Gyanshauryam, International Scientific Refereed Research Journal
Available online at : www.gisrrj.com
OPEN ACCESS
© 2024 GISRRJ | Volume 7 | Issue 1 | ISSN : 2582-0095

पूर्वी चम्पारण के ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं में तनाव का अध्ययन

मुकेश कुमार
शोधार्थी, वीर कुँवर सिंह विश्वविद्यालय, मनोविज्ञान विभाग, आरा बिहार।

डॉ॰ संगीता सिन्हा
शोध निर्देशिकाए एसोसिएट प्रोफेसर मनोविज्ञान विभाग, वीर कुँवर सिंह विश्वविद्यालय, आरा, बिहार।

Article Info

Volume 7, Issue 1
Page Number : 76-80
Publication Issue :
January-February-2024

Article History
Accepted : 25 Jan 2024
Published : 15 Feb 2024

शोधसारांश – पूर्वी चम्पारण के ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं का तनाव को कम करने के लिए हर गाँव को अस्पताल से जुड़ा होना चाहिए इससे गर्भवत्ती महिलाओं की शारीरिक तनाव को कम किया जा सकता है। ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं के बीच गर्भ के दौरान बच्चे से संबंधित सावधनियाँ सकारात्मक रूप से संचार आदान–प्रदान की योजना त्वरित सुलभ होना चाहिए। इसलिए कि मनोवैज्ञानिक तनाव न हो और अपने आपको ग्रामीण क्षेत्र में असहज महसूस न हों और उनकी आर्थिक स्थिति दयनीय होने के कारण गर्भ के दौरान पोषक तत्व की कमी हो जाती है। इसके लिए सरकारी व नीजी तौर से उन्हें नैदानिक सुविधाएँ सुलभ हो जाए तो तनाव से छुटकारा मिल सकता है।

मुख्य शब्द – ग्रामीण, गर्भवत्ती, महिला, तनाव, शरीरिक, संचार, नैदानिक, मनोवैज्ञानिक।

परिचय. इस शोध अध्ययन में ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं के बीच तनाव का अध्ययन की रूप रेखा तैयार करना मानव कल्याण हेतु अति आवश्यक देखने को प्रतित हो रहा है। ग्रमीण गर्भवत्ती महिलाओं के बीच तनाव जिला, क्षेत्र, शहर गाँव इत्यादि जगहों पर विभिन्न प्रकार का पाया जा सकता है। पूर्वी चम्पारण जिला (बिहार) में ग्रामीण महिलाओं की कुल साक्षरता दर 43.41: जो पूरूष व शहरी के मुकाबले बहुत ही कम देखने को प्रतित हो रहा है। पूर्वी चम्पारण की ग्रामीण लिंगानुपात–903 व शहरी लिंगनुपात–884 है। इस जिले में कई धर्म के लोग (हिंदु, मुस्लिम, क्रिश्चियन, सिख, बौद्ध, जैन व अन्य धर्म) निवास करते हैं। सभी धर्मों में शिक्षित, अशिक्षित, कामकाजी, गैर–कामकाजी सरकारी सेवक इत्यादि महिलाओं गर्भधरण के बाद गर्भ में पल रहे बच्चे का देखभाल

Copyright: © the author(s), publisher and licensee Technoscience Academy. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License, which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited

के दौरान मनोवैज्ञानिक तनाव, शारीरिक तनाव, आर्थिक तनाव, खान–पान से संबंधित तनाव, आवागमन का तनाव इत्यदि प्रकार पाया गया है। पूर्वी चम्पारण में कुल 27 प्रखण्ड है। यहाँ ग्रामीण क्षेत्रों की महिलाओं को सुख सुविधा का अभाव बड़े पैमाने पर दिखती है। बच्चे का विकास की सारी जिम्मेवारी माता के ऊपर निर्भर करती है। यदि कोई भी गर्भवत्ती माता तनाव में रहेगी तो बच्चे का सर्वांगीन विकास नहीं हो पायेगा। गाँव, शहर, जिला, देश में मानव संसाधन को भविष्य में कमी देखने को प्रतित होगा।

शोध में गर्भावस्था के दौरान अवसादग्रस्त लक्षणों को कई महत्वपूर्ण सहसंबंधी कारको से जुड़ाव है, जिनमें मातृ चिंता, जीवन, तनाव, पूर्व अवसाद, सामाजिक समर्थन की कमी, घरेलू हिंसा, अनचाही गर्भावस्था, संबंध कारक और सार्वजनिक बीमा शामिल है।

जीवनसाथी की मृत्यु, तलाक, शारीरिक बीमारी, ऋण बेरोजगारी और वित्तीय नुकसान उच्च स्कोर वाले तनाव कारक है। प्रसवपूर्व अवसाद के अन्य जोखिम कारको में वैवाहिक असंतोष अपर्याप्त मनोवैज्ञानिक सहायता हाल ही में हुई प्रतिकूल घटनाएं खराब स्वास्थ व्यवहार, निम्न सामाजिक अर्थिक स्थिति, अवांछित, गर्भावस्था शामिल है। 12.7ः गर्भवत्ती महिलाएं एक प्रमुख अवसाद ग्रस्त विकार का अनुभव करती है।

साहित्य समीक्षाः

1.**देव कुमार विनोद :** इन्होंने नेपाल के मोरांगह जिले में 15–25 वर्ष के गर्भवत्ती महिला (शिक्षित व गृहीणी) अध्ययन के दौरान पाया कि एक तिहाई गर्भवत्ती महिला मध्ययम स्तर का तनाव से ग्रसित है। उन्होंने एक वर्ष तक अध्ययन शोल्डन कोहेन व
होल्मस और राहे नामक स्केल का उपयोग कर किया।

2.**जे ब्लेयर :** इन्होंने धाना (अफ्रीका) में 353 गर्भतत्ती महिलाओं के अध्ययन के दौरान पाया कि गर्मधारण के विकास में मनोवैज्ञनिक व शरीरिक तनाव के कारक पाया गया। जिसका स्कोर 0–2 निम्न स्तर, 3–5 मध्यम स्तर और 5 उच्च स्तर के बीच पैमाना पया गया।

3.**एल ब्लूम :** इन्होंने 24 गर्भवत्ती ग्रामीण महिला जो गैरकामकाजी थी, अध्ययन में पया कि अर्थिक तनाव, यातायात से संबंधित तनाव व मानसिक तनाव इत्यादि पाया गया है। यह शोध गुणात्मक विधि पर आधारित था।

4.**सिंह अमरीताः** इन्होंने 18 से 42 वर्ष तक की गर्भवत्ती महिला जो स्नात्कोत्तर उतीर्ण थी, अध्ययन में पाया की 799,102,95 क्रमशः गर्भाविधि आयु के शिशुओं के लिए औसत, गर्भविधि आयु के शिशुओं के लिए बडे और गर्भाविधि आयु के शिशुओं के लिए छोटे थे। औसत मान 30.73 एवं माध्य मान 2.44 पाया गया था।

उद्देश्य.''पूर्वी चम्पारण जिले के ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं में तनाव का अध्ययन करना''

शोध विधियाँ

प्रतिदर्श : इस शोध हेतू पूर्वी चम्पारण (बिहार) के ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं (120) के बीच तनाव का अध्ययन के लिए रैडंम विधि द्वारा आँकड़ा संग्रह किया गया।

शोध अभिकल्प : इस शोध अध्ययन में ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं के बीच तनाव का अध्ययन करने के लिए शिक्षित, अशिक्षित, मजदूर, सरकारी सेवक, गृहिणी इत्यादि का प्रयोग किया गया।

विधि : प्रस्तुत शोध हेतु पूर्वी चम्पारण के ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं के बीच तनाव का अध्ययन क्रॉस–सेक्शनल विधि द्वारा किया गया।

उपकरण : आँकड़ो के संग्रहण हेतु ˘दह च्तमहदंदबल˝जतमे˝बंसम का प्रयोग किया गया था। इसमें 5 कारक एवं 30 एकांश की संख्या थी जिससे शारीरिक तनाव, मनोवैज्ञानिक तनाव, गर्भावस्था से संबंधित तनाव, बच्चों से संबंधित तनाव व सामाजिक आर्थिक तनाव इत्यादि का अध्ययन किया गया।

व्याख्या एवं विश्लेषण–प्रस्तुत अध्ययन के उपरांत बिहार के पूर्वी चम्पारण के ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं के बीच तनाव प्राकृतिक व मानवीय भी पाया गया है। यहाँ के महिलाओं की खान–पान में पोषक तत्वों के अभाव के कारण गर्भ में पल रहे बच्चे का विकास सही से नहीं हो पा रहा है। महिलाऐं गर्भधारण के दौरान खाद्यान्न से संबंधित तनाव देखने को प्रतित हो रहा है। इस शोध के दौरान ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं की सामान्य तनाव 60ः हल्का तनाव 20ः मध्यम तानव 16ः और गंभीर तनाव 4ः पाया गया।

तालिका संख्या–1

तनाव स्तर	संख्या / ः
सामान्य	60
हल्का तनाव	20
मध्यम तनाव	16
गंभीर तनाव	4

कुल 100ः

तालिका संख्या–2

वर्ग	संख्या
शिक्षित	30

अशिक्षित	30
मजदूर	20
सरकारी सेवक	10
गृहीणी	30
कुल	120

इस शोध के दौरान ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाऐं शिक्षित–30, अशिक्षित–30, मजदूर–20, सरकारी सेवक–10 व गृहीणी– 30 का चयन सावधानी पूर्वक किया गया। गर्भावस्था जीवन में एक बड़ा बदलाव है, और कुछ तनाव और भावनात्मक बदलाव महसूस कराना सामान्य है। अगर लोग उच्च तनाव के स्तर या भावनाओं का अनुभव करते हैं जो भारी या उनके नियंत्रण से बाहर लगती है तो वे डॉक्टर से वार्तालाप कर लाभ ले सकती है।

निष्कर्ष एवं परिणाम : पूर्वी चम्पारण के ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं का तनाव को कम करने के लिए हर गाँव को अस्पताल से जुड़ा होना चाहिए इससे गर्भवत्ती महिलाओं की शारीरिक तनाव को कम किया जा सकता है। ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं के बीच गर्भ के दौरान बच्चे से संबंधित सावधनियाँ सकारात्मक रूप से संचार आदान–प्रदान की योजना त्वरित सुलभ होना चाहिए। इसलिए कि मनोवैज्ञानिक तनाव न हो और अपने आपको ग्रामीण क्षेत्र में असहज महसूस न हों और उनकी आर्थिक स्थिति दयनीय होने के कारण गर्भ के दौरान पोषक तत्व की कमी हो जाती है। इसके लिए सरकारी व नीजी तौर से उन्हें नैदानिक सुविधाएँ सुलभ हो जाए तो तनाव से छुटकारा मिल सकता है।

ग्रामीण गर्भवत्ती महिलाओं की देखभाल व तनाव के प्रति सरकार को कार्यक्रम डोर–टू–डोर करवाना होगा तभी बच्चे गर्भ में सुरक्षित रह सकेंगे। जीवन को बचाना है तो ग्रामीणों को जागरूक करना होगा ताकी शिशु मृत्यु दर को रोका जा सके।

यहाँ वर्षाकालीन के समय गर्भवत्ती महिलाओं की आय से संबंधित तनाव देखने को प्रतित पाया गया, सही से ग्रामीण क्षेत्रों में वर्षाकालीन के समय रोजगारपरक कार्य नहीं मिलने के कारण आर्थिक स्थिति का सामना देखने को प्रतित हुआ। गर्भवत्ती महिलाओं में सही समय पर पोषक तत्व व दवाईयाँ नहीं मिलने के कारण उनके अंदर मनोवैज्ञानिक भय/डर बना रहता है। कि कहीं मेरा गर्भपात न हो जाए/ जो शिक्षित व सरकारी सेवक हैं वो अपनी गर्भ धारण के दौरान ग्रामीण क्षेत्रों को छोड़कर शहरी क्षेत्रों में कई महिने तक गर्भसुरक्षित हेतु पलायन कर जाते हैं। जो काफी गरीब हैं उनका आर्थिक स्थिति कमजोर होने के कारण वे ग्रामीण क्षेत्र में ही निवास कर गर्भधारण किए हुए रहते हैं उनके अंदर डर बना रहता है कि कही मेरा गर्भपात न हो जाए हमेशा

तनाव में गर्भवत्ती महिलाऐं किसी न किसी रूप में रहती है। पूर्वी चम्पारण की ग्रामीण विकास की रूपरेखा को भविष्य हेतु बड़े पैमाने पर की जानी चाहिए। ग्रामीण क्षेत्रों में जन जगरूकता अभियान चलाया जाना होगा। ताकि गर्भवस्था के दौरान माता और शिशु दोनों सुरक्षित रह सकें।

संदर्भ सूची

1. L Boom Tina: Rural Pregnant Women's Stressers and Priorities for stress education. National Library of medicine 2012 Dec.
2. J. Blair: Parental maternal stres and birth outcomes in rular (ghana) Sex specific associations. BMC pregnancy child birth 19, 391 (2019).
3. Depression and Anxiety: wiley online library, print ISSN:1091-4269, online ISSN: 1520-6394.
4. Deo Kumar Vinod: A Study on pregnancy, percieved Stress and Depression, Journal of BP Koirala institue of Health sciences 3(1): 79-87 Det: 10.3126/ibpkish.v3ij.30331.
5. Singh Amrita: significance of stress assessment: cross sectional study of 1000 pregnant women form india. Indian Journal of obstetrics and gynecology research online ISSN: 2394-2754 pp.852.
6. Kumar Mandeep: "A Study of Awareness of marriage culture heritage among urban-rural parents' in Bihar" 108th Indian Science Congress 2023, PP.255, 3.7 January.