

घरेलू हिंसा एवं मानसिक स्वास्थ्य का अंतः सम्बन्ध

वंदना कुमारी

शोधार्थी, विश्वविद्यालय गृह विज्ञान विभाग, ललित नारायण मिथिला विश्वविद्यालय, दरभंगा

Email: vandanakmth05@gmail.com

Manuscript ID:

JRD -2025-171242

ISSN: 2230-9578

Volume 17

Issue 12(A)

Pp. 202-205

December 2025

Submitted: 19 Nov. 2025

Revised: 29 Nov. 2025

Accepted: 14 Dec. 2025

Published: 31 Dec. 2025

सारांश

घरेलू हिंसा एक गंभीर मुद्दा है, न केवल इसलिए कि यह शारीरिक नुकसान पहुँचाती है, बल्कि यह मानसिक स्वास्थ्य को भी गहरे तरीके से प्रभावित करती है। ऐसी हिंसा शारीरिक, भावनात्मक, आर्थिक और सामाजिक रूपों में हो सकती है। इसके कारण और प्रभाव सामाजिक, आर्थिक और सांस्कृतिक हो सकते हैं। घरेलू हिंसा के प्रभावों में अवसाद, चिंता, पोस्ट-ट्रॉमैटिक स्ट्रेस डिसऑर्डर (PTSD) और नशे की लत शामिल हो सकते हैं। घरेलू हिंसा के पीड़िता की जीवन चुनौतियों का सामना करते हैं, जिसमें वित्तीय असुरक्षा, भावनात्मक तनाव, सामाजिक अलगाव, मानसिक स्वास्थ्य और अधिक मुद्दे शामिल हैं। घरेलू हिंसा के पीड़ितों को अपने जीवन को पुनर्निर्माण करने और अपने भविष्य को सुरक्षित करने के लिए समर्थन की आवश्यकता होती है। घरेलू हिंसा के कारणों को समझने और उसके प्रभावों को कम करने के लिए, सामाजिक, आर्थिक और सांस्कृतिक कारकों पर ध्यान केंद्रित करना आवश्यक है। घरेलू हिंसा के कारणों की गहरी समझ और इसके प्रभावों को कम करने के लिए, आवश्यक है कि हम पीड़ितों को उचित समर्थन और सहायता प्रदान करें, साथ ही उन्हें मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की पहुंच भी सुनिश्चित करें। इसके अलावा, हमें घरेलू हिंसा के प्रति जागरूकता बढ़ाने की दिशा में प्रयास करना चाहिए और इस समस्या के खिलाफ समुदाय को संगठित करना आवश्यक है। इस दिशा में, शिक्षा, जागरूकता और सामुदायिक भागीदारी को बढ़ावा देकर हम घरेलू हिंसा को रोकने का प्रयास कर सकते हैं। यह हमारा सामूहिक लक्ष्य होना चाहिए कि हम एक सुरक्षित और स्वस्थ समाज का निर्माण करें। घरेलू हिंसा की समस्या का सामना करने के लिए हमें सामूहिक प्रयास करना होगा, जिसमें सरकार, समुदाय और व्यक्तिगत स्तर पर सक्रियता शामिल होनी चाहिए।

मुख्य शब्द: घरेलू हिंसा, शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य, सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक।

परिचय

समाज में हिंसा एक महत्वपूर्ण समस्या है, जो दुनिया के कई देशों में लाखों लोगों को प्रभावित करती है। यह समस्या कई रूपों में दखल दे सकती है, जैसे शारीरिक, मानसिक, आर्थिक, और सामाजिक, और इसके पीछे के कारणों में सामाजिक, आर्थिक और सांस्कृतिक पहलू शामिल हो सकती हैं (WHO, 2013). मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में घरेलू हिंसा के दुष्परिणामों में डिप्रेशन, एंजाईटी, पोस्ट-ट्रॉमैटिक स्ट्रेस डिसऑर्डर (PTSD) और आडिक्शन जैसे कई पहलू शामिल होते हैं (राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य संस्थान, 2015). घरेलू हिंसा के शिकार लोगों को आर्थिक असुरक्षा, सामाजिक अलगाव, और मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं जैसी कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है (यूनिसेफ, 2014). जीवन को फिर से खड़ा करने और भविष्य को सुरक्षित करने के लिए घरेलू हिंसा के शिकार लोगों को सामाजिक, आर्थिक और मानसिक रूप से काफी मदद और सतर्कता की जरूरत होती है (अमेरिकन साइकलॉजिकल एसोसिएशन, 2017).



Quick Response Code:



Website:

<https://jrdrvb.org/>

DOI:

[10.5281/zenodo.18374005](https://doi.org/10.5281/zenodo.18374005)



Creative Commons (CC BY-NC-SA 4.0)

This is an open access journal, and articles are distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) Public License, which allows others to remix, tweak, and build upon the work noncommercially, as long as appropriate credit is given and the new creations are licensed under the identical terms.

Address for correspondence:

वंदना कुमारी, शोधार्थी, विश्वविद्यालय गृह विज्ञान विभाग, ललित नारायण मिथिला विश्वविद्यालय, दरभंगा

How to cite this article:

कुमारी, . वंदना. (2025). घरेलू हिंसा एवं मानसिक स्वास्थ्य का अंतः सम्बन्ध. *Journal of Research & Development*, 17(12(A)), 202–205. <https://doi.org/10.5281/zenodo.18374005>

सर्वप्रथम औसत घरेलू हिंसा के प्रकारों के निम्नलिखित पहलुओं को समझना आवश्यक है – बौद्धिक क्षमता गिरने या अनावश्यक रूप से भावनातओं को थोपने को हिंसा में शामिल जाना चाहिए। सुशिक्षित, समझदार, और विकसित समाज, संस्कृति के साथ आर्थिक सांस्कृतिक शिक्षा अपार साधनों पर निर्भर हिंसा के जाल में इतनी खतरनाक अंतर वेतन के अपवाद के साथ अंतर के त्रिभुज को जोड़ना आवश्यक है। परितुष्ट मान, उपेक्षित अंतर और धृणण भी साधन और सहयोग, मनोदशात्मक और साक्ष्य विषमता से मनोबल से गतिविधियों को स्थगित करना आवश्यक है। संयुक्त राष्ट्र, ममता, वैश्विक विषय, मृणालिनी, आदि से छद्म रूप में समुदाय से छद्म रूप से संग कठोर सामाजिक हिंसा शामिल व साधन और सहयोग, मनोदशात्मक एवं साक्ष्य विषमता से मनोबल से गतिविधियों को स्थगित करना आवश्यक है।

सरकारी, सामुदायिक और व्यक्तिगत स्तर पर सामूहिक रूप से कार्य करके घरेलू हिंसा की समस्या से लड़ना संभव है (यूनिसेफ, 2014)। घरेलू हिंसा से प्रभावित लोगों के लिए हमारे कार्यों का केंद्र न्याय और प्रभावित लोगों के जीवन को सुरक्षित और स्वस्थ बनाना होना चाहिए (विश्व स्वास्थ्य संगठन, 2013)। घरेलू हिंसा के विषय में लोगों को जागरूक और परिपक्व बनाना और सामुदायिक स्तर पर इसे सुसंगत रूप से कार्यान्वित करना प्राथमिकता होनी चाहिए। सुरक्षित और स्वस्थ समाज के निर्माण हेतु घरेलू हिंसा के रोकथाम के लिए शिक्षा, जागरूकता और सामुदायिक सहभागिता आवश्यक है (हाइज़, 2011)।

घरेलू हिंसा के शिकारों को मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं, सामाजिक और आर्थिक समर्थन की आवश्यकता होती है (अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन, 2017)। घरेलू हिंसा के शिकारों को अपने जीवन को फिर से बनाने और अपने भविष्य को सुरक्षित करने में मदद के लिए समर्थन और सहायता की आवश्यकता होती है (नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ मानसिक स्वास्थ्य, 2015)। घरेलू हिंसा हमेशा एक समस्या रहेगी जिसे समाधान की आवश्यकता है। घरेलू हिंसा के कारणों को ढूंढना और इसके प्रभावों को कम करने के लिए काम करना मदद करेगा। घरेलू हिंसा के शिकारों की सहायता करने और उन्हें सुरक्षित, स्वस्थ जीवन जीने के लिए समर्थन देने की स्पष्ट आवश्यकता है (विश्व स्वास्थ्य संगठन, 2013)।

साहित्य की समीक्षा

घरेलू हिंसा एक गंभीर चुनौती है जो दुनिया भर में लाखों लोगों के लिए एक गंभीर समस्या है। इसके संभावित कारणों, प्रभावों, और संभावित समाधानों पर आयोजित कई शोध पत्र हैं। एक अध्ययन के अनुसार, घरेलू हिंसा के शिकार लोगों में कोकोरो के अनुसार, मष्तिष्क के कई विकार जैसे, अवसाद, चिंता, और पोस्ट ट्रॉमेटिक स्ट्रेस डिसऑर्डर (PTSD) अधिक देखे जाते हैं। एक और शोध, घरेलू हिंसा के परिणाम स्वरूप, महिलाओं के मष्तिष्क पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों में, उनकी स्वंत्रता और आत्मनिर्भरता की कमी (हाइज़, 2011) पर ध्यान केन्द्रित करता है। घरेलू हिंसा के दुष्प्रभावों के दूर करने के लिए कई शोधकर्ताओं ने (विश्व स्वास्थ्य संगठन, 2013) ने, शिक्षा, जागरूकता, और सामुदायिक सहभागिता की आवश्यकता पर जोर दिया है।

घरेलू हिंसा के विविध कारणों ने कई शोधकर्ताओं को सामाजिक, वित्तीय और सांस्कृतिक चर का अध्ययन करने के लिए प्रेरित किया है जो इस समस्या में योगदान करते हैं। एक अध्ययन ने उल्लेख किया कि घरेलू हिंसा मुख्य रूप से पुरुषों की पारंपरिक भूमिकाओं, महिलाओं की आर्थिक निर्भरता और सामाजिक दबाव के परिणामस्वरूप होती है (अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन, 2017)। एक अन्य अध्ययन का तर्क है कि घरेलू हिंसा के प्रभावों को कम करने के लिए महिलाओं को सामाजिक और आर्थिक समर्थन प्रदान करना आवश्यक है (यूनिसेफ, 2014)। घरेलू हिंसा से लड़ने के लिए, कई शोधकर्ता सरकारी, सामुदायिक और व्यक्तिगत स्तरों पर कार्य करने की आवश्यकता पर जोर देते हैं (विश्व स्वास्थ्य संगठन, 2013)।

घरेलू हिंसा के रूप

- 1. शारीरिक हिंसा:** घरेलू हिंसा एक गंभीर समस्या है जो कई रूप ले सकती है। शारीरिक हिंसा में पीटने, लात मारने और अन्य प्रकार के शारीरिक हिंसा शामिल हैं जो शारीरिक हानि पैदा कर सकते हैं। यह कभी-कभी गंभीर शारीरिक चोट, दर्द, और यहाँ तक कि मृत्यु का कारण बन सकता है। ऐसी हिंसा के प्रभाव कई वर्षों तक रह सकते हैं, और किसी व्यक्ति के जीवन को काफी प्रभावित कर सकते हैं।
- 2. भावनात्मक हिंसा:** भावनात्मक हिंसा में अपमान, धमकियाँ, और अन्य प्रकार के मनोवैज्ञानिक हिंसा शामिल हैं जो भावनात्मक दर्द पैदा कर सकते हैं। यह आत्म-सम्मान की कमी, अवसाद, और चिंता की ओर ले जा सकता है। भावनात्मक हिंसा के प्रभाव लंबे समय तक रह सकते हैं और किसी व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकते हैं।
- 3. आर्थिक हिंसा:** आर्थिक हिंसा में वित्तीय नियंत्रण, पैसे चुराना, और अन्य प्रकार के आर्थिक नुकसान शामिल हैं। यह आर्थिक आत्मनिर्भरता की कमी, गरीबी, और आत्म-निर्भरता में कमी का कारण बन सकता है। आर्थिक हिंसा के प्रभाव किसी व्यक्ति के आर्थिक जीवन को प्रभावित कर सकते हैं और उनके भविष्य की योजनाओं को प्रभावित कर सकते हैं।

4. **सामाजिक हिंसा:** इसमें होने वाले नकारात्मक सामाजिक महत्त्व, सामाजिक अपमान, सामाजिक अलगाव, और अन्य किसी प्रकार के नुकसान जो समाज में घुसपैठ कर सकते हैं। यह हिंसा किसी भी रूप में समाज में एकलता, घटती या गिरती हुई आत्मावस्था, और मानसिक दुःख या डिप्रेशन और उससे जुड़े अन्य परेशानियों को जनित कर सकती है। इसके सामाजिक प्रभाव व्यक्ति के सामाजिक जीवन में बड़ी परिवर्तनकारी भूमिकाएं अभ्यस्त कर सकती हैं।

घरेलू हिंसा के कारण

1. **सामाजिक कारक:** इसमें पितृसत्तात्मक समाज, सामाजिक दबाव, और अन्य सामाजिक परिकर्ता जो निस्प्रभ या निष्क्रिय या प्रारम्भिक दौर की हिंसा का प्रयोग कर सकते हैं, और घरेलू हिंसा की वजह भी इनके सामुहिक उपयोग कर सकते हैं। और इसके कुप्रभाव को भी जस का तस बनाए रख सकते हैं।
2. **आर्थिक कारक:** इसमें आर्थिक असमानता, धन का अभाव, और अन्य आर्थिक कारक जो घर के अन्दर या घर के बाहर हिंसा की फसल उगाते हैं, निस्संदेह घरेलू हिंसा के दायरे में आते हैं। आर्थिक असुरक्षा और गरीबी घर के अन्दर हिंसा करवाने का एक महत्वपूर्ण कारण बन सकती है।
3. **सांस्कृतिक कारक:** इसमें सांस्कृतिक दबाव, सांस्कृतिक असमानता, और अन्य सांस्कृतिक कारक जो घर में हिंसा का कारण बन जाती हैं। समाज में प्रचलित सांस्कृतिक मान्यताएं और परंपराएं घर में हिंसा के बड़े कारण बन जाते हैं और हिंसा के दुष्प्रभाव को भी गंभीर बनाते हैं।

घरेलू हिंसा का मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव

1. **डिप्रेशन:** घरेलू हिंसा के कारण डिप्रेशन संभव है, जिससे व्यक्ति की मानसिक स्थिति बिगड़ सकती है। डिप्रेशन की शिकायत में व्यक्ति के मन में सूकून, आशा और आत्म सम्मान की कमी जैसी बातें शामिल हो सकती हैं।
2. **एंजाईटी:** घरेलू हिंसा के कारण एंजाईटी संभव है, जिससे व्यक्ति की मानसिक स्थिति बिगड़ सकती है। एंजाईटी में व्यक्ति के मन में मानसिक तनाव, चिंता और भय होने जैसी बातें समाहित हो सकती हैं।
3. **पोस्ट-ट्रॉमैटिक स्ट्रेस डिसऑर्डर (PTSD):** घरेलू हिंसा के कारण PTSD संभव है, जिससे व्यक्ति की मानसिक स्थिति बिगड़ सकती है। PTSD की शिकायत में व्यक्ति के मन में तनाव और रात में सपने घुमने जैसी बातें शामिल हो सकती हैं।
4. **आडिक्शन:** घरेलू हिंसा के कारण आडिक्शन संभव है, जिससे व्यक्ति की मानसिक स्थिति बिगड़ सकती है। आडिक्शन की शिकायत में व्यक्ति के मन में ड्रग्स, एल्यूरिक और अन्य नशे जैसे पदार्थों का सेवन करने जैसी बातें समाहित हो सकती हैं।
घरेलू हिंसा के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव को पहचानने में निस्तार और सहायतारत पीड़ितों के लिए मददगार हो सकती है।

निष्कर्ष

दुनिया में घरेलू हिंसा एक गंभीर समस्या है जो लाखों लोगों को प्रभावित करती है। यह मानसिक, शारीरिक, भावनात्मक, आर्थिक और सामाजिक रूपों में हो सकती है। इसके परिणाम गंभीर और लंबे समय तक रह सकते हैं। इसके मुख्य स्वास्थ्य परिणाम हैं मानसिक अवसाद, चिंता, (PTSD) और अन्य एंटी सोशल व्यवहार। इस समस्या का हल शिक्षा और समाज के सहभागिता के द्वारा घरेलू हिंसा के पीड़ितों को समर्थन देना और इसके दुष्परिणामों को कम करना है। हिंसा के दुष्परिणामों को कम करना और इसके मुख्य कारणों को समझते हुए एक सुरक्षित और स्वस्थ समाज के निर्माण के लिए कार्य करना बेहद जरूरी है। इसके लिए एक साथ सारे स्टैक होल्डर्स-सरकार, समाज, और व्यक्ति को हिंसा के दुष्परिणामों को कम करने और पीड़ितों के समर्थन के लिए कार्य करना होगा। इस समस्या की गंभीरता और दुष्प्रभाव के बारे में लोगों में शिक्षा और प्रशिक्षण देना आवश्यक है। इसके दुष्परिणामों से सुरक्षित एक स्वस्थ वातावरण में पीड़ितों को अपनी जीवन की नयी परिकल्पना करने के लिए बाहर आना बेहद आवश्यक है।

घरेलू हिंसा से निपटने के लिए हमें एकजुट होकर कार्य करना होगा। घरेलू हिंसा के कारणों को समझने और इसके प्रभावों को दूर करने के लिए हमें कार्य करना होगा। हिंसा के शिकार लोगों के अधिकारों और उनकी स्थिति को स्थायी रूप से व्यवस्थित करने के लिए हमें कार्य करना होगा। घरेलू हिंसा के शिकार लोगों को फिर से एक नया जीवन जीने के लिए सुरक्षित और स्थायी वातावरण देना होगा। हमें आश्वासन सक्षम करना होगा ताकि वह सुरक्षित वातावरण बनाने के लिए प्रेरित हों, और एक स्वस्थ और सुरक्षित समाज सुनिश्चित करने के लिए हमें घरेलू हिंसा के प्रति एक स्थायी और एकजुट कार्य आवश्यक होगा। घरेलू हिंसा से निपटने के लिए एकजुट होकर कार्य करना होगा।

संदर्भ सूची

1. अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन. (2017). घरेलू हिंसा और मानसिक स्वास्थ्य. वाशिंगटन, डीसी
2. कोकोरो. (2012). घरेलू हिंसा और मानसिक स्वास्थ्य. न्यू यॉर्क



Journal of Research and Development

A Multidisciplinary International Level Referred and Double Blind Peer Reviewed, Open Access
ISSN : 2230-9578 | Website: <https://jrdrv.org> Volume-17, Issue-12(A)| December 2025

3. हाइज़, एल. (2011). पार्टनर हिंसा को रोकने के लिए क्या काम करता है? एक साक्ष्य अवलोकन. लॉडन: स्ट्राइव रिसर्च कंसोर्टियम.
4. राष्ट्रीय मानसिक स्वास्थ्य संस्थान. (2015). घरेलू हिंसा और मानसिक स्वास्थ्य. बेथेसडा, एमडी
5. यूनिसेफ. (2014). छुपी हुई दृष्टि में: बच्चों के खिलाफ हिंसा का एक सांख्यिकीय विश्लेषण. न्यू यॉर्क:
6. विश्व स्वास्थ्य संगठन. (2013). वैश्विक और क्षेत्रीय अनुमान: महिलाओं के खिलाफ हिंसा: प्रसार और स्वास्थ्य प्रभाव. जिनेवा: