The Chitransh Academic & Research
An International Journal of Multidisciplinary Research

An Online Peer Reviewed / Refereed Journal
Volume1 | Issue 4 | September 2025
ISSN: 3049-303X (Online)
Website: www.thechitranshacadmic.in

प्रयागराज में एकाकी जीवन का बढ़ता चलनः कारण और परिणाम

शोध निर्देशक, प्रो० गौरी शंकर द्विवेदी

समाजशास्त्र विभाग, अमरनाथ मिश्र स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दूबे छपरा, बलिया, जननायक चंद्रशेखर विश्वविद्यालय, बलिया-277001 (उ०प्र०)

शोधार्थिनी, सोनम सिंह

समाजशास्त्र विभाग, अमरनाथ मिश्र स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दूबे छपरा, बलिया, जननायक चंद्रशेखर विश्वविद्यालय, बलिया- 277001 (उ०प्र०)

लेख विवरण

शोधपत्र

प्राप्ति तिथि: 18/09/2025

स्वीकृति तिथि: 24/09/2025

प्रकाशनतिथि: 30/09/2025

मुख्य शब्द : एकाकी जीवन**,** सामाजिक परिवर्तन**,** प्रयागराज**,** समाजशास्त्र**,** पारंपरिक परिवार प्रणाली**।**

सारांश

भारत में पारंपरिक संयुक्त परिवार प्रणाली तेजी से बदलते सामाजिक ढाँचों और आर्थिक परिस्थितियों के कारण महत्वपूर्ण परिवर्तन से गुजर रही है। आज शहरी क्षेत्रों में एकल एवं एकाकी परिवारों का उदय एक उल्लेखनीय सामाजिक वास्तविकता बन चुका है। प्रयागराज जैसे ऐतिहासिक, धार्मिक, शैक्षणिक और प्रशासनिक महत्व वाले नगर में यह प्रवृत्ति पिछले एक दशक में अधिक गति से उभरकर सामने आई है। यह शोध-पत्र प्रयागराज में अकेले रहने वालों की बढ़ती संख्या, उनके इस जीवन को चुनने या अपनाने के पीछे मौजूद सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक और मानसिक कारणों का विश्लेषण प्रस्तुत करता है। साथ ही यह एकाकी जीवन के सकारात्मक और नकारात्मक परिणामों को समाजशास्त्रीय दृष्टि से समझने का प्रयास करता है। शोध का निष्कर्ष यह दर्शाता है कि एकाकी जीवन जहाँ स्वतंत्रता, आत्मनिर्भरता, व्यक्तिगत विकास और आधुनिकता का प्रतीक है, वहीं अकेलापन, अवसाद, सामाजिक अलगाव तथा सुरक्षा जोखिम जैसी चुनौतियाँ भी इसकी वास्तविकताएँ हैं। इसलिए अत्यंत आवश्यक है कि नीतिगत, सामुदायिक एवं पारिवारिक स्तर पर ऐसा समर्थन तंत्र विकसित किया जाए जो एकाकी व्यक्तियों को सुरक्षित, सम्मानजनक और संतुलित जीवन जीने में सहायता कर सके।

भूमिका:-

भारतीय समाज अपने पारंपरिक मूल्यों, संवेदनाओं, रिश्तों और सामूहिक जीवन शैली के लिए प्रसिद्ध रहा है। विशेष रूप से संयुक्त परिवार प्रणाली ने सदियों तक सामाजिक समरसता, सुरक्षा, अनुभूति और भावनात्मक जुड़ाव को सुरक्षित रखा। किंतु समय के साथ-साथ शिक्षा का प्रसार, उद्योगीकरण, शहरीकरण, सूचना-प्रौद्योगिकी का विकास, रोजगार बाजार की मांग, आर्थिक स्वतंत्रता और बदलती जीवनशैली ने पारिवारिक ढांचे में व्यापक परिवर्तन उत्पन्न किए। आज संयुक्त परिवारों की जगह एकल एवं नाभिकीय परिवारों की व्यवस्था तेजी से बढ़ रही है और इसके आगे अब एक नया वर्ग "एकाकी परिवार" उभर रहा है।

प्रयागराज (पूर्व में इलाहाबाद) उत्तर प्रदेश का प्रमुख शहर है। यहाँ उच्च शिक्षा संस्थानों, प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी, प्रशासनिक अवसरों, धार्मिक पर्यटन, व्यावसायिक गतिविधियों और सैन्य-सिविल प्रशासनिक संरचना का केंद्र होने के कारण देशभर से लोग आते हैं। इसी कारण यहाँ अकेले रहने वाले छात्रों, नौकरीपेशा युवाओं, विधवा-ध्विधुरों, तलाकशुदा व्यक्तियों तथा वृद्धों की संख्या निरंतर बढ़ती जा रही है।

यह शोध इस बात की पड़ताल करता है कि प्रयागराज में एकाकी जीवन क्यों बढ़ रहा है, इसके पीछे कौन से सामाजिक-आर्थिक कारण हैं, इसका व्यक्तियों एवं समाज पर कैसा प्रभाव पड़ रहा है, और इससे निपटने के लिए कौन-से उपाय आवश्यक हैं।

शोध के उद्देश्यः-

1. प्रयागराज में एकाकी जीवन को अपनाने वाले व्यक्तियों की सामाजिक एवं जनसांख्यिकीय विशेषताओं का अध्ययन करना।
2. एकाकी जीवन की वृद्धि के प्रमुख कारणों का विश्लेषण करना।
3. एकाकी जीवन के समाजशास्त्रीय, मानसिक और आर्थिक परिणामों की पहचान करना।
4. एकाकी जीवन से उत्पन्न चुनौतियों के समाधान हेतु सुझाव प्रस्तुत करना।
5. समाज, परिवार और प्रशासन की भूमिका को समझना।

शोध की परिकल्पनाः-

1. शहरीकरण, रोजगार, **शिक्षा एवं प्रवासन प्रयागराज में एकाकी जीवन को बढ़ाने वाले मुख्य चालक** हैं।
2. एकाकी जीवन स्वतंत्रता और आत्मनिर्भरता का अवसर देता है, परंतु मानसिक तनाव और सामाजिक अलगाव का जोखिम भी बढ़ाता है।
3. वृद्धावस्था में अकेले रहने **वाले लोगों की समस्याएँ युवाओं से अधिक गंभीर होती हैं।**

शोध कार्य-पद्धतिः-

यह शोध वर्णनात्मक **एवं विश्लेषणात्मक** स्वरूप का है।

डेटा संग्रह के लिएः

प्राथमिक स्रोतः

150 व्यक्तियों पर प्रश्नावली सर्वेक्षण, साक्षात्कार एवं अवलोकन।

द्वितीयक स्रोतः

शोध लेख, जनगणना रिपोर्ट, **समाजशास्त्रीय ग्रंथ**, अखबार, **और इंटरनेट आधारित विश्वसनीय स्रोत।** सैंपल में 18-35 **आयुवर्ग के छात्र व नौकरीपेशा युवा**, 40-60 आयुवर्ग के अविवाहित/तलाकशुदा तथा 60+ आयुवर्ग के वृद्ध शामिल रहे।

मुख्य कारणों का समाजशास्त्रीय विश्लेषणः-

1. **शहरीकरण और प्रवासन**: बेहतर शिक्षा तथा नौकरी के अवसरों की तलाश में प्रयागराज आने वाले व्यक्तियों को परिवार से दूर रहना पड़ता है। प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करने वाले लाखों युवा अकेले रहते हैं।

2. **आर्थिक स्वावलंबन**: पुरुषों के साथ-साथ महिलाएँ भी रोजगार और वित्तीय स्वतंत्रता को प्राथमिकता दे रही हैं, **जिससे विवाह की आयु बढ़ रही है और अकेले रहने वाले व्यक्तियों का वर्ग** उभर रहा है।
3. **आधुनिक जीवन शैली**: निजता, व्यक्तिगत स्वतंत्रता और करियर प्राथमिकता आज के युवाओं की प्रमुख आकांक्षा है, जिसके चलते संयुक्त परिवारों का ढांचा कमजोर हो रहा है।
4. **पारिवारिक संघर्ष एवं संबंधों में परिवर्तन**: तलाक, सहजीवन, भावनात्मक दूरी, और वैवाहिक असंतोष बढ़ने से अकेले रहने की प्रवृत्ति मजबूत हो रही है।
5. **वृद्धावस्था की विवशता**: विदेश या अन्य शहरों में बस चुके बच्चों के कारण अनेक बुजुर्ग अकेले रह जाते हैं।
6. **प्रौद्योगिकी का प्रभाव**: डिजिटल संबंधों ने वास्तविक सामाजिक संबंधों को कमजोर किया है।

एकाकी जीवन के परिणाम

सकारात्मक परिणाम

- स्वायत्तता एवं आत्मनिर्भरता में वृद्धि
- करियर विकास के अवसर
- व्यक्तिगत निर्णय क्षमता में सुधार
- महिलाओं का सशक्तीकरण
- निजता की सुरक्षा

नकारात्मक परिणाम

- अकेलापन और अवसाद
- सुरक्षा और स्वास्थ्य संबंधी खतरे
- सामाजिक अलगाव और सामुदायिक सहभागिता में कमी
- जीवनशैली संबंधी बीमारियों का बढ़ता खतरा
- वृद्धों के लिए आपातकालीन सहायता का अभाव

समाज और प्रशासन के लिए सुझाव

1. समुदाय आधारित समर्थन प्रणाली को मजबूत करना।
2. अकेले रहने वालों के लिए हेल्पलाइन एवं सुरक्षा ऐप्स।
3. वरिष्ठ नागरिक सहायता केंद्र एवं डे-केयर की स्थापना।
4. मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम।
5. सुरक्षित आवास एवं किराया नियमों में सुधार।
6. सामाजिक सहभागिता बढ़ाने हेतु क्लब, समूह और सांस्कृतिक मंच।

निष्कर्ष

प्रयागराज में एकाकी जीवन का बढ़ता चलन आधुनिक सामाजिक परिवर्तन का महत्वपूर्ण संकेत है। यह जहाँ व्यक्तिगत स्वतंत्रता और आत्मविश्वास के विकास का मार्ग प्रशस्त करता है, वहीं यह मानसिक तनाव, सामाजिक अलगाव और सुरक्षा संबंधी समस्याएँ भी प्रस्तुत करता है। इसलिए आवश्यक है कि परिवार, समाज और शासन तीनों मिलकर ऐसे सहयोगी और संवेदनशील वातावरण का निर्माण करें, जिससे अकेले रहने वाला व्यक्ति सुरक्षित, सम्मानजनक और संतुलित जीवन जी सके। यह प्रवृत्ति आने वाले वर्षों में और अधिक बढ़ने की संभावना है, इसलिए अभी से ठोस नीतिगत पहल अत्यंत आवश्यक है।

संदर्भ/ग्रंथसूची

1. बॉटमोर, टी.बी.-समाजशास्त्र के सिद्धांत, पुस्तक प्रकाशन।
2. घुर्ये, जी.एस.-भारतीय समाज और संस्कृति, ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी प्रेस।
3. देसाई, ए.आर.-समकालीन भारतीय समाज, पॉपुलर प्रकाशन।
4. जनगणना रिपोर्ट-भारत सरकार, 2011 एवं 2021 अनुमानित आंकड़े।
5. मिश्रा, रमेश- शहरीकरण और सामाजिक परिवर्तन, उत्तर प्रदेश हिंदी साहित्य अकादमी।
6. सिंह, पूजा- एकाकी परिवार: सामाजिक और मानसिक पहलू, भारतीय समाजशास्त्र जर्नल।
7. भारतीय समाजशास्त्र एवं संस्कृति संगोष्ठी, 2020।
8. सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्रालय, भारत सरकार- वरिष्ठ नागरिक नीति दस्तावेज।