

AMOGHVARTA

ISSN : 2583-3189



वर्क फ्रॉम होम का सामाजिक एवं पारिवारिक व्यवहार पर प्रभाव: एक समाजशास्त्रीय अध्ययन

ORIGINAL ARTICLE



Author

प्रीति पांडे

सहायक प्राध्यापक

शिक्षा विभाग

देव संस्कृति कॉलेज

खपरी, धमधा रोड, दुर्ग, छत्तीसगढ़, भारत

शोध सार

वर्तमान समय में सूचना एवं संचार औद्योगिकी के तीव्र विकास तथा कोविड-19 महामारी के बाद वर्क फ्रॉम होम कार्य प्रणाली का व्यापक विस्तार हुआ है। इस कार्य व्यवस्था में कर्मचारियों के कार्य करने के तरीके के साथ-साथ उनके सामाजिक एवं पारिवारिक व्यवहार में भी महत्वपूर्ण परिवर्तन किए हैं। प्रस्तुत शोध पत्र का उद्देश्य वर्क फ्रॉम होम का कर्मचारियों के सामाजिक एवं पारिवारिक व्यवहार पर पड़ने वाले प्रभावों का समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से अध्ययन करना है। इस अध्ययन में वर्क फ्रॉम होम के कारण सामाजिक संबंधों, पारिवारिक जीवन कार्य जीवन – संतुलन सामाजिक सहभागिता तथा पारिवारिक उत्तरदायित्वों में आए परिवर्तनों का विश्लेषण किया जायेगा। अध्ययन में यह जानने का प्रयास किया जाएगा कि वर्क फ्रॉम होम के कर्मचारियों की कार्यक्षमता, पारिवारिक सामंजस्य सामाजिक संपर्क तथा मानसिक संतुष्टि को किस प्रकार प्रभावित किया है। वर्क फ्रॉम होम आधुनिक संस्कृति का एक महत्वपूर्ण अंग बन चुका है। इसकी सफलता के लिए आवश्यक है कि संस्थाएं स्पष्ट कार्य नीतियां बनाएं, कर्मचारियों को मानसिक एवं तकनीकी सहयोग प्रदान करें तथा कार्य और

पारिवारिक जीवन के बीच संतुलन स्थापित करने हेतु अनुकूल वातावरण विकसित करें।

मुख्य शब्द

वर्क फ्रॉम होम, कार्य जीवन संतुलन, डिजिटल कार्य संस्कृति, पारिवारिक व्यवहार, सामाजिक व्यवहार.

परिचय

वर्तमान वैश्विक परिदृश्य में सूचना एवं संचार औद्योगिकी के तीव्र विकास ने कार्य करने की पारंपरिक प्रणाली में व्यापक परिवर्तन किए हैं। विशेष रूपसे कोविड 19 महामारी के दौरान अनेक सरकारी एवं निजी संस्थानों ने कर्मचारियों को घर से कार्य करने की सुविधा प्रदान की, जिसे वर्क फ्रॉम होम कहा जाता है। प्रारंभ में यह व्यवस्थाएं आपातकालीन उपाय के रूप में अपनाई गई थी, किंतु समय के साथ यह आधुनिक कार्य संस्कृति का एक स्थायी और प्रभावी विकल्प बन गई। वर्क फ्रॉम होम व्यवस्था में कर्मचारियों के दैनिक जीवन सामाजिक संबंधों और पारिवारिक भूमिकाओं को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित किया है। एक और परिवार के साथ अधिक समय बिताने, यात्रा में समय और धन की बचत तथा कार्य में लचीलापन जैसे लाभ प्राप्त हुए, वहीं दूसरी ओर कार्य और पारिवारिक जीवन के बीच संतुलन बनाये रखने की कठिनाइयां, मानसिक तनाव, सामाजिक संपर्क में कमी तथा विशेष रूप से महिलाओं पर घरेलू और व्यवसायिक दायित्वों का दोहरा भार जैसी समस्याएं भी उभरकर सामने आईं।

समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से वर्क फ्रॉम होम केवल रोजगार की एक नई पद्धति नहीं है, बल्कि यह सामाजिक संरक्षण, पारिवारिक व्यवस्था, लैंगिक भूमिकाओं, सामाजिक संबंधों तथा जीवन शैली में हो रहे परिवर्तनों का दर्पण है। परिवार समाज की आधारभूत संस्था है और व्यक्ति के सामाजिक सांस्कृतिक एवं भावनात्मक विकास में इसकी महत्वपूर्ण भूमिका होती है। जब कार्यस्थल परिवार के भौतिक परिवेश का हिस्सा बन जाता है, तब पारिवारिक भूमिकाओं, दायित्वों संबंधी तथा निर्बाध प्रक्रिया को भी परिवर्तन स्वाभाविक रूप से दिखाई देता है। इस कारण वर्क फ्रॉम होम के प्रभावों का अध्ययन समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से अत्यंत महत्वपूर्ण हो जाता है।

वर्क फ्रॉम होम का प्रभाव परिवार के प्रत्येक सदस्य पर समान रूप से नहीं पड़ता। कार्यरत महिलाओं के संदर्भ में यह व्यवस्था विशेष महत्व रखती है, क्योंकि उन्हें व्यवसायिक उत्तरदायित्वों के साथ साथ घरेलू कार्य बच्चों की देखभाल तथा परिवार की अन्य जिम्मेदारियों का भी निर्वहन करना पड़ता है। अनेक अध्ययनों से संकेत मिलता है कि घर से कार्य करने के कारण महिलाओं पर दोहरी जिम्मेदारियों का दबाव बढ़ा है, जबकि कुछ परिवारों में पुरुषों की घरेलू कार्यों में भागीदारी भी बढ़ी है। इससे पारिवारिक भूमिकाओं एवं लैंगिक संबंधों में परिवर्तन के नए आयाम विकसित हुए हैं। सामाजिक व्यवहार की दृष्टि से भी वर्क फ्रॉम होम के दूरगामी प्रभाव देखने को मिलते हैं। कार्यालय में सहकर्मियों के साथ प्रत्यक्ष संवाद, समूह कार्य, सामाजिक सहभागिता तथा अनौपचारिक संपर्क व्यक्ति के सामाजिक जीवन का महत्वपूर्ण भाग होते हैं। घर से कार्य करने के कारण इन प्रत्यक्ष संपर्कों में कमी आई है और उनकी जगह डिजिटल संचार माध्यमों ने ले ली है। इससे संचार के नए अवसर तो विकसित हुए हैं, किंतु सामाजिक अलगाव, अकेलेपन की भावना और सामूहिक कार्य संस्कृति में परिवर्तन जैसी चुनौतियाँ भी उत्पन्न हुई हैं।

इसके अतिरिक्त वर्क फ्रॉम होम ने बच्चों के पालन पोषण, बुजुर्गों की देखभाल, पारिवारिक संवाद, आर्थिक व्यय, समय-प्रबंधन तथा कार्य जीवन संतुलन को भी प्रभावित किया है। कुछ परिवारों में इससे आपसी सहयोग, भावनात्मक निकटता और पारिवारिक सहभागिता में वृद्धि हुई, जबकि अन्य परिवारों में सीमित स्थान, इंटरनेट संबंधी समस्याएं, कार्य का बढ़ता दबाव तथा घरेलू दायित्वों के कारण तनाव और मतभेद भी बढ़े। इस प्रकार इसके प्रभाव व्यक्ति, परिवार, कार्य की प्रकृति तथा सामाजिक भिन्न-भिन्न हो सकते हैं।

भारत जैसे विविध सामाजिक एवं सांस्कृतिक परिवेश वाले देश में वर्क फ्रॉम होम के प्रभावों का अध्ययन और भी अधिक महत्वपूर्ण हो जाता है। यहाँ संयुक्त एवं एक परिवार, ग्रामीण एवं शहरी जीवन, आय स्तर, डिजिटल संसाधनों की उपलब्धता तथा लैंगिक भूमिकाओं में विविधता होने के कारण प्रत्येक परिवार का अनुभव अलग हो सकता है।

अध्ययन की आवश्यकता

सूचना एवं संचार औद्योगिकी के विकास तथा कोविड 19 महामारी के बाद वर्क फ्रॉम होम कार्य व्यवस्था का व्यापक विस्तार हुआ है। इस व्यवस्था के तरीके के साथ-साथ उनके सामाजिक एवं पारिवारिक प्रभावित किया है। परिवार के साथ अधिक समय बिताने, कार्य में लचीलापन तथा समय की बचत जैसे सकारात्मक प्रभाव देखने को मिले हैं, वहीं कार्य जीवन संतुलन, मानसिक तनाव, सामाजिक संपर्क में कमी तथा घरेलू और व्यवसायिक दायित्वों के बीच समन्वय जैसी चुनौतियाँ भी सामने आई हैं।

समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से यह विषय इसलिए महत्वपूर्ण हैं, क्योंकि वर्क फ्रॉम होम पारिवारिक संबंधी, सामाजिक व्यवहार, लैंगिक भूमिकाओं तथा कार्य-संस्कृति में महत्वपूर्ण परिवर्तन उत्पन्न किए हैं। इन परिवर्तनों का अध्ययन वर्तमान समय की आवश्यकता है, जिससे इसके सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों का मूल्यांकन किया जा सके तथा भविष्य में कर्मचारियों और परिवारों के हित में प्रभावी कार्य नीतियाँ विकसित की जा सकें।

साहित्य समीक्षा

श्रीवास्तव, अग्रवाल एवं रावत (2015) ने भारतीय आईटी क्षेत्र के कर्मचारियों पर वर्क फ्रॉम होम की अवधारणा का अध्ययन किया। अध्ययन में पाया गया कि वर्क फ्रॉम होम से समय और यात्रा व्यय में कमी आती है तथा कर्मचारियों का कार्य में लचीलापन मिलता है, हालाँकि कार्यस्थल पर प्रत्यक्ष संवाद की कमी तथा कार्य और निजी जीवन के बीच संतुलन बनाए रखना प्रमुख चुनौतियाँ रही।

गोस्वामी (2022) ने भारत के दोहरे आय वाले परिवारों में वर्क फ्रॉम होम के प्रभावों का अध्ययन किया। अध्ययन में पाया गया कि घर से कार्य करने की व्यवस्था ने महिलाओं और पुरुषों के अनुभवों में स्पष्ट अंतर उत्पन्न किया। महिलाओं पर घरेलू दायित्वों का बोझ अपेक्षाकृत अधिक रहा, जबकि पारिवारिक सहयोग से कार्य जीवन संतुलन में सुधार देखा गया।

कुद्रा, श्रीन एवं द्विवेदी (2023) ने भारतीय कार्यरत महिलाओं पर वर्क फ्रॉम होम तथा पारिवारिक सहयोग के प्रभाव का अध्ययन किया। अध्ययन से स्पष्ट हुआ कि परिवार का सहयोग महिलाओं की कार्य उत्पादकता बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाना है, जबकि घरेलू जिम्मेदारियों का बढ़ता बोझ कार्य जीवन संतुलन को प्रभावित करता है।

लभाभवन (2024) ने भारत में कार्यरत माताओं पर वर्क फ्रॉम होम के प्रभावों का अध्ययन किया। शोध में पाया गया कि घरेलू सहायता की कमी तथा पारिवारिक जिम्मेदारियों के कारण महिलाओं में कार्य परिवार संघर्ष बढ़ा, जिससे उनकी नौकरी संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित हुआ।

अध्ययन के उद्देश्य

1. वर्क फ्रॉम होम का सामाजिक व्यवहार पर पड़ने वाले प्रभावों का अध्ययन करना।
2. वर्क फ्रॉम होम का पारिवारिक व्यवहार एवं पारिवारिक संबंधों पर पड़ने वाले प्रभावों का विश्लेषण करना।
3. वर्क फ्रॉम होम के कारण कार्य जीवन संतुलन में आए परिवर्तनों का अध्ययन करना।
4. वर्क फ्रॉम होम का महिलाओं एवं पुरुषों की पारिवारिक भूमिकाओं पर पड़ने वाले प्रभावों का मूल्यांकन करना।
5. वर्क फ्रॉम होम के सकारात्मक एवं नकारात्मक प्रभावों का समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से विश्लेषण करना।
6. वर्क फ्रॉम होम व्यवस्था को अधिक प्रभावी एवं संतुलित बनाने हेतु सुझाव प्रस्तुत करना।

शोध पद्धति

प्रस्तुत अध्ययन गुणात्मक, वर्णनात्मक एवं विश्लेषणात्मक प्रकृति का समीक्षात्मक शोध है। यह अध्ययन पूर्णतः द्वितीयक आंकड़ों पर आधारित है। अध्ययन के लिए वर्क फ्रॉम होम सामाजिक व्यवहार, पारिवारिक व्यवहार, कार्य जीवन संतुलन तथा लैंगिक भूमिकाओं से संबंधित राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय शोध पत्रों, शोध प्रबंधों पुस्तकों, सरकारी एवं संस्थागत रिपोर्ट तथा प्रतिष्ठित शोध पत्रिकाओं में प्रकाशित साहित्य का संकलन किया गया। संकलित सामग्री का आलोचनात्मक अध्ययन, तुलनात्मक विश्लेषण तथा विषय वस्तु विश्लेषण की सहायता से वर्क फ्रॉम होम के सामाजिक एवं पारिवारिक प्रभावों का समाजशास्त्रीय दृष्टिकोण से विश्लेषण किया गया है।

वर्क फ्रॉम होम का सामाजिक व्यवहार पर प्रभाव

वर्क फ्रॉम होम ने व्यक्तियों के सामाजिक जीवन में महत्वपूर्ण परिवर्तन किए हैं। पारंपरिक कार्यालय व्यवस्था में कर्मचारी सहकर्मियों के साथ प्रत्यक्ष संवाद समूह कार्य तथा सामाजिक गतिविधियों में सक्रिय रूप से भाग लेते थे। घर से कार्य करने की व्यवस्था के कारण इन प्रत्यक्ष सामाजिक संपर्कों में कमी आई तथा डिजिटल संचार माध्यमों का उपयोग बढ़ गया परिणामस्वरूप सामाजिक संबंधों की प्रकृति में परिवर्तन देखा गया। इसके साथ ही कर्मचारियों को परिवार के साथ अधिक समय बिताने का अवसर प्रदान किया, जिससे पारिवारिक संवाद एवं भावनात्मक संबंधों में सकारात्मक परिवर्तन देखने को मिले। लंबे समय तक धर रहकर कार्य करने के कारण कुछ कर्मचारियों में सामाजिक अलगाव, अकेलेपन की भावना तथा मानसिक तनाव जैसी समस्याएं भी देखी गईं।

पारिवारिक व्यवहार पर वर्क फ्रॉम होम

वर्क फ्रॉम होम व्यवस्था ने पारिवारिक जीवन एवं पारिवारिक व्यवहार में भी उल्लेखनीय परिवर्तन उत्पन्न किए हैं। घर से कार्य करने के कारण परिवार के सदस्यों के साथ समय बिताने के अवसर बढ़े, जिससे आपसी सहयोग संवाद तथा भावनात्मक जुड़ाव में वृद्धि हुई। बच्चों के पालन पोषण, बुजुर्गों की देखभाल तथा पारिवारिक निर्णयों में कर्मचारियों की सहभागिता भी पहले की तुलना में अधिक देखी गई।

इसके विपरीत कार्य एवं पारिवारिक दायित्वों के बीच संतुलन बनाए रखना अनेक कर्मचारियों के लिए चुनौतीपूर्ण सिद्ध हुआ। विशेष रूप से कार्यरत महिलाओं को घरेलू एवं व्यवसायिक जिम्मेदारियों का एक साथ निर्वहन करना पड़ा, जिससे उन पर कार्यभार और मानसिक दबाव में वृद्धि हुई इसलिए वर्क फ्रॉम होम में वृद्धि हुई। वर्क फ्रॉम होम का पारिवारिक व्यवहार पर प्रभाव प्रत्येक परिवार की सामाजिक, आर्थिक एवं सांस्कृतिक परिस्थितियों के अनुसार अलग-अलग देखा गया।

कार्य-जीवन संतुलन पर प्रभाव

वर्क फ्रॉम होम व्यवस्था ने कर्मचारियों के कार्य जीवन संतुलन को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित किया है। इस व्यवस्था के माध्यम से कर्मचारियों को कार्य समय में लचीलापन प्राप्त हुआ तथा कार्यालय आने-जाने में लगने वाले समय और व्यय में कमी आई। इससे परिवार के व्यक्तिगत दायित्वों के निर्वहन के लिए अधिक अवसर उपलब्ध हुए।

इसके विपरीत घर और कार्यस्थल के बीच स्पष्ट सीमाएं समाप्त होने के कारण अनेक कर्मचारियों को निर्धारित कार्य समय से अधिक कार्य करना पड़ा। लगातार ऑन लाईन उपलब्ध रहने की अपेक्षा, कार्यभार में वृद्धि तथा पारिवारिक जिम्मेदारियों के कारण मानसिक तनाव और थकान जैसी समस्याएं भी उत्पन्न हुईं। अतः वर्क फ्रॉम होम का कार्य जीवन संतुलन पर प्रभाव व्यक्ति की कार्य-प्रकृति, पारिवारिक परिस्थितियों तथा समय प्रबंधन क्षमता पर निर्भर करता है।

महिलाओं की भूमिका एवं चुनौतियाँ

वर्क फ्रॉम होम व्यवस्था का प्रभाव महिलाओं पर विशेष रूप से देखा गया है। कार्यरत महिलाओं को व्यावसायिक दायित्वों के साथ-साथ घरेलू कार्यों, बच्चों की देखभाल तथा परिवार की अन्य जिम्मेदारियों का भी निर्वहन करना पड़ा। इससे अनेक महिलाओं पर दोहरी जिम्मेदारियों का दबाव बढ़ा तथा कार्य जीवन संतुलन रखना चुनौतिपूर्ण हो गया। कुछ परिवारों में घर से कार्य करने के कारण महिलाओं को परिवार के साथ अधिक समय बिताने तथा बच्चों की देखभाल में सुविधा भी प्राप्त हुई। यदि परिवार का सहयोग एवं कार्यस्थल का समर्थन उपलब्ध हो तो वर्क फ्रॉम होम महिलाओं के लिए अधिक संतुलित एवं प्रभावी कार्य व्यवस्था सिद्ध हो सकती है।

निष्कर्ष

वर्क फ्रॉम होम ने कार्य करने की पारंपरिक व्यवस्था में महत्वपूर्ण परिवर्तन किया है। इस व्यवस्था ने कर्मचारियों को कार्यस्थल और घर के बीच आवागमन से राहत, कार्य समय में अपेक्षाकृत लचीलापन तथा परिवार के साथ अधिक समय बिताने का अवसर प्रदान किया है। विशेष रूप से पारिवारिक जीवन के संदर्भ में देखा जाए तो घर से कार्य करने के कारण परिवार के सदस्यों के बीच संवाद, बच्चों की देखभाल तथा दैनिक पारिवारिक गतिविधियों में सहभागिता के अवसर बढ़े हैं। इससे परिवार के साथ भावनात्मक जुड़ाव और पारस्परिक सहयोग को सकारात्मक रूप से प्रभावित करने की संभावना दिखाई देती है।

हालाँकि, वर्क फ्रॉम होम के प्रभाव पूर्णतः सकारात्मक नहीं हैं। कार्यस्थल और पारिवारिक जीवन की सीमाएँ स्पष्ट न रहने के कारण कार्य और परिवार के बीच संतुलन बनाए रखना चुनौतीपूर्ण हो सकता है। लगातार कार्य में व्यस्त रहने, कार्य के लंबे समय तक चलने तथा घर में उपलब्ध स्थान एवं संसाधनों की सीमाओं के कारण पारिवारिक संवाद और व्यक्तिगत समय प्रभावित हो सकता है। कुछ परिस्थितियों में कार्य-संबंधी तनाव का प्रभाव पारिवारिक व्यवहार तथा संबंधों पर भी पड़ सकता है।

सामाजिक व्यवहार के स्तर पर वर्क फ्रॉम होम ने प्रत्यक्ष सामाजिक संपर्क की प्रकृति को बदला है। सहकर्मियों से आमने-सामने मिलने की अपेक्षा डिजिटल माध्यमों के द्वारा संवाद बढ़ा है। इससे कार्य-संबंधी संपर्क बना रहता है, लेकिन प्रत्यक्ष सामाजिक सहभागिता, अनौपचारिक संवाद और सामूहिकता की भावना में कमी अनुभव की जा सकती है दूसरी ओर, डिजिटल संचार तकनीकों के बढ़ते उपयोग ने सामाजिक संपर्क के नए अवसर भी विकसित किए हैं।

सुझाव

1. संस्थानों को वर्क फ्रॉम होम के लिए स्पष्ट कार्य नीतियाँ एवं निर्धारित कार्य समय सुनिश्चित करना चाहिए, ताकि कर्मचारियों के कार्य एवं निजी जीवन के बीच संतुलन बना रहे।
2. कर्मचारियों के मानसिक स्वास्थ्य एवं कार्य जीवन संतुलन को सुदृढ़ करने के लिए समय-समय पर तनाव प्रबंधन, समय प्रबंधन तथा परामर्श संबंधी कार्यक्रम आयोजित किये जाने चाहिए।
3. कार्यरत महिलाओं के लिए लचीली कार्य व्यवस्था तथा परिवार अनुकूल नीतियों को बढ़ावा दिया जाना चाहिए, जिससे वे घरेलू एवं व्यावसायिक दायित्वों का प्रभावी ढंग से निर्वहन कर सकें।
4. संस्थानों को कर्मचारियों के लिए आवश्यक डिजिटल संसाधन तकनीकी प्रशिक्षण एवं सुरक्षित ऑनलाईन कार्य वातावरण उपलब्ध कराना चाहिए।
5. परिवार के सदस्यों के बीच सहयोग संवाद एवं कार्यों के समान वितरण एवं कार्यों के समान वितरण को प्रोत्साहित किया जाना चाहिए, जिससे कार्य जीवन संतुलन बेहतर बनाया जा सके।

6. भविष्य में वर्क फ्रॉम होम के सामाजिक आर्थिक एवं मनोवैज्ञानिक प्रभावों पर विभिन्न क्षेत्रों एवं वर्गों को शामिल करते हुए व्यापक शोध किया जाना चाहिए।

संदर्भ सूची

1. लाथाभवन, आर (2024). पितृ सत्रात्मक समाज में महामारी के दौरान कामकाजी माताओं पर घर से काम करने का प्रभाव, भारत के संदर्भ में एक अध्ययन. *आस्ट्रेलियन जर्नल ऑफ करियर डेवलपमेन्ट*, 33(1), 46–45।
2. टायल, डी.; मेहता, ए. (2023). कोविड 19 महामारी के दौरान कार्य और पारिवारिक जीवन में संतुलन की चुनौति. *जर्नल ऑफ फैमिली इम्यूज*, 44(6), 1423–1465।
3. शर्मा, ई.; कौशल, एस. (2022). कोविड 19 के दौरान निजी शिक्षा क्षेत्र में कार्य संतुलन. *एशियन जर्नल ऑफ रिसर्च इन सोशल साइंसेज एण्ड ह्यूमैनिटिज*, 12(4), 256–271।
4. मार्सन, जे.; क्लार्सफेल्ड, ए. (2021). महामारी के कारण उत्पन्न दूरस्थ कार्य के प्रति समायोजन. *यूरोपियन जर्नल ऑफ इन्फॉर्मेशन सिस्टम्स*, 30(1), 69–88।
5. वांग, बी.; पकिर, एस. के. (2021). कोविड 19, महामारी के दौरान प्रभावी दूरस्थ कार्य. *एप्लाइड साइकोलॉजी*, 70(1), 16–59।

—==00==—