माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य का अध्ययन

डॉ0 सुनील कुमार जोशी*
दीपलता मिश्रा**

सारांश

प्रस्तुत शोध पत्र में माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों का विवेचन किया गया है। प्रस्तुत शोध पत्र प्राथमिक एवं द्वितीयक तथ्यों पर आधारित है। शोध पत्र के अन्तर्गत अध्ययन हेतु बिजनौर जनपद के यादृच्छिक विधि से पहले 6सरकारी व 6 गैर सरकारी माध्यमिक विद्यालयों को न्यादर्श के रूप में सम्मिलित किया गया तथा प्रदत्तों के संकलन हेतु ''स्वास्थ्य मापनी'' मापन उपकरण का निर्माण किया गया। 'सर्वेक्षण विधि' पर आधारित अध्ययन के निष्कर्ष के अनुसार शिक्षकों में औसत स्तर का स्वास्थ्य पाया गया तथा सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में महिला तथा पुरुष शिक्षको के सांवेगिक स्वास्थ्य मे कोई अन्तर नही पाया गया। गैर सरकारी माध्यमिक विद्यालयों की महिला शिक्षिकाओं मे सांवेगिक अस्वस्थता पुरुष शिक्षको से अधिक पायी गयी।

संकेतकः प्रस्तावना, अध्ययन उद्देश्य, शोध प्रविधि, सांख्यिकीय प्रविधि, प्रदत्तों का सारणीयन एवं विश्लेषण एवं निष्कर्ष तथा सुझाव।

वर्तमान युग विकास व बदलाव का युग है। विकास की इस प्रक्रिया ने मनुष्य जीवन के हर पहलू को प्रभावित किया है। शिक्षा जगत विकास के इन प्रभावों से अछूता नही है। आज शिक्षा जगत में शिक्षण प्रक्रिया और अधिक जटिल बन गई परिणामस्वरूप शिक्षकों पर कार्य का अतिरिक्त बोझ आ गया है। वर्तमान समय में शिक्षा का सर्वमान्य उद्देश्य बालक का सर्वांगीण विकास करना माना जाता है। बाल–केन्द्रित शिक्षा होने के कारण अब बालक की अभिरूचियों का ध्यान रखना आवश्यक हो गया है अतः शिक्षा में नई–नई विकासात्मक शिक्षण विधियाँ प्रयुक्त की जा रही हैं। बालकों का विकास सही दिशा में हो, इसके लिए शिक्षक की भूमिका सर्वाधिक महत्वपूर्ण है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति के संदर्भ में शिक्षकों का दायित्व कई गुना बढ़ गया है। दिन–प्रतिदिन बढ़ते अपने कार्यभार के कारण आज शिक्षक अनेक समस्याओं से ग्रसित हो चुके हैं। आज उन्हें अनेक प्रकार की शारीरिक, मानसिक व सांवेगिक समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। चूंकि माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थी विकास की अवस्था में होता है अतः शिक्षक से यह अपेक्षा की जाती है कि वह एक प्रभावशाली शिक्षण प्रक्रिया का संचालन करें। दूसरी ओर, गैर–सरकारी स्कूलों में बढ़ती छात्र–छात्राओं की संख्या के कारण शिक्षकों की शिक्षण प्रक्रिया और भी जटिल हो गयी है जिसका प्रभाव उनके स्वास्थ्य पर पड़ना स्वाभाविक है। आज के बदलते हुए परिवेश मे विभिन्न संस्थाओं द्वारा जारी किये गए तथ्यों के आधार पर यह बातें सामने उभर कर आती है कि प्राथमिक एवं माध्यमिक स्तर पर गिरते हुए शिक्षा के स्तर का कारण न केवल बालकों की शिक्षा के प्रति पैदा होने वाली अरूचि है, बल्कि उस अरूचि को पैदा करने वाले अध्यापक की शारीरिक अस्वस्थता है। चूंकि स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क का निर्माण होता है, अतः माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के स्वास्थ्य का अध्ययन समय की महत्वपूर्ण आवश्यकता है। अपनी इन्हीं समस्याओं के कारण एक बड़ा शिक्षक वर्ग अपने कर्तव्यों के प्रति निष्क्रिय और उत्तरदायित्वविहीन होता जा रहा है। अतः इन सम्पूर्ण आवश्यकताओं को दृष्टिगत रखते हुए प्रस्तुत शोधपत्र में माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया गया है।

अध्ययन के उद्देश्य

इस अध्ययन हेतु निम्न उद्देश्य निर्धारित किये गये हैः–

1. माध्यमिक विद्यालयों के शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना।
2. सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य का लिंग के संदर्भ में अध्ययन करना।

---

* एसोसिएट प्रोफेसर, बी0एड0 विभाग, वर्धमान कॉलेज, बिजनौर (उ0प्र0)
** सहायक प्रोफेसर, शिक्षा विभाग, विवेक कॉलेज ऑफ एजुकेशन, बिजनौर (उ0प्र0)

3. गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों केसांवेगिक स्वास्थ्य का लिंग के संदर्भ में अध्ययन करना।

सम्बन्धित साहित्य का सर्वेक्षण

प्रस्तुत शोध पत्र हेतु सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण से अनेक महत्वपूर्ण निष्कर्ष प्राप्त पर हैं।नाथ (2008); मोहम्मदयफर, खान एवं तामिनी (2009); महान एवं महान (2010); चड्ढा, सूद एवं मल्होत्रा (2012); मैक्किनले एवं स्प्राउट (2013); नागरा एवं अरोरा (2013); राठी (2014) इत्यादि ने शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया। शिक्षकों के मानसिक तथा सांवेगिक स्वास्थ्य पर हुए विभिन्न अध्ययनों के फलस्वरूप शिक्षकों में सांवेगिक अस्वस्थता पाई गई। वस्तुतः शिक्षकों के स्वास्थ्य पर जहाँ विदेशों में अनेक अध्ययन हुए वहीं भारत में इस विषय पर अत्यन्त सीमित शोध उपलब्ध हुए। अधिकांश उपलब्ध शोध विदेशी–पृष्ठभूमि पर ही आधारित हैं। इसके साथ ही सांवेगिक स्वास्थ्य पर हुए शोध उनके कुछ आयामों तक ही सीमित हैं। उपरोक्त बिन्दुओं को दृष्टिगत रखते हुए 'माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य के अध्ययन' को प्रस्तुत शोध कार्य का आधार बनाया गया।

अध्ययन प्रविधि

प्रस्तुत शोधकार्य 'सर्वेक्षण विधि' पर आधारित है। इसके लिए अध्ययन हेतु चयनित सरकारी तथा गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों तथा इनमें कार्यरत शिक्षकों को वर्गीकृत करके सर्वेक्षण विधि के द्वारा अध्ययन को पूर्ण किया गया है।

अध्ययन समग्र

अध्ययन समग्र का अर्थ शोध समस्या के अध्ययन क्षेत्र की सम्पूर्ण इकाइयों के समूह से लिया जाता है। प्रस्तुत शोध हेतु उत्तर प्रदेश के जनपद बिजनौर के समस्त सरकारी व गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों तथा उनमें कार्यरत् शिक्षकों को अध्ययन समग्र माना गया है।

न्यादर्श एवम् न्यादर्श चयन

प्रस्तुत शोध में न्यादर्श चयन के लिए बिजनौर जनपद के सरकारी व गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में से 12 विद्यालयों को चुना गया है। इस हेतु सम्भावित न्यादर्श और दैव प्रतिदर्शन विधि का प्रयोग किया गया है जिसे तालिका क्र. 1.1 में प्रदर्शित किया गया है।

तालिका क्र. 1.1
न्यादर्श सूची

क्र.सं.	विद्यालयों के नाम	प्रकार
1	वैदिक कन्या इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	सरकारी
2	रहमानिया गर्ल्स इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	सरकारी
3	अब्दुल जकारिया इण्टर कॉलेज, नूरपुर, बिजनौर	सरकारी
4	सम्पूर्णनानन्द इण्टर कॉलेज, गोहावर, बिजनौर	सरकारी
5	शकुन्तला गर्ल्स इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	सरकारी
6	हिन्दू इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	सरकारी
7	अमित ज्ञानदीप इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी
8	आइडियल गर्ल्स पब्लिक स्कूल चान्दपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी
9	सीजेडीएमएस पब्लिक स्कूल, गोहावर, बिजनौर	गैर–सरकारी
10	आर0आर0के0 पब्लिक स्कूल, नूरपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी
11	सी0वी0 रमन इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी
12	जे0पी0 पब्लिक स्कूल, चान्दपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी

अध्ययन हेतु प्रयुक्त उपकरण

प्रस्तुत अध्ययन हेतु नियोजित योजना के आधार पर एक ''स्वास्थ्य मापनी'' मापन उपकरण का निर्माण किया गया जिसके अन्तर्गत अध्ययन के उद्देश्य, विषय वस्तु, प्रशासन विधि तथा स्तर अवधि आदि को निर्धारित किया गया। इस हेतु स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों से सम्बन्धित 50 प्रश्नों का संग्रह किया। इस स्वास्थ्य मापनी में सांवेगिक स्वास्थ्य से सम्बन्धित विभिन्न 5 आयामों को सम्मिलित किया गया; यथाः–

1 आत्मविश्वासहीनता

2. अवसाद
3. भय या चिंता
4. क्रोध
5. संवेदनशीलता व मानसिक तनाव

सांख्यिकी विधियाँ

1. मध्यमान

मध्यमान समस्त प्राप्तांकों का प्रतिनिधित्व करने वाला वह प्राप्तांक है, जो समस्त प्राप्तांको के योग में से समस्त प्राप्तांक संख्या का भाग देकर प्राप्त किया जाता है। यह केन्द्रीय प्रवृत्ति के मापों में सबसे अधिक शुद्ध तथा प्रचलित है इसे प्रायः औसत भी कहते है।

$$M = \frac{\Sigma fx}{N}$$

2. मानक विचलन

मानक विचलन का प्रयोग समूह के प्राप्तांकों का विचलन तथा मानक त्रुटि ज्ञात करने हेतु किया गया।

$$SD = i \sqrt{\frac{\Sigma fd^2}{N} - \left(\frac{\Sigma fd}{N}\right)^2}$$

3. टी–परीक्षण

टी–परीक्षण का प्रयोग समूहों के अध्ययनों में अंतर की सार्थकता ज्ञान करने के लिए किया गया।

$$t = \frac{M_1 \sim M_2}{\sqrt{\frac{(\sigma_1)^2}{N_1} + \frac{(\sigma_2)^2}{N_2}}}$$

प्रदत्तों का सारणीयन एवं विश्लेषण

प्रस्तुत शोध में माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के स्वास्थ्य सम्बन्धी विभिन्न आयामों का विश्लेषण करने हेतु सर्वप्रथम शिक्षकों से उनके सांवेगिक स्वास्थ्य की जानकारी प्राप्त की गयी जिसे तालिका 1.2 में दर्शाया गया है।

तालिका संख्याः 1.2
माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों केसांवेगिक स्वास्थ्य की स्थिति

क्र.सं.	आयाम	मध्यमान	मानक विचलन
1	आत्मविश्वासहीनता	3.53	1.56
2	अवसाद	4.08	1.54
3	भय या चिंता	4.93	1.66
4	संवेदनशीलता	3.94	1.53
5	क्रोध व मानसिक तनाव	4.45	1.53
	कुल	**20.51**	**3.42**

तालिका से स्पष्ट है कि सांवेगिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों में शिक्षक पूर्ण रूप से स्वस्थ्य नहीं है। शिक्षकों को सांवेगिक स्वास्थ्य में प्राप्त मध्यमान 20.51 है। हमारी स्वास्थ्य मापनी के मानक के अनुसार

प्राप्त मध्यमान का प्रसार 20–22 के मध्य है जो कि औसत स्तर का स्वास्थ्य दर्शाता है। अतः निष्कर्ष स्वरूप ज्ञात होता है कि शिक्षकों में सांवेगिक स्वस्थता औसत स्तर की है।

उपरोक्त तालिका के अध्ययन से ज्ञात होता है कि शिक्षकों में क्रमशः भय या चिंता सम्बन्धी आयाम में सर्वाधिक 4.93 तत्पश्चात् क्रोध व मानसिक तनाव में 4.45, अवसाद सम्बन्धी आयाम में 4.08 तथा संवेदनशीलता में 3.94 मध्यमान प्राप्तांक प्राप्त हुआ। अतः शिक्षकों में सर्वाधिक अस्वस्थता क्रमशः भय या चिन्ता क्रोध व मानसिक तनाव, अवसाद तथा संवेदनशीलता में पाई गई। अध्ययन से ज्ञात होता है कि सांवेगिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले विभिन्न कारकों में अत्यधिक कार्य बोझ के कारण क्रोध, मानासिक उलझनों, मानसिक तनाव, थकान इत्यादि का होना तथा किसी कार्य के असफल होने पर आलोचनाओं से डर, छात्रों में अनुशासनहीनता, अपने व्यवसाय तथा घर के प्रति अत्यधिक संवेदनशीलता इत्यादि हो सकते है।

प्रस्तुत अध्ययन के उद्देश्य के अनुसार सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य तथा उनके लिंग–भेद के सन्दर्भ में तुलनात्मक अध्ययन किया गया तथा प्राप्त आँकड़ों को निम्न सारणी में प्रदर्शित किया गया है।

तालिका सं0 1.3

सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य की स्थिति

समूह	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	स्वतंत्रता कोटि	टी मान
महिला शिक्षक	58	21.30	3.41	113	3.82**
पुरूष शिक्षक	57	18.91	3.08	113	

*0.05 के विश्वास स्तर पर सार्थक

**0.01 के विश्वास स्तर पर सार्थक

तालिका संख्या 1.3 के अवलोकन से ज्ञात होता है कि सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् महिला शिक्षिकाओं तथा पुरूष शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य पर लिंग का सार्थक प्रभाव पड़ा है।अध्ययन से प्राप्त महिला शिक्षिकाओं तथा पुरूष शिक्षकों का मध्यमान क्रमशः 21.30 तथा 18.91 है तथा मानक विचलन क्रमशः 3.41तथा 3.08 है। प्राप्त मध्यमान का विस्तार स्वास्थ्य मापनी के मानक के अनुसार क्रमशः 21–23 तथा 19–20 है जो कि स्वास्थ्य के अस्वस्थता तथा औसत स्तर को दर्शाता है। अतः महिला शिक्षिकाओं में आंशिक अस्वस्थता तथा पुरूष शिक्षकों में औसत स्तर का स्वास्थ्य पाया गया।

ऐसा ही निष्कर्ष बोगार्ट तथा उसके सहयोगियों (2014) द्वारा किए गए अध्ययन में शिक्षकों के विभिन्न प्रकार की शारीरिक गतिविधियों तथा शिक्षकों के शारीरिक व मानसिक तथा कार्य–सम्बन्धी स्वास्थ्य के मध्य सहसम्बन्ध में पाया गया। अध्ययन में यह भी पाया गया कि महिला शिक्षिकाओं में पुरूष शिक्षकों की तुलना में अधिक मानसिक अस्वस्थता है।

महिला शिक्षिकाओं के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों में महिलाओं का अत्यधिक भावुक होना, घर तथा व्यवसाय के प्रति संवेदनशीलता, भय, थकान, मानसिक उलझने, सम्प्रेषण की कमी इत्यादि हो सकते है।

तालिका सं0 1.4

सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों व शिक्षिकाओं का सांवेगिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों के मध्यमान, मानक विचलन तथा 'टी' परीक्षण का विवरण

क्र0 सं0	आयाम	महिला शिक्षक (N=58)		पुरूष शिक्षक (N=57)		स्वतंत्रता कोटि	'टी' मान
		मध्यमान	मानक विचलन	मध्यमान	मानक विचलन		
1.	आत्मविश्वासहीनता	4.06	1.40	3.44	1.47	113	2.31*
2.	अवसाद	4.03	1.42	3.71	1.49	113	1.17

3.	भय या चिंता	4.38	1.49	4.03	1.27	113	1.36
4.	संवेदनशीलता	3.96	1.21	4.67	1.53	113	0.317
5.	क्रोध व मानसिक तनाव	4.94	1.30	3.92	1.53	113	3.84**

*0.05 के विश्वास स्तर पर सार्थक

**0.01 के विश्वास स्तर पर सार्थक

तालिका 1.4 के अवलोकन से स्पष्ट है कि आयाम आत्मविश्वासहीनता, अवसाद, भय या चिंता, क्रोध व मानसिक तनाव में महिला शिक्षिकाओं का मध्यमान पुरूष शिक्षकों से तथा आयाम संवेदनशीलता में पुरूष शिक्षकों का मध्यमान महिला शिक्षिकाओं से अधिक पाया गया।महिला शिक्षिकाओं में आयाम क्रोध व तनाव में प्राप्त मध्यमान पुरूष शिक्षकों के मध्यमान (4.94>3.92) से अधिक पाया गया जो कि स्वास्थ्य मापनी के मानक के अनुसार अस्वस्थता का द्योतक है तथा प्राप्त टी मान 0.05 तथा 0.01 के विश्वास स्तर पर आवश्यक मान 1.98 तथा 2.61 से अधिक है। अतः महिलाएँ आयाम क्रोध व तनाव में पुरूष शिक्षकों से अधिक अस्वस्थ पाई गई। आयाम आत्मविश्वासहीनता में महिला शिक्षिकाओं का प्राप्त मध्यमान पुरूष शिक्षकों के मध्यमान (4.06>3. 44) से अधिक पाया गया जो कि स्वास्थ्य मापनी के मानक के अनुसार अस्वस्थता का द्योतक है तथा प्राप्त टी मान 2.31 0.05 के विश्वास स्तर पर आवश्यक मान 1.98 से अधिक तथा 0.01के विश्वास स्तर पर आवश्यक मान 2.61से कम पाया गया, अतः महिलाएँ आयाम आत्मविश्वासहीनता में पुरूष शिक्षकों से अधिक अस्वस्थ पाई गई।

महिला शिक्षिकाओं के सांवेगिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों में अपने कार्य तथा उच्च वर्ग के लोगों से ज्ञात करने में आत्मविश्वासहीनता, घबराहट, स्त्रियों का अपने कार्यक्षेत्र तथा घर के प्रति संवेदनाशीलता शीघ्र भावुक होना, अधिक कार्यबोझ के कारण मानसिक तनाव, किसी भय का होना इत्यादि कारक हो सकते है।

तालिका सं0 1.5
गैर सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन तथा टी परीक्षण

समूह	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	स्वतंत्रता कोटि	टी मान
महिला शिक्षक	69	22.42	2.97	135	3.78**
पुरूष शिक्षक	68	20.19	3.47	135	

*0.05 के विश्वास स्तर पर सार्थक

**0.01 के विश्वास स्तर पर सार्थक

तालिका 1.5 के अवलोकन से ज्ञात होता है कि सांवेगिक स्वास्थ्य में महिलाशिक्षकों का मध्यमान 22. 42 तथा पुरूष शिक्षकों का मध्यमान 20.19 है। जिसका विस्तार स्वास्थ्य मापनी के मानक के अनुसार क्रमशः 21–23 तथा 19–20 के मध्य है। अतः शिक्षिकाओं में सांवेगिक अस्वस्थता तथा पुरूष शिक्षकों में औसत स्तर की स्वस्थता पाई गई तथा गणना करने से प्राप्त टी का मान 0.05 तथा 0.01 विश्वास स्तर पर आवश्यक मान 1.98 तथा 2.61 से अधिक है। अतः गैर सरकारी मध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् महिला व पुरूष शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य पर लिंग का सार्थक प्रभाव पाया गया। महिलाओं के सांवेगिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले विभिन्न कारकों में अधिक कार्यभार, कम वेतन, सुरक्षा की भावना, डर, व्यवसाय के प्रति चिन्ता, घर तथा व्यवसाय के प्रति संवेदनशीलता, उच्च अधिकारियों के साथ सम्प्रेषण की कमी, अन्य शिक्षणेत्तर कार्य इत्यादि प्रतीत होते है।

तालिका सं0 1.6

गैर सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षक व शिक्षिकाओं के सांवेगिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों के मध्यमान, मानक विचलन तथा 'टी' परीक्षण का विवरण

क्र0 सं0	आयाम	महिला शिक्षक (N=69)		पुरूष शिक्षक (N=68)		Df	'टी' मान
		M	SD	M	SD		
1.	आत्मविश्वासहीनता	3.65	1.61	3.02	1.57	135	2.28*
2.	अवसाद	4.01	1.65	4.72	1.42	135	1.86
3.	भय या चिंता	4.85	1.36	4.69	1.93	135	0.955
4.	संवेदनशीलता	4.02	1.45	4.04	1.91	135	0.052
5.	क्रोध व मानसिक तनाव	5.30	1.47	3.60	1.39	135	6.92**

*0.05 विश्वास स्तर पर सार्थक

**0.01 विश्वास स्तर पर सार्थक

तालिका 1.6के विश्लेषण से ज्ञात होता है कि सांवेगिक स्वास्थ्य के विभिन्न पाँच आयामों में से तीन आयामों आत्मविश्वासहीनता, भय या चिंता तथा क्रोध व मानसिक तनाव में महिला शिक्षिकाओं का मध्यमान पुरूष शिक्षकों के मध्यमान से अधिक पाया गया।

पॉचवें आयाम क्रोध व मानसिक तनाव पर महिला शिक्षिकाओं का मध्यमान पुरूष शिक्षकों के मध्यमान (जैसा कि सारणी 1.5 में प्रदर्शित है, 5.30>3.60) से अधिक पाया गया तथा प्राप्त टी का मान विश्वास के सार्थक स्तर 0.05 तथा 0.01 के दिये गये मान से अधिक है। अतः आयाम क्रोध व मानसिक तनाव में महिला शिक्षिकाओं में पुरूष शिक्षकों से अधिक अस्वस्थता पाई गई।आयाम आत्मविश्वासहीनता पर अध्ययन के फलस्वरूप महिला शिक्षिकाओं में प्राप्त मध्यमान 3.65 तथा पुरूष शिक्षकों में प्राप्त मध्यमान 3. 02(जैसा कि सारणी 1.5 में प्रदर्शित है, 3.65>3.02) तथा प्राप्त टी का मान विश्वास के सार्थक स्तर 0.05 से अधिक तथा 0.01 के आवश्यक मान से कम है।अतः आत्मविश्वासहीनता पर लिंग का आंशिक रूप से प्रभाव पाया गया।निष्कर्ष स्वरूप पाया गया कि महिला शिक्षिकाओं में पुरूष शिक्षकों की अपेक्षा आंशिक रूप से सांवेगिक अस्वस्थता है।

महिलाओं में सांवेगिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले विभिन्न कारकों में महिलाओं का अत्यधिक भावुक होना, थकान, निजी सरकारी विद्यालयों में अधिक कार्य, दिन प्रतिदिन बढ़ते पाठ्यक्रम, अन्य शिक्षणेत्तर कार्य करने के कारण बढ़ते मानसिक तनाव अपने से उच्च पदाधिकरियों से घबराहट, छात्रों में बढ़ती, अनुशासनहीनता इत्यादि प्रमुख हो।

निष्कर्ष एवं सुझाव

प्रस्तुत अध्ययन का मुख्य उद्देश्य माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना है। शिक्षकों के लिए निर्मित स्वास्थ्य मापनी से प्राप्त आँकड़ों के सांख्यिकी विश्लेषण के फलस्वरूप काफी महत्वपूर्ण एवं रोचक निष्कर्षो की प्राप्ति हुई, जो निम्न हैः–

1. प्रस्तुत शोध में शिक्षकों का स्वास्थ्य औसत स्तर का पाया गया।
2. अध्ययन के उद्देश्य के अनुसार सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य तथा उसके विभिन्न क्षेत्रों का लिंगभेद के सन्दर्भ में तुलनात्मक अध्ययन के निष्कर्ष स्वरूप पाया गया कि महिला शिक्षिकाओं में पुरूष शिक्षकों की अपेक्षा अधिक सांवेगिक अस्वस्थता थी। अर्थात् लिंग का संवेगात्मक स्वास्थ्य पर प्रभाव सार्थक रूप से पड़ा है। संवेगात्मक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों के अध्ययन से पाया गया कि आयाम आत्मविश्वासहीनता तथा क्रोध व मानसिक तनाव में महिला शिक्षिकाएँ

पुरूष शिक्षकों से अधिक अस्वस्थ्य है। शेष अन्य आयाम अवसाद भय या चिंता, संवेदनशीलता में लिंग का कोई सार्थक प्रभाव नहीं देखा गया।

3. प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य गैर सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में लिंग का संवेगात्मक स्वास्थ्य पर प्रभाव का अध्ययन के परिणामस्वरूप पाया गया कि महिला शिक्षिकाओं का संवेगात्मक स्वास्थ्य पुरूष शिक्षकों की अपेक्षा अधिक अस्वस्थ था। अर्थात् लिंग का प्रभाव सांवेगिक स्वास्थ्य पर सार्थक रूप से पाया गया। संवेगात्मक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों का अध्ययन करने पर पाया गया कि आयाम आत्म विश्वासहीनता, क्रोध व मानसिक तनाव में महिला शिक्षिकाऐं पुरूष शिक्षकों की अपेक्षा अधिक अस्वस्थ थी। शेष आयामों अवसाद, भय या चिंता तथा संवेदनशीलता में लिंग का कोई सार्थक प्रभाव नहीं देखा गया।

शैक्षिक निहितार्थ

माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों की स्वास्थ्य सम्बन्धी निराकरण हेतु सुझाव निम्नलिखित है:–

1. विद्यालयों में मूलभूत सुविधाओं की उपलब्धता सुनिश्चित की जानी चाहिए।
2. शिक्षकों के सांवेगिक स्वास्थ्य को दृष्टिगत रखते हुए विद्यालयों में उनके लिए परामर्श दाता की नियुक्ति की जानी चाहिए।
3. महिला शिक्षिकाओं में सर्वाधिक सांवेगिक अस्वस्थता पाई गई। अतः विद्यालयों को उनके कार्य तथा लिये जाने वाले समय को कम किया जाना चाहिए। महिला शक्षिकाओं की घरेलू जिम्मेदारी को कम कर व साथी शिक्षकों का सहयोग प्राप्त करके उनके सांवेगिक स्वास्थ्य को अच्छा बनाया जा सकता है। महिला शिक्षिकाओं के लिए महिला परामर्शदात्री की नियुक्ति की जानी चाहिए। जिससे उन्हें मानसिक परेशानियों से बचने के लिए परामर्श देकर सांवेगिक रूप से स्वस्थ्य बनाया जा सकें।
4. गैर सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में उच्च पदस्थ अधिकारियों को शिक्षकों व शिक्षिकाओं के प्रति सौहार्दपूर्ण व्यवहार करना चाहिए जिससे शिक्षकों में कार्य की जटिलता के चलते अवसाद, भय इत्यादि को कम किया जा सकें।
5. शिक्षकों को शिक्षणेत्तर कार्यो से मुक्त रखना चाहिए, जिससे कम कार्य होने से उनका स्वास्थ्य अच्छा बना रहे व शिक्षक उच्च स्तर पर अपने कर्तव्यों का निर्वाहन कर सकें।
6. विद्यालय में तथा आस–पास स्वच्छता पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए, जिससे शिक्षकों का शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य ठीक रहें।
7. सरकार को समय–समय पर विद्यालयों में स्वास्थ्य परीक्षण कराते रहना चाहिए।

सन्दर्भ :

गुप्ता, एस0पी0 (2014). उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान. इलाहाबादः शारदा पुस्तक भवन।

मंगल, एस0के0 (2011). शिक्षा मनोविज्ञान. मुम्बईः भारती पब्लिकेशन्स।

शर्मा, आर0ए0 (2013). शिक्षा के दार्शनिक एवं सामाजिक मूल आधार. मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

सिंह, एन0पी0 (2014). शिक्षा के दार्शनिक आधार. मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

सिंह, जी0 (2013). उदीयमान भारतीय समाज में शिक्षक. मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

सक्सेना, एन0आर0एस0 (2006). शैक्षिक अनुसंधान की विधियाँ. मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

सिंह, जी0 व राय, ए0के0 (2014). उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान. मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

Medeiro, A.M.D. Assunco, A.V. Barreto, S.M. (2011). Absenteeism due to Voice disorder in female Teacher.*APublic Health Problem.*Int. Arch Occup Environ Health.

Mohammadyfar, M.A. Khan, M.S. & Tamini, B.K. (2009).Effects of Emotional Intelligence & Job Burnout on mental & Physical Health.*Journal of Indian Academy of Applied Psychology*, Vol. 35,m No. 2.

Mohan, P.H. & Mohan, M.P. (2010).Work environment Stressess Social Support. Anxiety & Depression Among Secondary School Teachers. *Aaohan Journal.* Retrieved from www.whs.sagepub.com.

Mental Health (2014). Strengthening our responses, WHO. Retrieved 4 May

Nagra, V. & Arora, S. (2013). Occupational stress & health among teacher Education.*International Journal of Advanced Research in Management & Social Sciences.*Vol. 2/No. 8/August.

Nath, B.K. (2008). Problems of female School Teachers in Kerala.

Roy, N. Merill, R.M. Thibult, Parsara, R.A. Gray, S.D. Smith, E.H. (2004). Prevelance of Voice disorders in teachers & the general population. J. Speech hang Hear Res.

Rathi, I. (2014). Depression & Stress.*A Comparative Study of School Teachers Working in Residential & Non-Residential Schools.*Impact: International Journal of Research in humanities, Art & Literature.

Shamad, N.I.A. Abdullah, L.H. Moin, S. Tamein, S.B.M. & Hashim, S. (2010). Prevelance of low back pain & Risk factors among School Teachers.

Smith, E. Gray, S.D. Dove, H. Krichnor, H. & Heras, H. (1997).Frequency & Effect of Teachers Voice Problem.