

कामकाजी महिलाओं के लिए सामाजिक समर्थन नेटवर्क- एक

अवलोकनात्मक अध्ययन

डॉ. पूनम जोशी

सहायक प्रोफेसर, समाजशास्त्र विभाग

एपेक्स यूनिवर्सिटी, जयपुर

सार

आधुनिक कार्यबल ने महिलाओं की भागीदारी में उल्लेखनीय वृद्धि देखी है, जिससे उनकी भलाई और उत्पादकता सुनिश्चित करने के लिए मजबूत सामाजिक समर्थन प्रणालियों की आवश्यकता होती है। यह अवलोकन अध्ययन कामकाजी महिलाओं के जीवन में सामाजिक समर्थन नेटवर्क की भूमिका की पड़ताल करता है, भावनात्मक, वाद्य और सूचनात्मक समर्थन की जांच करता है। अध्ययन परिवार, सहकर्मियों, दोस्तों और पेशेवर नेटवर्क सहित समर्थन के प्रमुख स्रोतों की पहचान करता है, और कार्य-जीवन संतुलन, नौकरी की संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य पर उनके प्रभाव का मूल्यांकन करता है। निष्कर्ष बताते हैं कि मजबूत समर्थन प्रणाली तनाव और बर्नआउट को कम करते हुए पेशेवर विकास और भावनात्मक लचीलापन को बढ़ाती है। महिलाओं के लिए एक सहायक कार्य वातावरण को बढ़ावा देने के लिए संगठनों और नीति निर्माताओं के लिए सिफारिशों के साथ अध्ययन समाप्त होता है।

कीवर्ड : सामाजिक समर्थन, कामकाजी महिलाएं, कार्य-जीवन संतुलन, मानसिक स्वास्थ्य, नौकरी से संतुष्टि

