



## घरेलू हिंसा और महिलाओं के स्वास्थ्य पर प्रभाव: जागोरी के केसवर्क और काउंसलिंग से सीख



### परिचय

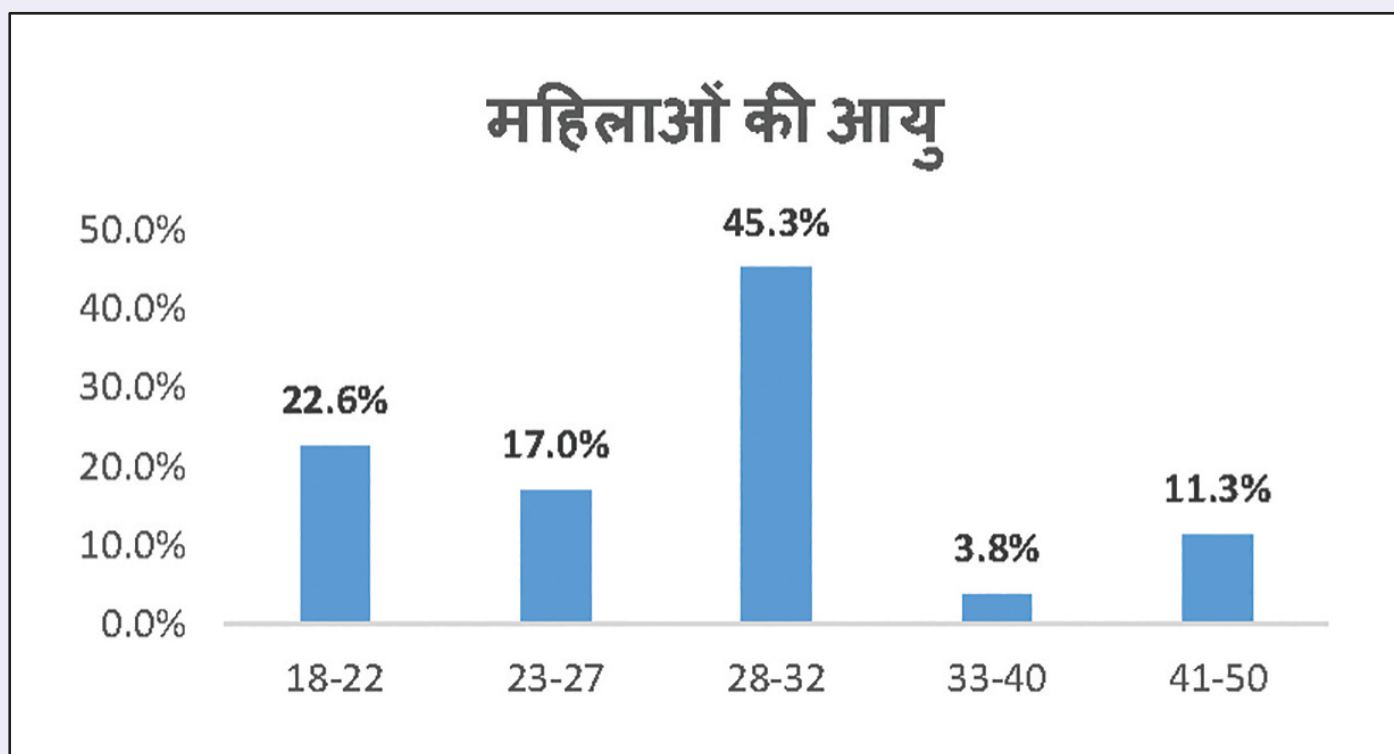
घरेलू हिंसा महिलाओं के जीवन और स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव डालती है। यह केवल शारीरिक चोट तक सीमित नहीं होती, बल्कि महिलाओं के मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य को भी प्रभावित करती है। हिंसा का सामना करने वाली महिलाओं को अक्सर चोट, लगातार दर्द, सिरदर्द और थकान जैसी शारीरिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है। इसके साथ-साथ डर, चिंता, तनाव और उदासी जैसी मानसिक समस्याएँ भी सामने आती हैं। लंबे समय तक हिंसा झेलने से महिलाओं का आत्मविश्वास भी कम हो सकता है और उनके दैनिक जीवन पर इसका असर पड़ता है। इसलिए घरेलू हिंसा के स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों को समझना और महिलाओं को उचित सहायता और समर्थन उपलब्ध कराना बहुत आवश्यक है। यह विश्लेषण अक्टूबर से दिसंबर 2025 के बीच जागोरी से सहायता के लिए आए 92 घरेलू हिंसा के मामलों के आधार पर तैयार किया गया है। इन आंकड़ों के माध्यम से महिलाओं की सामाजिक और आर्थिक पृष्ठभूमि, वैवाहिक स्थिति, शिक्षा, रोजगार, उनके साथ होने वाली हिंसा के प्रकारों को तथा इसका उनके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ रहा है, इसे समझने की कोशिश की गई है।

जागोरी एक गैर-सरकारी संगठन है जिसकी स्थापना वर्ष 1984 में महिलाओं के अधिकारों को बढ़ावा देने और समाज में लैंगिक समानता को मजबूत करने के उद्देश्य से की गई थी। इसका नाम “जागोरी” का अर्थ है “जागो, महिलाओं!”। यह संगठन महिलाओं और लड़कियों को जागरूक, सशक्त और आत्मनिर्भर बनाने के लिए काम करता है। जागोरी का मुख्य उद्देश्य महिलाओं में जागरूकता बढ़ाना, उन्हें अपने अधिकारों के बारे में जानकारी देना और समाज में मौजूद लैंगिक भेदभाव तथा महिलाओं के खिलाफ हिंसा का सामना करने के लिए उन्हें सक्षम बनाना है। यह संगठन ग्रामीण और शहरी दोनों क्षेत्रों में महिलाओं और युवाओं के साथ काम करता है तथा नेतृत्व विकास, प्रशिक्षण और सामुदायिक जागरूकता कार्यक्रमों के माध्यम से महिलाओं को सशक्त बनाने का प्रयास करता है।

जागोरी महिलाओं के खिलाफ हिंसा के मामलों में सहायता सेवाएँ भी प्रदान करता है। इसके अंतर्गत परामर्श (काउंसलिंग), कानूनी सहायता के लिए रेफरल, आश्रय गृह और स्वास्थ्य सेवाओं से जोड़ने जैसी सुविधाएँ शामिल हैं। इसके अलावा संस्था शोध, प्रशिक्षण और जनजागरूकता अभियानों के माध्यम से महिलाओं की सुरक्षा, अधिकारों और समानता से जुड़े मुद्दों पर काम करता है।

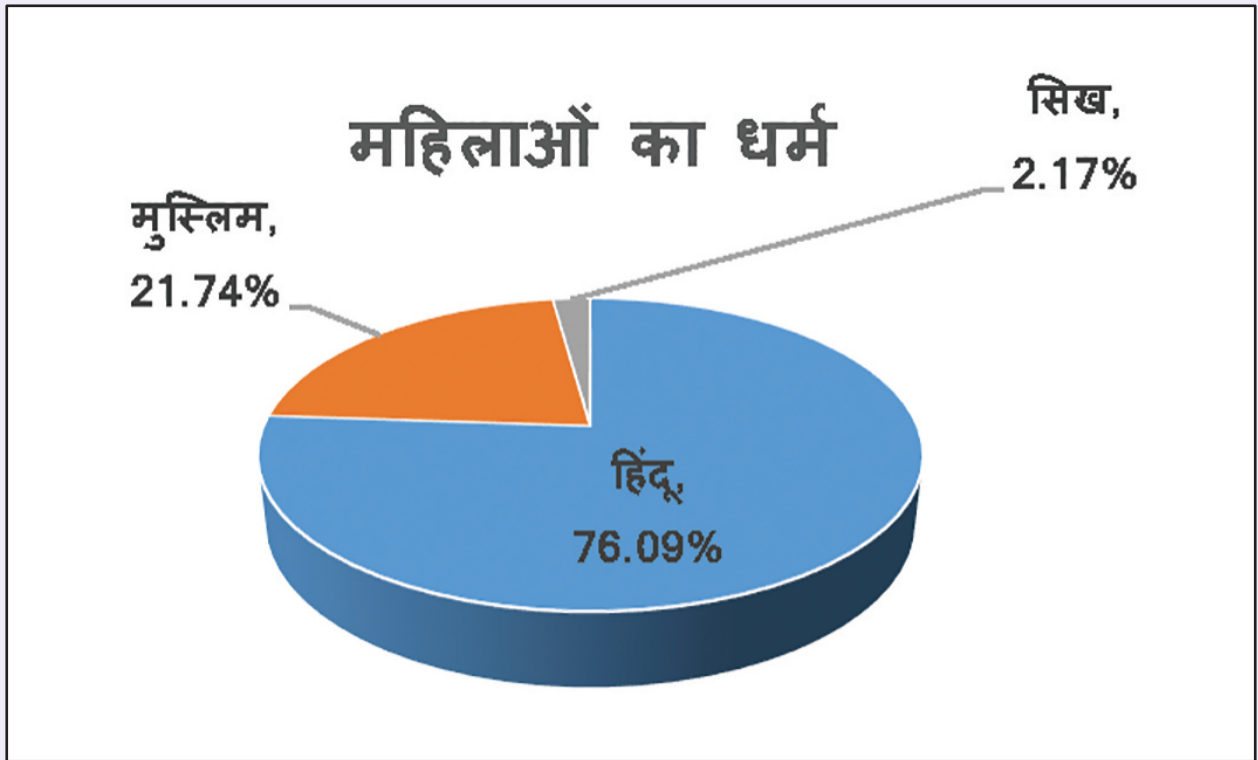
## महिलाओं की आयु और सामाजिक संदर्भ

डेटा के अनुसार सहायता के लिए आने वाली महिलाएँ विभिन्न आयु की थीं। सबसे अधिक महिलाएँ 28 से 32 वर्ष की आयु वर्ग की थीं, जिनका प्रतिशत लगभग 45.3% था। इसके बाद 18 से 22 वर्ष की आयु वर्ग की महिलाएँ लगभग 22.6% थीं। 23 से 27 वर्ष की आयु वर्ग की महिलाओं का प्रतिशत लगभग 17% था। इन आंकड़ों से यह संकेत मिलता है कि युवा और मध्यम आयु की महिलाएँ हिंसा के मामलों में मदद मांगने के लिए अधिक सामने आ रही थीं।



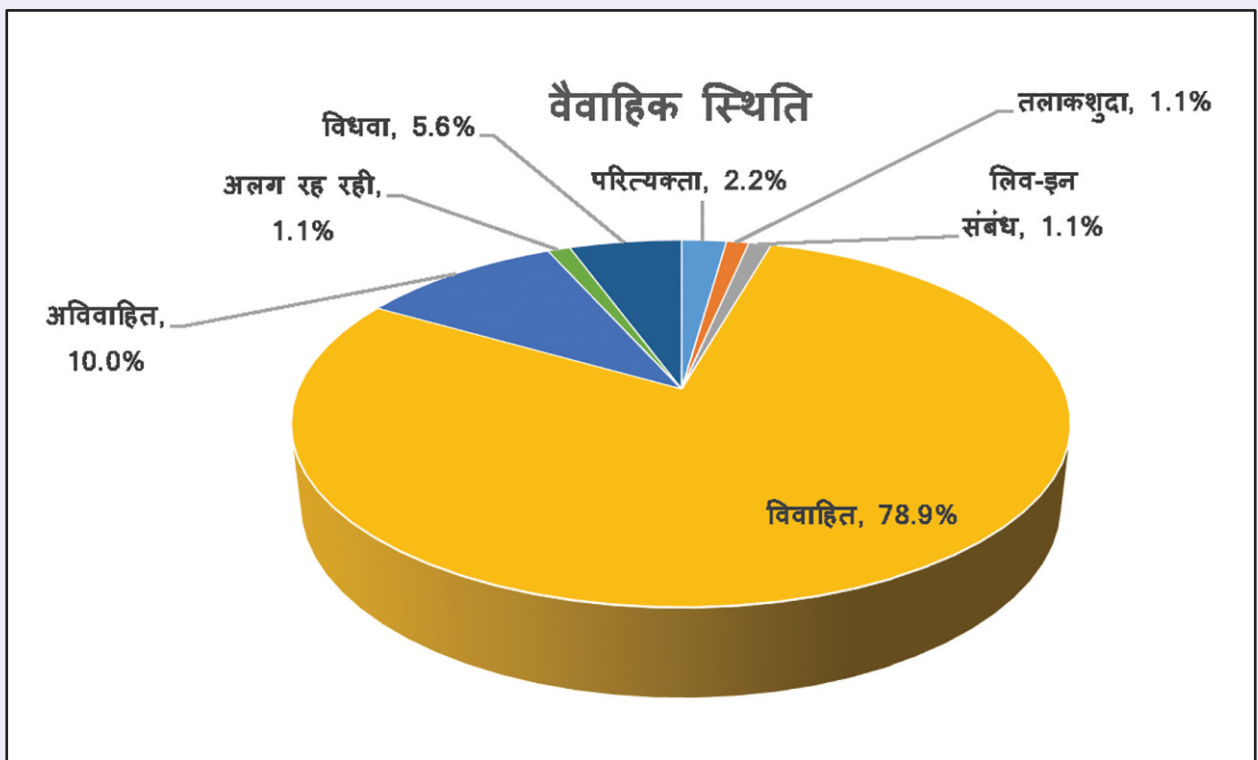
धर्म के आधार पर देखा गया तो अधिकतर महिलाएँ हिंदू समुदाय से थीं, जिनका प्रतिशत लगभग 76% था। मुस्लिम समुदाय की महिलाएँ लगभग 21% थीं और सिख समुदाय की महिलाएँ लगभग 2% थीं।

जाति के संदर्भ में भी अलग-अलग महिलाएँ सहायता के लिए आई थीं। लगभग 23% महिलाएँ सामान्य वर्ग से थीं, लगभग 12% अनुसूचित जाति से और लगभग 7% अन्य पिछड़े वर्ग से थीं। लगभग 56% मामलों में जाति की जानकारी उपलब्ध नहीं थी। ये वे मामले थे जिनमें या तो महिलाएँ अपनी जाति के बारे में बताना नहीं चाहती थीं, या फिर उन्होंने सहायता के लिए जागोरी से फोन के माध्यम से संपर्क किया था, जिसके कारण उनकी जाति से संबंधित जानकारी दर्ज नहीं की जा सकी थी।



### वैवाहिक स्थिति

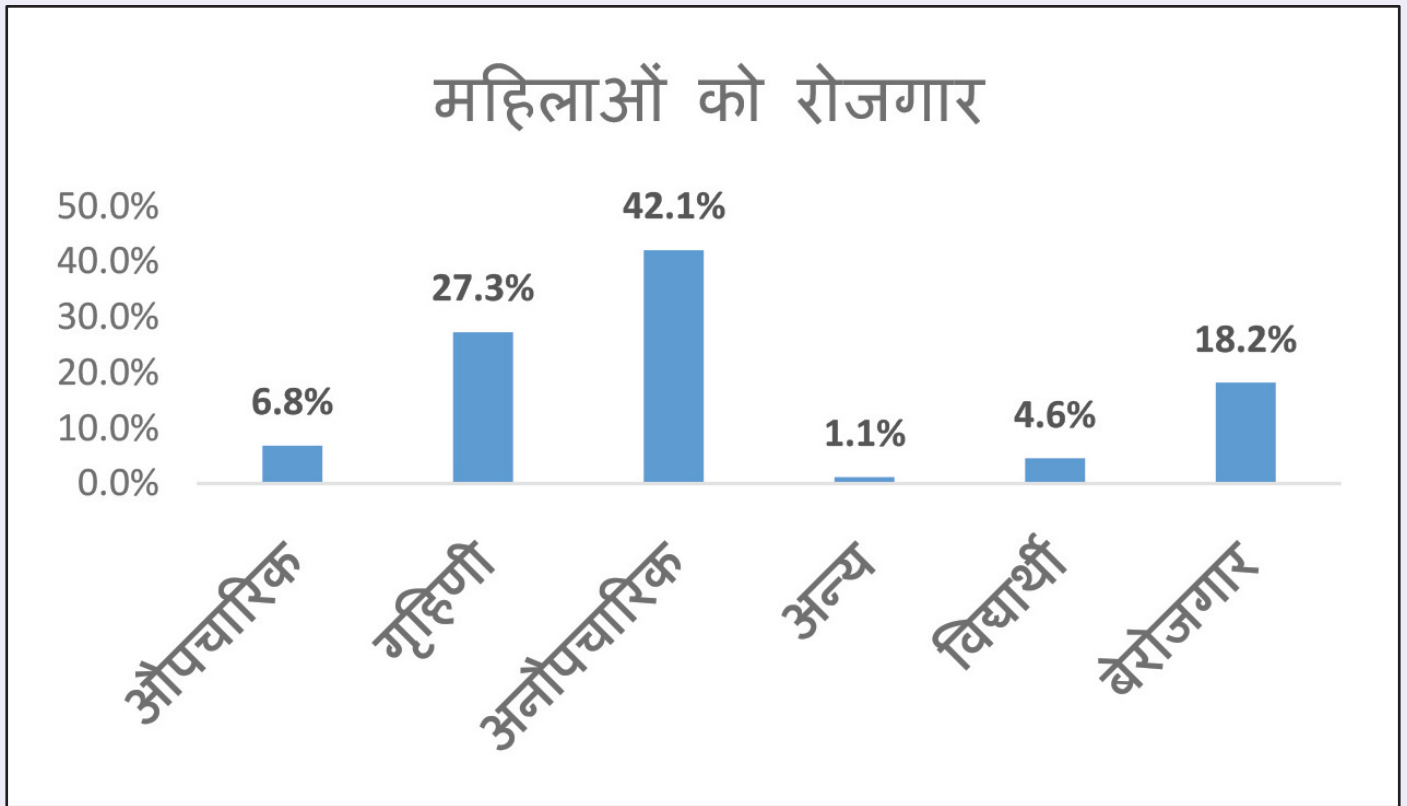
सहायता प्राप्त करने वाली महिलाओं में अधिकांश महिलाएँ विवाहित थीं। लगभग 79% महिलाएँ शादीशुदा थीं। इसके अलावा लगभग 10% महिलाएँ अविवाहित थीं। कुछ महिलाएँ विधवा थीं, जबकि कुछ महिलाएँ पति से अलग रह रही थीं (1.1%) या परित्यक्ता (2.2%) थीं।



## शिक्षा और रोजगार की स्थिति

महिलाओं की शिक्षा का स्तर भी अलग-अलग था। लगभग 31% महिलाओं ने माध्यमिक शिक्षा प्राप्त की थी। लगभग 19% महिलाएँ स्नातक थीं और लगभग इतनी ही महिलाएँ उच्च माध्यमिक स्तर तक शिक्षित थीं। कुछ महिलाएँ स्नातकोत्तर भी थीं, जबकि लगभग 14% महिलाएँ निरक्षर थीं। इससे यह स्पष्ट हुआ कि शिक्षा होने के बावजूद भी महिलाओं को हिंसा का सामना करना पड़ रहा था।

रोजगार की स्थिति को देखने पर पाया गया कि लगभग 42% महिलाएँ अनौपचारिक क्षेत्र में काम कर रही थीं। लगभग 27% महिलाएँ गृहिणी थीं और 18% महिलाएँ बेरोजगार थीं। औपचारिक रोजगार में बहुत कम महिलाएँ थीं।

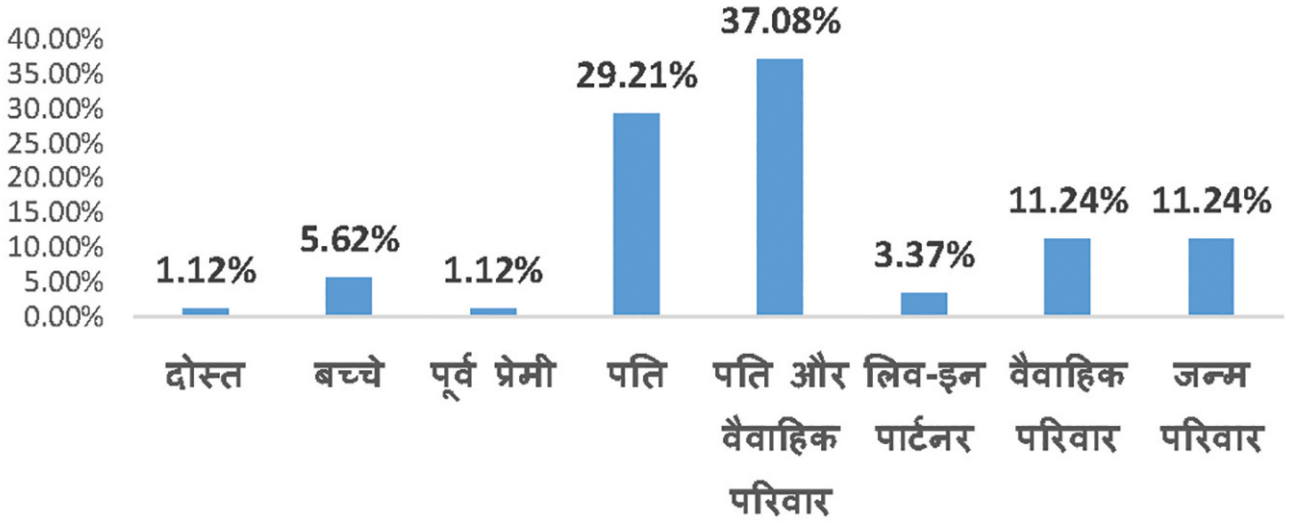


## हिंसा करने वाले व्यक्तियों के साथ संबंध

मामलों के विश्लेषण से यह पता चला कि अधिकांश मामलों में हिंसा करने वाला व्यक्ति महिला का पति या ससुराल पक्ष से जुड़ा हुआ था। लगभग 37% मामलों में पति और ससुराल परिवार दोनों शामिल थे। लगभग 29% मामलों में केवल पति द्वारा हिंसा की गई थी।

इसके अलावा लगभग 11% मामलों में ससुराल परिवार के अन्य सदस्य शामिल थे। लगभग 11% मामलों में मायके पक्ष के लोगों द्वारा भी हिंसा की गई थी। कुछ मामलों में प्रेमी, पूर्व साथी या लिव-इन पार्टनर भी हिंसा के लिए जिम्मेदार थे।

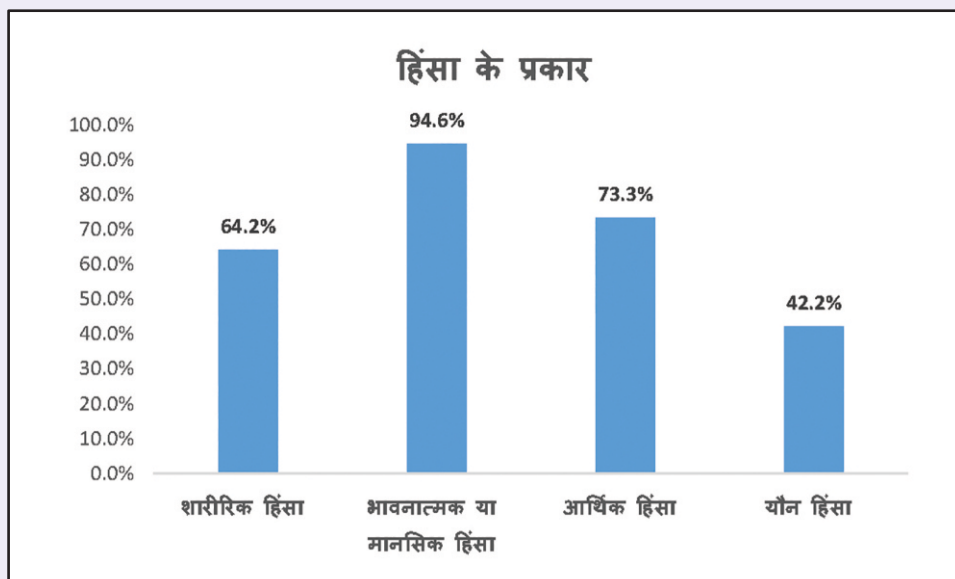
## हिंसा करने वाले के साथ संबंध



## हिंसा के प्रकार

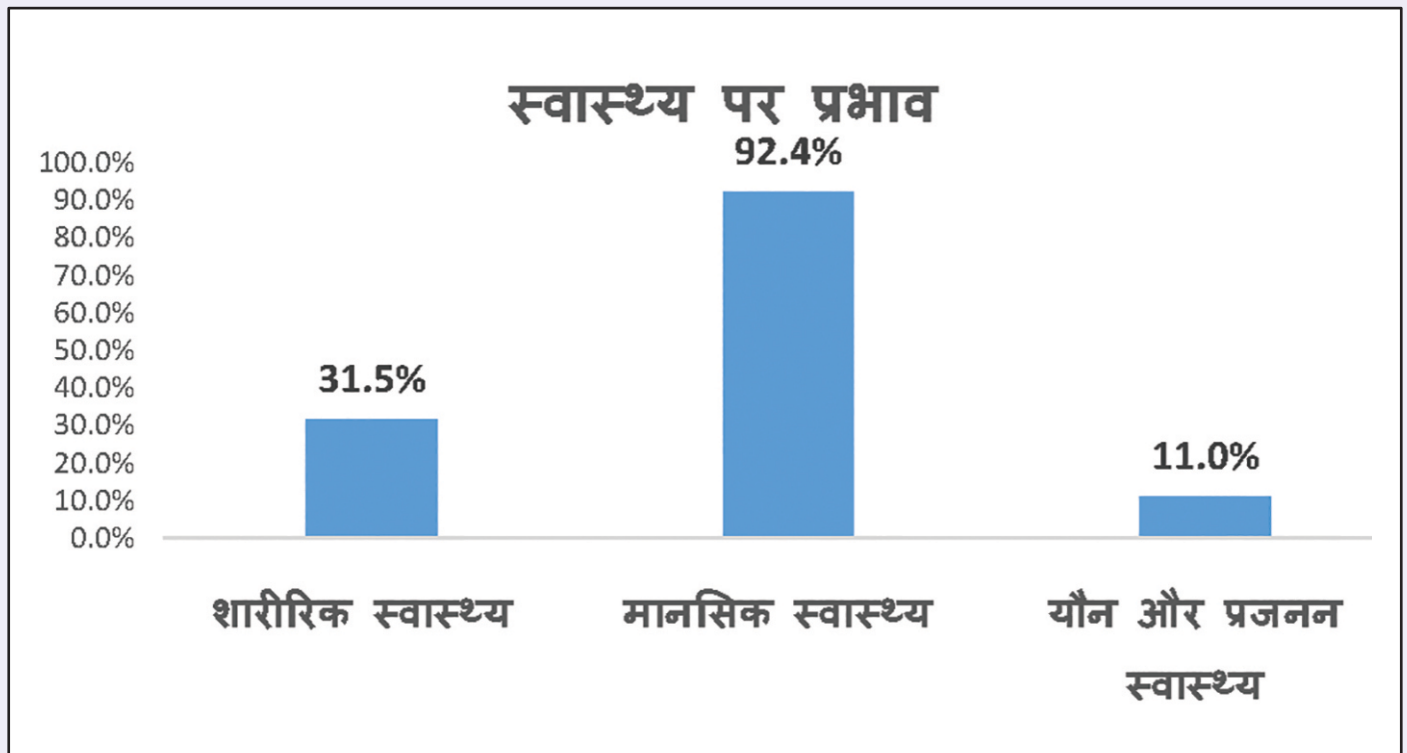
डेटा से यह भी पता चला कि महिलाओं को कई प्रकार की हिंसा का सामना करना पड़ा था। सबसे अधिक भावनात्मक या मानसिक हिंसा के मामले सामने आए थे। लगभग 95% महिलाओं ने भावनात्मक हिंसा का अनुभव बताया था। इसमें अपमान करना, गाली देना, धमकी देना या मानसिक दबाव बनाना शामिल था।

शारीरिक हिंसा भी काफी अधिक मामलों में सामने आई थी। लगभग 64% महिलाओं ने शारीरिक हिंसा का अनुभव बताया था। आर्थिक हिंसा भी एक महत्वपूर्ण समस्या के रूप में सामने आई थी। लगभग 73% महिलाओं ने बताया था कि उनके साथ आर्थिक नियंत्रण या आर्थिक शोषण किया गया था। इसके अलावा लगभग 42% महिलाओं ने यौन हिंसा का अनुभव बताया था। यह दर्शाता था कि कई महिलाओं को एक से अधिक प्रकार की हिंसा का सामना करना पड़ा था।



## स्वास्थ्य पर प्रभाव

हिंसा का असर महिलाओं के स्वास्थ्य पर भी दिखाई दिया था। लगभग 31% मामलों में शारीरिक स्वास्थ्य से जुड़े परिणाम सामने आए थे। मानसिक स्वास्थ्य पर इसका प्रभाव और अधिक गंभीर पाया गया था। लगभग 92% महिलाओं ने मानसिक या मनोवैज्ञानिक प्रभावों का अनुभव बताया था। इसमें डर, चिंता, तनाव और अवसाद जैसी स्थितियाँ शामिल थीं। कुछ मामलों में हिंसा के कारण महिलाओं में गहरी निराशा देखी गई थी। लगभग 13% महिलाओं ने बताया था कि लगातार हिंसा के कारण उनके मन में जीवन को समाप्त करने जैसे गंभीर विचार भी आए थे। कुछ मामलों में यौन और प्रजनन स्वास्थ्य से जुड़े प्रभाव भी सामने आए थे, हालांकि इनकी संख्या अपेक्षाकृत कम थी।



## केस स्टडी - स्वास्थ्य पर हिंसा का प्रभाव

एक 38 वर्षीय महिला, जो उत्तर प्रदेश के एक छोटे से गाँव की रहने वाली थीं, अपने तीन बच्चों के साथ रहती थीं। उनकी शादी को लगभग पाँच वर्ष हो चुके थे। विवाह के बाद से ही वह अपने पति और ससुराल पक्ष द्वारा शारीरिक, मानसिक और आर्थिक हिंसा का सामना कर रही थीं। कई बार उन्होंने अपने साथ ही हिंसा के बारे में अपने मायके वालों को भी बताया था, लेकिन मायके पक्ष का मानना था कि बेटी के विवाह के बाद उसका मायके से संबंध कम हो जाता है और उसे ससुराल में ही रहना चाहिए।

पति और ससुराल वालों द्वारा लगातार किए जा रहे दुर्व्यवहार और प्रताड़ना का महिला के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव पड़ा था। एक दिन महिला के पति ने उनके साथ मारपीट की और उन्हें घर से निकाल दिया। साथ ही उनके तीनों बच्चों को भी उनसे अलग कर दिया गया।

## केस स्टडी - स्वास्थ्य पर हिंसा का प्रभाव

इसी दौरान पड़ोसियों से उन्हें एक महिला सहायता संस्था के बारे में जानकारी मिली, जिसके बाद उन्होंने वहाँ संपर्क किया।

काउंसलिंग के दौरान महिला ने बताया कि उन्हें अक्सर सिर में तेज दर्द रहता था और उन्हें ठीक से नींद नहीं आती थी। उन्हें हर समय घबराहट और डर महसूस होता था, और ऐसा लगता था कि उनका शरीर काँप रहा है। जब भी वह अपने बच्चों के बारे में सोचती थीं, तो उनके मन में जीवन के प्रति गहरी निराशा के विचार आने लगते थे।

महिला की बातों को ध्यानपूर्वक सुना गया और उनकी तत्काल आवश्यकता को देखते हुए उन्हें अस्पताल में स्थित वन स्टॉप सेंटर (One Stop Centre Scheme) के लिए रेफर किया गया। साथ ही उन्हें नियमित काउंसलिंग भी प्रदान की गई। काउंसलिंग सत्रों के दौरान महिला ने बताया कि जब उनका पति उन्हें मारता था तो उन्हें हमेशा यह डर बना रहता था कि उनसे कोई गलती न हो जाए और उन्हें हर काम बिल्कुल सही तरीके से करना पड़े। यह डर और घबराहट उनके बच्चों पर भी प्रभाव डाल रही थी।

लगातार काउंसलिंग और चिकित्सकीय उपचार के साथ महिला ने धीरे-धीरे अपने जीवन में सुधार महसूस करना शुरू किया। उनका आत्मविश्वास बढ़ने लगा और उन्होंने काउंसलिंग सत्रों तथा समूह बैठकों में भाग लेना शुरू किया। इससे उन्हें अपने जीवन को दोबारा व्यवस्थित करने और आत्मनिर्भर बनने में मदद मिली।

## सहायता प्राप्त करने की प्रक्रिया

अधिकांश महिलाओं ने हिंसा का सामना करने के बाद किसी न किसी प्रकार की अनौपचारिक सहायता लेने की कोशिश की थी। लगभग 97% महिलाओं ने परिवार, मित्रों या समुदाय के लोगों से मदद लेने का प्रयास किया था।

हालांकि औपचारिक कानूनी प्रक्रिया तक पहुँचने वाले मामलों की संख्या अपेक्षाकृत कम थी। लगभग 27% मामलों में ही एफआईआर, मेडिकल लीगल केस या अन्य कानूनी कार्रवाई दर्ज की गई थी। यह दर्शाता था कि महिलाएँ अक्सर पहले अनौपचारिक स्तर पर समस्या को सुलझाने का प्रयास करती हैं।

## निष्कर्ष

इस विश्लेषण से यह स्पष्ट हुआ कि घरेलू हिंसा महिलाओं के जीवन और स्वास्थ्य पर गंभीर प्रभाव डालती है। हिंसा केवल शारीरिक चोट तक सीमित नहीं रहती, बल्कि इसका गहरा असर महिलाओं के मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। अध्ययन में सामने आया कि अधिकांश महिलाएँ युवा और मध्यम आयु वर्ग की थीं और हिंसा के कई रूपों जैसे-मानसिक, शारीरिक, आर्थिक और यौन हिंसा-का सामना कर रही थीं।

कई मामलों में हिंसा के कारण महिलाओं में डर, तनाव, चिंता और गहरी निराशा जैसी मानसिक स्वास्थ्य समस्याएँ देखने को मिलीं। इसके बावजूद अधिकतर महिलाएँ पहले परिवार और समुदाय से अनौपचारिक सहायता लेने की कोशिश करती हैं, जबकि कानूनी प्रक्रियाओं तक पहुँच अपेक्षाकृत कम होती है।

यह स्थिति दर्शाती है कि महिलाओं के लिए सुरक्षित और सुलभ सहायता सेवाएँ, काउंसलिंग, स्वास्थ्य सेवाएँ और कानूनी समर्थन को मजबूत करना आवश्यक है, ताकि हिंसा का सामना कर रही महिलाओं को समय पर सहयोग मिल सके और वे अपने अधिकारों के प्रति जागरूक होकर सुरक्षित जीवन जी सकें।