस्याएँ महिलाओं से अलग होती हैं।

पारिवारिक समस्याएं

वृद्ध महिलाएं

पारिवारिक संदर्भ में, वृद्ध महिलाएं अक्सर अपनी वृद्धावस्था में भी देखभाल करने की भूमिका में होती हैं, उनसे अपेक्षा की जाती है कि वे घरेलू कार्यों का प्रबंधन करें और पोते-पोतियों की देखभाल या बीमार पति की देखभाल करें, कभी-कभी बिना किसी सहायता के। देखभाल का यह बोझ उन्हें शारीरिक और भावनात्मक रूप से थका देने वाला होता है परिवार के संदर्भ में, वृद्ध महिलाएं अक्सर उपेक्षा और अनादर का सामना करती हैं। अधिकांश जीवन के दौरान देखभाल करने वाली होने के कारण, जब उन्हें स्वयं देखभाल की आवश्यकता होती है तो वे संघर्ष कर सकती हैं। इसके अतिरिक्त, पारंपरिक अपेक्षाएं कि महिलाओं को आत्मत्यागी होना चाहिए, उन्हें सहायता मांगने या अपने स्वास्थ्य और कल्याण को प्राथमिकता देने से रोकता हैं। विरासत प्रथाओं और संपत्ति के अधिकार भी महत्वपूर्ण मुद्दे हैं। समान विरासत के लिए कानूनी प्रावधानों के बावजूद, सांस्कृतिक प्रथाएं अक्सर महिलाओं को उनके उचित हिस्से से वंचित करती हैं, जिससे वे अपने बेटों पर वित्तीय रूप से निर्भर हो जाती हैं। यह निर्भरता पारिवारिक संबंधों में तनाव पैदा कर सकती है, विशेष रूप से यदि वृद्ध महिला को अपने बच्चों से समर्थन या सम्मान की कमी का अनुभव होता है। वे महिलाएं जो अपने बेटों के साथ रहती हैं, अक्सर अपनी बहुओं के साथ तालमेल बिठाने में मुश्किलों का सामना करती हैं। इससे परिवार में तनाव और मनमुटाव पैदा हो सकता है।

वृद्ध पुरुष

भारतीय परिवारों में वृद्ध पुरुषों को अक्सर घर के मुखिया के रूप में देखा जाता है, जिनका परिवार पर महत्वपूर्ण प्रभाव होता है। हालांकि, बदलते पारिवारिक ढाँचे और एकल परिवारों के उभरने के साथ, कई वृद्ध पुरुषों की सत्ता और अधिकार में कमी आई है। इस परिवर्तन से वे अक्सर निरर्थकता और अवसाद का अनुभव करने लगते हैं। जैसे-जैसे उनकी शारीरिक क्षमताएं घटती हैं,

वे सम्मान और अधिकार की कमी महसूस कर सकते हैं, जिससे पारिवारिक विवाद उत्पन्न हो सकते हैं, विशेषकर वयस्क बच्चों के साथ जो अधिक जिम्मेदारियां संभाल रहे होते हैं।

सेवानिवृत्ति के बाद, वृद्ध पुरुषों को परिवार में अपनी घटती भूमिका से जुड़ी चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। वे अधिकार और नियंत्रण की हानि से जूझते हैं, जिससे युवा परिवार के सदस्यों के साथ उनके संबंध तनावपूर्ण हो सकते हैं। इसके अलावा, वृद्ध पुरुष घरेलू गतिविधियों या देखभाल में कम शामिल होते हैं, जिससे उनकी पत्नियों पर निर्भरता बढ़ सकती है और उनके भीतर असहायता और निराशा की भावनाएं जन्म ले सकती हैं। इस प्रकार, वृद्ध पुरुष परिवार में अपनी भूमिका को फिर से परिभाषित करने और बदलते समय के साथ तालमेल बिठाने की कोशिश करते हैं। इस प्रक्रिया में, वे नई चुनौतियों और अवसरों का सामना करते हैं, जो उनके मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव डाल सकते हैं।

इन चुनौतियों के बावजूद, यह महत्वपूर्ण है कि परिवार और समाज उनके अनुभवों को समझे और उन्हें सम्मान और समर्थन प्रदान करें, जिससे वे इस बदलाव के साथ बेहतर ढंग से समायोजित हो सकें और अपने जीवन में नई संतोषजनक भूमिकाओं को खोज सकें।

आर्थिक समस्याएं

वृद्ध महिलाएं

भारत में वृद्ध महिलाओं के लिए आर्थिक असुरक्षा एक गंभीर और जटिल चिंता का विषय है, जो उनकी सुरक्षा, सम्मान और जीवन की गुणवत्ता को सीधे प्रभावित करती है। इन महिलाओं में से बहुत सी औपचारिक श्रम शक्ति का हिस्सा नहीं बन पाती हैं, जिसके कारण उन्हें पेंशन और सामाजिक सुरक्षा लाभों का सीमित या कोई भी लाभ नहीं मिल पाता है। बहुत सी महिलाओं के पास अपनी आय या बचत नहीं होती है और वे अपने पति या बच्चों पर निर्भर रहती हैं। विधवाओं की स्थिति विशेष रूप से कमजोर होती है, क्योंकि पति की मृत्यु के बाद वे बिना किसी वित्तीय समर्थन के रह जाती हैं।

जब हम वृद्ध महिलाओं की स्थिति को गहराई से देखते हैं, तो पाते हैं कि वित्तीय स्वतंत्रता की कमी उन्हें उपेक्षा और दुर्व्यवहार का शिकार बनाती है। भले ही संपत्ति अधिकार और उत्तराधिकार कानून कानूनी रूप से समान हों, व्यावहारिक रूप से यह अक्सर महिलाओं के पक्ष में नहीं होता, जिससे कई वृद्ध महिलाएं आर्थिक रूप से पिछड़ी रह जाती हैं। विशेषकर वे महिलाएं जो गृहिणी रही हैं, वे वित्तीय संसाधनों की कमी के कारण अपने परिवार पर निर्भर रहती हैं, जो उन्हें उपेक्षा और दुर्व्यवहार के प्रति अधिक संवेदनशील बनाता है।

वृद्ध महिलाओं के पास विकल्प कम होते हैं। उनकी आर्थिक निर्भरता सीमित औपचारिक शिक्षा और व्यावसायिक प्रशिक्षण तक पहुंच के कारण और भी जटिल हो जाती है। हमारे समाज में बहुत सी बुजुर्ग महिलाएं अनौपचारिक क्षेत्र में काम करती हैं, जिससे उन्हें पेंशन योजनाओं या सामाजिक सुरक्षा लाभों का फायदा नहीं मिल पाता। पारिवारिक सदस्यों पर उनकी आर्थिक निर्भरता अस्थिर हो सकती है, खासकर जब परिवार स्वयं वित्तीय संघर्ष का सामना कर रहा हो।

यहां तक कि जब वृद्ध महिलाओं के पास कुछ वित्तीय संसाधन होते हैं, जैसे बचत या संपत्ति, तो भी वे इन संपत्तियों को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने के ज्ञान या आत्मविश्वास की कमी महसूस

कर सकती हैं। उनके जीवन भर में वित्तीय शिक्षा और निर्णय लेने में लैंगिक पूर्वाग्रह ने इस समस्या को और बढ़ाया है। लंबी जीवन प्रत्याक्षा और विधवा होने की अधिक संभावना के कारण वृद्ध महिलाएं अक्सर अधिक असुरक्षित होती हैं।

एक मार्मिक उदाहरण के रूप में, 70वर्षीय सविता देवी, जिनका जीवन उनके पति के निधन के बाद पूरी तरह से बदल गया। उनकी एकमात्र आय का स्रोत उनके पति की पेंशन थी, जिसे कागज कार्रवाई की जटिलताओं के कारण प्राप्त करने में उन्हें कई महीने लगे। उनके पास न तो पर्याप्त बचत थी और न ही अपने परिवार के सदस्यों से वित्तीय मदद की उम्मीद। इस कठिन समय में, सविता देवी को अपने दैनिक खर्चों के लिए पड़ोसियों पर निर्भर रहना पड़ा।

यह कहानी उन लाखों भारतीय वृद्ध महिलाओं की एक झलक है, जो आर्थिक असुरक्षा के बीच संघर्ष कर रही हैं। वे महिलाएं, जिन्होंने अपना पूरा जीवन अपने परिवार के लिए समर्पित किया, आज वित्तीय निर्भरता और असुरक्षा का सामना कर रही हैं। हमें उनके जीवन में स्थिरता और सम्मान लाने के लिए सामूहिक प्रयास करने होंगे, ताकि वे भी अपने शेष जीवन को गरिमा और सम्मान के साथ जी सकें।

वृद्ध पुरुष

वृद्ध पुरुषों की आर्थिक सुरक्षा पर अक्सर यह धारणा बनाई जाती है कि वे वृद्ध महिलाओं की तुलना में बेहतर स्थिति में होते हैं। हालांकि, वास्तविकता में, सेवानिवृत्ति के बाद वे भी गंभीर वित्तीय चुनौतियों का सामना करते हैं। पेंशन प्रणालियों की अपर्याप्तता और बचत की कमी उनके लिए वित्तीय तनाव का कारण बन सकती हैं। जिन पुरुषों ने जीवनभर अपने परिवार का भरण-पोषण किया होता है, उनके लिए सेवानिवृत्ति के बाद कम आय और अपने बच्चों पर वित्तीय निर्भरता एक कठिन समस्या बन सकती है। चिकित्सा खर्च और जीवनयापन की बढ़ती लागत उनके वित्तीय संसाधनों पर अतिरिक्त दबाव डालते हैं।

भारत में, वृद्ध पुरुषों के औपचारिक कार्यबल में अधिक भागीदारी के कारण उनके पास पेंशन और बचत तक अधिक पहुंच हो सकती है। हालांकि, यह स्थिति आर्थिक चुनौतियों से मुक्त नहीं है। जीवन यापन की बढ़ती लागत और स्वास्थ्य देखभाल खर्च उनके वित्तीय संसाधनों पर अतिरिक्त दबाव डालते हैं। इसके अलावा, संयुक्त परिवार से एकल परिवार में बच्चों से आर्थिक समर्थन की उम्मीद कम हो रही है, जिससे कई वृद्ध पुरुष आर्थिक रूप से असुरक्षित हो रहे हैं।

वृद्ध व्यक्तियों के लिए रोजगार के अवसर सीमित होते हैं, और जो उपलब्ध होते हैं, वे अक्सर अनौपचारिक और कम वेतन वाले होते हैं। वृद्ध पुरुष, अपने अनुभव और कौशल के साथ, सलाहकार या अंशकालिक भूमिकाओं में कुछ अवसर पा सकते हैं, लेकिन ये अवसर भी काफी सीमित होते हैं और हमेशा पर्याप्त नहीं होते। विशेष रूप से उन वृद्ध पुरुषों के लिए जिन्होंने औपचारिक क्षेत्र में काम किया है, पेंशन और सेवानिवृत्ति बचत उनके लिए एक सुरक्षा कवच प्रदान करती है। हालांकि, आर्थिक चुनौतियाँ अभी भी बनी रहती हैं, खासकर उन लोगों के लिए जिन्होंने अनौपचारिक क्षेत्र में काम किया है या जिनकी बचत मुद्रास्फीति या खराब वित्तीय प्रबंधन के कारण क्षीण हो गई है। जब वे अब अपने परिवार के लिए आर्थिक रूप से योगदान नहीं कर पाते हैं, तो वे अपनी पहचान और आत्म-सम्मान का महत्वपूर्ण नुकसान महसूस कर सकते हैं। यदि वे आर्थिक रूप से अपने बच्चों पर निर्भर हो जाते हैं, तो यह पारिवारिक संबंधों को तनावपूर्ण बना सकता है और उनकी स्वतंत्रता की भावना को कम कर सकता है।

मिसाल के तौर पर, 75वर्षीय रामेश्वर शर्मा, जो अपने समय में एक सफल सरकारी अधिकारी थे, अब अपनी पेंशन के बावजूद चिकित्सा खर्च और बढ़ती महंगाई से जूझ रहे हैं। वे बताते हैं, “जब मैं काम कर रहा था, तब भी मैंने सोचा था कि पेंशन मेरी सभी जरूरतों को पूरा कर लेगी। लेकिन आज, दवाइयों और डॉक्टरों की फीस के बीच, पेंशन का अधिकांश हिस्सा खर्च हो जाता है।”

एक और उदाहरण है, 68वर्षीय श्यामलाल वर्मा, जिन्होंने अपने जीवन का अधिकांश समय एक अनौपचारिक मजदूर के रूप में काम किया। उनकी बचत मुद्रास्फीति की मार झेल नहीं पाई और अब वे अपने बच्चों पर निर्भर हैं। श्यामलाल कहते हैं, “मुझे हमेशा अपने परिवार का सहारा बनने की खुशी थी, लेकिन अब, जब मैं अपने बच्चों पर निर्भर हूँ, तो आत्मसम्मान को ठेस पहुँचती है।”

इन कहानियों से स्पष्ट होता है कि वृद्ध पुरुषों की आर्थिक चुनौतियाँ गहरी और बहुआयामी हैं। इन चुनौतियों का समाधान एक व्यापक दृष्टिकोण और सामाजिक समर्थन के माध्यम से ही संभव है। हमें उनकी इन चुनौतियों को समझने और उनके लिए एक सहायक और सम्मानजनक वातावरण बनाने की आवश्यकता है, ताकि वे अपने जीवन के इस महत्वपूर्ण पड़ाव को गरिमा और सुरक्षा के साथ जी सकें।

मानसिक समस्याएँ

वृद्ध महिलाएं

वृद्ध महिलाओं में मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ एक गहरा और अक्सर अनदेखा किया जाने वाला मुद्दा है। सामाजिक अलगाव, आर्थिक निर्भरता, और पारिवारिक उपेक्षा की वजह से वृद्ध महिलाएं अवसाद, चिंता और बेकारपन की भावनाओं से ग्रस्त हो जाती हैं। मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े सांस्कृतिक वर्जनाओं के चलते, कई महिलाएं अपनी समस्याओं को व्यक्त नहीं कर पातीं और उचित सहायता प्राप्त नहीं कर पातीं। विधवा हो जाने के बाद, समाज में अपनी पहचान खोने के कारण, उनकी मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ और भी बढ़ जाती हैं।

मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की कमी और मानसिक बीमारियों से जुड़ी कलंकित मानसिकता स्थिति को और जटिल बनाती है, जिससे बुजुर्ग महिलाएं मदद लेने से हिचकिचाती हैं। वृद्धावस्था में पुरानी बीमारियों और वित्तीय असुरक्षाओं का प्रभाव महिलाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। अध्ययन बताते हैं कि वृद्ध महिलाओं में अवसाद और चिंता अधिक होती है, विशेष रूप से उनके सामाजिक और आर्थिक कमजोरियों के कारण। संज्ञानात्मक गिरावट, जैसे डिमेंशिया और अल्जाइमर, वृद्ध पुरुषों और महिलाओं दोनों को प्रभावित करती हैं, लेकिन वृद्ध महिलाओं में इनका जोखिम अधिक होता है क्योंकि उनकी जीवन प्रत्याशा अधिक होती है। संज्ञानात्मक गिरावट वाले व्यक्तियों की देखभाल अक्सर परिवार के सदस्यों पर निर्भर होती है, और पेशेवर देखभाल सेवाओं की कमी इस बोझ को और बढ़ा देती है। इस कारण वृद्ध पुरुषों और महिलाओं दोनों को पर्याप्त देखभाल प्राप्त करने और अपने जीवन की गुणवत्ता बनाए रखने में कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है।

भारत में वृद्धों के लिए मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की पहुंच सीमित है। मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जुड़े कलंक और जागरूकता की कमी स्थिति को और जटिल बनाते हैं, विशेष रूप से ग्रामीण क्षेत्रों में। वृद्ध महिलाएं विशेष रूप से मानसिक स्वास्थ्य देखभाल तक पहुंच में अधिक बाधाओं का सामना करती हैं क्योंकि उनकी सामाजिक स्थिति और वित्तीय निर्भरता कम होती।

वृद्ध महिलाओं में मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ अक्सर पहचानी नहीं जाती हैं और उनका इलाज नहीं होता है। सामाजिक अलगाव, आर्थिक निर्भरता और निरंतर देखभाल की जिम्मेदारियाँ उच्च स्तर के तनाव, चिंता और अवसाद में योगदान करती हैं। मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जुड़ी सामाजिक कलंक महिलाओं को सहायता प्राप्त करने से रोक सकता है, और जब वे मदद मांगती भी हैं, तब भी मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुंच सीमित हो सकती है, विशेष रूप से ग्रामीण क्षेत्रों में। इसके अलावा, बुजुर्ग महिलाएँ शारीरिक लक्षणों से भी पीड़ित हो सकती हैं, जैसे कि पुराना दर्द या थकान, जो अंतर्निहित मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के लक्षण हो सकते हैं। मानसिक स्वास्थ्य देखभाल में जागरूकता और लैंगिक संवेदनशील दृष्टिकोण की कमी इन समस्याओं को और बढ़ा देती है।

इन सभी चुनौतियों का समाधान करने के लिए समुदाय-आधारित मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों और प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल के साथ मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के एकीकरण की आवश्यकता है। इसके साथ ही, मानसिक स्वास्थ्य देखभाल में जागरूकता और लैंगिक संवेदनशील दृष्टिकोण अपनाना आवश्यक है ताकि वृद्ध महिलाएं अपनी मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के लिए सहायता प्राप्त कर सकें और अपने जीवन की गुणवत्ता में सुधार कर सकें। वृद्ध महिलाओं की मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं को हल करने के लिए हमें एक समग्र दृष्टिकोण अपनाना होगा, जिसमें उनकी सामाजिक, आर्थिक और पारिवारिक परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए समर्थन और सेवाएं प्रदान की जाएं। केवल तभी हम उनके मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने और उन्हें एक स्वस्थ और सम्मानजनक जीवन जीने में मदद कर सकते हैं।

वृद्ध पुरुष

वृद्ध पुरुष भी मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जूझते हैं, लेकिन वे अपनी कमजोरियों को व्यक्त करने में हिचकिचाहट महसूस करते हैं। सेवानिवृत्ति के बाद अवसाद और चिंता जैसे मुद्दे आम हैं, ये समस्याएं अक्सर सेवानिवृत्ति, सामाजिक स्थिति की हानि और शारीरिक स्वास्थ्य समस्याओं से उत्पन्न होती हैं। खासकर जब वे अपनी सामाजिक और पेशेवर पहचान खो देते हैं। सेवानिवृत्ति के बाद जीवन में नया उद्देश्य ढूँढ़ना और अपने पुराने जीवन के प्रति संतोष की भावना बनाए रखना एक चुनौती बन जाती है। पारिवारिक मुखिया के रूप में अपनी भूमिका बनाए रखने का दबाव और देखभाल करने की भूमिका का उलट होना भी तनाव और मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन सकता है।

परिवार और समाज में उनकी बदलती भूमिका के कारण वृद्ध पुरुष अक्सर मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करते हैं। सामाजिक अपेक्षाएँ और सांस्कृतिक मानदंड उन्हें सहनशीलता और आत्मनिर्भरता की ओर धकेलते हैं, जिससे वे अपनी समस्याओं के बारे में बात करने से बचते हैं। सामाजिक स्थिति और उद्देश्य की हानि के कारण उनमें अवसाद और बेकारपन की भावना प्रचलित होती है। मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की कमी और सामाजिक वर्जना इस समस्या को और जटिल बना देती है।

वृद्ध आबादी के लिए मानसिक स्वास्थ्य संसाधनों की कमी एक महत्वपूर्ण बाधा है। मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से जुड़े कलंक और जागरूकता की कमी स्थिति को और अधिक विकट बनाती है। संज्ञानात्मक गिरावट, जिसमें डिमेंशिया और अल्जाइमर जैसी स्थितियां शामिल हैं, वृद्ध पुरुषों को प्रभावित करती हैं। संज्ञानात्मक गिरावट वाले वृद्ध पुरुषों को पर्याप्त देखभाल प्राप्त करने और अपने जीवन की गुणवत्ता बनाए रखने में चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। अकेलापन और अवसाद

से निपटने के लिए शराब सहित मादक पदार्थों का दुरुपयोग बुजुर्ग पुरुषों के लिए एक सामना करने का तंत्र हो सकता है। यह समस्या अक्सर सामाजिक समर्थन की कमी और मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तक अपर्याप्त पहुंच से जटिल हो जाती है। इसके अलावा, बुजुर्ग पुरुष अपनी स्वास्थ्य समस्याओं और परिवार पर बोझ बनने के डर से भी चिंता का अनुभव कर सकते हैं।

इन मुद्दों को प्रभावी ढंग से संबोधित करने के लिए समुदाय-आधारित मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों और प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल के साथ मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के एकीकरण की आवश्यकता है। वृद्ध पुरुषों की मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं को अधिक गहराई से समझने और उन्हें सहानुभूतिपूर्वक संबोधित करने की आवश्यकता है। समाज को उनके मानसिक स्वास्थ्य की महत्ता को पहचानकर उन्हें समर्थन देने के लिए प्रेरित करना चाहिए, ताकि वे अपनी वृद्धावस्था में सम्मान और सुकून के साथ जीवन जी सकें।

निष्कर्ष

भारतीय समाज में वृद्धजनों की सामाजिक, पारिवारिक, आर्थिक एवं मानसिक समस्याओं का लैंगिक आधार पर एक तुलनात्मक अध्ययन का निष्कर्ष इस प्रकार है:

भारत में वृद्ध पुरुषों और महिलाओं के अनुभवों में अंतर और समानताओं को समझना न केवल अकादमिक अध्ययन के लिए, बल्कि प्रभावी नीतियों और कार्यक्रमों के निर्माण के लिए भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। दोनों समूहों को अपने जीवन की संध्या में अनेक महत्वपूर्ण चुनौतियों का सामना करना पड़ता है, लेकिन उनके अनुभव उनके लिंग-विशिष्ट कारकों, सामाजिक भूमिकाओं और सांस्कृतिक अपेक्षाओं द्वारा भी प्रभावित होते हैं।

वृद्ध महिलाएं, जिनका अधिकांश जीवन पारिवारिक और घरेलू भूमिकाओं में बीता होता है, अक्सर आर्थिक रूप से निर्भर होती हैं। उन्हें विधवापन, सामाजिक अलगाव और कभी-कभी परिवार द्वारा उपेक्षा जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इसके विपरीत, वृद्ध पुरुष, जिनका जीवन मुख्य रूप से परिवार के आर्थिक स्तंभ के रूप में गुजरा होता है, सेवानिवृत्ति के बाद पहचान और उद्देश्य की कमी महसूस कर सकते हैं। वे अक्सर अपने जीवनसाथी के निधन के बाद अकेलापन और भावनात्मक अस्थिरता का सामना करते हैं।

मानसिक स्वास्थ्य के संदर्भ में, वृद्ध महिलाओं को अवसाद और चिंता जैसी समस्याओं का अधिक सामना करना पड़ता है, जो उनके सामाजिक और आर्थिक निर्भरता के कारण होती है। वृद्ध पुरुषों में मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं भी आम हैं, लेकिन वे अपनी भावनाओं को व्यक्त करने में अधिक संकोच करते हैं, जिससे उनकी समस्याएं और बढ़ जाती हैं।

सामाजिक दृष्टिकोण से, वृद्ध महिलाएं और पुरुष दोनों ही पारिवारिक समर्थन की कमी का सामना करते हैं। हालांकि, पारिवारिक और सामाजिक संरचनाओं में आए बदलावों के कारण, वृद्ध महिलाएं अक्सर अधिक सामाजिक अलगाव का सामना करती हैं। वहीं, वृद्ध पुरुष पारिवारिक संबंधों में बदलाव के कारण खुद को अकेला और परित्यक्त महसूस कर सकते हैं।

इन समस्याओं का समाधान करने के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण की आवश्यकता है, जो बुढ़ापे के सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और मानसिक स्वास्थ्य आयामों को ध्यान में रखता हो। इसमें सामाजिक

सुरक्षा प्रणालियों को सुधारना, आर्थिक सुरक्षा प्रदान करना, और मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की पहुँच बढ़ाना शामिल है। इसके साथ ही, परिवार और समुदाय के समर्थन को मजबूत करना भी आवश्यक है।

निष्कर्षतः भारतीय समाज में वृद्ध पुरुषों और महिलाओं द्वारा सामना की जाने वाली सामाजिक, पारिवारिक, आर्थिक और मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं में स्पष्ट अंतर होते हुए भी महत्वपूर्ण समानताएं भी हैं। इन मुद्दों का समाधान करने के लिए बहुआयामी दृष्टिकोण की आवश्यकता है, जिसमें सामाजिक समर्थन प्रणालियों को मजबूत करना, आर्थिक सुरक्षा में सुधार करना और मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुँच को बढ़ाना शामिल है। नीति निर्माताओं को वृद्ध पुरुषों और महिलाओं दोनों की अनूठी चुनौतियों पर विचार करना चाहिए, ताकि वृद्धावस्था जनसंख्या के लिए एक समावेशी और समर्थनकारी वातावरण बनाया जा सके।

संदर्भ

1. Government of India, Ministry of Statistics and Programme Implementation. (2016). Elderly in India. Retrieved from mospi.nic.in
2. HelpAge India. (2020). Elder Abuse in India Report. Retrieved from [helpageindia.org](https://www.helpageindia.org)
3. International Institute for Population Sciences (IIPS). (2017). National Family Health Survey (NFHS-4), 2015-16: India. Mumbai: IIPS.
4. Jeyalakshmi, S., Chakrabarti, S., & Gupta, N. (2011). Situational Analysis of the Elderly in India, 2011. Central Statistics Office, Ministry of Statistics and Programme Implementation, Government of India.
5. Kapur, D., & Prasad, C. B. (2019). Ageing in India: Some Key Issues. *Indian Journal of Gerontology*, 33(2), Pg. **234-245**.
6. National Sample Survey Organisation (NSSO). (2016). Key Indicators of Social Consumption in India: Health. NSS 71st Round (January - June 2014). Ministry of Statistics and Programme Implementation, Government of India.
7. Rajan, S. I., & Kumar, S. (2003). Living Arrangements among Indian Elderly: New Evidence from National Family Health Survey. *Economic and Political Weekly*, 38(1), Pg. **75-80**.
8. Sengupta, M., & Agree, E. M. (2003). Gender and Disability among Older Adults in North and South India: Differences Associated with Coresidence and Marriage. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 18, Pg. **79-98**.
9. Sharma, R., & Dubey, A. (2021). Gender Differences in Health and Healthcare among Older Adults in India. *Journal of Population Ageing*, 14, Pg. **103-120**.
10. United Nations Population Fund (UNFPA) & HelpAge International. (2012). Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and a Challenge. New York: UNFPA.

11. Verma, R., & Khanna, P. (2013). National Program of Health-Care for the Elderly in India: A Hope for Healthy Ageing. *International Journal of Preventive Medicine*, 4(10), Pg. **1103-1107**.
12. World Health Organization (WHO). (2015). *World Report on Ageing and Health*. Geneva: WHO.
13. Yadav, S., & Singh, P. (2016). Mental Health Status and Associated Factors among Elderly in Rural Northern India: A Cross-Sectional Study. *Journal of Geriatric Mental Health*, 3(2), Pg. **116-122**.
14. Bisht, R., & Banerjee, A. (2020). Economic and Social Security Issues of Elderly Women in India: Insights from NFHS-4 Data. *Journal of Social and Economic Development*, 22(3), Pg. **436-455**.
15. Dey, A. B., & Chatterjee, M. (2017). Elderly Care in India: Challenges and Opportunities. *The Journal of the Association of Physicians of India*, 65, Pg. **14-18**.
16. Kumar, V., & Anand, A. (2021). Elderly Population in India: Economic, Social, and Health Concerns. *Economic and Political Weekly*, 56(13), Pg. **34-41**.
17. Maharaj, P., & Girard, F. (2017). Aging in Sub-Saharan Africa and India: Common Challenges and Responses. *Journal of Aging & Social Policy*, 29(2), Pg. **151-163**.
18. Singh, A., & Ladusingh, L. (2017). Gender Differential in the Impact of Multimorbidity on Self-Rated Health among Elderly in India: A Latent Class Analysis. *BMC Geriatrics*, 17, Pg. **39**.
19. Thakur, R. P., & Banerjee, A. (2020). Gender and Health Inequities among Elderly in India: A Pathway of Influences. *Journal of Family and Community Medicine*, 27(1), Pg. **29-35**.
20. Vijayakumar, L. (2015). Suicide in Women. *Indian Journal of Psychiatry*, 57(2), Pg. **233-238**.