ORIGINAL RESEARCH PAPER

Psychology

धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा असंलग्न बुजुर्ग महिलाओं तथा पुरुषों के मानसिक अवस्था का तुलनात्मक अध्ययन

KEY WORDS: मानसिक अवस्था, धार्मिक संलग्नता, दुश्चिंता, तनाव, अवसाद, प्रतीपगमन, थकान, अपराधबोध, बहिर्मुखता, तत्परता

डॉ. अजय कुमार चौधरी आचार्य, मनोविज्ञान विभाग, राजकीय मीरा कन्या महाविद्यालय, उदयपुर (राजस्थान)

लक्ष्मी कुमावत शोधार्थी (मनोविज्ञान), मोहनलाल सुखाड़िया विश्वविद्यालय, उदयपुर (राजस्थान)

ABSTRACT

बुजुर्ग परिवार के साथ-साथ समाज की भी नींव होते है/ बुजुर्गों की भूमिका बहुत महत्वपूर्ण होती हैं/ बुजुर्ग समाज की प्रमुख शाखा होते हैं/ इनका स्वास्थ्य भी उतना ही महत्वपूर्ण है जितना कि बच्चों तथा युवाओं का होता हैं/ बुजुर्ग स्वयं भी अपनी मानसिक अवस्था को अच्छी रखने हेतु कई प्रकार की गतिविधियाँ करते रहते हैं/ जिसमे से एक धार्मिक क्रियाओं में संलग्नता हैं/ प्रस्तुत शोध पत्र धार्मिक संलग्नता, असंलग्नता का बुजुर्गों के मानसिक अवस्था पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन करता हैं/ अध्ययन हेतु उदयपुर शहर के 120 महिला तथा पुरुष बुजुर्गों को यादृच्छिक आधार पर न्यादर्श के रूप में चयनित किया गया/ जो धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा असंलग्न रहते हैं/ धार्मिक क्रियाओं में संलग्नता का तात्पर्य कम से कम 2 घंटे की संलग्नता/ मानसिक अवस्था के अध्ययन हेतु Cattell तथा Curran द्वारा 1973 में निर्मित (Eight State Questionnaire) 8 SQ का उपयोग किया गया/ जिसका हिन्दी रूपान्तरण श्री मलय कपूर तथा डॉ. महेश भार्गव द्वारा 1990 में किया गया था/ अध्ययन के परिणाम यह बताते हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में संलग्न रहने वाले बुजुर्गों की मानसिक अवस्था धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न रहने वाले बुजुर्गों की तुलना में अच्छी होती हैं/

परिचय

मानसिक अवस्था एक ऐसी अवस्था होती जिसके अंतर्गत धारणा, दर्द अनुभव, विश्वास, इच्छा, इरादा, भावना और स्मृति सहित विभिन्न वर्ग शामिल होते हैं। ये मानसिक अवस्थाएं बुजुर्गों को सकारात्मक तथा नकारात्मक रूप से प्रभावित करती हैं। बुजुर्गों को मानसिक अवस्था से सम्बंधित कई समस्याओं का सामना करना पड़ता हैं जो कि निम्न हैं-

दुश्चिंता- बुजुर्गों में अत्यधिक चिंता संकट का कारण बन सकती है तथा ये बुजुर्गों की दैनिक गतिविधियों में भी बाधा डालती है। दुश्चिंता को उम्र बढ़ने का सामान्य हिस्सा नहीं माना जा सकता हैं। इससे कई तरह की स्वास्थ्य सम्बंधित समस्याएं हो सकती हैं और रोजमर्रा की जिंदगी में कामकाज को प्रभावित कर सकती है।

तनाव- तनाव जीवन में किसी भी उम्र में हो सकता है, और बुजुर्गों में तनाव से निपटने के लिए अतिरिक्त चुनौतियों का सामना करना पड़ता है। वृद्धावस्था में शरीर और दिमाग पहले से ही बहुत अधिक तनाव और अध: पतन से गुजर चुका होता हैं। यह एक जटिल संघर्ष होता हैं। तनाव जीवन की किसी भी घटना से शुरू हो सकता है, जो दु:ख के अनुभव की ओर ले जाता है। जिससे चिंता, अवसाद, हृदय रोगों का खतरा, जोड़ों में दर्द और प्रतिरक्षा में कमी जैसे हानिकारक परिणाम हो सकते हैं। वयस्कों में तनाव के लक्षणों को आसानी से मूल्यांकित किया जा सकता हैं और उसे दूर किया जा सकता हैं, परंतु बुजुर्गों में यह करना कठिन कार्य हो सकता हैं।

अवसाद- अवसाद एक गंभीर मनोदशा विकार है। यह हमारे महसूस करने, कार्य करने और सोचने के तरीके को प्रभावित कर सकता है। बुजुर्गों में अवसाद एक आम समस्या है, लेकिन नैदानिक अवसाद उम्र बढ़ने का एक सामान्य हिस्सा नहीं हो सकता है। यदि कोई युवा युवावस्था में अवसाद का अनुभव करता है, तो उसे वृद्धावस्था में अवसाद होने की अधिक संभावना हो सकती है।

प्रतिपगमन- बुजुर्गों में प्रतिपगमन एक मानसिक विकार है। बुजुर्गों की देखभाल करने वाले आमतौर पर इस नैदानिक अभिव्यक्ति का सामना करने में असहाय महसूस करते हैं। बुजुर्गों द्वारा रक्षा तंत्र आंतरिक और बाहरी तनाव के सामने मनोवैज्ञानिक स्थिरता बनाए रखने के लिए बड़े पैमाने पर उपयोग किया जाता हैं। कुछ रक्षा तंत्र को अनुकूली माना जा सकता है, लेकिन इसका अधिक उपयोग समस्याग्रस्त हो सकता हैं।

थकान- आम तौर पर लोग समय-समय पर थका हुआ महसूस करते हैं लेकिन रात की अच्छी नींद के बाद वे अच्छा महसूस करते हैं। समस्या तब होती है जब हम लगातार थका हुआ और सुस्ती महसूस करते हैं। इस समस्या को थकान कहते हैं। वृद्धावस्था में थकान का होना सामान्य समस्या है। उम्र के साथ सहनशक्ति कम हो सकती है लेकिन थकान को उम्र बढ़ने की प्राकृतिक प्रक्रिया नहीं माना जाना चाहिए। इसलिए यह नहीं माना जाना चाहिए कि सामान्य उम्र बढ़ने और थकान साथ-साथ चलते हैं।

अपराधबोध- बुजुर्गों को कई तरह की भावनाओं का अनुभव होता है। बुजुर्गों में अपराधबोध महसूस करने के कई कारण हो सकते हैं। वे स्वयं सब कुछ नहीं कर पाने के कारण तथा अपने ही परिवार से पैसे लेने व खर्च करने के लिए दोषी महसूस करते हैं। वे अपने घर में किसी से मदद लेने के लिए भी अयोग्य महसूस करते हैं। उन्हें लगता हैं कि सेवानिवृत्ति के बाद वे अपने परिवार पर बोझ हैं। शारीरिक तथा आर्थिक रूप से अक्षम होना ही बुजुर्गों में अपराधबोध महसूस करने का कारण बन सकता हैं।

बहिर्मुखता- बाहरी गतिविधियां करने से बुजुर्गों के स्वास्थ्य को लाभ हो सकता है। कई बुजुर्ग सेवानिवृत्ति के बाद भी लोगो से मिलना जुलना पसंद करते हैं। कई बुजुर्ग अपने आप को सक्रिय रखने का प्रयास करते हैं। सामाजिक संगठनों से लेकर पुराने दोस्तों से मिलना तथा बाते करना इनको अच्छा लगता हैं। ऐसे बुजुर्ग अधिक उर्जावान प्रतीत होते हैं। इससे उनका शारीरिक स्वास्थ्य के साथ-साथ मानसिक स्वास्थ्य भी अच्छा हो सकता हैं। बुजुर्गों में शारीरिक दुर्बलता बहिर्मुखता के लिए एक बाधा हो सकती है। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने बताया है कि स्वास्थ्य की स्थिति कार्यात्मक गतिविधि में योगदान करती है और सीखने, संचार, गतिशीलता, सामाजिक संपर्क और नागरिक जीवन में भागीदारी को बढ़ाती है।

तत्परता- बढ़ती उम्र के साथ स्वास्थ्य में गिरावट, शारीरिक क्षमताओं में कमी और मानसिक स्वास्थ्य में गिरावट सहित विभिन्न प्रकार की समस्याएँ उत्पन्न होती हैं। ये समस्याएँ सभी व्यक्तियों में एक समान नहीं होती है। कई बुजुर्ग इस उम्र में भी संज्ञानात्मक, शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बनाए रखते हैं। वृद्धावस्था में स्वास्थ्य परिणामों से जुड़ा एक कारक काम करना है। हाल ही के अध्ययन यह प्रदर्शित करते हैं कि वृद्धावस्था में काम करना स्मृति सहित संज्ञानात्मक कार्य को बनाए रखने के लिए फायदेमंद होता है। (Park & Reuter-Lorenz, 2009, Rohwedder & Willis, 2010) गतिविधियों में बुजुर्गों की भागीदारी स्वयं और मनोवैज्ञानिक कल्याण के बारे में सकारात्मक विश्वासों को बढ़ाती है क्योंकि यह एक संतोषजनक अनुभव हो सकता है जो वृद्धावस्था को मजबूत करता है।

साहित्य की समीक्षा

Ayse Berivan Bakan , Senay Karadag Arli et al (2019) इस अध्ययन का उद्देश्य 65 वर्ष और उससे अधिक आयु के बुजुर्ग व्यक्तियों में धार्मिक अभिविन्यास और मृत्यु चिंता के बीच संबंधों की पहचान करना था। यह फरवरी और जून, 2018 के बीच तुर्की के पूर्वी हिस्से में स्थित शहर के केंद्र में परिवार स्वास्थ्य केंद्रों में पंजीकृत 65 वर्ष और उससे अधिक आयु के 250 व्यक्तियों की भागीदारी के साथ आयोजित किया गया था। परिणाम में बुजुर्ग व्यक्तियों में उच्च धार्मिक अभिविन्यास और मृत्यु की चिंता पाई गई।

Hae-Sook Jeon, and Ruth E. Dunkle (2009) के अध्ययन का उद्देश्य तीन शोध प्रश्नों की जांच करना था-(1) अवसाद के प्रक्षेपवक्र और उससे जुड़े कारक जैसे तनाव के प्रकार और बुजुर्गों में मनोसामाजिक संसाधन क्या हैं? (2) तनाव, मनोसामाजिक संसाधनों और अवसादग्रस्त लक्षणों में परिवर्तन के बीच अनुदैर्ध्य संबंध क्या हैं? (3) क्या मनोसामाजिक संसाधनों में परिवर्तन द्वारा मध्यस्थता वाले अवसाद प्रक्षेपवक्र पर तनाव में परिवर्तन के प्रभाव हैं? अध्ययन ने 1986 से 1988 तक हर छह महीने में चार साक्षात्कारों के साथ 85 वर्ष और उससे अधिक उम्र के समुदाय में रहने वाले 193 बुजुर्गों के सुविधा नमूने का उपयोग किया। परिणामों ने दिखाया कि सकारात्मक जीवन की घटनाओं में परिवर्तन, दैनिक परेशानी (चिंताएं), और बुजुर्गों के अवसाद में परिवर्तन के साथ महत्वपूर्ण रूप से जुड़े थे।

Xenia Gonda , Eszter Molnar et al (2009) के अनुसार जीवन प्रत्याशा में वृद्धि के साथ हमारे समाज में बुजुर्गों का अनुपात भी बढ़ता है, और फलस्वरूप वृद्धावस्था से संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं पर अधिक ध्यान दिया जाता है। बुजुर्गों में अवसाद की व्यापकता कम नहीं होती है, बुजुर्गों में भावात्मक विकार, इन दैहिक विकारों को बिगाड़ते हैं। निदान प्रक्रिया में बुजुर्गों में अवसाद को दैहिक रोगों और मनोभ्रंश से अलग किया जाना चाहिए। बुजुर्गों में अवसाद का सही निदान और उपचार बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि वृद्धावस्था में अवसाद न केवल महत्वपूर्ण संकट का कारण बनता है, बल्कि अक्सर आत्महत्या की ओर ले जाता है, और इसके अलावा, यह आमतौर पर रुग्णता और मृत्यु दर को बढ़ाता है, रोगी की सामान्य दैहिक स्थिति को खराब करता है और सामाजिक अलगाव को बढ़ाता है।

Daniel L. Segal, Frederick L. Coolidge et al (2007) इस अध्ययन ने युवा और बुजुर्गों के बीच रक्षा तंत्र के अंतर का मूल्यांकन किया और आत्म-रिपोर्ट

किए गए रक्षा तंत्र पैमाने की निर्माण वैधता का प्रमाण प्रदान करने के लिए रक्षा तंत्र और कथित तनाव के बीच संबंधों का भी आकलन किया। समुदाय में रहने वाले युवा (n=259, आयु = 19.7 वर्ष) और बुजुर्ग (n=69, आयु = 70.8 वर्ष) ने रक्षा शैली प्रश्नावली और कथित तनाव पैमाना पूरा किया। क्रॉस-सेक्शनल परिणाम में पाया गया कि जीवन भर अनुकूली रक्षा तंत्र की एक सामान्य स्थिरता का सुझाव देते हैं लेकिन बढ़ती उम्र के साथ दुर्भावनापूर्ण रक्षा तंत्र को कम उपयोग करते हैं।

Timothy H. Monk, Daniel J. Buysse et al (1996) इस अध्ययन का उद्देश्य व्यक्तिपरक सतर्कता की circadian rhythm में उम्र से संबंधित परिवर्तनों का मूल्यांकन करना और ऐसे परिवर्तनों के अंतर्निहित circadian तंत्र का पता लगाना था। यह अध्ययन 25 वृद्ध पुरुषों और महिलाओं (71 वर्ष और उससे अधिक, 15 महिला, 10 पुरुष) पर किया गया। परिणाम में पाया गया कि बढ़ती उम्र के साथ (विशेषकर पुरुषों में) अन्तःविकसित circadian pacemaker से व्यक्तिपरक सतर्कता में कम लयबद्ध इनपुट होता है। ये परिणाम कुछ अनिद्रा और दिन के समय हाइपरसोमनिया की व्याख्या कर सकते हैं जो कई बुजुर्ग लोगों को पीड़ित करते हैं।

Research Methodology (कार्य-प्रणाली)-

प्रतिदर्श

इस शोध के लिए प्रतिदर्श चयन के लिए सुविधानुसार प्रतिदर्श (Convenience Sampling) का प्रयोग किया गया। प्रतिदर्श चयन के लिए राजस्थान के उदयपुर, जिले से यादृच्छिक आधार पर कुल 120 प्रतिदर्श का चयन किया गया जो कि न्यादर्श परिकल्प (Sample Design) के अनुसार है। यह प्रतिदर्श 60-80 वर्ष के 2 प्रकार के बुजुर्गों से लिया गया। इनमें से 30 बुजुर्ग धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा 30 धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न थे। उसी प्रकार 30 महिला बुजुर्ग तथा 30 पुरुष बुजुर्ग थे। बुजुर्ग कम से कम 2 घंटे धार्मिक क्रियाओं में संलग्न रहते हो इस बात का ध्यान रखा गया।

शोध परिकल्प

इस शोध के लिए 2x2 कारक डिज़ाइन (Factorial design) का उपयोग किया गया।

	महिला बुजुर्ग (B1)	पुरुष बुजुर्ग (B2)
संलग्नता- (A1)	समूह I (A1 B1) N=30	समूह II (A1 B2) N=30
असंलग्नता- (A2)	समूह III (A2B1) N=30	समूह IV (A2B2) N=30

स्वतंत्र चर

धार्मिक क्रिया कलाप (संलग्नता/असंलग्नता)
बुजुर्गों का प्रकार (महिला/पुरुष)

आश्रित चर

मानसिक अवस्था (दुश्चिंता, तनाव, अवसाद, प्रतिपगमन, थकान, अपराधबोध, बहिर्मुखता तथा तत्परता)

उद्देश्य

प्रस्तुत शोध अध्ययन के उद्देश्य निम्न हैं-

- धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा असंलग्न महिला बुजुर्गों के मानसिक अवस्था का तुलनात्मक अध्ययन करना।
- धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा असंलग्न पुरुष बुजुर्गों के मानसिक अवस्था का तुलनात्मक अध्ययन करना।

उपकरण विवरण

(Eight State Questionnaire) 8 SQ का निर्माण Cattell तथा Curran द्वारा 1973 में किया गया। इसका हिन्दी रूपान्तरण श्री मलय कपूर तथा डॉ. महेश भार्गव द्वारा 1990 में किया गया। इस प्रश्नावली को भरने की अवधि लगभग 25-30 मिनट होती है। (Eight State Questionnaire) विशेष रूप से आठ महत्वपूर्ण भावनात्मक तथा मनोदशाओं को मापने के लिए डिजाइन किया गया था। इस प्रश्नावली द्वारा दुश्चिंता, तनाव, अवसाद, प्रतिपगमन, थकान, अपराधबोध, बहिर्मुखता तथा तत्परता का मापन किया जाता है। प्रत्येक प्रश्न के चार विकल्प होते हैए और 0,1,2 या 3 Score किया जाता है । Sten Score के आधार पर मानक तैयार किया गया जो मेन्युअल में दिया गया है । 8SQ का विश्वसनीयता गुणांक दुश्चिंता का .91, तनाव.95, अवसाद .96, प्रतिपगमन .94, थकान .92, अपराधबोध .96, बहिर्मुखता .96 तथा तत्परता का .92 है। 8SQ का विश्वसनीयता गुणांक दुश्चिंता का .62, तनाव,.86, अवसाद .58, प्रतिपगमन .55, थकान .90, अपराधबोध .48, बहिर्मुखता .92 तथा तत्परता का .84 है।

धार्मिक क्रियाओ में संलग्नता के मापन हेतु विशेषज्ञो की सहायता से एक प्रश्नावली का निर्माण किया गया। प्रश्नावली मे धार्मिक क्रियाओं में संलग्नता सबंधित प्रश्नो का समावेश किया गया। प्रश्नावली में प्रत्येक धार्मिक क्रिया में संलग्नता में लगने वाले समय का अंकन किया गया।

आकड़ों का संग्रहण

आकड़ों के संग्रहण हेतु सर्वे शोध विधि का प्रयोग किया गया। सबसे पहले 120 बुजुर्गों से व्यक्तिगत रूप से संपर्क किया गया, तथा उनसे Personal Data Inventory भरवाई गई। उसके बाद उनसे (Eight State Questionnaire) 8 SQ भी भरवाई गई तथा प्राप्त आंकड़ों का 't' test द्वारा सांख्यिकीय विश्लेषण किया गया।

आंकड़ों का विश्लेषण

सारणी संख्या-1 धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा असंलग्न महिला बुजुर्गों के मानसिक अवस्था का तुलनात्मक अध्ययन

			माध्य	मानक विचलन	माध्य अंतर	't'	p मान
दुश्चिंता	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्ग	30	21.733	1.701	3.733	8.351	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्ग	30	18.000	1.762	3.733		
तनाव	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्ग	30	22.900	1.447	7.833	18.348	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्ग	30	15.067	1.837	7.833		
अवसाद	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्ग	30	17.767	1.851	1.967	4.142	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्ग	30	15.800	1.827	1.967		
प्रतिपगमन	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्ग	30	17.900	1.918	7.233	15.343	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्ग	30	10.667	1.729	7.233		
थकान	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्ग	30	26.933	2.504	8.267	14.160	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्ग	30	18.667	1.988	8.267		
अपराधबोध	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्ग	30	18.867	2.623	6.767	11.154	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्ग	30	12.100	2.040	6.767		
बहिर्मुखता	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्ग	30	14.000	2.101	20.000	16.712	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्ग	30	34.000	6.209	20.000		
तत्परता	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्ग	30	16.000	2.084	13.367	25.294	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्ग	30	29.367	2.008	13.367		

उपरोक्त सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा महिला बुजुर्गों की दुश्चिंता का मध्यमान 21.733 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा महिला बुजुर्गों की दुश्चिंता का मध्यमान 18.000 प्राप्त हुआ। 't' का मान 8.351 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की दुश्चिंता में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला बुजुर्गों की दुश्चिंता, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होती हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा महिला बुजुर्गों के तनाव का मध्यमान 22.900 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा महिला बुजुर्गों के तनाव का मध्यमान 15.067 प्राप्त हुआ। 't' का मान 18.348 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों के तनाव में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला बुजुर्गों का तनाव, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा महिला बुजुर्गों के अवसाद का मध्यमान 17.767 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा महिला बुजुर्गों के अवसाद का मध्यमान 15.800 प्राप्त हुआ। 't' का मान 4.142 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न

व महिला बुजुर्गों के अवसाद में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला बुजुर्गों के अवसाद, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा महिला बुजुर्गों के प्रतीपगमन का मध्यमान 17.900 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा महिला बुजुर्गों के प्रतीपगमन का मध्यमान 10.667 प्राप्त हुआ। 't' का मान 15.343 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों के प्रतीपगमन में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला बुजुर्गों के प्रतीपगमन का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा महिला बुजुर्गों की थकान का मध्यमान 26.933 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा महिला बुजुर्गों की थकान का मध्यमान 18.667 प्राप्त हुआ। 't' का मान 14.160 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की थकान में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला बुजुर्गों की थकान का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा महिला बुजुर्गों के अपराधबोध का मध्यमान 18.867 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा महिला बुजुर्गों के अपराधबोध का मध्यमान 12.100 प्राप्त हुआ। 't' का मान 11.154 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों के अपराधबोध में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला बुजुर्गों के अपराधबोध का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा महिला बुजुर्गों की बहिर्मुखता का मध्यमान 14.000 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा महिला बुजुर्गों की बहिर्मुखता का मध्यमान 34.000 प्राप्त हुआ। 't' का मान 16.712 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की बहिर्मुखता में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की बहिर्मुखता का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा महिला बुजुर्गों की तत्परता का मध्यमान 16.000 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा महिला बुजुर्गों की तत्परता का मध्यमान 29.367 प्राप्त हुआ। 't' का मान 25.294 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की तत्परता में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व महिला बुजुर्गों की तत्परता का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी संख्या-2 धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा असंलग्न पुरुष बुजुर्गों के मानसिक अवस्था का तुलनात्मक अध्ययन

		N	माध्य	मानक विचलन	माध्य अंतर	't'	p मान
दुश्चिंता	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	23.333	2.354	2.600	4.807	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	20.733	1.799	2.600		
तनाव	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	26.267	2.149	7.667	14.505	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	18.600	1.940	7.667		
अवसाद	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	21.967	2.157	3.900	7.922	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	18.067	1.617	3.900		
प्रतिपगमन	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	19.600	2.401	7.600	14.679	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	12.000	1.509	7.600		
थकान	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	26.300	1.841	3.867	8.112	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	22.433	1.851	3.867		
अपराधबोध	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	22.567	2.622	8.667	16.101	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	13.900	1.348	8.667		
बहिर्मुखता	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	10.167	1.895	22.000	41.858	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	32.167	2.167	22.000		
तत्परता	धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	11.967	2.205	15.867	31.615	0.000
	धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्ग	30	27.833	1.642	15.867		

उपरोक्त सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों की दुश्चिंता का मध्यमान 23.333 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों की दुश्चिंता का मध्यमान 20.733 प्राप्त हुआ। 't' का मान 4.807 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की दुश्चिंता में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष बुजुर्गों की दुश्चिंता, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होती हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों के तनाव का मध्यमान 26.267 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों के तनाव का मध्यमान 18.600 प्राप्त हुआ। 't' का मान 14.505 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों के तनाव में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष बुजुर्गों का तनाव, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों के अवसाद का मध्यमान 21.967 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों के अवसाद का मध्यमान 18.067 प्राप्त हुआ। 't' का मान 7.922 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों के अवसाद में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष बुजुर्गों का अवसाद, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों के प्रतीपगमन का मध्यमान 19.600 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों के प्रतीपगमन का मध्यमान 12.000 प्राप्त हुआ। 't' का मान 14.679 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों के प्रतीपगमन में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष बुजुर्गों के प्रतीपगमन का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों की थकान का मध्यमान 26.300 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों की थकान का मध्यमान 22.433 प्राप्त हुआ। 't' का मान 8.112 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की थकान में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष बुजुर्गों की थकान का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होती हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों के अपराधबोध का मध्यमान 22.567 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों के अपराधबोध का मध्यमान 13.900 प्राप्त हुआ। 't' का मान 16.101 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों के अपराधबोध में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष बुजुर्गों के अपराधबोध का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों की बहिर्मुखता का मध्यमान 10.167 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों की बहिर्मुखता का मध्यमान 32.167 प्राप्त हुआ। 't' का मान 41.858 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर

सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की बहिर्मुखता में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की बहिर्मुखता का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

सारणी को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों की तत्परता का मध्यमान 11.967 तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा पुरुष बुजुर्गों की तत्परता का मध्यमान 27.833 प्राप्त हुआ। 't' का मान 31.615 प्राप्त हुआ जो कि 0.01 स्तर पर सार्थक हैं। इसका तात्पर्य यह हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तत्परता में सार्थक अंतर होता हैं। मध्यमान अंकों को देखने पर स्पष्ट होता हैं, कि धार्मिक क्रियाओं में संलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तत्परता का स्तर, धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न व पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं।

निष्कर्ष

- धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्गों व धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्गों की मानसिक अवस्था में अंतर होता हैं। धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्गों की (दुश्चिंता, तनाव, अवसाद, प्रतिपगमन, थकान व अपराधबोध) धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं। तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न महिला बुजुर्गों की बहिर्मुखता तथा तत्परता धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न महिला बुजुर्गों की तुलना में अधिक होती हैं।
- धार्मिक क्रियाओं में संलग्न तथा असंलग्न पुरुष बुजुर्गों की मानसिक अवस्था में अंतर होता हैं। धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्गों की (दुश्चिंता, तनाव, अवसाद, प्रतिपगमन, थकान व अपराधबोध) धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होता हैं। तथा धार्मिक क्रियाओं में संलग्न पुरुष बुजुर्गों की बहिर्मुखता तथा तत्परता धार्मिक क्रियाओं में असंलग्न पुरुष बुजुर्गों की तुलना में अधिक होती हैं।

REFERENCES

1. Bakan, A.B., Arli, S.K., & Yıldız, M. (2019). Relationship Between Religious Orientation and Death Anxiety in Elderly Individuals, Journal of Religion and Health,58(6),2241-2250.
2. Jeon, H.S., Dunkle, R.E. (2009). Stress and Depression Among the Oldest-Old: A Longitudinal Analysis, HHS Public Access, 31(6), 661-687.
3. Gonda, X., Molnar, E. & Torzsa, P. (2009). Characteristics of depression in the elderly, Psychiatria Hungarica: A Magyar Pszichiatrial Tarsasag Tudomanyos Folyoirata, 24(3), 166-174.
4. Segal, D.L., Coolidge, F.L., & Mizuno, H. (2007). Defense mechanism differences between younger and older adults: A cross-sectional investigation, Aging and Mental Health, 11(4), 415-422.
5. Monk , T.H., Buysse , D.J., & Reynolds , C.F. (1996). Subjective Alertness Rhythms in Elderly People, Journal of Biological Rhythms, Retrieved from https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/074873049601100308 on 23-09-2021.