

## उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यालयों के अध्यापकों के व्यावसायिक दबाव का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन

डॉ. बी. आर. बरोदे

श्रीमति सुधा पासी

निर्देशक

शोधार्थी

### शोध सार

प्रस्तुत शोध का मुख्य उद्देश्य उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यालयों के महिला एवं पुरुष अध्यापकों के व्यावसायिक दबाव का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन किया गया है। अध्ययन हेतु जबलपुर के शहर के उच्च माध्यमिक स्तर के अशासकीय विद्यालयों के पुरुष एवं महिला अध्यापकों का चयन न्यादर्श के रूप में किया गया है। आंकड़ों के संकलन हेतु सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया। अनुसंधान उपकरण के रूप में व्यावसायिक दबाव मापनी – डॉ. प्रतिभा शर्मा एवं मानसिक स्वास्थ्य मापनी – डॉ. श्रीमति कमलेश शर्मा मापनी का प्रयोग किया गया है। सांख्यिकीय गणना के रूप में मध्यमान, मानक विचलन, टी परीक्षण द्वारा विश्लेषण किया गया एवं निष्कर्ष के रूप में यह पाया गया कि महिला एवं पुरुष अध्यापकों का व्यावसायिक दबाव का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर कोई सार्थक प्रभाव नहीं पड़ता है।

### प्रस्तावना :-

इतिहास के पन्ने पलटने पर हमें ज्ञात होता है कि शिक्षण एक आदर्श व्यवसाय के रूप में रहा है। वह न केवल एक व्यवसाय है, अपितु यह सभी व्यवसायों की जननी है। अध्यापक वह धुरी है। जिस पर शैक्षिक पद्धति कार्यरत है। इसलिए भारतीय समाज में सर्वोच्च व श्रेष्ठतम स्थान शिक्षक को दिया गया है। उसे राष्ट्र का निर्माता, उन्नायक एवं मानवता का कर्ता, प्रथम प्रदर्शक भी कहा गया है। क्योंकि जो एक छात्र के मानस पटल पर लगे हुए ताले को खोलता ही नहीं है वरन उसे एक नई दिशा प्रदान भी करता है।

शिक्षा के सभी घटकों में अध्यापक ही अधिक महत्वपूर्ण जिम्मेदारी मानी जाती हैं। वह बालक को ऐसी शिक्षा, ऐसी दृष्टि व ऐसी सकारात्मक सोच प्रदान करता है जो आगे चलकर एक अच्छा नागरिक, शिक्षक, डॉक्टर, इंजीनियर, वैज्ञानिक और वकील बनकर समाज में अपनी भूमिका का निर्वाहन करने योग्य बनाता है। व्यवसाय के प्रति पूर्ण समर्पण की भावना एवं सम्पूर्ण उर्जा को व्यवसाय में समर्पित कर देने की तत्परता ही व्यावसायिक प्रतिबद्धता कहलाती है। एक प्रतिबद्ध शिक्षक अवश्य ही जीविकागत नैतिकता और कर्तव्य का पालन करता है, चाहे उसे सामाजिक प्रतिफल मिले या न मिले। इसलिये शिक्षण कार्य को सभी व्यवसायों में श्रेष्ठ माना जाता है।

शिक्षण व्यवसाय एक ऐसा व्यवसाय है जिसमें नैतिकता, ईमानदारी, कर्तव्यनिष्ठा, सहानुभूति, दया, सामाजिकता, कर्मठता, मानवीयता आदि गुणों की आवश्यकता होती है। प्रत्येक व्यवसाय की नींव शिक्षण पर आधारित है। सभी व्यवसायों का आधार शिक्षण है। अध्यापन एक महत्वपूर्ण कार्य। शिक्षक ज्ञान का सागर हैं जो विद्यार्थियों के विभिन्न पहलुओं को तराशता है शिक्षा व्यक्ति को आवश्यक ज्ञान और कौशल प्रदान करती है, निर्माणकारी नागरिकता हेतु तैयार करती है और इस प्रकार देश के वैज्ञानिक और आर्थिक आधारों को शक्ति प्रदान करती है। सम्य और विकसित समाज और समुदाय के निर्माण में एक शिक्षक की महत्वपूर्ण भूमिका है। शिक्षक को अपने जीवन में अनेक कठिनाईयों का निवारण

करना पडता है। वर्तमान समय में जहाँ एक तरफ समाज में ज्ञान विज्ञान तथा तकनीक के क्षेत्र में बहुआयामी प्रगति की है। वही इसका दुखद पहलू यह भी है कि शिक्षकों पर व्यावसायिक दबाव से कहीं न कहीं मानसिक स्वास्थ्य पर विपरीत प्रभाव पडता है।

शिक्षण प्रक्रिया की सफलता मानसिक स्वास्थ्य पर ही निर्भर करती है। शिक्षण प्रक्रिया की सफलता के लिये शिक्षक का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा होना आवश्यक है। मानसिक स्वास्थ्य का तात्पर्य वास्तविक जीवन में वातावरण में पर्याप्त सामंजस्य स्थापित करने की योग्यता से है। सम्पूर्ण शिक्षा प्रणाली में शिक्षक एक ऐसा व्यक्ति होता है, जो शिक्षा प्रणाली को सुचारू रूप से चलाने एवं प्रभावशाली परिणाम देने में सक्षम है। शिक्षक जिस विद्यालय में रहकर शिक्षण कार्य करता है। उसके मानसिक स्वास्थ्य पर स्वाभाविक रूप से प्रभाव पडता है। विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों को अधिक चुनौतियों तथा कठिनाईयों का सामना करना पडता है। अतः वर्तमान समय में यह जानना अत्यंत आवश्यक है कि विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पडता है।

शिक्षक अपना कार्य पुरी मेहनत से करता है। लगन, ईमानदारी, निष्ठा व जबावदेही का प्रत्यक्ष उदाहरण है। वह अपने व्यवसाय के प्रति आस्था व निष्ठा रखता है। शिक्षण में रहते हुए उन पर लगातार व्यावसायिक दबाव बना रहता है। व्यावसायिक दबाव उनके समायोजन एवं कार्य क्षमता को प्रभावित करता है, जो शिक्षा के क्षेत्र में तेजी से बढ़ती हुए एक गभीर समस्या है।

व्यावसायिक दबाव न केवल शिक्षक में भय, आकामकता, विरोध, आक्रोश, घृणा, अनिद्रा, व्यवहार में चिडचिडापन, थकान तथा विभिन्न प्रकार के विकार जैसे निराशा, अवसाद, उत्साह हीनता आदि विभिन्न प्रकार के नकारात्मक व उत्तेजित होने लगते हैं। जिससे कार्य क्षमता प्रभावित होती है, उनके स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पडता है। आज शिक्षक पर केवल शिक्षा प्रदान करने का ही कार्यभार नहीं है, अपितु अनेक ऐसे कार्य सौंपे जाते हैं। कार्यों की अधिकता व दबाव के कारण उनके मानसिक स्वास्थ्य पर कुप्रभाव पडता है।

विद्यालय एक ऐसा मंदिर है जो विद्यार्थियों का स्वास्थ्य मस्तिष्क तैयार करने का कार्य करता है और विद्यार्थियों के जीवन को उन्नतिशील बनाता है। विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के द्वारा विद्यार्थियों के भावी जीवन को तैयार किया जाता है और विद्यार्थियों की अन्तर्निहित शक्तियों और सुषुप्त गुणों को प्रकाश में लाकर विभिन्न कार्य क्षमताओं और योग्यताओं का विकास करना है। इसलिए मानसिक रूप से स्वास्थ्य शिक्षक का विद्यालय में होना अति आवश्यक है। शिक्षक को विभिन्न भूमिका का निर्वाह करना होता है। अध्यापकों पर लगातार व्यावसायिक दबाव से कहीं न कहीं शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य पर विपरीत प्रभाव पडता है। इसलिए जब तक अध्यापक मानसिक रूप से स्वास्थ्य नहीं होंगे। तब तक विद्यार्थियों का मानसिक स्वास्थ्य उन्नत करने की आशा नहीं की जा सकती।

### पूर्व में किये गये संबंधित शोध कार्य :-

प्रस्तुत शोधकार्य को दिशा प्रदान करने में निम्नांकित पूर्व अनुसंधानों का विशेष योगदान रहा है।

गुप्ता, डॉ. मधु और सिंह, विनीता (2015) "व्यावसायिक जबावदेही के परिप्रक्ष्य में शिक्षकों की व्यावसायिक दबाव का अध्ययन" विषय पर शोध कार्य किया। अध्ययन का मुख्य उद्देश्य स्थायी एवं अस्थायी महिला एवं पुरुष शिक्षकों के व्यावसायिक जबावदेही का तुलनात्मक अध्ययन करना। न्यादर्श के रूप में गाजियाबाद जिले में स्थित माध्यमिक विद्यालयों में अध्ययनरत 150 शिक्षकों का आकस्मिक विधि का द्वारा चयन किया गया। प्राप्त निष्कर्ष के आधार पर महिला एवं पुरुष शिक्षकों के व्यावसायिक जबावदेही में सार्थक अंतर पाया है। महिला शिक्षक की अपेक्षा पुरुष शिक्षकों के व्यावसायिक जबावदेही उच्च स्तर की है।

माथुर, चौधरी, पंचोली, वर्षा एवं डॉ. दीपक (2018) ने "उच्चतर माध्यमिक स्तर पर महिला एवं पुरुष अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन" विषय पर शोध कार्य किया। शोध कार्य अध्ययन का मुख्य उद्देश्य नागोर जिले के उच्चतर माध्यमिक स्तर के महिला एवं पुरुष अध्यापकों के संदर्भ में अध्ययन करना। न्यादर्श के रूप में राजस्थान के नागोर जिले के 300 अध्यापकों का चयन किया गया है।

शोध अध्ययन के लिये सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया। शोध उद्देश्य प्राप्ति हेतु अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य को जानने के लिये डॉ. जगदीश एवं डॉ. ए. श्रीवास्तव द्वारा निर्मित मानसिक स्वास्थ्य मापनी का प्रयोग किया गया। निष्कर्ष के रूप यह पाया गया कि महिला एवं पुरुष अध्यापकों का सकारात्मक आत्म मूल्यांकन में सार्थक अंतर पाया गया। जबकि महिला एवं पुरुष शिक्षकों की स्वायत्ता में सार्थक अंतर नहीं पाया जाता है।

सोनी, डॉ. रेखा एवं राजेन्द्र कुमार (2019) ने " उच्च माध्यमिक स्तर के शिक्षकों का दायित्व बोध एवं मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन " विषय पर शोध कार्य किया गया। शोध कार्य हेतु सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया। न्यादर्श के रूप में राजस्थान राज्य के बीकानेर संभाग में स्थित उच्चतर माध्यमिक विद्यालयों के कला वर्ग 200, विज्ञान वर्ग 200, एवं वाणिज्य वर्ग 200, कुल 600 अध्यापकों का चयन यादृच्छिक प्रतिचयन विधि से किया गया।

उपकरण के रूप में शिक्षक दायित्व बोध प्रश्नावली डॉ. शशिकान्ति एवं डॉ. कल्पलता पाण्डेय एवं व्यावसायिक दबाव मापनी डॉ. मीनाक्षी शर्मा एवं डॉ. सतविन्दरपाल कौर एवं मानसिक स्वास्थ्य मापनी डॉ.जगदीश का प्रयोग किया गया। निष्कर्ष रूप में पाया गया कि उच्च माध्यमिक स्तर कला विज्ञान एवं वाणिज्य वर्ग के शिक्षको महिला एवं पुरुष (महिला एवं पुरुष)के दायित्व बोध व्यावसायिक दबाव एवं मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं होता है।

गुप्ता, डॉ. शिप्रा और सैनी, प्रेमलता (2017) ने " शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य पर कार्य दबाव के प्रभाव का अध्ययन" विषय पर शोध कार्य किया। शोध अध्ययन का मुख्य उद्देश्य सरकारी विद्यालयों में कार्यरत महिला एवं पुरुष शिक्षकों एवं गैर सरकारी विद्यालयों में कार्यरत महिला एवं पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य पर कार्य दबाव के प्रभाव का अध्ययन करना था। अध्ययन के लिये सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया।

न्यादर्श के रूप में जयपुर जिले के 2 सरकारी एवं 2 गैर सरकारी उच्च माध्यमिक स्तर के 100 विद्यालयी शिक्षकों का चयन किया गया। प्रस्तुत अध्ययन में अप्रमापीकृत स्वनिर्मित प्रश्नावली का प्रयोग किया गया। निष्कर्ष के रूप में पाया गया कि सरकारी एवं निजी विद्यालयों में शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य पर कार्य दबाव का प्रभाव पडता है। अतिरिक्त कार्यभार से शिक्षकों का स्वभाव में चिडचिडापन एवं व तनावग्रस्त रहता है।

### शोध कार्य के उद्देश्य :-

प्रस्तावित शोध कार्य हेतु निम्नलिखित उद्देश्य लिये गये हैं—

1. उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यालयों के महिला एवं पुरुष अध्यापकों के व्यावसायिक दबाव का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन करना।

### परिकल्पना :-

प्रस्तावित शोध कार्य हेतु निम्नलिखित परिकल्पना बनायी गयी है—

1. उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यालयों के महिला एवं पुरुष अध्यापकों के व्यावसायिक दबाव का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर कोई सार्थक प्रभाव नहीं पड़ता है।

**चर :-**

प्रस्तुत शोध कार्य में निम्नलिखित चरो को लिया गया है –

स्वतंत्र चर – व्यावसायिक दबाव

परतंत्र चर – शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य

आश्रित चर – उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यालयों के अध्यापक

**शोध अध्ययन विधि :-**

प्रस्तुत शोध समस्या के अध्ययन हेतु सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।

**न्यादर्श :-**

प्रस्तुत शोध कार्य में जबलपुर जिले की अशासकीय उच्च माध्यमिक विद्यालयों के पुरुष एवं महिला अध्यापकों का चयन किया गया है एवं आंकड़ों का विश्लेषण के लिये मध्यमान, मानक विचलन, टी परीक्षण का प्रयोग किया गया।

**न्यादर्श तालिका**

विद्यालय	पुरुष शिक्षक	महिला शिक्षक	योग
शहरी क्षेत्र के अशासकीय विद्यालय	23	26	49

**उपकरण :-**

प्रस्तावित शोध कार्य में निम्नलिखित उपकरणों का प्रयोग किया जायेगा –

1 व्यावसायिक दबाव मापनी –डॉ.प्रतिभा शर्मा।

2 मानसिक स्वास्थ्य मापनी –डॉ. श्रीमति कमलेश शर्मा।

**परिणामों का विश्लेषण :-**

तालिका क्रमांक -1 उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यालयों के अध्यापकों के व्यावसायिक दबाव का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन संबंधी परिणाम

शिक्षक	संख्या	माध्यमान	मानक विचलन	टी' मान	सार्थकता
पुरुष	23	98.65	1.52	1.09	0.05
महिला	26	98.96	2.05		

स्वतंत्रता का अंश -47

0.05 स्तर पर सार्थकता हेतु मान-2.05

0.01 स्तर पर सार्थकता हेतु मान-2.71

उपरोक्त तालिका में सांख्यिकीय विश्लेषण से ज्ञात होता है कि पुरुष शिक्षकों का मध्यमान 98.65 तथा मानक विचलन 1.52 प्राप्त हुआ है। जबकि महिला शिक्षकों का मध्यमान 98.96 तथा मानक विचलन 2.05 प्राप्त हुआ है। मानक विचलन की गणना करने पर प्राप्त टी मान 1.09 प्राप्त हुआ है। जो कि 0.05 सार्थकता स्तर के निर्धारित मान 2.02 से कम है। अतः परिणाम स्वरूप कहा जा सकता है कि महिला एवं पुरुष अध्यापकों के व्यावसायिक दबाव का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर कोई सार्थक प्रभाव नहीं पड़ता है।

**निष्कर्ष: -**

प्रदत्तों के सारणीयन, विश्लेषण और व्याख्या के उपरान्त परिणाम स्वरूप पाया कि पुरुष एवं महिला अध्यापकों के व्यावसायिक दबाव का उनके मानसिक स्वास्थ्य पर कोई सार्थक प्रभाव नहीं पड़ता है।

**संदर्भ ग्रंथ :-**

- 1 भट्टाचार्य, डॉ. जी. सी. (2005) , "अध्यापक शिक्षा", विनोद पुस्तक मंदिर
- 2 भटनागर, सुरेश एवं कुमार, संजय (2006) , "भारत में शिक्षा व्यवस्था का विकास ", अष्टम संस्करण उ, आर एल. बुक ,डिपो ,मेरठ
- 3 कपिल, डॉ.एच.के.. (2008) , "सांख्यिकीय के मूल तत्व ", अष्टम संस्करण, अग्रवाल पब्लिकेशन,
- 4 आगरा
- 5 कपिल, डॉ.एच.के.. (2010), अनुसंधान विधियाँ " चौदहवा संस्करण, एच.पी.भार्गव बुक हाउस, , आगरा
- 6 लोधी, सिंह डॉ. गिरीबल एवं दीन डॉ. भगवान ( 2020) , "शालेय संस्कृति नेतृत्व एवं शिक्षक विकास ", प्रथम संस्करण", ठाकुर पब्लिकेशन, भोपाल
- 7 सक्सेना, एन. आर. एवं मिश्रा, बी. के. तथा मोहन्ती, आर. के. (2008), "अध्यापक शिक्षा ", आर एल. बुक ,डिपो ,मेरठ
- 8 शर्मा, डॉ.पी. डी. (2016) , " भारत में शिक्षा स्तर ,समस्याएँ और मुद्दे," , प्रथम संस्करण, विनोद ,पुस्तक , मंदिर आगरा

9 ठाकुर, यतीन्द्र, (2017) ,'' समावेशी शिक्षा'', प्रथम संस्करण, अग्रवाल पब्लिकेशन, आगरा