REVIEW OF RESEARCH
ISSN: 2249-894X
IMPACT FACTOR : 5.7631(UIF)
VOLUME - 15 | ISSUE - 11 | AUGUST - 2026

वृद्धों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव की समस्या का समाजशास्त्रीय अध्ययन : प्रयागराज जनपद के विशेष संदर्भ में

कु. नीतू साकेत
शोधार्थी, समाजशास्त्र विभाग,
ज्ञानचंद श्रीवास्तव शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दमोह (म.प्र.)

डॉ. के. पी. अहिरवार
प्राचार्य, ज्ञानचन्द श्रीवास्तव शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, दमोह (म.प्र.)

सारांश –

वृद्धावस्था मानव जीवन की एक स्वाभाविक एवं अनिवार्य अवस्था है। जीवन के इस चरण में व्यक्ति शारीरिक, मानसिक, आर्थिक तथा सामाजिक स्तर पर अनेक परिवर्तनों का अनुभव करता है। आधुनिक समाज में संयुक्त परिवारों के विघटन, नगरीकरण, औद्योगीकरण, प्रवासन, बदलती जीवन–शैली तथा व्यक्तिवादी मूल्यों के विस्तार के कारण वृद्ध व्यक्तियों की सामाजिक स्थिति में महत्वपूर्ण परिवर्तन आया है। इन परिवर्तनों का एक प्रमुख परिणाम वृद्धों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव के रूप में सामने आया है। एकाकीपन केवल अकेले रहने की स्थिति नहीं है, बल्कि यह व्यक्ति की सामाजिक एवं भावनात्मक आवश्यकताओं की पूर्ति न होने से उत्पन्न होने वाली अनुभूति है। इसके विपरीत सामाजिक अलगाव का संबंध व्यक्ति के सामाजिक संबंधों, संपर्कों एवं सामाजिक गतिविधियों में वास्तविक कमी से है। वृद्धों में एकाकीपन के प्रमुख कारणों में परिवार से दूरी, जीवनसाथी की मृत्यु, बच्चों का प्रवासन, आर्थिक निर्भरता, स्वास्थ्य संबंधी कठिनाइयाँ, सामाजिक गतिविधियों में कमी, डिजिटल विभाजन तथा पारिवारिक संवाद का अभाव प्रमुख हैं। सामाजिक अलगाव वृद्धों के आत्मसम्मान, सामाजिक सुरक्षा, मानसिक संतुलन तथा जीवन की गुणवत्ता को प्रभावित करता है। अतः वृद्धों की समस्याओं के समाधान के लिए परिवार, समुदाय, स्थानीय संस्थाओं एवं शासन को समन्वित प्रयास करने की आवश्यकता है।

मुख्य शब्द – वृद्धावस्था, एकाकीपन, सामाजिक अलगाव, वृद्धजन, परिवार, सामाजिक संबंध, सामाजिक समर्थन एवं प्रयागराज।

प्रस्तावना –

मानव जीवन निरंतर परिवर्तन एवं विकास की प्रक्रिया है। जन्म से लेकर वृद्धावस्था तक व्यक्ति शारीरिक, मानसिक, सामाजिक, आर्थिक तथा भावनात्मक स्तर पर अनेक प्रकार के परिवर्तनों से गुजरता है। जीवन की प्रत्येक अवस्था की अपनी विशिष्ट आवश्यकताएँ, चुनौतियाँ, सामाजिक भूमिकाएँ तथा सामाजिक अपेक्षाएँ होती हैं। वृद्धावस्था मानव जीवन की ऐसी अवस्था है जिसमें व्यक्ति को शारीरिक एवं मानसिक क्षमताओं में होने वाले परिवर्तनों के साथ–साथ अपनी सामाजिक भूमिकाओं, पारिवारिक संबंधों तथा सामाजिक स्थिति में होने वाले परिवर्तनों का भी सामना करना पड़ता है। इस अवस्था में स्वास्थ्य एवं आर्थिक सुरक्षा के साथ–साथ

भावनात्मक सहयोग, पारिवारिक आत्मीयता, सामाजिक सम्मान, संवाद, सहभागिता तथा सामाजिक उपयोगिता की अनुभूति अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाती है।

भारतीय समाज में पारंपरिक रूप से वृद्ध व्यक्तियों को परिवार एवं समुदाय में विशेष सम्मान प्राप्त रहा है। ''संयुक्त परिवार व्यवस्था में वृद्ध व्यक्ति परिवार के वरिष्ठ सदस्य के रूप में निर्णय लेने, पारिवारिक विवादों के समाधान, सामाजिक नियंत्रण, पारिवारिक परंपराओं के संरक्षण तथा नई पीढ़ी को संस्कार एवं जीवन–मूल्य प्रदान करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते थे। उनके जीवन–अनुभव और सामाजिक ज्ञान को परिवार की महत्वपूर्ण संपदा के रूप में स्वीकार किया जाता था।''[1] इस प्रकार वृद्धावस्था को केवल शारीरिक क्षमता में कमी अथवा निर्भरता की अवस्था के रूप में नहीं देखा जाता था, बल्कि इसे अनुभव, विवेक, मार्गदर्शन और सामाजिक प्रतिष्ठा से संबंधित जीवन–चरण माना जाता था।

पारंपरिक संयुक्त परिवार वृद्धों को सामाजिक एवं भावनात्मक सुरक्षा प्रदान करने वाली प्रमुख सामाजिक संस्था के रूप में कार्य करता था। परिवार के विभिन्न सदस्य सामान्यतः एक–दूसरे के निकट रहते थे और दैनिक जीवन की आवश्यकताओं में पारस्परिक सहयोग करते थे। ''वृद्ध माता–पिता बच्चों एवं पोते–पोतियों के साथ समय व्यतीत करते थे तथा पारिवारिक गतिविधियों में प्रत्यक्ष रूप से सहभागी रहते थे। परिवार के भीतर निरंतर संवाद, सामूहिक जीवन, पारस्परिक निर्भरता और अंतःपीढ़ीय संपर्क वृद्धों को सामाजिक रूप से सक्रिय बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते थे।''[2]

किंतु आधुनिक भारतीय समाज में तीव्र सामाजिक परिवर्तन के कारण पारिवारिक संरचना एवं सामाजिक संबंधों के स्वरूप में व्यापक परिवर्तन आया है। औद्योगीकरण, नगरीकरण, आधुनिकीकरण, शिक्षा का विस्तार, रोजगार के बदलते अवसर, व्यक्तिवादी जीवन–मूल्यों तथा ग्रामीण क्षेत्रों से नगरों की ओर होने वाले प्रवासन ने पारिवारिक जीवन को प्रभावित किया है। संयुक्त परिवार की अपेक्षा एकल अथवा छोटे परिवारों की प्रवृत्ति में वृद्धि हुई है। युवा पीढ़ी शिक्षा, रोजगार तथा बेहतर जीवन–स्तर की तलाश में अपने मूल निवास स्थान से दूर महानगरों, अन्य राज्यों तथा विदेशों में निवास करने लगी है। इसके परिणामस्वरूप वृद्ध माता–पिता और युवा पीढ़ी के बीच भौतिक दूरी बढ़ी है, जिसका प्रभाव वृद्धों के सामाजिक संपर्क, पारिवारिक सहभागिता तथा भावनात्मक सुरक्षा पर पड़ सकता है।

वृद्धावस्था में सामाजिक भूमिका का परिवर्तन भी एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव की समस्या को समझने में महत्वपूर्ण है। ''नौकरी अथवा व्यवसाय से सेवानिवृत्ति के बाद व्यक्ति की नियमित कार्यगत गतिविधियाँ समाप्त हो जाती हैं। कार्यस्थल व्यक्ति के लिए केवल आय का स्रोत नहीं होता, बल्कि वह सामाजिक संपर्क, मित्रता, पहचान, प्रतिष्ठा तथा सामाजिक सहभागिता का भी महत्वपूर्ण माध्यम होता है। सेवानिवृत्ति के पश्चात इन संपर्कों में कमी आने से व्यक्ति के सामाजिक नेटवर्क का आकार और उसकी सामाजिक सहभागिता प्रभावित हो सकती है।''[3] यदि परिवार एवं समुदाय वृद्ध व्यक्ति को नई सामाजिक भूमिकाएँ प्रदान नहीं करते, तो उसके भीतर सामाजिक उपयोगिता की भावना कमजोर हो सकती है।

परिवार में वृद्ध की भूमिका भी सामाजिक परिवर्तन के साथ परिवर्तित होती है। यदि वृद्ध व्यक्ति को उसके अनुभव, ज्ञान और जीवन–अनुभव के आधार पर परिवार में सम्मानजनक भूमिका प्राप्त होती है, तो वह सामाजिक रूप से सक्रिय एवं उपयोगी महसूस कर सकता है। इसके विपरीत यदि उसे केवल आश्रित व्यक्ति के रूप में देखा जाता है और परिवार के निर्णयों, सामाजिक गतिविधियों तथा पारिवारिक संवाद से उसे अलग रखा जाता है, तो उसके आत्मसम्मान और सामाजिक सहभागिता पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। आर्थिक आय में कमी, स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ, गतिशीलता में कमी तथा सामाजिक गतिविधियों में भाग लेने की सीमित क्षमता इस समस्या को और गंभीर बना सकती है।

इसी सामाजिक परिस्थिति में एकाकीपन वृद्धों की एक महत्वपूर्ण सामाजिक–मनोवैज्ञानिक समस्या के रूप में सामने आता है। एकाकीपन को सामान्यतः व्यक्ति की ऐसी व्यक्तिपरक भावनात्मक अवस्था के रूप में समझा जाता है जिसमें व्यक्ति अपने सामाजिक संबंधों की वास्तविक अथवा अपेक्षित गुणवत्ता और मात्रा के बीच अंतर अनुभव करता है। इसका अर्थ केवल शारीरिक रूप से अकेले रहना नहीं है। ''व्यक्ति परिवार और समाज के बीच रहते हुए भी एकाकीपन का अनुभव कर सकता है। यदि व्यक्ति को अपनी भावनाओं को साझा करने वाला, उसकी समस्याओं को समझने वाला तथा उसे भावनात्मक सहयोग प्रदान करने वाला निकट संबंध उपलब्ध नहीं है, तो वह अनेक लोगों के बीच रहते हुए भी स्वयं को अकेला अनुभव कर सकता है।''[4]

एकाकीपन की समाजशास्त्रीय व्याख्या व्यक्ति और उसके सामाजिक संबंधों के बीच संबंध को केंद्र में रखती है। व्यक्ति की भावनात्मक संतुष्टि केवल उसके व्यक्तिगत व्यक्तित्व से निर्धारित नहीं होती, बल्कि उसके परिवार, मित्रों, पड़ोस, समुदाय और अन्य सामाजिक नेटवर्क के साथ संबंधों की प्रकृति से भी प्रभावित होती है। इसलिए वृद्धों में एकाकीपन को केवल व्यक्तिगत अथवा मनोवैज्ञानिक समस्या मानना पर्याप्त नहीं है। यह सामाजिक संबंधों की गुणवत्ता, सामाजिक सहभागिता, पारिवारिक संरचना और सामाजिक समर्थन की उपलब्धता से जुड़ी हुई समस्या है।

वृद्धावस्था में एकाकीपन को उत्पन्न करने वाले अनेक सामाजिक कारण हो सकते हैं। जीवनसाथी की मृत्यु, बच्चों से भावनात्मक दूरी, मित्रों एवं समकालीन व्यक्तियों से संपर्क में कमी, सेवानिवृत्ति, परिवार के सदस्यों द्वारा पर्याप्त समय न दिया जाना तथा सामाजिक गतिविधियों में कमी इसके प्रमुख कारणों में शामिल हो सकते हैं। इसके अतिरिक्त स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ, शारीरिक गतिशीलता में कमी तथा आर्थिक निर्भरता भी वृद्धों की सामाजिक सहभागिता को प्रभावित करती हैं। जब वृद्ध व्यक्ति अपनी भावनाओं, अनुभवों एवं आवश्यकताओं को परिवार के साथ साझा नहीं कर पाता, तब उसके भीतर सामाजिक उपेक्षा और भावनात्मक अकेलेपन की अनुभूति विकसित हो सकती है।

वृद्धों की एकाकीपन की समस्या को अंतःपीढ़ीय संबंधों के संदर्भ में भी समझना आवश्यक है। आधुनिक परिवार में युवा पीढ़ी की शिक्षा, रोजगार, व्यावसायिक व्यस्तता और व्यक्तिगत जीवन की प्राथमिकताओं के कारण वृद्धों के साथ प्रत्यक्ष संवाद के लिए उपलब्ध समय कम हो सकता है। दूसरी ओर वृद्ध पीढ़ी पारंपरिक जीवन–मूल्यों, पारिवारिक निकटता तथा प्रत्यक्ष संवाद को अधिक महत्व दे सकती है। इन दोनों पीढ़ियों की अपेक्षाओं और जीवन–शैलियों में अंतर होने पर संवाद की कमी तथा भावनात्मक दूरी की स्थिति उत्पन्न हो सकती है। यदि परिवार इन अंतरों को समझते हुए संवाद एवं सहभागिता की व्यवस्था विकसित नहीं करता, तो वृद्धों में एकाकीपन की संभावना बढ़ सकती है।

एकाकीपन के साथ–साथ सामाजिक अलगाव वृद्धों की दूसरी महत्वपूर्ण समस्या है। सामाजिक अलगाव का तात्पर्य व्यक्ति के वास्तविक सामाजिक संपर्कों, सामाजिक नेटवर्क और सामुदायिक सहभागिता में कमी से है। इसे परिवार, मित्रों, पड़ोसियों, रिश्तेदारों, धार्मिक संस्थाओं, सामुदायिक संगठनों तथा अन्य सामाजिक संस्थाओं के साथ व्यक्ति के संपर्क की आवृत्ति एवं सहभागिता के आधार पर समझा जा सकता है।□ जब वृद्ध व्यक्ति का सामाजिक नेटवर्क सीमित हो जाता है और उसके पास नियमित सामाजिक संपर्क एवं सहभागिता के पर्याप्त अवसर नहीं रहते, तब सामाजिक अलगाव की स्थिति विकसित हो सकती है।

वृद्धों में सामाजिक अलगाव के अनेक संरचनात्मक एवं सामाजिक कारण हो सकते हैं। यदि वृद्ध व्यक्ति परिवार से अलग रहता है, उसके बच्चे दूसरे शहर अथवा राज्य में निवास करते हैं, स्वास्थ्य संबंधी कठिनाइयों के कारण वह घर से बाहर नहीं निकल पाता या आर्थिक संसाधनों के अभाव में सामाजिक कार्यक्रमों में भाग नहीं ले पाता, तो उसके सामाजिक संपर्क सीमित हो सकते हैं। इसी प्रकार जीवनसाथी या समकालीन मित्रों की मृत्यु, पड़ोस में सामाजिक संबंधों का कमजोर होना, परिवहन की कठिनाइयाँ तथा डिजिटल तकनीक का उपयोग करने में असमर्थता भी सामाजिक अलगाव को बढ़ा सकती है।

सामाजिक अलगाव केवल सामाजिक संपर्कों की संख्या में कमी का प्रश्न नहीं है, बल्कि यह व्यक्ति के सामाजिक नेटवर्क की संरचना एवं उसकी सामाजिक सहभागिता से भी संबंधित है। यदि किसी वृद्ध के पास परिवार के अतिरिक्त मित्रों, पड़ोसियों, सामुदायिक संस्थाओं अथवा धार्मिक एवं सांस्कृतिक संगठनों से संपर्क है, तो परिवार से सीमित संपर्क के बावजूद उसका सामाजिक नेटवर्क सक्रिय रह सकता है। इसके विपरीत यदि वृद्ध व्यक्ति का संपर्क परिवार से भी सीमित है और समुदाय के साथ भी उसके संबंध कमजोर हैं, तो सामाजिक अलगाव की स्थिति अधिक गंभीर हो सकती है।

आधुनिक तकनीक ने एक ओर वृद्धों के सामाजिक संपर्क को बनाए रखने के नए अवसर प्रदान किए हैं, वहीं दूसरी ओर डिजिटल विभाजन सामाजिक अलगाव की एक नई स्थिति भी उत्पन्न कर सकता है। मोबाइल फोन, वीडियो कॉल और इंटरनेट के माध्यम से वृद्ध अपने दूर रहने वाले बच्चों एवं रिश्तेदारों से संपर्क बनाए रख सकते हैं। किंतु जिन वृद्धों को डिजिटल उपकरणों के उपयोग का पर्याप्त ज्ञान नहीं है, वे इस आधुनिक संचार व्यवस्था से अपेक्षाकृत दूर रह सकते हैं। इस प्रकार डिजिटल साक्षरता भी आधुनिक समाज में वृद्धों की सामाजिक सहभागिता को प्रभावित करने वाला महत्वपूर्ण कारक बन गई है।

एकाकीपन और सामाजिक अलगाव परस्पर संबंधित होते हुए भी समान अवधारणाएँ नहीं हैं। ''एकाकीपन मुख्यतः व्यक्ति की व्यक्तिपरक भावनात्मक अनुभूति है, जबकि सामाजिक अलगाव व्यक्ति के वास्तविक सामाजिक संपर्कों एवं सामाजिक नेटवर्क की वस्तुगत कमी को दर्शाता है।''[5] उदाहरण के लिए कोई वृद्ध व्यक्ति परिवार के सदस्यों के साथ रहते हुए भी भावनात्मक संवाद के अभाव में एकाकीपन अनुभव कर सकता है। इसके विपरीत कोई वृद्ध व्यक्ति अकेले रहता हो, लेकिन मित्रों, पड़ोसियों, धार्मिक संस्थाओं, सामाजिक संगठनों तथा समुदाय के साथ नियमित संपर्क बनाए रखता हो, तो उसके अकेले रहने के बावजूद सामाजिक अलगाव अपेक्षाकृत कम हो सकता है।

इस प्रकार वृद्धों में एकाकीपन और सामाजिक अलगाव को समझने के लिए व्यक्ति की पारिवारिक स्थिति, सामाजिक नेटवर्क, आर्थिक परिस्थिति, स्वास्थ्य, सेवानिवृत्ति, सामाजिक सहभागिता, अंतःपीढ़ीय संबंध तथा सामुदायिक समर्थन को एक साथ समझना आवश्यक है। इन दोनों समस्याओं का प्रभाव वृद्धों के सामाजिक आत्मसम्मान, सामाजिक पहचान, पारिवारिक सहभागिता तथा जीवन–संतुष्टि पर पड़ सकता है। इसलिए इनके अध्ययन के लिए केवल व्यक्तिगत अनुभवों का अध्ययन पर्याप्त नहीं है, बल्कि उन सामाजिक संरचनाओं और संस्थाओं का विश्लेषण भी आवश्यक है जो वृद्धों के सामाजिक संबंधों को प्रभावित करती हैं।

प्रयागराज जनपद के संदर्भ में यह विषय विशेष रूप से महत्वपूर्ण हो जाता है, क्योंकि यहाँ ग्रामीण एवं नगरीय दोनों प्रकार की सामाजिक संरचनाएँ विद्यमान हैं। परिवार की पारंपरिक संरचना, नगरीकरण, शिक्षा, रोजगार, प्रवासन, बदलती जीवन–शैली तथा आधुनिक संचार साधनों का प्रभाव वृद्धों के सामाजिक जीवन को विभिन्न रूपों में प्रभावित कर सकता है। ग्रामीण क्षेत्रों में पारंपरिक सामुदायिक संबंध और पड़ोसी नेटवर्क वृद्धों को सामाजिक सहयोग प्रदान कर सकते हैं, जबकि नगरीय क्षेत्रों में भौतिक सुविधाओं के विस्तार के बावजूद सामाजिक संपर्क अपेक्षाकृत औपचारिक अथवा सीमित हो सकते हैं। इसलिए प्रयागराज जनपद में वृद्धों के एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव का अध्ययन ग्रामीण–नगरीय संदर्भ, पारिवारिक संरचना तथा सामाजिक नेटवर्क के तुलनात्मक परिप्रेक्ष्य में किया जाना उपयोगी होगा।

अतः "वृद्धों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव की समस्या का समाजशास्त्रीय अध्ययन (प्रयागराज जनपद के विशेष संदर्भ में)" विषय वृद्धावस्था की समस्या को केवल व्यक्तिगत अथवा मनोवैज्ञानिक दृष्टि से नहीं, बल्कि परिवार, समुदाय, सामाजिक संबंधों, सामाजिक संस्थाओं तथा बदलती सामाजिक संरचना के व्यापक संदर्भ में समझने का प्रयास करता है। यह अध्ययन यह जानने में सहायक हो सकता है कि बदलती पारिवारिक व्यवस्था और सामाजिक संरचना ने वृद्धों के सामाजिक नेटवर्क, पारिवारिक संपर्क, भावनात्मक संबंध, सामुदायिक सहभागिता तथा सामाजिक सुरक्षा को किस सीमा तक प्रभावित किया है और किन सामाजिक परिस्थितियों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव की समस्या अधिक तीव्र रूप ग्रहण करती है।

अध्ययन के उद्देश्य –

प्रस्तुत अध्ययन के प्रमुख उद्देश्य निम्नलिखित हैं:

(1) वृद्धों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव की स्थिति का अध्ययन करना।
(2) एकाकीपन के प्रमुख सामाजिक एवं पारिवारिक कारणों की पहचान करना।
(3) वृद्धों के पारिवारिक संबंधों का अध्ययन करना।
(4) वृद्धों की सामाजिक सहभागिता का अध्ययन करना।
(5) स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं एवं सामाजिक अलगाव के संबंध का अध्ययन करना।
(6) बच्चों के प्रवासन का वृद्धों के सामाजिक जीवन पर प्रभाव समझना।
(7) वृद्धों की सामाजिक स्थिति में सुधार के लिए सुझाव प्रस्तुत करना।

विश्लेषण –

प्रस्तुत अध्ययन वृद्धों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव की समस्या के समाजशास्त्रीय विश्लेषण पर आधारित है। इस अध्ययन में वर्णनात्मक एवं विश्लेषणात्मक दोनों प्रकार की शोध–पद्धतियों का उपयोग किया जाना उपयुक्त है, क्योंकि अध्ययन का उद्देश्य केवल वृद्धों की सामाजिक स्थिति का विवरण प्रस्तुत करना ही नहीं है, बल्कि एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव के पीछे कार्य करने वाले सामाजिक, पारिवारिक, आर्थिक, सांस्कृतिक तथा स्वास्थ्य संबंधी कारकों का विश्लेषण करना भी है। समाजशास्त्रीय अध्ययन में किसी सामाजिक

समस्या को उसके व्यापक सामाजिक संदर्भ में समझना आवश्यक होता है। इसी दृष्टि से वृद्धों की व्यक्तिगत परिस्थितियों के साथ–साथ परिवार, पड़ोस, समुदाय, सामाजिक संस्थाओं तथा बदलती सामाजिक संरचना को भी अध्ययन का हिस्सा बनाया गया है। अध्ययन में वृद्धों के अनुभवों, उनकी सामाजिक सहभागिता, पारिवारिक संबंधों, आर्थिक स्थिति, स्वास्थ्य, सामाजिक सुरक्षा तथा भावनात्मक आवश्यकताओं को समझने का प्रयास किया जा सकता है।

अध्ययन क्षेत्र के रूप में प्रयागराज जनपद का चयन किया गया है। प्रयागराज सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक एवं शैक्षणिक दृष्टि से महत्वपूर्ण जनपद है तथा यहाँ ग्रामीण और नगरीय दोनों प्रकार की सामाजिक संरचनाएँ विद्यमान हैं। अध्ययन क्षेत्र में ग्रामीण एवं नगरीय दोनों क्षेत्रों को सम्मिलित करना आवश्यक है, क्योंकि दोनों क्षेत्रों में वृद्धों की सामाजिक स्थिति, पारिवारिक संरचना, सामाजिक संपर्क तथा जीवन–शैली में अंतर पाया जा सकता है। ग्रामीण क्षेत्रों में पारंपरिक सामाजिक एवं पारिवारिक संबंधों का प्रभाव अपेक्षाकृत अधिक हो सकता है, जबकि नगरीय क्षेत्रों में छोटे परिवार, व्यावसायिक गतिशीलता, व्यस्त जीवनशैली और व्यक्तिगत जीवन–मूल्यों का प्रभाव अधिक दिखाई दे सकता है। इस प्रकार प्रयागराज जनपद का चयन वृद्धों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव के विभिन्न सामाजिक स्वरूपों को समझने के लिए उपयुक्त अध्ययन क्षेत्र प्रदान करता है। अध्ययन में ग्रामीण, अर्द्धनगरीय एवं नगरीय क्षेत्रों के वृद्धों की परिस्थितियों को तुलनात्मक दृष्टि से समझना उपयोगी होगा।

प्रस्तुत अध्ययन की प्रमुख इकाई 60 वर्ष या उससे अधिक आयु के वृद्ध व्यक्ति होंगे। वृद्धावस्था को केवल आयु के आधार पर निर्धारित करने के बजाय व्यक्ति की सामाजिक भूमिका, पारिवारिक स्थिति, आर्थिक निर्भरता, स्वास्थ्य तथा सामाजिक सहभागिता के संदर्भ में भी समझने का प्रयास किया जाएगा। अध्ययन में पुरुष एवं महिला दोनों वृद्धों को सम्मिलित किया जाना आवश्यक है, क्योंकि वृद्ध पुरुषों और महिलाओं की सामाजिक परिस्थितियों में पर्याप्त अंतर हो सकता है। विशेष रूप से विधवा महिलाओं, विधुर पुरुषों, अकेले रहने वाले वृद्धों, बच्चों के साथ रहने वाले वृद्धों तथा आर्थिक रूप से स्वतंत्र एवं आश्रित वृद्धों की स्थिति को अलग–अलग समझना अध्ययन को अधिक व्यापक एवं समाजशास्त्रीय दृष्टि प्रदान करेगा।

प्राथमिक तथ्यों के संकलन के लिए साक्षात्कार अनुसूची, व्यक्तिगत साक्षात्कार, प्रत्यक्ष अवलोकन तथा समूह चर्चा जैसी तकनीकों का उपयोग किया गया है। व्यक्तिगत साक्षात्कार के माध्यम से वृद्धों के जीवन अनुभव, पारिवारिक संबंध, बच्चों के साथ संवाद, सामाजिक गतिविधियों में सहभागिता, आर्थिक स्थिति तथा एकाकीपन की अनुभूति के बारे में विस्तृत जानकारी प्राप्त की गई है। साक्षात्कार के दौरान यह जानना महत्वपूर्ण होगा कि वृद्ध व्यक्ति अपने सामाजिक संबंधों को किस प्रकार अनुभव करते हैं, उन्हें परिवार से कितना भावनात्मक सहयोग मिलता है और वे स्वयं को परिवार तथा समुदाय में किस प्रकार की भूमिका में देखते हैं। प्रत्यक्ष अवलोकन के माध्यम से वृद्धों के दैनिक जीवन, सामाजिक संपर्क, पड़ोस के साथ संबंध तथा सामुदायिक गतिविधियों में उनकी सहभागिता का अध्ययन किया जा सकता है। समूह चर्चा के माध्यम से वृद्धों की सामूहिक समस्याओं एवं उनके अनुभवों को समझने में सहायता मिल सकती है। प्राथमिक स्रोतों से प्राप्त जानकारी अध्ययन को वास्तविक सामाजिक परिस्थितियों से जोड़ती है।

द्वितीयक स्रोतों के अंतर्गत पुस्तकों, समाजशास्त्रीय शोध–पत्रों, सरकारी रिपोर्टों, जनगणना संबंधी दस्तावेजों, वृद्धावस्था से संबंधित नीतिगत दस्तावेजों, पत्र–पत्रिकाओं तथा पूर्व प्रकाशित शोध अध्ययनों का उपयोग किया गया है। द्वितीयक स्रोतों के माध्यम से वृद्ध जनसंख्या, परिवार की बदलती संरचना, सामाजिक सुरक्षा, वृद्धावस्था, सामाजिक अलगाव तथा एकाकीपन से संबंधित सैद्धांतिक एवं तथ्यात्मक जानकारी प्राप्त की गई है। विभिन्न शोध अध्ययनों की सहायता से अध्ययन के निष्कर्षों की तुलना व्यापक सामाजिक संदर्भ में की गई है। इस प्रकार प्राथमिक एवं द्वितीयक दोनों प्रकार के स्रोतों के संयोजन से अध्ययन की विश्वसनीयता एवं व्यापकता में वृद्धि होती है।

नमूना चयन के लिए उद्देश्यपूर्ण एवं स्तरीकृत नमूना पद्धति का प्रयोग किया जा सकता है। उद्देश्यपूर्ण नमूना पद्धति के अंतर्गत ऐसे वृद्ध व्यक्तियों का चयन किया जा सकता है जो अध्ययन की समस्या से प्रत्यक्ष रूप से संबंधित हों। वहीं स्तरीकृत नमूना पद्धति के माध्यम से वृद्धों को लिंग, आयु, वैवाहिक स्थिति, ग्रामीण एवं नगरीय निवास, आर्थिक स्थिति, पारिवारिक संरचना तथा बच्चों से दूरी जैसे आधारों पर विभाजित करके उनका अध्ययन किया जा सकता है। इस प्रकार विभिन्न सामाजिक समूहों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव की स्थिति की तुलना करना संभव होगा। अध्ययन में प्राप्त तथ्यों का वर्गीकरण एवं विश्लेषण करके यह समझने का

प्रयास किया गया है कि कौन–से सामाजिक एवं पारिवारिक कारक वृद्धों में एकाकीपन को अधिक प्रभावित करते हैं।

वृद्धों में एकाकीपन के प्रमुख कारण – वृद्धों में एकाकीपन एक बहुआयामी सामाजिक समस्या है जिसके पीछे अनेक पारिवारिक, आर्थिक, सामाजिक एवं व्यक्तिगत कारण कार्य करते हैं। भारतीय समाज में संयुक्त परिवार व्यवस्था वृद्धों के लिए सामाजिक एवं भावनात्मक सुरक्षा का महत्वपूर्ण माध्यम रही है। संयुक्त परिवार में वृद्ध व्यक्ति परिवार के अन्य सदस्यों के साथ रहते थे और दैनिक जीवन में निरंतर संवाद एवं सहभागिता के अवसर प्राप्त करते थे। आधुनिक सामाजिक परिवर्तन के कारण संयुक्त परिवारों का विघटन हुआ है और एकल परिवारों की प्रवृत्ति बढ़ी है। संयुक्त परिवार के विघटन से वृद्धों की पारंपरिक सामाजिक भूमिका में कमी आ सकती है। परिवार के सदस्यों के अलग–अलग रहने से वृद्धों को दैनिक जीवन में भावनात्मक सहयोग एवं व्यक्तिगत देखभाल की कमी का अनुभव हुआ है। विशेष रूप से ऐसे वृद्ध जिनके बच्चे अलग–अलग शहरों में रहते हैं, वे परिवार के सदस्यों से भौतिक दूरी के कारण अकेलेपन का अनुभव कर सकते हैं।

परिवार एवं वृद्धों का सामाजिक संबंध – परिवार वृद्धों के सामाजिक जीवन की सबसे महत्वपूर्ण संस्था है। वृद्धावस्था में परिवार से मिलने वाला भावनात्मक सहयोग व्यक्ति में सुरक्षा, अपनत्व एवं सम्मान की भावना पैदा करता है। परिवार वृद्धों को केवल आर्थिक सहायता ही नहीं देता बल्कि उनके दैनिक जीवन, स्वास्थ्य, भावनात्मक आवश्यकताओं तथा सामाजिक पहचान को भी मजबूत करता है। परिवार में वृद्धों की बात सुनी जाए, उनके अनुभवों को महत्व दिया जाए और उन्हें पारिवारिक निर्णयों में शामिल किया जाए तो उनमें सामाजिक उपयोगिता एवं आत्मसम्मान की भावना बनी रहती है। इसके विपरीत यदि वृद्धों को परिवार के निर्णयों से अलग रखा जाए, उनकी बातों को महत्व न दिया जाए या उनके साथ पर्याप्त संवाद न किया जाए तो वे परिवार के बीच रहते हुए भी सामाजिक रूप से अलगाव का अनुभव कर सकते हैं।

वृद्धों में सामाजिक अलगाव के स्वरूप – वृद्धों में सामाजिक अलगाव विभिन्न स्तरों पर दिखाई दे सकता है। पारिवारिक अलगाव तब उत्पन्न होता है जब वृद्ध व्यक्ति परिवार के सदस्यों के साथ रहते हुए भी उनके साथ पर्याप्त संवाद एवं सहभागिता नहीं कर पाता या परिवार से भौतिक रूप से अलग रहता है। पड़ोस से अलगाव उस समय उत्पन्न हो सकता है जब वृद्ध व्यक्ति अपने पड़ोसियों से संपर्क नहीं रखता अथवा सामाजिक गतिविधियों में भागीदारी कम कर देता है। सामुदायिक अलगाव धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक एवं सामुदायिक गतिविधियों से दूरी के रूप में दिखाई देता है। आर्थिक अलगाव आर्थिक संसाधनों की कमी के कारण सामाजिक कार्यक्रमों एवं गतिविधियों में भाग लेने में असमर्थता से संबंधित है। इसी प्रकार डिजिटल अलगाव आधुनिक संचार तकनीकों का उपयोग न कर पाने के कारण परिवार एवं समाज के व्यापक संचार नेटवर्क से पीछे रह जाने की स्थिति है।

वृद्धावस्था एवं सामाजिक भूमिका – समाज में प्रत्येक व्यक्ति को उसकी सामाजिक स्थिति के अनुसार विभिन्न भूमिकाएँ प्राप्त होती हैं। वृद्धावस्था में रोजगार, परिवार एवं सामाजिक जीवन से जुड़ी भूमिकाओं में परिवर्तन आता है। यदि समाज वृद्ध व्यक्ति को केवल आश्रित या कमजोर व्यक्ति के रूप में देखता है तो उसकी सामाजिक उपयोगिता की भावना प्रभावित हो सकती है। इसके विपरीत यदि वृद्धों को अनुभव एवं ज्ञान के स्रोत के रूप में सम्मान दिया जाए तो वे समाज में सक्रिय भूमिका निभा सकते हैं।

प्रयागराज के विशेष संदर्भ में वृद्धों की स्थिति – प्रयागराज जनपद सामाजिक एवं सांस्कृतिक विविधता वाला महत्वपूर्ण क्षेत्र है। यहाँ ग्रामीण एवं नगरीय सामाजिक जीवन की विभिन्न संरचनाएँ देखने को मिलती हैं। नगरीकरण, शिक्षा, रोजगार तथा प्रवासन की प्रक्रियाओं ने पारिवारिक संबंधों को प्रभावित किया है। नगरीय क्षेत्रों में छोटे परिवार एवं व्यस्त जीवनशैली के कारण वृद्धों के साथ प्रत्यक्ष संवाद के अवसर सीमित हो सकते हैं। दूसरी ओर ग्रामीण क्षेत्रों में पारंपरिक पारिवारिक संबंधों का प्रभाव अधिक हो सकता है, किंतु रोजगार एवं शिक्षा के लिए युवाओं के बाहर जाने से ग्रामीण वृद्धों की स्थिति भी बदल रही है। प्रयागराज जनपद में वृद्धों की सामाजिक स्थिति का अध्ययन करते समय ग्रामीण एवं नगरीय वृद्धों की तुलना महत्वपूर्ण होगी। इसके साथ ही

पुरुष एवं महिला वृद्धों, विवाहित एवं विधवाधविधुर वृद्धों, अकेले रहने वाले एवं परिवार के साथ रहने वाले वृद्धों तथा आर्थिक रूप से स्वतंत्र एवं आश्रित वृद्धों के बीच भी तुलना की जा सकती है। बच्चों के साथ रहने वाले और बच्चों से दूर रहने वाले वृद्धों की सामाजिक स्थिति का तुलनात्मक अध्ययन एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव के प्रमुख कारणों को समझने में सहायक होगा। इसी प्रकार सामाजिक एवं धार्मिक संस्थाओं से जुड़े वृद्धों और ऐसी गतिविधियों से दूर रहने वाले वृद्धों के बीच अंतर का अध्ययन भी महत्वपूर्ण हो सकता है।

वृद्ध महिलाओं में एकाकीपन – वृद्ध महिलाओं की सामाजिक स्थिति कई कारणों से जटिल हो सकती है। जीवनसाथी की मृत्यु के बाद उन्हें आर्थिक, सामाजिक एवं भावनात्मक निर्भरता का सामना करना पड़ सकता है। विशेष रूप से विधवा महिलाओं के लिए परिवार में निर्णय लेने की भूमिका, आर्थिक संसाधनों तक पहुँच तथा सामाजिक सहभागिता महत्वपूर्ण प्रश्न हैं। कुछ वृद्ध महिलाएँ बच्चों के परिवार में रहते हुए भी निर्णय प्रक्रिया से अलग महसूस कर सकती हैं। घरेलू कार्यों में उनकी भूमिका बनी रहने के बावजूद उनकी भावनात्मक आवश्यकताओं की उपेक्षा संभव है। इसलिए वृद्ध महिलाओं में एकाकीपन का अध्ययन करते समय लैंगिक असमानता, आर्थिक निर्भरता, पारिवारिक सत्ता–संबंधों तथा सामाजिक मान्यताओं को विशेष महत्व देना आवश्यक है।

वृद्ध पुरुषों में एकाकीपन – वृद्ध पुरुषों में एकाकीपन का संबंध विशेष रूप से सेवानिवृत्ति, सामाजिक पहचान एवं जीवनसाथी से जुड़े संबंधों से हो सकता है। कार्यकाल के दौरान व्यक्ति का सामाजिक नेटवर्क सामान्यतः व्यापक होता है। सेवानिवृत्ति के बाद कार्यस्थल से जुड़े संबंध कम हो सकते हैं और दैनिक जीवन की गतिविधियों में परिवर्तन आ सकता है। यदि व्यक्ति को नई सामाजिक भूमिका नहीं मिलती तो वह सामाजिक उपयोगिता की भावना में कमी अनुभव कर सकता है। ऐसे में वरिष्ठ नागरिक समूहों, सामुदायिक संस्थाओं, धार्मिक एवं सांस्कृतिक गतिविधियों तथा सामाजिक संगठनों से जुड़ाव वृद्ध पुरुषों के लिए उपयोगी हो सकता है।

आर्थिक स्थिति एवं एकाकीपन – आर्थिक स्थिति वृद्धों के सामाजिक जीवन का महत्वपूर्ण निर्धारक है। आर्थिक रूप से स्वतंत्र वृद्ध व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं को पूरा करने तथा सामाजिक गतिविधियों में भाग लेने के लिए अधिक स्वतंत्र हो सकता है। इसके विपरीत आर्थिक रूप से निर्भर वृद्ध व्यक्ति परिवार पर निर्भर रहता है और कई बार अपनी आवश्यकताओं को व्यक्त करने में संकोच करता है। आर्थिक निर्भरता व्यक्ति के आत्मसम्मान को प्रभावित कर सकती है तथा सामाजिक सहभागिता को सीमित कर सकती है। इसलिए वृद्धावस्था में पेंशन, बचत, नियमित आय तथा सामाजिक सुरक्षा जैसी व्यवस्थाएँ व्यक्ति को आर्थिक स्वतंत्रता प्रदान करने के साथ–साथ उसके सामाजिक जीवन को भी मजबूत कर सकती हैं।

स्वास्थ्य एवं सामाजिक अलगाव – वृद्धावस्था में स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं के कारण सामाजिक गतिविधियों में कमी आ सकती है। यदि व्यक्ति को चलने–फिरने, देखने अथवा सुनने में कठिनाई है तो वह घर से बाहर जाने एवं सामाजिक कार्यक्रमों में भाग लेने से बच सकता है। इस प्रकार स्वास्थ्य समस्या धीरे–धीरे सामाजिक नेटवर्क को कमजोर कर सकती है। सामाजिक नेटवर्क कमजोर होने पर व्यक्ति को भावनात्मक एवं व्यावहारिक सहयोग कम मिलता है, जिससे उसकी सामाजिक सुरक्षा प्रभावित होती है। इसलिए वृद्धों की स्वास्थ्य सेवाओं को केवल चिकित्सा उपचार तक सीमित न रखते हुए सामाजिक सहभागिता एवं सामुदायिक जीवन से जोड़ना आवश्यक है।

समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से विश्लेषण – वृद्धों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव की समस्या को विभिन्न समाजशास्त्रीय दृष्टिकोणों के माध्यम से समझा जा सकता है। संरचनात्मक–प्रकार्यात्मक दृष्टिकोण के अनुसार परिवार समाज की एक महत्वपूर्ण संस्था है, जो अपने सदस्यों को सामाजिक सुरक्षा, भावनात्मक सहयोग एवं भूमिकाएँ प्रदान करता है। संयुक्त परिवार के विघटन एवं एकल परिवारों के विस्तार से वृद्धों की पारंपरिक देखभाल व्यवस्था प्रभावित हो सकती है। इस दृष्टिकोण से वृद्धों की समस्या को परिवार की बदलती संरचना एवं कार्यों के संदर्भ में समझा जा सकता है।

एकाकीपन के सामाजिक प्रभाव – वृद्धों में एकाकीपन का प्रभाव उनके व्यक्तिगत जीवन के साथ–साथ पारिवारिक एवं सामाजिक जीवन पर भी पड़ता है। लंबे समय तक एकाकीपन रहने पर सामाजिक गतिविधियों में कमी, परिवार से संवाद में कमी, आत्मविश्वास में गिरावट तथा सामाजिक उपयोगिता की भावना में कमी हो सकती है। व्यक्ति सामाजिक संस्थाओं एवं सामुदायिक गतिविधियों से दूर हो सकता है। पारिवारिक संबंधों में तनाव और सामाजिक निर्भरता में वृद्धि भी संभव है। इस प्रकार एकाकीपन वृद्धों की जीवन–गुणवत्ता को प्रभावित करने वाली व्यापक सामाजिक समस्या है। इसे केवल व्यक्ति की व्यक्तिगत भावना मानने के बजाय परिवार एवं समाज की संरचना से जोड़कर समझना आवश्यक है।

सामाजिक समर्थन की भूमिका – वृद्धों में एकाकीपन कम करने के लिए सामाजिक समर्थन अत्यंत महत्वपूर्ण है। परिवार, मित्र, पड़ोसी, रिश्तेदार, धार्मिक संस्थाएँ, वरिष्ठ नागरिक संगठन, स्वयंसेवी संस्थाएँ तथा स्थानीय समुदाय वृद्धों के लिए सामाजिक समर्थन के प्रमुख स्रोत हो सकते हैं। नियमित बातचीत, साथ भोजन करना, स्वास्थ्य संबंधी सहायता देना, सामाजिक कार्यक्रमों में साथ ले जाना तथा निर्णय प्रक्रिया में वृद्धों को शामिल करना उनके सामाजिक जीवन को बेहतर बनाता है। सामाजिक समर्थन वृद्धों में सुरक्षा एवं आत्मीयता की भावना पैदा करता है तथा उन्हें यह अनुभव कराता है कि वे परिवार एवं समाज के महत्वपूर्ण सदस्य हैं।

डिजिटल तकनीक और वृद्ध – आधुनिक समय में डिजिटल तकनीक वृद्धों के सामाजिक संपर्क का महत्वपूर्ण माध्यम बन सकती है। वीडियो कॉल, मोबाइल संदेश एवं अन्य डिजिटल माध्यमों के द्वारा दूर रहने वाले बच्चे और रिश्तेदार वृद्धों के संपर्क में रह सकते हैं। हालांकि डिजिटल तकनीक का प्रभावी उपयोग तभी संभव है जब वृद्धों को इसके संचालन एवं उपयोग का पर्याप्त ज्ञान हो। इसलिए डिजिटल साक्षरता कार्यक्रमों के माध्यम से वृद्धों को स्मार्टफोन, वीडियो कॉल, इंटरनेट तथा ऑनलाइन सेवाओं का प्रशिक्षण देना आवश्यक है। डिजिटल संपर्क प्रत्यक्ष सामाजिक संबंध का पूर्ण विकल्प नहीं है, लेकिन भौगोलिक दूरी की स्थिति में यह सामाजिक एवं पारिवारिक संवाद को बनाए रखने का प्रभावी माध्यम बन सकता है।

वृद्धों के लिए सामाजिक सुरक्षा – वृद्धावस्था में आर्थिक एवं सामाजिक सुरक्षा की भावना व्यक्ति के जीवन को स्थिरता प्रदान करती है। वृद्धावस्था पेंशन, स्वास्थ्य सुविधाएँ, आर्थिक सहायता, आवास, भोजन एवं सामाजिक देखभाल जैसी व्यवस्थाएँ वृद्धों के लिए महत्वपूर्ण हैं। सरकारी योजनाओं की जानकारी का अभाव भी वृद्धों की सामाजिक असुरक्षा का कारण बन सकता है। इसलिए स्थानीय प्रशासन, सामाजिक संस्थाओं एवं स्वयंसेवी संगठनों को वृद्धों तक सामाजिक सुरक्षा योजनाओं की जानकारी सरल एवं सुलभ रूप में पहुँचानी चाहिए। आर्थिक सुरक्षा के साथ सामाजिक सुरक्षा एवं सम्मान भी सुनिश्चित किया जाना आवश्यक है।

निष्कर्षः

निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि वृद्धावस्था जीवन की स्वाभाविक अवस्था है, किंतु आधुनिक सामाजिक परिवर्तन के संदर्भ में वृद्धों की स्थिति अनेक नई चुनौतियों से जुड़ गई है। एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव वृद्धों की प्रमुख सामाजिक समस्याओं में से हैं। इन समस्याओं का संबंध केवल वृद्ध व्यक्ति की व्यक्तिगत परिस्थिति से नहीं है बल्कि परिवार, अर्थव्यवस्था, सामाजिक संरचना, नगरीकरण, प्रवासन एवं बदलते सामाजिक मूल्यों से भी है। प्रयागराज जनपद के संदर्भ में वृद्धों की स्थिति का अध्ययन यह संकेत देता है कि परिवार एवं समुदाय की भूमिका वृद्धों के सामाजिक जीवन में अत्यंत महत्वपूर्ण है। बच्चों का रोजगार एवं शिक्षा के कारण बाहर जाना, संयुक्त परिवार व्यवस्था में परिवर्तन, आर्थिक निर्भरता, स्वास्थ्य संबंधी कठिनाइयाँ तथा सामाजिक गतिविधियों में कमी वृद्धों के एकाकीपन को बढ़ा सकती हैं। वृद्धों को समाज पर बोझ के रूप में देखने की मानसिकता में परिवर्तन आवश्यक है। वृद्ध व्यक्ति जीवन के व्यापक अनुभव, सामाजिक स्मृति, सांस्कृतिक ज्ञान एवं नैतिक मूल्यों के महत्वपूर्ण वाहक हैं। उन्हें सामाजिक जीवन में सक्रिय भूमिका प्रदान करके उनकी उपयोगिता एवं आत्मसम्मान की भावना को मजबूत किया जा सकता है। वृद्धों में एकाकीपन एवं सामाजिक अलगाव का समाधान केवल आर्थिक सहायता से संभव नहीं है। इसके लिए भावनात्मक सहयोग, पारिवारिक सम्मान, सामाजिक सहभागिता, सामुदायिक जुड़ाव और गरिमापूर्ण जीवन की व्यवस्था आवश्यक है। वृद्धों की सामाजिक गरिमा की रक्षा वास्तव में एक संवेदनशील एवं समावेशी समाज के निर्माण की पहचान है।

संदर्भ –

[1] शाह, ए. एम. भारत में परिवार का गृहस्थीगत आयाम. नई दिल्ली : ओरिएंट लॉन्गमैन, 1973, पृ. 1–25.
[2] कर्वे, इरावती. भारत में नातेदारी संगठन. बॉम्बे : एशिया पब्लिशिंग हाउस, 1965, पृ. 1–18.
[3] दांडेकर, कुमुदिनी. भारत में वृद्धजन. नई दिल्ली : सेज पब्लिकेशन्स, 1996, पृ. 63–82.
[4] वीस, रॉबर्ट एस. एकाकीपन : भावनात्मक एवं सामाजिक अलगाव का अनुभव. कैम्ब्रिज, मैसाचुसेट्स : एम.आई. टी. प्रेस, 1973, पृ. 1–17.
[5]वीस, रॉबर्ट एस. एकाकीपन : भावनात्मक एवं सामाजिक अलगाव का अनुभव. कैम्ब्रिज, मैसाचुसेट्स : एम.आई. टी. प्रेस, 1973, पृ. 17–40.