



1. डॉ० मधु कुमारी
2. निशान्त अंजुम

किशोरों में व्यक्तिगत स्वच्छता के प्रति दृष्टिकोण (एक समाजशास्त्रीय अध्ययन)

1. प्रोफेसर एवं अध्यक्ष— स्नातकोत्तर समाजशास्त्र विभाग, जे०डी० वीमेन्स कॉलेज, 2. शोध अध्येता— खलिलपुरा, फुलवारीशरीफ— पटना (बिहार) भारत

Received-01.11.2022, Revised-07.11.2022, Accepted-11.11.2022 E-mail: akbar786ali888@gmail.com

सांक्षेपः मानव जीवन को मुख्य रूप से चार अवस्थाओं में बाँटा गया है, जिन्हें क्रमशः बाल्यावस्था, किशोरावस्था, व्यस्कावस्था तथा वृद्धावस्था कहा जाता है। इनमें से प्रत्येक अवस्था की अपनी-अपनी विशेषताएँ तथा समस्याएँ होती हैं। अध्ययन समस्या किशोरावस्था से सम्बन्धित है। किशोरावस्था मानव जीवन की सबसे महत्वपूर्ण अवस्था है, जिसमें कुछ विशेष प्रकार के शारीरिक, मासिक, संवेगात्मक तथा सामाजिक विकास होते हैं। किशोरावस्था के मुख्य तीन पक्ष होते हैं, जिन्हें पूर्व किशोरावस्था (10-12 वर्ष तक), प्रारम्भिक किशोरावस्था (13-16 वर्ष तक) तथा किशोरावस्था की अंतिम अवस्था (17-21 वर्ष तक) कहते हैं। इस प्रकार यह कहा जा सकता है कि किशोरावस्था एक ऐसी अवस्था है, जहाँ एक ओर बाल्यावस्था समाप्ति के कगार पर होती है और युवावस्था का आरम्भ होने वाला होता है, अर्थात् बाल्यावस्था की समाप्ति तथा युवावस्था के आरम्भ के मध्य को किशोरावस्था कहते हैं।

कुंजीशब्द— बाल्यावस्था, किशोरावस्था, व्यस्कावस्था, अध्ययन समस्या, मानव जीवन, शारीरिक, मासिक, संवेगात्मक।

किशोरावस्था स्वास्थ्य की दृष्टि से एक आदर्श स्थिति होती है, परन्तु किशोर जिस तरह के स्वास्थ्य संबंधी विकल्प चुनते हैं या अन्य लोग उनके लिए जिन बातों का चयन करते हैं, उनका असर जीवनपर्यन्त इनके स्वास्थ्य पर पड़ता है। किशोरों में 33 प्रतिशत से अधिक बीमारियाँ और 60 प्रतिशत अपरिपक्व मौतें किशोरावस्था के दौरान व्यवहारगत अथवा इस अवस्था में प्रारम्भ होने वाली अन्य स्थितियों से सम्बद्ध होती हैं। उदाहरण के लिए तम्बाकू और अल्कोहल का प्रयोग, खाने की अच्छी आदतों का अभाव, शारीरिक व्यायाम में कमी, मोटापा, यौन शोषण और जोखिमपूर्ण यौन व्यवहार आदि ऐसी बातें हैं, जो किशोरों के शारीरिक और बौद्धिक विकास पर असर डालती हैं। अतः इन समस्याओं से छुटकारा पाने के लिए आवश्यक है कि किशोरों को ऐसा माहौल और शिक्षा प्रदान की जाय, जिससे वे नकारात्मक व्यवहार को त्याग कर सकें।

किशोरों के स्वास्थ्य को बनाये रखने में व्यक्तिगत सहायता की अहम् भूमिका होती है। अतः भौतिक एवं पर्यावरण सम्बन्धी स्वच्छता के साथ-साथ किशोरों को अपने स्वास्थ्य की रक्षा एवं निरोग रहने के लिए अपने शारीरिक स्वच्छता पर ध्यान देना आवश्यक है। व्यक्तिगत स्वच्छता का प्रभाव व्यक्ति के ऊपर पड़ता है। व्यक्ति की शारीरिक एवं मानसिक स्थितियाँ उसके स्वस्थ शरीर से अर्न्तसम्बन्धित हैं। शारीरिक एवं मासिक दृष्टि से स्वस्थ रहने के लिए यह आवश्यक है कि प्रत्येक व्यक्ति अपने स्वास्थ्य निर्धारक कारकों के प्रति सजग हों।

व्यक्ति की स्वच्छता सम्बन्धी आदतें स्वास्थ्य की दशाओं एवं रोग की स्थितियों को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती हैं। व्यक्ति जिस समाज में रहता है, उसके अन्तर्गत उसकी प्रस्थिति उसके स्वास्थ्य की दशाओं को निर्धारित करती है। वस्तुतः व्यक्तिगत स्वास्थ्य व्यक्ति की सामाजिक सांस्कृतिक पृष्ठभूमि एवं सामाजिक प्रस्थिति से घनिष्ठ सम्बन्ध है। संस्कृति स्वच्छता सम्बन्धी आदतों का निर्धारण करती है। स्थान, विश्राम, शारीरिक स्वच्छता और भोजन सम्बन्धी आदतों की नियमितता का निर्धारण सामान्यतः समूह की संस्कृति द्वारा ही होता है।

परम्परागत विश्वास, सांस्कृतिक मान्यताएँ, सामाजिक एवं सामुदायिक रीतियाँ, प्रतिमान एवं मूल्यों द्वारा व्यक्ति की दिनचर्या का निर्धारण किया जाता है। प्रत्येक समाज अपने सदस्यों को आचरण सम्बन्धी कुछ नियमों का प्रतिपालन करने पर बल देती है। धार्मिक अथवा सांस्कृतिक पक्ष से सम्बन्धित इन आचार संहितों के अन्तर्गत व्यक्तिगत स्वच्छता का प्राथमिक उद्देश्य चाहे जो भी, परन्तु मूल उद्देश्य यही होता है कि व्यक्ति शारीरिक एवं मासिक रूप से स्वस्थ हो और सामाजिक एवं सामुदायिक व्यवस्था के स्वस्थ प्रकार्यों में सहभागी हो।

प्रत्येक समाज में स्वास्थ्य के अलग-अलग स्तर पाये जाते हैं। समाज के अन्तर्गत निवास करने वाले व्यक्तियों के स्वास्थ्य में भी विविधता पायी जाती है। शारीरिक बनावट, वंशानुक्रम के प्रभाव के साथ-साथ व्यक्ति की सामाजिक-आर्थिक प्रस्थिति भी उसकी स्वच्छता सम्बन्धी आदतों का निर्धारण करती है। प्रत्येक व्यक्ति की अपनी दिनचर्या होती है और उस क्रम में वह अपने आवश्यकताओं के अनुरूप अपने शरीर की देख-भाल करता है। व्यक्तिगत स्वच्छता सम्बन्धी आदतों में अन्तर व्यक्ति के जीवन स्तर एवं आर्थिक दशाओं के कारण होता है।

व्यक्तिगत स्वच्छता के प्राथमिक मानदण्डों में शरीर के विभिन्न अंगों की सफाई आती है। स्वास्थ्य की संस्कृति अथवा व्यवस्था के क्षेत्र में व्यक्तिगत स्वच्छता का महत्वपूर्ण स्थान है। इसकी असावधानी और अनियमितता व्यक्ति के स्वास्थ्य पर



प्रतिकूल प्रभाव डालती है तथा रोग ग्रस्त होने का मार्ग प्रशस्त करती है। कुछ मजदूर, छोटे कृषक एवं सामान्य श्रमिक वर्ग का स्वास्थ्य स्तर समाज के अन्य वर्गों की तुलना में बहुत ही निम्न रहा है। व्यक्तिगत स्वच्छता सम्बन्धी आदतों में शारीरिक व्यायाम, बालों की सफाई, स्नान, दाँतों की सफाई, नाखून की सफाई एवं कपड़ों की सफाई इत्यादि का महत्वपूर्ण स्थान है।

अतः व्यक्तिगत स्वच्छता के प्रति किशोरों के दृष्टिकोण तथा आदतों का अध्ययन करके स्वास्थ्य के प्रति उनकी जागरूकता का मूल्यांकन किया जा सकता है।

अध्ययन का उद्देश्य— प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य किशोरों में व्यक्तिगत स्वच्छता के प्रति दृष्टिकोण का अध्ययन करना है।

प्रस्तुत अध्ययन के लिए निम्नलिखित उपकल्पनाओं का निर्माण किया गया है —

- (1) पूर्व किशोरावस्था के किशोर अपने बाल तथा नाखून की सफाई पर कम ध्यान देते हैं।
- (2) अंतिम किशोरावस्था के किशोर अपने दाँतों की सफाई का महत्व समझते हैं।
- (3) पूर्व किशोरावस्था की तुलना में अंतिम किशोरावस्था के किशोर स्थान पर विशेष ध्यान देते हैं।

निष्कर्ष के रूप में कहा जा सकता है कि पटना जिला के ग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले अधिकांश किशोर—किशोरियों में व्यक्तिगत स्वच्छता के प्रति जागरूकता पायी जाती है, क्योंकि 58 प्रतिशत उत्तरदाता अपने बाल तथा नाखून की सफाई नियमित रूप से करते हैं। 82 प्रतिशत दाँतों की सफाई का महत्व जानते हैं। 80 प्रतिशत किशोर प्रतिदिन स्नान करते हैं। उनका मानना है कि स्नान करने से शारीरिक गन्दगी समाप्त होता है तथा रोग की उत्पत्ति नहीं होती है।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

1. Karve, 1957 : Social and Cultural factors in environmental sanitation in Rural India (A Report on the conference held in New Delhi on 10-11th Sept-&1956) Ministry of Health, Government of India.
2. Sharma, U. 1988 : Living standards : Poverty and Health, the journal of Family Welfare, vol- 34, Ho- 4, June, pp- 45-49.
