



## वर्क फ्रॉम होम एक समाजशास्त्रीय अध्ययन

डॉ. निशा जैन

प्राध्यापक—समाजशास्त्र

शा.म.ल.बा. कन्या स्नात. महा., इन्दौर

वर्क फ्रॉम होम संस्कृति भारतीय परिवेश में नवीन एवं समय की आवश्यकता को देखते हुये विकसित हुई है। विदेशों में यह बहुत समय से प्रचलन में थी किन्तु कोविड-19 महामारी एवं लंबे समय तक चलने वाले लॉकडाउन ने भारतीय अर्थव्यवस्था में वर्क फ्रॉम होम कल्चर को तेजी से विकसित किया है। वर्क फ्रॉम होम कल्चर शिक्षित एवं आधुनिक समाज की आवश्यकता बन गया है।

**परिभाषा:**— घर से काम अर्थात घर पर ही ऑफिस जहाँ पर एक इंटरनेट कनेक्शन ही पर्याप्त है। तकनीकी सुविधा होने पर घर से वैसा ही कार्य संभव हो पाता है जैसा एक ईमप्लॉई ऑफिस से काम करता है। युनाइटेड स्टेट में इसे टेली कम्युनिटींग भी कहा जाता है। जहाँ कार्य को टेली कम्युनिकेशन एवं इंटरनेट के द्वारा किया जाता है।

**इतिहास:**— प्राचीनकाल से ही घर में महिलाएँ एवं परिवार के अन्य सदस्य घरेलू कार्यों के अतिरिक्त खेती एवं घरेलू उद्योगों में जुड़े होते थे वे घर पर ही रहकर दस्तकारी, सिलाई, पशुपालन इत्यादि कार्यों में जुटे होते थे एवं परिवार की अर्थव्यवस्था में सहयोग करते थे। शिक्षा एवं तकनीकी विस्तार होने से नये प्रकार का वर्क फ्रॉम होम कल्चर विकसित हुआ जो पत्रकारिता, लेखन, मीडिया, फैशन, ब्यूटीपार्लर एवं ग्राफिक डिजाइन में प्रचलित हुआ। वर्क फ्रॉम होम विदेशों में तकनीकी कार्यों को करने वालों में प्रचलन में था, व्यक्ति लैपटॉप एवं डेस्क बोर्ड से घर पर ही ऑफिस के काम किया करता था किन्तु भारत में बहुत ही कम कंपनियों ने यह सुविधा अपने इमप्लॉई को दी थी। इसका प्रभाव भारतीय परिवार व्यवस्था पर भी पड़ा, युवा संताने माता-पिता को एकाकी छोड़कर बड़े शहरों में कार्य करने हेतु चली गई, माता-पिता वृद्धावस्था में कई समस्याओं के साथ अकेले ही जूझ रहे थे एवं परिवार के मूलभूत कार्यों को अन्य संस्थाओं को हस्तांतरित होने लगे जिनमें माता-पिता



की चिकित्सीय आवश्यकता, बैंक एवं बाजार संबंधी कार्य हेतु उन्हें अन्य सहयोगियों पर निर्भर होना पड़ा, उन्होंने अपने मनोरंजन एवं मानसिक एवं सामाजिक सुरक्षा हेतु क्लब, पड़ौसी, धार्मिक स्थलों एवं उद्यानों में हम उम्र साथियों को ढूँढा।

वर्तमान समय में कोरोना महामारी के चलते अचानक तीव्र सामाजिक परिवर्तन देखा गया, व्यावसायिक गतिविधियों का संचालन परिवार से ही करना शासकीय निर्देशों में शामिल हो गया और यह सभी कुछ लंबे समय से चल रहा है और आगे भी कब तक चलेगा कहा नहीं जा सकता है, इस सभी से पुनः परिवार व्यवस्था में परिवर्तन आया, एक लंबे अंतराल के पश्चात् माता-पिता को युवा सन्तानों एवं उनके नन्हें मुन्नों के साथ रहने का सौभाग्य प्राप्त हुआ, परिवार में शुष्क वातावरण, नीरसता का स्थान उत्सव, उल्लास एवं जीवंतता में परिवर्तित हो गया। माता-पिता अपनी संतानों के साथ रहने से निश्चित हो गये। वहीं युवा संतानें भी माता-पिता के सान्निध्य में बेफ्रिक हो कर घर से ही ऑफिस का कार्य कर रही हैं, इस सुखद बदलाव को जानने एवं इस वर्क फ्रॉम होम संस्कृति का उनके ऑफिस के कार्य एवं कार्यक्षमता पर क्या प्रभाव पड़ा इसे जानने हेतु प्रस्तुत शोध कार्य किया गया है।

**शोध प्रविधि** :- प्रस्तुत शोध पत्र हेतु 38 आई.टी. इंजीनियर पर सर्वेक्षण पद्धति की सहायता से तथ्यों का संग्रहण किया गया है। इनमें से पुरुषों की संख्या 13 एवं महिलाओं की संख्या 25 रही।

**अध्ययन का उद्देश्य** :- परिवर्तित कार्य पद्धति का कार्यक्षमता एवं व्यक्तिगत जीवन में पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन करना रहा है।

**परिकल्पना** :- 1. वर्क फ्रॉम होम से कार्य करने में लचीलापन रहता है।

2. समय एवं पैसा बचता है।
3. एकाग्रता बढ़ती है।
4. नियोजित एवं कम अवकाश की प्रवृत्ति।



- 1) शोध के दौरान उत्तरदाताओं से पूछा गया कि क्या वे वर्क फ्रॉम होम के दौरान परिवार को समय दे पाते हैं तो **78.9%** उत्तरदाताओं को जवाब हाँ में था एवं **21.1%** ने नहीं में जवाब दिया, जिनमें पुरुषों की संख्या 12 एवं महिलाओं की संख्या 18 थी, मात्र 7 महिलाओं ने नकारात्मक जवाब दिया, शायद उनके कार्य की शैली जवाबदेहीपूर्ण होगी या कार्य के घंटे परिवार के कार्यों के साथ मैच नहीं हो पा रहे थे।
- 2) ऑफिस का काम घर से ही करने पर व्यवधान कम होता है, कार्य में एकाग्रता बनी रहती है, सहयोगियों के साथ व्यर्थ की मीटिंग नहीं होती है इस बात की पुष्टि शोध के निष्कर्षों से होती है। 9 महिलाओं एवं 8 पुरुषों ने इस कथन में सहमति प्रदान की है, मात्र 11 उत्तरदाताओं ने इस कथन में असहमति प्रदान की है।
- 3) घर से कार्य करने में क्या उत्तरदाता तनावमुक्त रहते हैं? इस प्रश्न में **52.6%** उत्तरदाताओं ने हाँ में जवाब दिया है जबकि **47.4%** उत्तरदाताओं ने नहीं में जवाब दिया है। घर से काम करने में व्यक्ति निश्चित होकर सुविधाजनक तरीके से कार्य कर लेता है जबकि ऑफिस से काम करने पर उसे घर की जवाबदारियों की चिंता भी रहती है। निश्चित समयावधि में कार्य समाप्त करके उसे परिवार के दायित्व निर्वाह करना हाता है, अतः व्यक्ति ज्यादा तनावग्रस्त रहता है।
- 4) घर से ही ऑफिस का कार्य करने में व्यक्ति को आर्थिक बचत होती है, जाने-आने में होने वाले खर्च व समय की बचत होती है, व्यर्थ की परेशानियों से वह बच जाता है, घर के ही कपड़ों में बैठकर वह ऑफिस का कार्य कर लेता है, इसके साथ ही बहुत से युवा वर्ग अपने मूल परिवारों में रहकर ही ऑफिस का काम कर रहे हैं जिससे उनके शहरों में रहकर किराया भरकर मकान लेने की आवश्यकता समाप्त हो गई है, खाने-पीने एवं दवाइयों का खर्च, विद्युत, पानी एवं मकान मेंटनेस इत्यादि खर्चों में बचत हो रही है **94.7%** उत्तरदाताओं ने इस बात की सहमति प्रदान की है जबकि **5.3%** उत्तरदाताओं ने इसमें असहमति प्रदान की है क्योंकि



वे अभी भी मूल परिवारों से अलग ऑफिस वाले शहरों में रहकर घर से काम कर रहे हैं।

- 5) वर्क फ्रॉम होम करने से व्यक्ति की सामाजिकता प्रभावित हुई है इस प्रश्न के जवाब में **92.1%** उत्तरदाताओं ने सहमति प्रदान की है जबकि **7.9%** उत्तरदाताओं ने असहमति दी है उनका कहना है कि हम सोशल मीडिया के माध्यम से एक दूसरों से संवाद कर सकते हैं एवं परिवार के महत्वपूर्ण क्षणों के फोटो वीडियो शेयर करके सामाजिकता की कमी को पूर्ण कर लेते हैं, अधिकांश उत्तरदाता ऑफिस के सहयोगियों के साथ चर्चा, गपशप एवं खानपान की कमी महसूस कर रहे हैं उनका कहना है कि हम कार्य की उब होने पर कंटीन चले जाते थे, किसी कार्य में कठिनाई होने पर आपसी चर्चा करके उस समस्या का समाधान ढूँढ लेते थे किन्तु वर्क फ्रॉम होम में सभी कार्य स्वयं की समझ से ही करना होते हैं।
- 6) वर्क फ्रॉम होम से व्यक्ति का मानसिक एवं शारीरिक स्वास्थ्य सुधरा है, काम को सुविधाजनक तरीके से करने के कारण मानसिक तनाव नहीं होता है, घर का शुद्ध भोजन सही समय पर कर पाता है, बाहर के पर्यावरण प्रदूषण से भी बचाव होता है। इस सभी का उनके स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ा है, इस तथ्य को सर्वाधिक उत्तरदाताओं ने स्वीकार किया है, **78%** उत्तरदाताओं ने सहमति दी है जबकि **22%** उत्तरदाताओं की अस्वीकृति थी, उनका कहना था कि ऑफिस में हमारा चलना फिरना हो जाता है, सीढ़ियाँ चढ़ना उतरना होता है जिससे हमारा स्वास्थ्य अच्छा रहता है जबकि घर पर हम एक ही जगह पर बैठे रहते हैं।
- 7) **पारिवारिक सामंजस्य में असुविधा का अनुभव होना :-** नौकरी करने के कारण जब व्यक्ति परिवार से दूर अकेला रहता है तो स्वतंत्र जीवन जीता है, नियमों में बंधता नहीं है, अपने हिसाब से खाना-पीना, घूमना, सोना चलता है किन्तु माता-पिता एवं परिवार के अन्य सदस्यों के साथ रहकर वर्क फ्रॉम होम करने से उसकी स्वतंत्रता समाप्त हो जाती है, परिवार के सदस्यों के साथ सामंजस्य स्थापित करने की



समस्या देखी जा रही है जिसकी पुष्टि 57.9% अर्थात् 22 उत्तरदाताओं ने की है जबकि 16 उत्तरदाता 42.1% ने इस में नकारात्मकता प्रदर्शित की है क्योंकि उनकी जीवन शैली पूर्ववत् ही रही है कोई विशेष बदलाव नहीं होने से।

- 8) घर पर रहकर ऑफिस का काम करने से दोहरी जिम्मेदारी व्यक्ति को निभाना पड़ती है, घर के कार्यों का अतिरिक्त दायित्व भी उसे निभाना पड़ता है, इसका समर्थन 23 उत्तरदाताओं ने किया है, परिवार में रहकर वे बच्चों को समय दे पाते हैं, बच्चों का दायित्व एवं बुजुर्ग माता-पिता की देखभाल का दायित्व भी उन पर आने से वे ज्यादा व्यसतता का अनुभव कर रहे हैं।
- 9) वर्क फ्रॉम होम के दौरान क्या आप व्यक्तिगत कार्यों को कर पा रहे हैं इस संदर्भ में 23 उत्तरदाताओं 55.31% का जवाब हाँ में था क्योंकि वे अपनी सुविधानुसार ऑफिस का काम करके चिकित्सा, बैंक, बाजार, खरीददारी का कार्य, व्यक्तिगत योग एवं फिटनेस का रूटीन सेट कर पा रहे हैं जबकि ऑफिस जाने के दौरान ये सभी कार्य नहीं हो पा रहे थे इसके लिए उन्हें अतिरिक्त अवकाश लेना पड़ता था, इसका फायदा यह भी हुआ कि उनके अवकाश लेने की समस्या कम हो गयी एवं वे पूर्व सूचना देकर नियोजित अवकाश लेने लगे इसके विपरीत 15 उत्तरदाता 44.7% ने असहमति बताई है उनका कहना है कि घर से काम करने पर कार्य ज्यादा करने पड़ते हैं, हमें पूरे समय कम्प्यूटर पर उपलब्धता दर्शानी होती है एवं ऑफिस की तुलना में ज्यादा घंटे काम करना पड़ता है, घर पर हम कार्य करते समय निष्क्रिय भी हो जाते हैं इसलिये काम धीरे होता है एवं लंबे समय चलता है जबकि ऑफिस में निश्चित अवधि में काम समाप्त करने का दबाव होता है।

उत्तरदाताओं से पूछा गया कि क्या वे वर्क फ्रॉम होम पसंद करते हैं तो 52.6% का उत्तर हाँ में था जबकि 47.4% उत्तरदाता ऑफिस जाकर काम करने के पक्ष में थे इनमें वे उत्तरदाता शामिल थे जो अविवाहित या बिना संतानों वाले थे जिन पर परिवार की



जिम्मेदारी ज्यादा नहीं थी इसलिए वे ऑफिस में जाकर काम करने के पक्षधर रहे हैं जबकि छोटे बच्चों के माता-पिता वर्क फ्रॉम होम को पसन्द करते हैं।

इस प्रकार संपूर्ण विवेचन से ज्ञात होता है कि वर्क फ्रॉम होम प्रवृत्ति ने सामाजिक सरंचना को प्रभावित किया है, एकाकी परिवार के स्थान पर पुनः संयुक्त परिवार देखने को मिले, व्यक्ति घर एवं नौकरी में संतुलन बना पा रहा है जिससे उसकी कार्य संतुष्टी होती है, वह इंटरनेट एवं लैपटॉप की सहायता से किसी भी लोकेशन में रहकर कार्य कर पा रहा है, अवकाश लेने की प्रवृत्ति में कटौती हो गयी है, समय एवं पैसा दोनों बच रहा है, आने जाने की थकान, रास्ते के ट्रेफिक की उलझन से बचत, श्रम एवं ऊर्जा की बचत का उपयोग कार्यकुशलता में वृद्धि के रूप में देखा गया। परिवार में माता-पिता के सान्निध्य में रहने से मानसिक एवं सामाजिक सुरक्षा का अनुभव हो रहा है, संतानों को अच्छे संस्कार एवं पालन-पोषण दादा-दादी के माध्यम प्राप्त हो रहा है। बच्चे आया के पास एवं झूलाघर में रहने को मजबूर नहीं हैं, व्यक्ति सहज जीवन शैली जी रहा है, कहीं कोई औपचारिकता एवं दिखावापन नहीं है। बचत भी अच्छी कर पा रहा है एव तनावमुक्त स्वस्थ जीवन शैली जी रहा है।

वर्क फ्रॉम होम के सकारात्मक परिणाम देखे गये हैं वहीं व्यक्ति के जीवन में कुछ नकारात्मक प्रभाव भी पड़ रहे हैं, जैसे व्यक्ति चिढ़चिढ़ा हो गया है, उनका सामाजिक जीवन समाप्त हो गया है, व्यक्ति निराशापूर्ण जीवन जी रहा है, खर्च में कटौती के चलते कंपनियां अधिक काम करवा रही है या छटनी भी कर रही है जिसका तनाव युवाओं में देखा गया है। निश्चित दिनचर्या नहीं होने से व्यक्ति में सक्रियता एवं रचनात्मकता में कमी आती जा रही है एवं दैनिक जीवन में अनुशासन की कमी देखी गई।

अन्त में हम कह सकते हैं कि वर्क फ्रॉम होम व्यक्ति को परिवार से जोड़ने में अहम भूमिका निभा रहा है, परिवार की जिम्मेदारियां सभी सदस्यों में बराबरी से बंट जाती है, व्यक्ति की कार्यकुशलता में वृद्धि हो रही है, परिवार का वातावरण तनाव रहित एवं आनन्दपूर्ण बन गया है। माता-पिता भी युवा संतानों के सान्निध्य में संतुष्ट एवं सुरक्षित



अनुभव कर रहे हैं। पुराने समय की परिवार व्यवस्था पुनः दिखाई देने लगी है जिसमें एक साथ तीनों पीढ़ी आपसी सामंजस्य के साथ खुशनुमा माहौल में रह रही है।

संदर्भ सूची :-

1. <https://www.walkme.com>
2. <https://www.Flexjobs.com>
3. <https://www.nibusinessinfo.co.uk>
4. <https://www.Clicktime.com>