



संयुक्त और एकल परिवारों में मनोसामाजिक स्वास्थ्य: एक तुलनात्मक विश्लेषण

KM. Pratima*, Dr. Suman Audichya**

Research Scholar Human Development and Family Studies, M.P.U.A.T., Udaipur, 313001,
(Rajasthan), India

Professor and Head, Human Development and Family Studies, M.P.U.A.T., Udaipur, 313001
(Rajasthan), India

Corresponding author- KM. Pratima, Research Scholar Human Development and Family
Studies, M.P.U.A.T., Udaipur, (Rajasthan), India

Email: pandeypratima344@gmail.com

परिवार व्यक्ति के जीवन की पहली पाठशाला होता है, जहाँ वह भावनात्मक जुड़ाव, सहयोग और सामाजिक कौशल सीखता है। भारत में परंपरागत रूप से संयुक्त परिवारों का चलन रहा है, लेकिन समय के साथ एकल परिवारों की संख्या तेजी से बढ़ी है। दोनों प्रकार की पारिवारिक व्यवस्थाएँ मनोसामाजिक स्वास्थ्य को अलग-अलग रूपों में प्रभावित करती हैं।

यह लेख संयुक्त और एकल परिवारों में मनोसामाजिक स्वास्थ्य के पहलुओं का तुलनात्मक विश्लेषण करता है।

संयुक्त परिवार में मनोसामाजिक स्वास्थ्य

संयुक्त परिवारों में सामान्यतः तीन या अधिक पीढ़ियाँ एक साथ रहती हैं। इस व्यवस्था में भावनात्मक, सामाजिक और आर्थिक समर्थन की भावना गहरी होती है।

सकारात्मक पक्ष:

- परिवार के सदस्यों के बीच सहयोग और समर्थन अधिक होता है, जिससे मानसिक तनाव कम होता है।
- जीवन के अनुभव और पारंपरिक मूल्य नई पीढ़ी को हस्तांतरित होते हैं।

- आपसी रिश्तों से भावनात्मक मजबूती मिलती है।

नकारात्मक पक्ष:

- स्वतंत्रता की कमी और पीढ़ियों के मतभेद से टकराव की संभावना बढ़ जाती है।
- हर निर्णय में सामूहिक सहमति आवश्यक होने के कारण व्यक्तिगत इच्छाएँ दब सकती हैं।
- व्यक्तिगत गोपनीयता में बाधा उत्पन्न हो सकती है।

एकल परिवार में मनोसामाजिक स्वास्थ्य

एकल परिवारों में माता-पिता और बच्चे सीमित सदस्य होते हैं, जिससे स्वतंत्रता अधिक होती है और निजी निर्णयों में बाधा कम आती है।

सकारात्मक पक्ष:

- व्यक्ति को स्वतंत्रता और आत्मनिर्भरता मिलती
- सीमित सदस्य होने के कारण आपसी विवादों संभावना कम होती है।
- जीवनशैली को अपनी इच्छानुसार ढालने की स्वतंत्रता होती है।



है।
की

नकारात्मक पक्ष:

- भावनात्मक सहयोग की कमी हो सकती है, विशेषकर संकट के समय।
- बच्चों को सामाजिकता और विविध दृष्टिकोणों से सीखने के अवसर सीमित हो सकते हैं।
- अकेलापन और सामाजिक अलगाव की संभावना अधिक रहती है।

निष्कर्ष

संयुक्त और एकल दोनों प्रकार के परिवारों में मनोसामाजिक स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए कुछ विशेष प्रयास आवश्यक होते हैं।



संयुक्त परिवार में पारंपरिक मूल्यों और सहयोग की शक्ति होती है, लेकिन स्वतंत्रता और निजता का अभाव तनाव पैदा कर सकता है। दूसरी ओर, एकल परिवारों में स्वतंत्रता और निजता तो अधिक होती है, लेकिन भावनात्मक समर्थन और सामाजिक सुरक्षा सीमित हो सकती है।

इसलिए, यह कहना उचित होगा कि मनोसामाजिक स्वास्थ्य का स्तर पारिवारिक ढाँचे से अधिक इस बात पर निर्भर करता है कि परिवार में आपसी **सम्मान, संवाद, सहानुभूति और सहयोग** कितना मौजूद है।

एक समझदारी भरा और स्नेहपूर्ण माहौल ही मनोसामाजिक रूप से स्वस्थ परिवार की पहचान है।