



ISSN Print: 2394-7500
 ISSN Online: 2394-5869
 Impact Factor: 5.2
 IJAR 2016; 2(1): 71-72
 www.allresearchjournal.com
 Received: 16-11-2015
 Accepted: 21-12-2015

डॉ. रंजीता गोयल

पूर्व-शोधार्थी, विश्वविद्यालय
 समाजशास्त्र विभाग, ल.ना.मि.वि.,
 दरभंगा, बिहार, भारत।

शिक्षिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर कार्यदबाव के प्रभाव का अध्ययन

डॉ. रंजीता गोयल

सारांश

शिक्षिका विद्यालय तथा शिक्षा पद्धति की गत्यात्मक शक्ति है, यह सत्य है कि विद्यालय भवन, पाठ्यवस्तु, पाठ्य सहगामी क्रियाएँ, पाठ्यपुस्तकें आदि सभी वस्तुएँ शैक्षिक कार्यक्रम में बहुत महत्वपूर्ण स्थान रखती हैं, परन्तु जब तक इनमें अच्छे शिक्षकों द्वारा जीवन शक्ति प्रदान नहीं की जायेगी, तब तक ये निरर्थक ही रहेगी।

मूल शब्द:- शिक्षिका, मानसिक स्वास्थ्य, विद्यालय भवन

प्रस्तावना

शिक्षिका के व्यक्तित्व और चरित्र का प्रभाव शिक्षार्थी के मानस पर पड़ता है। अध्यापक के महत्व की चर्चा करते हुए डॉ. राधा कृष्णन् ने लिखा है – “समाज में अध्यापक का स्थान अत्यन्त महत्वपूर्ण है, वह एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को बौद्धिक परम्पराएँ और तकनीकी कौशल पहुँचाने का केन्द्र है। और सभ्यता के प्रकाश को प्रज्ज्वलित रखने में सहायता देता है एक अध्यापक अपने जीवन काल में अनुमानतः हजारों विद्यार्थियों को शिक्षित करता है।”

प्राचीन समय में बालकों को शिक्षा गुरुकुलों में दी जाती थी, गुरु व्याख्यान विधि द्वारा बालकों को शिक्षा प्रदान करता था। गुरुकुलों का वातावरण शान्त व प्रकृतिमय था। वर्तमान समय में गुरुकुलों का स्थान विद्यालयों ने लिया है इन विद्यालयों में शिक्षकों/शिक्षिकाओं द्वारा बालकों को शिक्षा प्रदान की जाती है, आज शिक्षक पर केवल शिक्षा प्रदान करने का ही भार नहीं है अपितु अनेक कार्य जैसे जनगणना, नामांकन कार्य आदि। अधिक कार्य दबाव के कारण उनके मानसिक स्वास्थ्य पर कुप्रभाव पड़ रहा है, जिससे अध्यापन कार्य के प्रति उनकी अरुचि बढ़ती जा रही है। गत वर्षों से मानसिक अस्वस्थता बड़ी तीव्र गति से बढ़ रही है, जिसने सामाजिक, आर्थिक एवं राष्ट्रीय विकास को अधिक प्रभावित किया है और गम्भीर समस्याएँ उत्पन्न कर दी है। मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं ने राष्ट्रीय विकास में महत्वपूर्ण स्थान ले लिया है।

शिक्षा की प्रक्रिया में मानसिक स्वास्थ्य की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। शैक्षिक उपलब्धियों के लिये मानसिक स्वास्थ्य महत्वपूर्ण परिस्थिति मानी जाती है और एक मानसिक रूप से स्वस्थ शिक्षिका ही कक्षा में प्रभावशाली अधिगम परिस्थितियों को उत्पन्न कर सकता है। यदि शिक्षिक मानसिक रूप से स्वस्थ नहीं है तो वह छात्रों की समस्याओं को हल नहीं कर सकता और न ही समुचित निर्देशन दे सकता है, शिक्षिका के असमायोजन का छात्रों पर प्रभाव अच्छा नहीं पड़ता।

जब व्यक्ति अपनी क्षमता से भी अधिक कार्य करता है तो उसे कार्य दबाव कहते हैं। अधिक कार्य करने के कारण व्यक्ति तनाव महसूस करता है। कुछ अध्ययनों के अनुसार ज्ञात हुआ है कि अधिकांश सरकारी व गैर सरकारी शिक्षिक अध्यापन को एक तनावपूर्ण व्यवस्था मानते हैं। छात्रों, सहयोगियों के साथ प्रतिदिन की अल्पक्रिया और शिक्षिका का सतत और खण्डित माँगें, अधिकांशतः थका देने वाला दबाव उत्पन्न करती है जब यह दबाव अत्यधिक कठोर हो जाता है तो इनके नकारात्मक, शारीरिक, मानसिक, व्यावसायिक परिणाम प्राप्त होते हैं। व्यवसाय में अत्यधिक मात्रा में तनाव, सन्तोष की कमी अध्यापकों में कार्य असन्तुष्टि को जन्म देती है।

अतः आज के सन्दर्भ में सरकारी व गैर सरकारी अध्यापकों की कार्य दबावग्रस्तता के कारण उनके मानसिक स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ रहा है जैसे— अधिक कार्य करने के कारण शिक्षिकस चिड़चिड़ी हो जाती हैं तथा हमेशा तनाव में रहती हैं, जिससे वह अपने व्यवसाय के प्रति न्याय नहीं कर पाता है। बालकों के मानसिक स्वास्थ्य की अपेक्षा शिक्षिकाओं का मानसिक स्वास्थ्य कहीं अधिक महत्वपूर्ण होता है। शिक्षिका मानसिक रूप से स्वस्थ होने पर विद्यार्थी की समस्याओं को हल कर सकता है और उन्हें समुचित निर्देशन भी दे सकती है, शिक्षिका के मानसिक स्वास्थ्य के विकास के लिये आवश्यक है कि शिक्षण परिस्थितियों और शिक्षण सेवाओं में सुधार लाया जाये। शिक्षिका अपने मानसिक स्वास्थ्य का स्वयं विकास कर सकती है। यदि इसके सम्बन्ध में उन्हें समुचित बोध कराया जाये।

Corresponding Author:

डॉ. रंजीता गोयल

पूर्व-शोधार्थी, विश्वविद्यालय
 समाजशास्त्र विभाग, ल.ना.मि.वि.,
 दरभंगा, बिहार, भारत।

शिक्षिकाओं के तनाव को कम करने के लिए शिक्षण के अतिरिक्त उन्हें अन्य कार्य नहीं दिये जाये, जिससे कि वह अपने अध्यापन के प्रति रुचि ले सके और उनका मानसिक स्वास्थ्य ठीक रह सके। प्रायः विद्यालय शिक्षा में प्रवेश पूर्व अध्यापन के प्रति रुचि उत्साह व कुछ नया करने की तमन्ना रहती है। परन्तु कुछ वर्षों के उपरान्त वह निरुत्साही, उदासीन, तनाव ग्रस्त व अपने आपको थका हुआ सा महसूस करते हैं तथा अपने आपको कुछ न कुछ कर सकने के योग्य मानने लगते हैं शिक्षण व्यवसाय के रत महिलाओं को विद्यालयों में अनेक प्रकार से समायोजन करना पड़ता है, जैसे अन्तवैयक्तिक व्यवस्था सम्बन्धित, भौतिक तत्त्व, शिक्षण भूमिका, पारिवारिक दायित्व आदि कारकों से सम्बन्धित समायोजन।

समयोजन की इस प्रक्रिया में कई बार शिक्षिका को जहाँ संतुष्टि होती है वहीं दबाव का भी सामना करना होता है। दबाव की स्थिति तब आती है जब अनिच्छा से समायोजन करना पड़े। अध्यापिकाओं की उत्कृष्टता को प्रभावित करने में कार्य सम्बन्धी दबाव से उनके मानसिक स्वास्थ्य पर बुरा असर पड़ता है जिससे कि वह शिक्षण के प्रति रुचि नहीं लेते हैं।

सरकारी तथा गैर सरकारी विद्यालयों में कार्य करते हुए शिक्षिका बालक/बालिकाओं को आगे बढ़ते देखकर जहाँ संतुष्टि का आभास करती हैं वहीं दूसरी ओर अत्यधिक प्रयास के बावजूद बार – बार समझाने पर यदि वह बालकों/बालिकाओं के परिणामों में अंतर नहीं ला पाते हैं तो वह दबाव का अनुभव करती हैं। अत्यधिक कार्य भार तथा कार्य परिस्थिति के अनुकूल ना होने पर भी शिक्षिकाओं को कार्य दबाव का सामना करना पड़ता है।

विकासात्मक युग में विद्यालयों में कार्यरत शिक्षिकाओं को जहाँ एक ओर बालकों/बालिकाओं को पढ़ाने में सुख व संतुष्टि प्राप्त होती है, वहीं उन्हें कार्य प्रकृति के कारण कार्य दबाव भी झेलना पड़ता है। यदि दोनों परिस्थितियाँ साथ-साथ भी चल सकती हैं जिसका प्रभाव उनके कार्य निष्पादन पर पड़ता है।

इस शोध-पत्र में समस्या के चयन करने का प्रमुख कारण है कि कार्य दबाव के कारण शिक्षिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव का अध्ययन करना है। इसे जानने के लिए शोध समस्या के रूप में इस समस्या का चुनाव किया है शोधार्थी के सामने निम्न प्रश्न उभरकर सामने आते हैं—

1. क्या सरकारी अध्यापिकाओं से ज्यादा गैर सरकारी अध्यापिकाओं में कार्यदबाव अधिक होता है?
2. क्या विद्यालय में कार्यरत शिक्षिकाओं की पदस्थिति का कार्यदबाव से सम्बन्ध है?
3. क्या लिंगगत भेदभाव के कारण शिक्षिकाओं के कार्यदबाव में अंतर पाया जाता है?
4. क्या अध्यापन अनुभव की कार्यदबाव में कोई भूमिका है?
5. कार्यदबाव के कारण शिक्षिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता है?
6. पारिवारिक दायित्वों के निर्वहन पर प्रभाव पड़ता है?

उपर्युक्त प्रश्नों के उत्तर प्राप्त करने हेतु अपने शोध समस्या को वाक्यात्मक रूप प्रदान किया गया है।

निष्कर्ष

“शिक्षिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर कार्य दबाव के प्रभाव का अध्ययन” से प्राप्त निष्कर्षों में पाया गया कि सरकारी व निजी विद्यालयों में शिक्षिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर कार्य दबाव का प्रभाव पड़ता है। प्रस्तुत आलेख के अन्तर्गत यह पाया गया कि सरकारी व गैर सरकारी विद्यालयों में कार्यरत शिक्षिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य पर कार्य दबाव को कम करना आवश्यक है।

संदर्भ

1. पी.डी. पाठक (2005) “उदीयमान भारतीय समाज एवं शिक्षा”
2. डा. सुनीता सिंह (2006) “प्राचीन भारत में शिक्षा व्यवस्था शिक्षा सिद्धांत”
3. डा. मनोज कुमार सिंह (2011) “शिक्षा और समाज”
4. डा. के.के. वशिष्ठ (1997) “विद्यालय संगठन एवं भारतीय शिक्षा की समस्याएँ”