International Journal of Home Science 2024; 10(1): 121-125

International Journal of Home Science

ISSN: 2395-7476
IJHS 2024; 10(1): 121-125
© 2024 IJHS
www.homesciencejournal.com
Received: 30-12-2023
Accepted: 31-01-2024

डॉ. तृप्ति तिवारी
सहायक प्राध्यापक, गृह विज्ञान विभाग, जननायक चन्द्रशेखर विश्वविद्यालय, बलिया, उत्तर प्रदेश, भारत

Corresponding Author:
डॉ. तृप्ति तिवारी
सहायक प्राध्यापक, गृह विज्ञान विभाग, जननायक चन्द्रशेखर विश्वविद्यालय, बलिया, उत्तर प्रदेश, भारत

''गृहिणियों के लिये कार्य सरलीकरण की उपयोगिता का अध्ययन'' सतना शहर के विशेष सन्दर्भ में

डॉ. तृप्ति तिवारी

सारांश
गृहिणियों के लिए समय एवं शक्ति दोनों साधन अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। निरंतर प्रयास के द्वारा गृहिणी इन दोनों साधनों का संतुलित उपयोग करने की आदत को विकसित कर सकती है। किसी भी कार्य को करने की दक्षता में कार्य सरलीकरण द्वारा समय व शक्ति दोनों के व्यवस्थापन को मिश्रित कर दिया जाता है। यह एक सामान्य तथ्य है कि यदि किसी कार्य को करने में लगने वाले समय में कमी की जाती है तो शक्ति के व्यय में अपने आप कमी हो जाती है किन्तु यह आवश्यक है कि कार्य की गति समान ही रहनी चाहिए। किसी कार्य को करने की विधि में सुधार करके कार्य को सरल बनाया जाता है। कार्य करने की ऐसी नई विधियों को अपनाया जाता है जो सुविधाजनक हों तथा जिनमें गतियाँ स्वाभाविक तथा लयबद्ध हों। कार्य सरलीकरण ऐसी विधियों को खोजने में सहायक होता है।

कूटशब्द: गृहिणियों के लिय, सतना शहर, कार्य सरलीकरण, गृहिणियों द्वारा, गैर–कार्यरत, कार्य सरलीकरण

प्रस्तावना
गृहणी द्वारा कम समय तथा शक्ति का उपयोग करते हुए किसी कार्य को सम्पन्न करने की तकनीक कार्य सरलीकरण कहलाती है। सामान्यतः कार्य करने में लगने वाले समय में कमी करने पर शक्ति का व्यय कम हो जाता है। कार्य सरलीकरण के लाभकारी प्रभाव गृह कार्यों की अपेक्षा उद्योगों में अधिक स्पष्ट रूप से देखे जा सकते हैं। बीसवीं सदी की शुरूआत में कारखानों में कार्य की प्रभावी विधियों का अध्ययन कुछ इंजीनियरों द्वारा किया गया। इन्हीं का अनुशरण करते हुए कार्य सरलीकरण शब्द का उपयोग सामान्य रूप से सभी क्षेत्रों में किया जाने लगा। जिसके प्रभाव से परिवार में गृहिणी एवं अन्य सदस्यों पर भी इस दिशा में लोगों की रूचि जाग्रत हुई। कार्य सरलीकरण की विधियों का उपयोग करके गृहिणी अपनी बची हुई शक्ति एवं समय का सदुपयोग अन्य क्रियाओं के लिये कर सकती है।

किसी भी कार्य को करने की दक्षता में कार्य सरलीकरण द्वारा समय व शक्ति दोनों के व्यवस्थापन को मिश्रित कर दिया जाता है। यह एक सामान्य तथ्य है कि यदि किसी कार्य को करने में लगने वाले समय में कमी की जाती है तो शक्ति के व्यय में अपने आप कमी हो जाती है।

कार्य सरलीकरण में मुख्य रूप से तीन बिन्दुओं का समावेश किया जाता है। समय की बचत, शारीरिक ऊर्जा की बचत और धन की बचत। सभी गृहिणियां न तो एक प्रकार की शारीरिक ऊर्जा से सम्पन्न होती हैं. न एक जैसी धन–सम्पन्न और न एक जैसी समय वाली होती हैं, कामकाजी महिलाओं के पास पैसे तो अधिक हो सकते हैं, पर उनके पास समय और ऊर्जा की कमी होती है। अतः कामकाजी महिलाओं से स्वयं अतिरिक्त गृह–कार्य की अपेक्षा नहीं की जा सकती है। वे दो प्रकार से अपने घरेलू कामकाजो का सरलीकरण कर सकती हैं–चाहे तो वे अधिक सहायक रखें (दाई, नौकर आदि) अथवा घर में विद्युत् से चालित अधिक–से–अधिक समय और शक्ति बचाने वाले उपकरण उपयोग करें।

प्रस्तुत शोध अध्ययन में ''गृहिणियों के लिये कार्य सरलीकरण की उपयोगिता का अध्ययन'' सतना शहर के विशेष सन्दर्भ में किया गया है। कोई गृहिणी यदि कार्य करने के तरीके को सरल करती है तथा समय व शक्ति के व्यय को कम करने की कोशिश करती है, तो कार्य सरलीकरण का महत्व सीख लेती है। कार्य करने की विधि में लगाया गया समय व शक्ति अधिकाशंतः हाथ व शरीर की गति पर निर्भर करता है। इस प्रकार कार्य सरलीकरण का सामान्य अर्थ है – ''कार्य को ऐसे तरीके से करना जिससे शीघ्रता व सुविधाजनक विधि से सम्पन्न हो सके।''

ग्रॉस एवं क्रैण्डल, के अनुसार ''कार्य सरलीकरण में समय और शक्ति दोनों के व्यवस्थापन को मिश्रित कर दिया जाता है। कार्य सरलीकरण का अर्थ है कि निर्धारित समय व शक्ति की मात्रा

में अधिक कार्य सम्पादित करना या कार्य की निश्चित मात्रा को सम्पन्न करने के लिए समय या शक्ति अथवा दोनों की मात्रा को कम करने का प्रयत्न करना है''।

साहित्य का पुनरावलोकन

- नबात आरफी, शालिनी अग्रवाल (2014) के अनुसार, ''कामकाजी और गैर–कामकाजी गृह निर्माताओं के बीच कार्य सरलीकरण के संबंध में जागरूकता, एक तुलनात्मक अध्ययन'' में, एक जानकार और कुशल गृहिणी किसी कार्य को करने में अधिक समय और प्रयास को बचाती है। कार्य सरलीकरण कम से कम समय एवं ऊर्जा प्रबंधन का उपयोग करके कार्य को पूरा करने की एक तकनीक है। कार्य को सरल बनाना कार्य को करने में सबसे सरल, सबसे तेज और साथ ही सबसे आसान तरीकों को खोजने का तरीका है। अध्ययन का उद्देश्य कामकाजी और गैर–कामकाजी गृहिणियों के बीच कार्य सरलीकरण के बारे में जागरूकता जानना था। यह उत्तर प्रदेश के लखनऊ शहर के 120 गृह निर्माताओं (60 कामकाजी गृह निर्माता और 60 गैर–कार्यशील गृह निर्माता) के नमूने पर किया गया था, जिन्हें गृह निर्माताओं के बीच कार्य सरलीकरण के बारे में जागरूकता के आधार पर स्व–निर्मित प्रश्नावली द्वारा प्रशासित किया गया था। डेटा एकत्र करने के लिए उद्देश्यपूर्ण यादृच्छिक नमूनाकरण तकनीक का उपयोग किया गया था। अध्ययन से पता चला कि कामकाजी गृह निर्माताओं के बीच काम को सरल बनाने के बारे में जागरूकता गैर–कार्यरत गृह निर्माताओं की तुलना में अधिक है।
- **नबात अरफी (2014), ने विभिन्न प्रकार के परिवारों में गृह निर्माताओं के बीच कार्य सरलीकरण के संबंध में जागरूकता,** के अध्ययन में पाया कि कार्य सरलीकरण को एक निश्चित राशि के साथ अधिक कार्य पूरा करने के रूप में परिभाषित किया जा सकता है। समय और ऊर्जा का काम कार्य को सरल बनाना कार्य को करने में सबसे सरल, सबसे तेज और साथ ही सबसे आसान तरीकों को खोजने का तरीका है। घर बनाने में कई अलग–अलग कार्य शामिल होते हैं, इसलिए यदि गृहिणी कार्य सरलीकरण के बारे में जागरूक है तो वह किसी कार्य को करने में अपना समय और मेहनत बचा सकती है। निम्न अध्ययन में विभिन्न प्रकार के परिवारों में कार्य सरलीकरण के संबंध में जागरूकता जानने का प्रयास किया गया। यह अध्ययन लखनऊ शहर के 120 गृह निर्माताओं (एकल प्रकार के परिवार से 60 गृह निर्माता और संयुक्त प्रकार के परिवार से 60 गृह निर्माता) के नमूने पर किया गया था, जिन्हें गृह निर्माताओं के बीच कार्य सरलीकरण के बारे में जागरूकता के आधार पर स्व–निर्मित प्रश्नावली द्वारा किया गया था। आंकड़ें एकत्र करने के लिए उद्देश्यपूर्ण यादृच्छिक नमूनाकरण तकनीक का उपयोग किया गया था। एकत्र किए गए आंकड़ों का विश्लेषण 'स्वतंत्र टी परीक्षण' का उपयोग करके किया गया है। जिसमें एकल परिवार और संयुक्त परिवार के गृह निर्माताओं के बीच कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं पाया गया।

शोध उद्देश्य

- गृहिणियों द्वारा गृह कार्यों में कार्य सरलीकरण की उपयोगिता का अध्ययन।
- गृहिणियों द्वारा गृह कार्यों में कार्य सरलीकरण के प्रति रूचि जाग्रत करने का अध्ययन।

शोध परिकल्पना

- गृहिणियों द्वारा गृह कार्यों में कार्य सरलीकरण के माध्यम से कार्यो को सरलता से नहीं किया जाता है।
- गृहिणियों द्वारा गृह कार्यों में कार्य सरलीकरण के प्रति रूचि जाग्रत करने में सरलता होगी।

शोध प्रविधि

प्रस्तुत शोध अध्ययन में कार्य सरलीकरण के माध्यम से सतना शहर की 50 गृहिणियों के द्वारा गृह कार्यों में कार्य सरलीकरण की उपयोगिता का अध्ययन किया गया जिसमें उनसे कार्यों को सरलतम विधि से प्रतिपादित करने के बारे में जानकारी ली गई। शोध अध्ययन हेतु सतना शहर में रहने वाली गृहिणियों से अनुसूची भरवायी गयी जिसमें उनसे कुछ प्रश्न पूछे गये। जिसमें कार्यों को सरलतम तरीके से करने के संबंध में अनुसूची के दो भाग हैं प्रथम भाग में गृहिणियों का सामान्य परिचय व पारिवारिक सदस्यों की जानकारी प्राप्त की गई तथा द्वितीय भाग में गृह कार्यों से संबंधित कथनों की जानकारी प्राप्त की गई।

तथ्यों का संकलन

प्रस्तुत शोध अध्ययन को वस्तुनिष्ठ व वैज्ञानिक बनाने के उद्धेश्य से तथ्य संकलन हेतु प्राथमिक व द्वितीयक स्त्रोतों से सूचनाओं व तथ्यों का सकंलन किया गया। प्राथमिक स्त्रोत के रूप अनुसूची से गृहिणियों से प्रत्यक्ष सम्पर्क स्थापित किया गया तथा द्वितीयक स्त्रोत के रूप में इन्टरनेट द्वारा प्राप्त सूचनाएँ एकत्रित की गई जिसमें समाचार पत्रों, पत्र–पत्रिकाओं, शोध पत्रों आदि से सम्बन्धित पुस्तकों में उपलब्ध अध्ययन सामग्री का अध्ययन किया गया है।

शोध विश्लेषण एवं व्याख्या

कार्य सरलीकरण की विधियों को अपनाने में गृहिणी अपने कार्य करने के तरीकों पर भी विचार करती है उसको सभी दृष्टिकोणों से कार्यों में लगने वाले साधनों (समय एवं शक्ति) पर विचार करने का अवसर प्राप्त होता है। इस सम्पूर्ण प्रक्रिया के दौरान उसे यह समझ में आने लगता है कि कौन से कार्य आवश्यक हैं, कौन–से कम आवश्यक हैं तथा कौन–से अनावश्यक हैं, जिन्हें पूर्णतः कार्य सूची से हटाया जा सकता है। इस प्रकार प्राथमिकताओं को निश्चित करके समय एवं शक्ति की बचत कर सकती है तथा इन बचे हुए साधनों का उपयोग अपने स्वयं के विकास या अन्य सामुदायिक कार्यों के लिए कर सकती है।

पूर्व में कार्य सरलीकरण के महत्व को उद्योगों में उत्पादन की दृष्टि से महत्व दिया गया था। गृह कार्यों के क्षेत्र में इससे सम्बन्धित कई शोध परिणामों से यह स्पष्ट हो चुका है कि गृह कार्यों की दृष्टि से गृहिणी के लिये भी यह महत्वपूर्ण है। विशेष रूप से नौकरीपेशा गृहिणियाँ इससे बहुत लाभ प्राप्त कर सकती हैं।

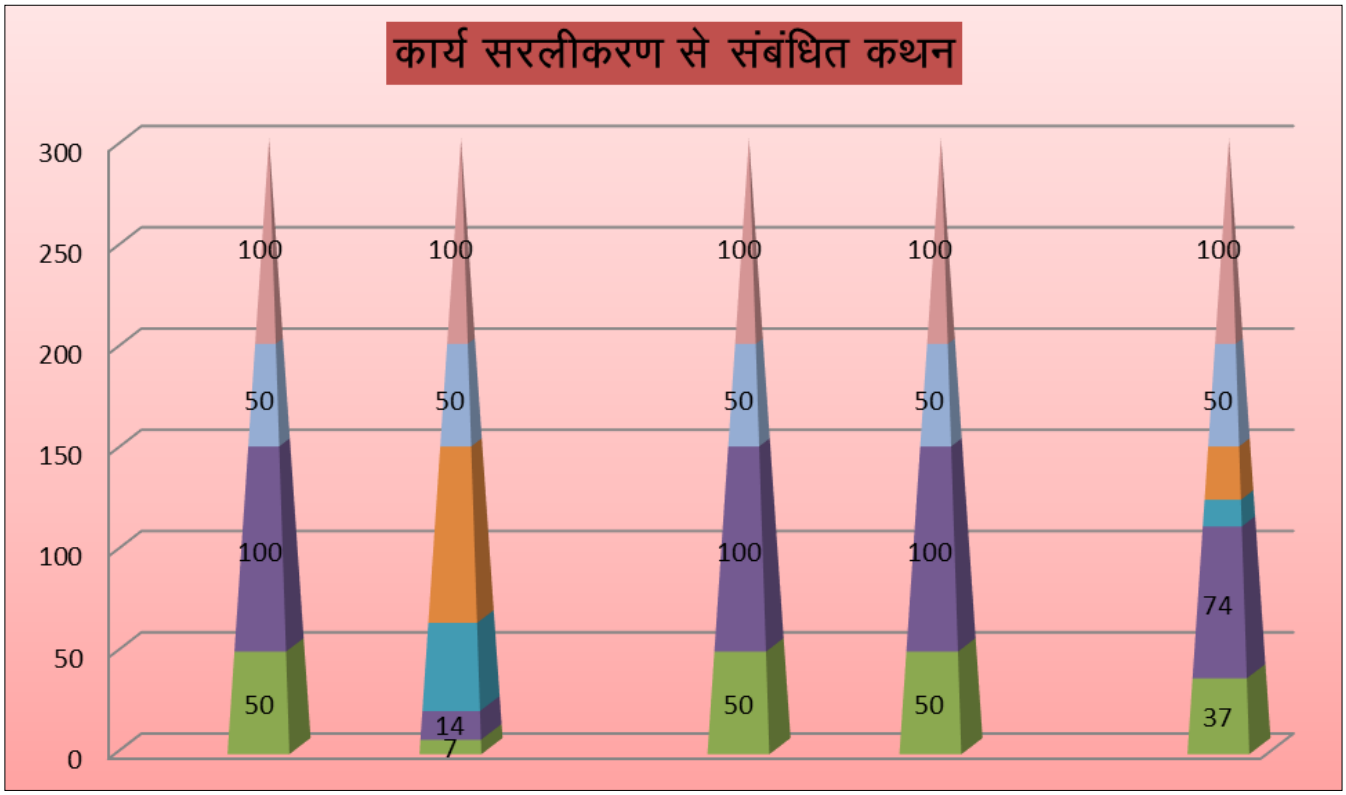
- समय एवं शक्ति की बचत
- नीरसता की कमी
- प्रबंध के लिये प्रेरणा
- अधिक अवकाश

प्रस्तुत शोध अध्ययन में कार्य सरलीकरण के माध्यम से सतना शहर की 50 गृहिणियों के द्वारा गृह कार्यों में कार्य सरलीकरण की उपयोगिता का अध्ययन किया गया जिसमें उनसे कार्यों को सरलतम विधि से प्रतिपादित के विषय में जानकारी ली गई।

तालिका क्रमांक 1: कार्य सरलीकरण से संबंधित कथन

क्र. क्र.	कथन	प्राप्त उत्तर				कुल योग	प्रतिशत
		हाँ	प्रतिशत	नहीं	प्रतिशत		
1.	आप गृह कार्यों को सरलतम तरीके से प्रतिपादित करती हैं।	50	100	–	–	50	100
2.	आपको कार्य सरलीकरण की तकनीकों की जानकारी है।	7	14	43	86	50	100
3.	कार्य सरलीकरण के माध्यम से कार्यों को करने में आपको लगता है कि समय व शक्ति की बचत होती है।	50	100	–	–	50	100
4.	आप गृह कार्यों को सरल करने के लिए विभिन्न उपकरणों का उपयोग करती हैं।	50	100	–	–	50	100
5.	गृह कार्यों में खड़े रहने व बैठने की खराब स्थिति से थकान का अनुभव होता है।	37	74	13	26	50	100

स्त्रोत–सर्वेक्षण द्वारा



उपरोक्त तालिका के अवलोकन से यह परिलक्षित होता है कि सर्वेक्षण में गृहिणियों से पूछे गये कथनों में गृह कार्यों को सरलतम तरीके से प्रतिपादित करने में 100 प्रतिशत महिलाओं ने हाँ में उत्तर दिया है, वहीं कार्य सरलीकरण की तकनीकों की जानकारी के बारे में जानने में सर्वेक्षित महिलाओं में 14 प्रतिशत महिलाओं को ही जानकारी थी तथा 86 प्रतिशत महिलाओं को कार्य सरलीकरण तकनीकों के बारे में किसी भी प्रकार की कोई जानकारी नहीं थी। इसी तरह जब सर्वेक्षित महिलाओं से पूछा गया कि कार्य सरलीकरण के माध्यम से कार्यों को करने में आपको लगता है कि समय व शक्ति की बचत होती है, इस कथन में 100 प्रतिशत महिलाओं ने कहा कि हाँ विभिन्न उपकरणों के उपयोग से कार्यो को करने में आसानी होती है। साथ ही 100 प्रतिशत सर्वेक्षित महिलाओं द्वारा गृह कार्यों को सरल करने के लिए विभिन्न उपकरणों का उपयोग किया जाता है, जब सर्वेक्षित गृहिणियों से पूछा गया कि आप गृह कार्यों में खड़े रहने व बैठने की खराब स्थिति से थकान का अनुभव करती हैं तो उसमें 74 प्रतिशत महिलाओं द्वारा बताया गया कि वे थकान का अनुभव करती हैं वहीं 26 प्रतिशत महिलाओं द्वारा बताया गया कि वे थकान का अनुभव नहीं करती है क्योंकि वे अपने कार्य को करने के लिए स्वयं को संतुलित कर कार्य करती है।

परिणाम

प्रस्तुत शोध अध्ययन से यह परिलक्षित होता है कि सतना शहर की महिलाओं को कार्य सरलीकरण की विभिन्न तकनीकों की जानकारी नहीं है तथा वे वर्षों से जैसे कार्य करती चली आ रही हैं वैसे ही कार्य करने में स्वयं को अच्छा समझती हैं। गृहिणियों को कार्य आसान बनाने के लिए उपयोग में लाये जाने वाले उपकरण के बारे में तो पता है पर उनके द्वारा कैसे समय व शक्ति की बचत कर सकती हैं, उन्हें नहीं पता है। वे गृह कार्यों को करने में खड़े रहने व बैठने की खराब स्थिति से थकान का अनुभव करती हैं साथ ही वे थोड़े से आराम के बाद स्वयं को स्वस्थ महसूस करती हैं।

गृहिणियों द्वारा रोजमर्रा के कार्यों में कई अनुपयोगी कार्य भी किये जाते हैं जैसे धूल जमा ने होने पर भी धूल को साफ करना, खाना पकाने के बर्तन के तल पर पॉलिश करना जबकि खुरदुरी सतह से ईंधन की बचत होती है। अनुभवी गृहिणियों में कार्य सरलीकरण के प्रति रूचि जागृत करना कोई सरल कार्य नहीं है क्योंकि लम्बे समय तक एक ही तरीके के कार्य करते रहने से यदि वह उस कार्य को बिना अतिरिक्त थकान के पूर्ण कर लेती है तो वह कार्य सरलीकरण को महत्व नहीं देती हैं।

कार्य सरलीकरण के सम्बन्ध में गृहिणियों की रूचि जाग्रत करने संबंधी तथ्य

- **जीवन चक्र की अवधारणा का ज्ञान** – यदि कम उम्र की महिलाओं को यह समझा दिया जाये कि बाद के जीवन में विस्तृत परिवार की अवस्था में उसका कार्य भार अधिक होता है व उसकी समय व शक्ति पर बहुत दबाव पड़ता है तो

उसमें कार्य सरलीकरण के प्रति रूचि जागृत की जा सकती है। उन वर्षों में जबकि उसे छोटे बच्चे की देखभाल करनी पड़ती है तब उसके पास नये और अधिक प्रभावशाली कार्य करने के तरीके को खोजने के लिए समय और शक्ति का अभाव होता है।

- **कार्य सरलीकरण के उद्देश्यों का ज्ञान** – रूचि जाग्रत करने के लिए कार्य सरलीकरण के एक से अधिक उद्देश्यों को बताना सहायक हो सकता है। जैसे –

1. दिये गये कार्य में समय की बचत
2. अनावश्यक गतिविधियों को हटाना
3. विशिष्ट कार्य में गतियों के प्रकार में सुधार
4. अधिक समय तक एक से कार्य और कार्य की एक जैसी आदत के होने से पूरे कार्य की नीरसता को दूर करना
5. कार्य की प्रभावशीलता के अभाव में होने वाली कुण्ठाजन्य थकान को कम करना।

- **प्रेरणा द्वारा** – पुराने तरीको को छोड़कर नये तरीके से रूचि उत्पन्न करना कार्य सरलीकरण में एक कठिन समस्या है। इसमें आदतें छोड़ना कठिन ही नहीं है वरन् इसमें समय भी नष्ट होता है। अपने मस्तिष्क में नये विचारों व तरीकों को याद रखना कठिन होता है। नये तरीके में रूचि उत्पन्न करने के लिए आलोचना नहीं वरन् प्रेरणा की आवश्यकता होती है व साथ ही उससे सम्बन्धित लाभों से भी परिचित कराना चाहिए।
- **फिल्मों द्वारा** – फिल्म रूचि जागृत करने का एक प्रभावी माध्यम है। इससे अशिक्षित महिलायें भी कार्य सरलीकरण की विधियाँ सीख सकती हैं। इसमें गृहिणियाँ स्वयं देख लेती हैं कि कार्य–सरलीकरण की विकसित विधियाँ कौन–कौन सी हैं।
- **पत्र–पत्रिकाओं में लेख लिखकर** – पत्र–पत्रिकाओं में लेख लिखकर गृहिणी को कार्य सरलीकरण के बारे में ज्ञान दिया जा सकता है। विशेषकर महिलाओं को पत्रिकाओं में कार्य सरलीकरण के उद्देश्य, लाभ, नई जानकारी यदि सम्भव हो तो चित्रों द्वारा दी जा सकती है किन्तु इन पत्रिकाओं का पर्याप्त प्रसार होना भी आवश्यक है।
- **प्रदर्शन के द्वारा** – कुछ स्थानों पर गृहिणियों को एकत्र करके उनके समूहों में कार्य सरलीकरण की विधियों को प्रदर्शन करके समझाया जा सकता है। यदि सम्भव हो तो गृहिणियों को स्वयं करके देखने का भी अवसर दिया जाना चाहिए।

इस तरह कार्य सरलीकरण की विभिन्न विधियों के बारे में पर्याप्त प्रचार करके गृहिणियों में रूचि जागृत करनी चाहिए। विशेष रूप से मनोवैज्ञानिक थकानग्रस्त महिलाओं में, कम सक्षम महिलाओं में, शारीरिक रूप से अपंग महिलायों में, अधिक बच्चों वाली महिलायों में, कार्यकारी महिलाओं में, वृद्ध महिलाओं में इसका अधिक महत्व है।

परिकल्पना का सत्यापन

प्रस्तुत शोध अध्ययन में प्रथम शोध परिकल्पना गृहिणियों द्वारा गृह कार्यों में कार्य सरलीकरण के माध्यम से कार्यो को सरलता से किया नहीं जाता है। उक्त परिकल्पना सत्यापित पायी गई।

द्वितीय शोध परिकल्पना में गृहिणियों द्वारा गृह कार्यों में कार्य सरलीकरण के प्रति रूचि जाग्रत करने में सरलता होगी उक्त परिकल्पना में सर्वेक्षित कुछ महिलाओं द्वारा किसी भी प्रकार से नयी विधियों को अपनाने से मना कर दिया गया तथा स्वयं के तरीकों को महत्व देना बताया गया, जिससे उक्त परिकल्पना सत्यापित नहीं पायी गयी।

निष्कर्ष

गृहिणियों द्वारा अपने रोजमर्रा के कार्यो में एक निश्चित समय तथा शक्ति की मात्रा से अधिक कार्य करना अथवा एक निश्चित कार्य में लगने वाले समय तथा शक्ति की मात्रा को कम करना कार्य सरलीकरण द्वारा ही संभव किया जा सकता है। निश्चित समय तथा शक्ति के उपयोग द्वारा अधिक से अधिक कार्य करना अथवा निश्चित कार्य को पूरा करने के लिए कम से कम शक्ति एवं समय का प्रयोग करना ही कार्य सरलीकरण कहलाता है। कार्य सरलीकरण द्वारा बचाये गये समय तथा शक्ति का उपयोग गृहिणी अन्य कार्यों में कर सकती है। कार्य सरलीकरण गृहिणी के कार्य कुशलता पर निर्भर करता है साथ ही समय एवं शक्ति की बचत के माध्यम से किसी कार्य को पूर्ण करने में अन्य साधनों की अपेक्षा समय एवं शक्ति अधिक उपयोग में लाये जाते हैं। कार्य सरलीकरण की विधियों को अपनाकर इन साधनों की बचत की जा सकती है। इससे गृहिणी को ज्यादा थकान नहीं होती है।

प्रबन्ध के लिये प्रेरणाकृत कार्य को गृहिणी अपने गृह कार्यों में उपरोक्त दी गई विधियों को अपनाने के लिये प्रेरित होती हैं, इससे उसमें प्रबन्ध के प्रति रुचि जाग्रत होती है और वह एक कुशल गृहिणी बनने की दिशा में अग्रसर होती है, इस प्रकार कार्य सरलीकरण एक अच्छे प्रबन्ध के लिये प्रेरणा का कार्य करता है, कार्य सरलीकरण की तकनीकों के माध्यम से बहुत से ऐसे गृह कार्य जिन्हें करने में समय तथा शक्ति अधिक लगती है, नीरस लगने लगते हैं परन्तु कार्य सरलीकरण की विधियों के माध्यम से कार्य करने के तरीकों को बदलकर गृहिणी उन्हें रुचिप्रद बना सकती है।

घर में गृहिणियों को प्रायः सभी गृह कार्य करने पड़ते हैं जिससे उनका अधिकांश समय कार्य करने में व्यतीत हो जाता है। कई बार गृहिणियाँ अनेक अनावश्यक कार्य भी करती हैं, जैसे घर के फर्नीचर पर धूल जमा न होने पर भी वे डस्टिंग करती हैं या फर्श गन्दा न होने पर भी पोछा लगाती हैं, कहने का तात्पर्य यह है कि जब गृहिणियाँ दिनभर के समय में अपने कार्य पूरे कर लेती हैं तो कार्य सरलीकरण में उनकी रुचि उत्पन्न नहीं होती। उनमें कार्य सरलीकरण के प्रति रुचि जाग्रत करने के लिये यह आवश्यक है कि विभिन्न तरीकों से गृहिणियों का ध्यान कार्य सरलीकरण की ओर आकर्षित किया जाये, उसकी उपयोगिता समझाई जाये तथा उन्हें कम समय और शक्ति खर्च करके कार्य करने हेतु प्रेरित किया जाये।

सुझाव

- कार्य सरलीकरण के उद्देश्यों का ज्ञान व रुचि जागृत करने के लिए कार्य सरलीकरण की एक से अधिक विधियों को बताना सहायक हो सकता है।
- कार्य सरलीकरण समय की बचत करता है। इसके द्वारा अनावश्यक गतियों को हटा दिया जाता है। विशिष्ट कार्य में गतियों के प्रकार में सुधार लाया जा सकता है।
- कार्य की प्रभावशीलता के अभाव में होने वाली कुण्ठाजन्य थकान को कम किया जा सकता है। किसी भी कार्य के नये तरीके में रुचि उत्पन्न करने के लिए आलोचना नहीं वरन् प्रेरणा की आवश्यकता होती है साथ ही उससे सम्बन्धित लाभों से भी परिचित कराना चाहिए।
- दृश्य–श्रव्य सामग्री द्वारा रुचि जागृत करने से अशिक्षित महिलायें भी कार्य सरलीकरण की विधियों को आसानी सीख सकती हैं।
- गृहिणियों को एक–एक करके उनके समूहों में कार्य सरलीकरण की नई विधियों को प्रदर्शन के द्वारा समझाया जा सकता है। यदि सम्भव हो तो गृहिणियों को स्वयं करके देखने का भी अवसर दिया जाना चाहिए। इस प्रकार कार्य–सरलीकरण की विभिन्न विधियों के बारे में पर्याप्त प्रचार–प्रसार करके गृहिणियों को जागरूक करना चाहिए।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. नबात आरफी, शालिनी अग्रवाल, कामकाजी और गैर–कामकाजी गृह निर्माताओं के बीच कार्य सरलीकरण के

संबंध में जागरूकता एक तुलनात्मक अध्ययन, अप्रैल 2014, यूरोपीय अकादमिक अनुसंधान 2(1), 271–275।
2. नबात अरफी (2014), विभिन्न प्रकार के परिवारों में गृह निर्माताओं के बीच कार्य सरलीकरण के संबंध में जागरूकता, नबात अरफी, मानव विकास एवं परिवार अध्ययन विभाग, गृह विज्ञान विद्यालय, बाबासाहेब भीमराव अंबेडकर विश्वविद्यालय, लखनऊ–226025, उत्तर प्रदेश,
3. Aswathappa K. Human Resource and Personnel Management - Text and cases. Tata McGraw-Hill Publishing Company Ltd; c2008.
4. Baiche B, Walliman N, editors. Ernst and Peter Neufert Architects' Data. 3rd Edition. Blackwell Science: Indian reprint; c2006.
5. Dalela S. Textbook of Work Study. 3rd Edition. Standard Publishers Distributors; 1983.
6. Dessler G. Human Resource Management. Prantice Hall of India Pvt. Ltd; 2006.
7. Russell H. Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches. Thousand Oaks, CA, Sage; c2000.
8. Herry Nita. Action Research: A Pathway to Action, Knowledge and Learning. Melbourne, RMIT Publishing; c2002.
9. Online Available: https://testbook.com/question-answer/hn/what-is-meant-by-task-simplification.
10. Online Available: https://www.gillettechildrens.org/your-visit/patient-education/work-simplification-techniques.
11. Online Available: https://businessjargons.com/job-simplification.html.
12. Online Available: https://brainly.in/question/30232626.
13. Ilson A, editor. Evidence-based Practice in Social Work. London, Whiting & Birch; c2005.
14. Lack JA, Champion DJ. Methods and Issues in Social Research. New York, Wiley; c1976.
15. Laikie N. Approaches to Social Enquiry. 2nd edn. Cambridge, Polity Press; c2007.
16. Ogdan R, Biklen SK. Qualitative Research for Education: An Introduction to Theory and Methods. 2nd Edn. Boston, Allyn & Bacon; c1992.
17. Radburn MN, Sudman S. Improving Interview Method and Questionnaire Design. London, Jossey-Bass; c1979.
18. Rinberg D, McGreth JE. Validity and the Research Process. Beverly Hills, CA, Sage; c1985.
19. Steidl, Bratton. Work in the Home. John Wiley and Sons. New York; c1967.
20. Subbaroo R. Personnel and HRM - Text and Cases. Himalaya Publishing House; c2007.
21. Utcher J. Copy-Editing: The Cambridge Handbook for Editors, Authors and Publishers. 2nd Edn. Cambridge, Cambridge University Press; c1981.
22. Wilfred, Kemmis S. Becoming Critical: Education, Knowledge and Action Research. Melbourne, Deakin University; c1986.