अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन

शुभम पंवार	डॉ बिन्दु सिंह
शोधार्थी	सहायक प्रोफेसर
शिक्षाशास्त्र विभाग	शिक्षाशास्त्र विभाग
आईएफटीएम विश्वविद्यालय	आईएफटीएम विश्वविद्यालय,
मुरादाबाद	मुरादाबाद

सारांश

शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों में से एक उनका अत्यधिक कार्यभार है। शिक्षकों को अक्सर कई जिम्मेदारियां निभानी होती हैं, जिसमें न केवल पाठ पढ़ाना बल्कि व्यापक योजना और प्रशासनिक जिम्मेदारियां भी शामिल होती हैं। शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य को ठीक रखना बहुत जरूरी है. जब तक शिक्षक स्वयं मानसिक रूप से स्वस्थ नहीं होंगे, तब तक छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य की उन्नति की आशा नहीं की जा सकती। शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य को ठीक रखने के लिए, उन्हें प्रशिक्षण देते समय मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का भी प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए इससे शिक्षक मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के नियमों से परिचित हो सकेंगे अगर शिक्षक मानसिक रूप से स्वस्थ नहीं हैं, तो वह छात्रों की समस्याओं को हल नहीं कर सकते और न ही समुचित निर्देशन दे सकते हैं। शोध से प्राप्त निष्कर्ष – अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया, अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया, अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।

मुख्यशब्द – अनुदानित तथा प्राइवेट बी0एड0 संस्थान, शिक्षक, मानसिक स्वास्थ्य

प्रस्तावना

शिक्षा विश्व की प्रेरणादायक और जिम्मेदारीभरा क्षेत्र है, लेकिन इसके साथ ही शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य अत्यंत महत्वपूर्ण है। शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य सीधे तौर पर छात्रों के अध्ययन और उनकी उन्नति पर असर डालता है। शिक्षकों का काम अक्सर अधिक मात्रा में काम को लेकर होता है, जिससे उन्हें तनाव और दबाव महसूस हो सकता है। वे पाठ्यक्रम को पूरा करने, छात्रों की उत्सुकता को पूरा करने और प्रशासनिक काम को संभालने के लिए प्रयासरत होते हैं। कई शिक्षक अपने काम में उदास और निराश महसूस कर सकते हैं, खासकर जब उन्हें लगता है कि उनका प्रयास असफल हो रहा है या उनका समर्थन नहीं मिल रहा है। इससे उनका मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित हो सकता है। शिक्षकों को अपने व्यक्तिगत और पेशेवर जीवन के बीच संतुलन बनाए रखने में कई बार कठिनाई होती है। जिम्मेदारियों, काम के दबाव, और परिवारिक कर्तव्यों के बीच संतुलन बनाए रखना मुश्किल हो सकता है। शिक्षकों को उनके समूह और संगठन में सामाजिक और पेशेवर समर्थन की आवश्यकता होती है। संगठनों को शिक्षकों को सामूहिक समर्थन, काउंसलिंग सेवाएं, और प्रशिक्षण के माध्यम से सहायता प्रदान करने की जरूरत होती है। शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखना अत्यंत महत्वपूर्ण है। उनका मानसिक स्वास्थ्य सीधे तौर पर उनके छात्रों के अध्ययन और उनकी उन्नति पर प्रभाव डाल सकता है। उचित समर्थन, प्रशिक्षण, और संतुलन के साथ, शिक्षक अपने कार्य को सफलतापूर्वक संभाल सकते हैं।

अनुदानित और निजी बीएड संस्थानों में काम करने वाले शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि उनका समय बच्चों को शिक्षा देने में निर्भर होता है। शिक्षकों को अक्सर छात्रों, अभिभावकों, और संस्थान के प्रशासनिक स्तर के साथ बहुत समय बिताना पड़ता है। इससे समय की भार और सामाजिक दबाव बढ़ सकते हैं। शिक्षकों के ऊपर छात्रों की उत्सुकता से लेकर पाठ्यक्रम के अनुरूप शिक्षा देने का दबाव होता है। इसके चलते वे कई बार अधिक काम करते हैं, जिससे उनका मानसिक तंग रहता है। कई बार शिक्षकों के पास बहुत अधिक छात्र होते हैं, जिन्हें उन्हें अच्छी शिक्षा देने का दबाव होता है। इससे वे अपने

अधिक काम को संभालने में कई बार असमर्थ महसूस कर सकते हैं। एक समृद्ध और समर्थ समुदाय शिक्षकों के लिए मानसिक स्वास्थ्य के लिए बहुत महत्वपूर्ण होता है। उन्हें समर्थन और प्रोत्साहन मिलना चाहिए, जो उन्हें मानसिक तनाव से बचाता है। अधिक काम के कारण, शिक्षकों को अपने व्यक्तिगत जीवन का संतुलन बनाए रखने में कठिनाई हो सकती है। इसलिए, उन्हें अपने परिवार, मित्र, और स्वास्थ्य का ध्यान रखना अत्यंत महत्वपूर्ण है। अनुदानित और निजी बीएड संस्थानों में शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य की देखभाल के लिए संस्थानों को निरंतर समर्थन और संबंधित साधनों को प्रदान करना चाहिए। इसके लिए विभिन्न प्रोग्राम, काउंसलिंग सेशन, और अन्य सामाजिक समर्थन के उपायों को शामिल किया जा सकता है।

आवश्यकता एवं महत्व

शिक्षा प्रक्रिया के अन्तर्गत शिक्षक की बहुत ही महत्वपूर्ण भूमिका होती है। जिस प्रकार छात्रों का मानसिक स्वास्थ्य उत्तम होना आवश्यक है उसी प्रकार शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य भी उत्तम होना आवश्यक है, क्योंकि इसका प्रभाव स्वाभाविक रूप से छात्रों पर पड़ता है। किसी भी विद्यालय में चाहे जितने अच्छे संसाधन, उपकरण व सुविधाएँ उपलब्ध हो, परन्तु वे तब तक व्यर्थ है, जब तक उनका सही प्रकार से प्रयोग न किया जाए क्योंकि इनका सही प्रकार से प्रयोग शिक्षक के द्वारा ही किया जा सकता है परन्तु जब शिक्षक ही मानसिक रूप से स्वस्थ नहीं होगें, तब हम इन साधनों के सही प्रकार से प्रयोग करने की अपेक्षा नहीं कर सकते हैं। शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य बहुत महत्वपूर्ण होता है क्योंकि वे शिक्षा प्रक्रिया के माध्यम से छात्रों को प्रभावित करते हैं। अनुदानित और प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना अत्यंत महत्वपूर्ण है। शिक्षकों को रोजगार में अनियमितता, छात्रों के शैक्षिक और सामाजिक अभिवृद्धि के दबाव, परिवार और कार्य संतुलन की कमी आदि के कारण तनाव हो सकता है। मानसिक स्वास्थ्य के अध्ययन से इसे समझा जा सकता है

और उपचार किया जा सकता है। शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य उनके छात्रों के साथ संबंधों को प्रभावित कर सकता है। स्थिर और सकारात्मक मानसिक स्वास्थ्य वाले शिक्षक अधिक उत्तेजित, सहानुभूति और प्रेरणादायक होते हैं, जो छात्रों को सही दिशा में निर्देशित करने में मदद कर सकता है। शिक्षा के क्षेत्र में मानसिक स्वास्थ्य की गुणवत्ता शिक्षा प्रक्रिया को प्रभावित करती है। एक स्वस्थ और सकारात्मक माहौल में पढ़ाई करने वाले छात्रों के अध्ययन में उनकी प्रतिभा और उत्साह बढ़ता है। शिक्षक समुदाय का एक महत्वपूर्ण हिस्सा होते हैं। उनका मानसिक स्वास्थ्य सामुदायिक मानसिक स्वास्थ्य को भी प्रभावित कर सकता है। इन सभी कारणों से, अनुदानित और प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना और उन्हें समर्थन प्रदान करना अत्यंत महत्वपूर्ण है।

सम्बन्धित शोध साहित्य अध्ययन

निम्नलिखित विद्यार्थियों ने प्रस्तुत विषयों को शोध का विषय बनाया है जिसमें शिप्रा गुप्ता (2017), प्रीती मौर्य (2020), शान्तनु गौड़ (2022), सरफराज अनवर (2022) आदि प्रमुख है।

समस्या कथन

अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन

शोध अध्ययन के उद्देश्य

1. अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन।
2. अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन।

3. अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन।

शोध अध्ययन की परिकल्पनायें

1. अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं है।
2. अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं है।
3. अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं है।

आंकड़ा संग्रहण के उपकरण

प्रस्तुत लघु शोध हेतु आंकड़ों के संकलन के लिए अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों से व्यक्तिगत सम्पर्क करके प्रश्नावली के माध्यम से आंकड़ों का संकलन किया गया।

न्यादर्श

वर्तमान शोधपत्र हेतु 100 शिक्षकों को शामिल किया गया है।

उपकरण

मानसिक स्वास्थ्य – डा0 प्रमोद कुमार द्वारा निर्मित प्रश्नावली।

परिकल्पनाओं का विश्लेषण एवं व्याख्या

परिकल्पनायें क्रमांक 1 :– अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं है।

तालिका संख्या – 1

अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन एवं क्रान्तिक अनुपात का विश्लेषण एवं व्याख्या

शिक्षक	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रान्तिक अनुपात	सार्थकता स्तर
अनुदानित	50	26.78	6.81	1.735	0.05 = 1.96 0.01 = 2.59
प्राइवेट	50	28.07	7.29		

0.01*सार्थक 0.05**सार्थक, ***सार्थक नहीं

व्याख्या :–

तालिका संख्या 1 में अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य को दर्शाया गया है। तालिका में अनुदानित बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन 26. 78 एवं 6.81 प्राप्त हुआ है प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन क्रमशः 28.07 एवं 7.29 प्राप्त हुआ है। दोनो समूहों के मध्य क्रन्तिक अनुपात का मान 1.735 प्राप्त हुआ है। प्राप्त क्रान्तिक अनुपात सार्थकता के दोनों स्तर (0.01 एवं 0.05) से कम है। कम सार्थकता स्तर दोनों समूहों के मध्य सार्थक अन्तर को स्पष्ट नहीं करता है। इससे सिद्ध होता है कि अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया जाता है।

परिकल्पना क्रमांक 2 :– अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं है।

तालिका संख्या – 2

अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन एवं क्रान्तिक अनुपात का विश्लेषण एवं व्याख्या

पुरुष शिक्षक	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रान्तिक अनुपात	सार्थकता स्तर
अनुदानित	25	27.49	6.47	0.658	0.05 = 1.96 0.01 = 2.59
प्राइवेट	25	28.07	7.29		

0.01*सार्थक 0.05**सार्थक, ***सार्थक नहीं

व्याख्या :–

तालिका संख्या 2 में अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य को दर्शाया गया है। तालिका में अनुदानित बी. एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन 27.49 एवं 6.47 प्राप्त हुआ है जबकि प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन क्रमशः 28.07 एवं 7.29 प्राप्त हुआ है। दोनो समूहों के मध्य क्रन्तिक अनुपात का मान 0.658 प्राप्त हुआ है। प्राप्त क्रान्तिक अनुपात सार्थकता के दोनों स्तर (0.01 एवं 0.05) से कम है। कम सार्थकता स्तर दोनों समूहों के मध्य सार्थक अन्तर को स्पष्ट नहीं करता है। इससे सिद्ध होता है कि अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया जाता है।

परिकल्पना क्रमांक 3 :– अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं है।

तालिका संख्या – 3

अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन एवं क्रान्तिक अनुपात का विश्लेषण एवं व्याख्या

महिला शिक्षक	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	क्रान्तिक अनुपात	सार्थकता स्तर
अनुदानित	25	27.49	6.47	0.844	0.05 = 1.96 0.01 = 2.59
प्राइवेट	25	26.78	6.81		

0.01*सार्थक 0.05**सार्थक, ***सार्थक नहीं

व्याख्या :–

तालिका संख्या 3 में अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य को दर्शाया गया है। तालिका में अनुदानित बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन 27.49 एवं 6.47 प्राप्त हुआ है जबकि प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन क्रमशः 26.78 एवं 6.81 प्राप्त हुआ है। दोनो समूहों के मध्य क्रन्तिक अनुपात का मान 0. 844 प्राप्त हुआ है। प्राप्त क्रान्तिक अनुपात सार्थकता के दोनों स्तर (0.01 एवं 0.05) से कम है। कम सार्थकता स्तर दोनों समूहों के मध्य सार्थक अन्तर को स्पष्ट नहीं करता है। इससे सिद्ध होता है कि अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया जाता है।

निष्कर्ष

1. अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।
2. अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।
3. अनुदानित तथा प्राइवेट बी.एड. सस्थानों में कार्यरत महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- शिप्रा गुप्ता (2017) : "शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य पर कार्यदबाव के प्रभाव का अध्ययन", शोध पत्र, PARIPEX - INDIAN JOURNAL OF RESEARCH VOLUME-6, ISSUE-6.
- शान्तनु गौड़ (2022) : प्राथमिक विद्यालयो में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का लिंग एवं वैवाहिक स्तर के सम्बन्ध में अध्ययन, शोध पत्र, VOL.- IX , ISSUE- XII, Shrinkhla Ek Shodhparak Vaicharik Patrika.
- प्रीती मौर्य (2020) : विशेष विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन, शोध पत्र, International Journal of Advanced Educational Research ISSN: 2455-6157; Impact Factor: RJIF 5.12.
- सरफराज अनवर (2022) : माध्यमिक विद्यालयों में अध्यापनरत् शिक्षकों के वृत्तिगत तनाव का अध्ययन, शोध पत्र, International Journal of Education, Modern Management, Applied Science & Social Science (IJEMMASSS) 175 ISSN : 2581-9925, Impact Factor: 6.882, Volume 04, No. 02(I), April - June, 2022, pp.175-182.