BIHAR SHODH SAMAAGAM
Multidisciplinary, Multi-Lingual, Peer Reviewed Open Access Journal
issn : 3048-6971
Vol. 3, Issue 1, January-March 2025
Available online : https://www.biharshodhsamaagam.com/

चिंता मनोविकार का एक प्रमुख कारक : बेरोजगारी

दामिनी कुमारी

शोधार्थी पी एच. डी (स्नातकोत्तर मनोविज्ञान विभाग)तिलकामंझी भागलपुर विश्वविघालय,भागलपुर

डॉ सांत्वना कुमारी

सहायक प्राचार्या, मनोविज्ञान विभाग सुन्दरवती महिला महाविघालय,भागलपुर

सार

बेरोजगारी सिर्फ आय का नुकसान नहीं है बल्कि यह एक महत्वपूर्ण जीवन घटना है जो न केवल वित्तीय स्थिरता ही नहींबल्कि भावनात्मक और मानसिक स्वास्थ्य पर गहरा असर डालती है । नौकरी छूटने का सामना करने वाले लोगों में चिंता सबसे आम संघर्षों में से एक है, क्योंकि आर्थिक की अनिश्चितता और चुनौतियाँ सेहत पर बुरा असर डालती हैं,इससे उत्पन्न होने वाली मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों में से चिंता के बीच के संबंध को समझने से व्यक्तियों को भावनात्मक उथल– पुथल से निपटने और लचीलापन बनाने के तरीके खोजने में मदद मिल सकती है। वहीं चिंता के एक प्रमुख कारणों में बेरोजगारी भी एक है अतः इस अध्ययन में चिंता एंव बेरोजगारी के बीच संबंधों की समीक्षात्मक अध्ययन की चर्चा की गयी।

कुंजी शब्द **–** बेरोजगारी, चिंता, बेरोजगारी एंव चिंता के बीच संबंध ।

परिचय

चिंता विकार मानसिक विकार कि एक श्रेणी है चिंता एक सामान्य मानवीय प्रतिक्रिया है इसकी पहचान अत्यधिक भय , परेशानी, घबराहट के रूप में होती है। यह हमारे मस्तिष्क को किसी तनाव के प्रति प्रतिक्रिया करने तथा संभावित खतरे के प्रति सचेत करने की प्रक्रिया है। हर व्यक्ति अपने जीवन के दिन प्रतिदिनों में चिंता महसूस करता है जैसे – कार्यस्थल पर कोई समस्या आने पर , परीक्षा देने से पहले या महत्वपूर्ण निर्णय लेने से पहले आदि । यह चिंता सामान्य है पर लगातार चिंतित रहना चिंता विकार को जन्म देती है। चिंता मानसिक बिमारीयों का एक समूह है जो निरंतर और अत्यधिक चिंता और भय का कारण बनते है अत्यधिक चिंता व्यक्ति को उसके कार्य, स्कूल, पारिवारिक मेल – मिलाप और अन्य सामाजिक स्तिथियों से दूर कर सकती है।चिंता कई कारणों से उत्पन्न होती है, जसै आर्थिक तंगी, पढाई कि समस्या , पारिवारीक समस्या, प्रेम में – अलगाव , परीक्षा का दवाव आदि । वहीं चिंता के एक प्रमुख कारणों में बेरोजगारी भी सामान्य रूप से देखने को मिल रही है ।

बेरोजगारी एक सार्वभौमिक घटना है जो समाज के लिए अभिशाप के रूप में जानी जाती है इसे आर्थिक प्रक्रिया के नकारात्मक पहलू के रूप में भी जाना जाता है क्योंकि यह पूर्ण काम के बिना रहने की स्थिति है। जिसे अनैच्छिक विफलता के रूप में भी जाना जाता है।बढ़ती आबादी और नौकरी के माँग के कारण भारत में बेरोजगाारी की समस्या बहुत गंभीर होती जा रही है बेरोजगारी का मतलब ऐसे स्थिति से है जिसमें कुशल और योग्य व्यक्ति नौकरी करना चाहते है परन्तु उन्हें उचित नौकरी नहीं मिलती परन्तु बेरोजगारी का मतलब यह नहीं कि केवल उसके पास नौकरी नही है बल्कि बेरोजगारी में वे लोग भी शामिल होते है जो अपनी विशेषज्ञता से अलग क्षेत्र में काम कर रहे है। एक बेरोजगार व्यक्ति वह है जो काम करने की इच्छा और क्षमता के बाबजूद ,किसी निहित कारणों से काम नहीं कर पाता है। वृहद स्तर पर बेरोजगार को कामकाजी उम्र काम की तलाश करने वाली कुल श्रम शक्ति और नियोक्ताओं द्वारा श्रम की कुल मांग के बीच आसामानता के रूप में देखा जाता है। बेरोजगाारी का व्यक्ति के व्यवहार पर ,स्वास्थ्य पर और मानसिक स्थिति पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है बेरोजगार व्यक्ति किसी भी देश के लिए बड़ी समस्या हो सकता है वे पारीवारिक जीवन को भी नष्ट कर देता है क्योंकि यह परिवार को आर्थिक ,सामाजिक और मनोवैज्ञानिक रूप से प्रभावित करता है। हाल के वर्षों में हुई कुछ प्रगति के बाबजूद, कई लोग अभी भी उपयुक्त रोज़गार

@2025 Bihar Shodh Samaagam

पाने के लिए `संघर्ष कर रहे है ,और इस मुद्दे का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है । युवा पीढ़ी के सामने सबसे बड़ी चुनौतियों में एक बेरोजगारी भी है बहुत से लोग बेरोजगारी को पुरे समुदाय को प्रभावित करने वाली आर्थिक समस्या के बजाय व्यक्तिगत विफलता या आलस्य का संकेत मानते हैं। इस तरह का सामाजिक दबाव व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचा सकता है ,जिससे शर्म,अपर्याप्तता और चिंता की भावनाएँ पैदा हो सकती हैं। व्यक्ति के मन में बहुत सी बातें चलती है खासकर उन व्यक्ति के मन में जो काफी पढ़े लिखे होते है पर वो कोई .काम नहीं कर रहे होते। उनके पास या तो कोई काम नहीं होता या उन्हें वह काम करना पड़ता है जिसके वो लायक नहीं, ऐसे में वे काफी चिंतित हो जाते है। परन्तु घर की जिम्मेदारी और पैसे के अभाव के कारण वो लाचार रहते है और अत्यधिक सोच के कारण कई तरह की शारीरिक, मानसिक समस्या उत्पन्न होने लगती है।

चिंता एंव बेरोजगारी के बीच सबंध

Biswas & Sheikh 2024 ने कोलकाता शहर में रहने वाले 21– 35 वर्ष की आयु के स्नातक युवाओं के बीच एक क्रॉस सेक्शनल अध्ययन किया इसमें कुल 400 उत्तरदाताओं को शामिल किया गया जिसमें 254 बेरोजगाार थे जिसमें आधे युवाओं के पास स्नातक की डिग्री थी और 44. 3% के पास स्नोकोत्तर और 5. 57% (22) के पास एमफिल/पीएचडी की डिग्री थी अतः परिणाम में पाया गया कि बेरोजगार स्नातक युवा अपने कार्यरत समकक्षों की तुलना में चिंता के उच्च स्तर को अधिक प्रदर्शित करते हैं।

Ram ,2023 ने अध्ययन में युवाओं में वर्त्तमान चिंता और अवसाद के स्तर पर रोजगार और बेरोजगारी के प्रभाव की जांच करना था इसमें आकस्मिक उद्देश्पूर्ण नमूनाकरण विधि का उपयोग किया गया और जिसमें पटना जिले के शहरी क्षेत्र के 21 से 30 वर्ष की आयु के 200 युवा शामिल थे ।जिसमें आधे को रोजगार था और आधे बेरोजगार थे ।परिणाम में देखा गया कि बेरोजगारी और चिंता एंव तनाव के बीच साकारात्मक संबंध था, अतः यह निष्कर्ष निकाला गया कि बेरोजगारी चिंता के सतर को बढ़ाती है ।

Ibrahim, 2022 ने एक अध्ययन प्रिंस सत्तम बिन अब्दुलअजीज विश्वविघालय में स्नातक छात्रों की बेरोजगारी चिंता के स्तर को बढ़ाने पर कोविड 19 प्रभाव की खोज की गई इसमें 120 स्नातक छात्रों का चयन किया जिसमें 60 प्रतिभागियों ने अपनी नौकरी खो दी थी लेकिन बाकी के पास नौकरी थी। 107 छात्रों में 56 कार्यरत और 51 बेरोजगार थे ।. जुंग (1971) की चिंता प्रश्नावली का उपयोग किया गया और परिणाम में देखा कि पैरामीट्रिक परिणामों में नियोजित और बेरोजगार समूहों के चिंता स्तर के बीच एक उल्लेखनीय अंतर प्रकट किया। जिसका अर्थ है कि बेरोजगार प्रतिभागियों को कोरोनावायरस 2019 महामारी के दौरान बहुत अधिक चिंता थी ।

Bhat 2020 ने वर्त्तमान अध्ययन कश्मीर के नियोजित और बेरोजगार युवाओं के मानसिक स्वास्थ्य स्तर की जांच के लिए किया था। इसमें एम एच –38 इन्वेंट्री का उपयोग विषयों की मानसिक स्वास्थ स्थिति का मूल्यांकन करने के लिए किया गया था, 200 प्रतिदर्श का उपयोग किया गया जिसमें 100 बेरोजगार थे और 100 को रोजगार प्राप्त था परिणाम में देखा गया कि दोनों समूहों में मानसिक स्वास्थ के पैमाने पर काफी भिन्नता थी और बेरोजगारों में उच्च स्तर की चिंता ,व्यवहारिक /भावनात्मक नियंत्रण की हानि देखी गयी थी। अतः देखा गया कि बेरोजगार युवाओं में मानसिक स्वास्थ्य विकारों का खतरा अधिक पाया जाता है।

Saket, 2017 ने एक अध्ययन रीवा मध्य प्रदेश के बेरोजगार युवाओं के मनोवैज्ञानिक स्वास्थ्य स्तर की जांच के लिए किया गया था। इसमें बेक डिप्रेशन इन्वेंटरी और अन्य मनोवैज्ञानिक उपकरणों का उपयोग किया गया मानसिक स्वास्थ्य स्थिति का मूल्यांकन करने के लिए किया गया इसमें 100 बेरोजगार युवाओं को शामिल किया गया बेरोजगारो ने उच्च स्तर की चिंता ,अवसाद

मनोवैज्ञानिक संकट दिखलाया और जीवन संतुष्टि और मनोवैज्ञानिक कल्याण के निम्न स्तर बतलाए। निष्कर्ष में पाया गया कि बेरोजगार युवाओं में मानसिक स्वास्थ्य को खराब होने का खतरा अधिक होता है।

Kaur ,2020 ने अपने अध्ययन में नयोजित और बेरोजगार व्यक्तियों के बीच चिंता तनाव और अवसाद के बीच संबंधों की जांच की। दिल्ली एनसीआर में 50 नियोजित और 50 बेरोजगार व्यक्तियों के नमूने का विश्लेषण किया गया और परिणाम में पाया गया कि नियोजित और बेरोजगार समूह में तनाव और अवसाद में समान थे लेकिन चिंता के स्तर में उनमें महम्वपूर्ण अंतर देखा गया ।

निष्कर्ष

चिंता विकार को उत्पन्न करने में बेरोजगारी की अहम् भूमिका होती है। बेरोजगारी व्यक्तियों और उनके परिवारों के लिए तनाव का एक महत्वपूर्ण स्त्रोत होता है। स्थिर आय के बिना ,लोगों को भोजन,आवास और स्वास्थ्य सेवा जैसी अपनी बुनियादी जरूरतों को पूरा करने में कठिनाई हो सकती है ।इससे वित्तीय अस्थिरता का चक्र शुरू हो सकता है और मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ,जैसे चिंती, विकार के उत्पन्न हाने की संभावना बढ़ जाती है ।

References :

1. Bhat ,MA (2020) Impact of Unemployment on the Mental Health of Youth in the Kashmir Valley Journal of Psychology and Psychotherapy ,vol .10 Iss.4No:373
2. Biswas,M et al .(2024) Psychological implication of unemployment among higher educated migrant youth in Kolkata City,India scientific Reports14,Article number:10171 2024
3. https://www.nature.com/articles/s41598-024-60958 y#:~:text=conclusion,and%20anxiety%20among%20job%20seekers
4. Ibrahim,A.(2022) Unemployment Anxiety in light of the Coronavirus 2019 Pandemic and its Relationship to Psychological Reassurance among Graduate Student at Prince Sattam Bin Abdulaziz University Education Research International /Volume 2022 ,Issue 1/1919879
5. Kaur,J. (2020) : Anxiety, Stress and depression among employed and unemployed individuals The international of Indian Psychology ISSN 2348- 5396 (online)ISSN:2349-3429 Volume 8 ,Issue 3 , july – sep ,2020.
6. Ram,D (2023) Unemployment :It's Impact on Youths Mental Health.International Journal of Creative Research Thoughts (IJCRT) An international Open Access, Peer-reviewed,Refereed Journal Volume 11,Issue 12 December 2023 |ISSN:2320-2882.
7. Saket ,P (2017)The Impact of Unemployment on Psychological Health International Journal of Scientific Research in Science and Technology 2017 IJSRST |volume 3 | Issue 4 | Print ISSN : 2395-6011|Online ISSN : 2395 – 602X