International Journal of Advanced Educational Research
ISSN: 2455-6157; Impact Factor: RJIF 5.12
Received: 26-05-2020; Accepted: 15-06-2020; Published: 27-06-2020
www.educationjournal.org
Volume 5; Issue 3; 2020; Page No. 31-33

विशेष विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन

प्रीति मौर्या
विभागाध्यक्ष (असिस्टेंट प्रोफेसर), शिक्षाशास्त्र, नेशनल पी0 जी0 कालेज, लखनऊ, उत्तर प्रदेश, भारत

सारांश
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 उसका भी शिक्षक के मानसिक स्वास्थ्य पर व्यापक प्रभाव पड़ता है। इस दृष्टि से विशेष विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों को तो और भी अधिक चुनौतियों का सामना करना पड़ता है क्योंकि विषेष बच्चों को पढ़ाने के लिए अधिक धैर्य की आवष्यकता होती है। ये बच्चे पहले ही शारीरिक एवं मानसिक रूप से असमर्थ होते हैं और यदि षिक्षक का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा न हो अथवा शिक्षक का व्यवहार अच्छा न हो तो उसका उनके सम्पूर्ण व्यक्तित्व पर व्यापक प्रभाव पड़ता है। जिससे धीरे–धीरे वे मानसिक अस्वस्थता की ओर बढ़ने लगते हैं। जो न केवल उनके स्वयं के लिए हानिकारक होता है अपितु सम्पूर्ण समाज के लिए हानिकारक होता है। इस दृष्टि से यह आवष्यक है कि शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा हो जिससे वे अपनी जिम्मेदारियों को समझते हुए कक्षा–कक्ष सम्बन्धी शिक्षण–अधिगम गतिविधियों के लिए ऐसी उपयुक्त परिस्थितियॉ तथा वातावरण उपलब्ध करा सकें, जिससे बालकों को सीखने में सहायता प्राप्त हो।

मुख्य शब्द : विशेष विद्यालय, शिक्षक, मानसिक स्वास्थ्य

1. प्रस्तावना
शिक्षा के माध्यम से बालकों के व्यक्तित्व का सर्वांगीण विकास करने, उनके व्यवहार में अपेक्षित परिवर्तन लाने तथा उन्हें समाज, राष्ट्र और विश्व के नागरिकों के रूप में रचनात्मक भूमिका निभाने के लिए तैयार किया जाता है। बालक के व्यक्तित्व का विकास उसी स्थिति में सम्भव है जब बालक का शरीर एवं मन पूरी तरह से स्वस्थ हो। शिक्षा के माध्यम से ही बालक का मानसिक स्वास्थ्य उत्तम बनाया जा सकता है। इस दृष्टि से यह आवष्यक है कि षिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा हो जिससे वे अपनी जिम्मेदारी को समझते हुए कक्षा–कक्ष सम्बन्धी शिक्षण–अधिगम गतिविधियों के लिए ऐसी उपयुक्त परिस्थितियॉ तथा वातावरण उपलब्ध कराऍं, जिससे बालकों को सीखने में सहायता प्राप्त हो। इस प्रकार वैयक्तिक, सामाजिक तथा राष्ट्रीय दृष्टिकोण से भी शिक्षकों को मानसिक स्वास्थ्य की आवष्यकता है। शिक्षण प्रक्रिया की सफलता मानसिक स्वास्थ्य पर ही निर्भर करती है। फ्रैडसन ने लिखा है, ''मानसिक स्वास्थ्य और सीखने में सफलता का बहुत घनिष्ठ सम्बन्ध है''। इस कथन से यह स्पष्ट है कि शिक्षण प्रक्रिया में ''शिक्षक'' और ''बालक'' दोनों के मानसिक स्वास्थ्य का ठीक होना आवष्यक है। मानसिक रूप से स्वस्थ न होने पर बालक ठीक ढंग से शिक्षा ग्रहण करने में सफल नहीं होगा और शिक्षक षिक्षण कार्य को सफलतापूर्वक सम्पन्न करने में सफल नहीं होगा। अतएव शिक्षण प्रक्रिया की सफलता के लिए शिक्षक और बालक दोनों का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा होना आवष्यक है। मानसिक स्वास्थ्य का तात्पर्य वास्तविक जीवन में वातावरण में पर्याप्त सामंजस्य स्थापित करने की योग्यता से है। शिक्षण प्रक्रिया को सफल बनाने हेतु शिक्षक और शिक्षार्थी दोनों का मानसिक स्वास्थ्य ठीक होना आवष्यक है। जब हम छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य की बात करते है, वहॉ इस बात की आवष्यकता सबसे अधिक होती है कि सबसे पहले शिक्षक का मानसिक स्वास्थ्य अच्छा हो क्योंकि उसका प्रभाव समस्त छात्रों पर पड़ता है।

2. अध्ययन की आवष्यकता 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 सुविधाऍं 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। विषेष विद्यालयों का वातावरण सामान्य विद्यालयों से भिन्न होता है और किसी भी विद्यालय के संगठनात्मक वातावरण का षिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य पर व्यापक प्रभाव पड़ता है। प्रायः किसी भी विद्यालय में अलग–अलग पृष्ठभूमि से शिक्षक आते हैं। षिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य को पारिवारिक कारक भी प्रभावित करते हैं, किन्तु हम उसे नियन्त्रित नहीं कर सकते परन्तु शिक्षक जिस विद्यालयी वातावरण में रहकर शिक्षण कार्य करते हैं, और यदि वह उनके मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर रहा है, तो उसे नियन्त्रित किया जा सकता है। अतः वर्तमान समय में यह जानना अत्यन्त आवश्यक है कि विशेष विद्यालयों में कार्यरत षिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का स्तर क्या है।

3. सम्बन्धित साहित्य का सर्वेक्षण
पचैयप्पन, पी0 व राज डी0 यूशालया (2014) ने 'मेन्टल हेल्थ ऑफ सेकेण्डरी एण्ड हायर स्कूल टीचर्स–एन एनालिसिस' पर शोध कार्य किया। अध्ययन में महिला षिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य पुरुष शिक्षकों की अपेक्षा अधिक उच्च पाया गया। उच्च माध्यमिक विद्यालय के शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य, माध्यमिक विद्यालय के शिक्षकों की अपेक्षा अधिक उच्च पाया गया। सरकारी

विद्यालय के शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य, सहायता प्राप्त विद्यालय के शिक्षकों की अपेक्षा अधिक अच्छा पाया गया।

गोरसी, चन्द्रकान्त, पंवार, नीरज व कुमार, सन्दीप (2015) ने अपने अध्ययन में पुरुष शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य महिला शिक्षकों की अपेक्षा अधिक अच्छा पाया। साथ ही नगरीय क्षेत्रों के सरकारी विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य, ग्रामीण क्षेत्रों के सरकारी विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों की अपेक्षा अधिक अच्छा पाया गया।

आर0, रवि व मन्जू, एस0 (2015) ने 'मेन्टल हेल्थ बिटविन आर्ट्स एण्ड साइंस टीचर्स ऐट स्कूल लेवल–ए कम्परैटिव स्टडी' पर अध्ययन किया। प्रस्तुत अध्ययन का उद्देष्य कला व विज्ञान वर्ग के विद्यालयी शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन करना था। अध्ययन में परिणामस्वरूप यह पाया गया कि विद्यालयी स्तर के शिक्षकों में कला व विज्ञान वर्ग के शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं है।

गोहिल, श्वेताम्बरी (2016) ने 'एन इफेक्ट ऑफ एजूकेशनल एक्सपीरियन्स ऑफ टीचर्स ऑन मेन्टल हेल्थ' पर शोध किया। अध्ययन का उद्देश्य शैक्षणिक अनुभव के सन्दर्भ में शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य स्तर को ज्ञात करना था। अध्ययन में पुरुष एवं महिला शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का स्तर समान पाया गया।

पूनम व मलिक, शषी (2016) ने 'मेन्टल हेल्थ ऑफ स्पेशल स्कूल टीचर्स' पर शोध कार्य किया। अध्ययन का मुख्य उद्देष्य विषेष शिक्षा अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य का तुलनात्मक अध्ययन करना था। अध्ययन में विशेष शिक्षा अध्यापकों का मानसिक स्वास्थ्य खराब पाया गया। धनात्मक स्व–मूल्यांकन, स्वायत्तता, समूहोन्मुख अभिवृत्ति व वातावरणीय योग्यता के सन्दर्भ में पुरुष शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य महिला शिक्षकों की अपेक्षा अधिक अच्छा पाया गया। जबकि 'वास्तविकता के प्रत्यक्षण' व 'व्यक्तित्व के एकीकरण' आयामों पर महिला शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य पुरुष शिक्षकों की अपेक्षा अधिक अच्छा पाया गया।

प्रधान, रोशन (2016) ने अपने अध्ययन में यह प्राप्त किया कि लिंग के सम्बन्ध में शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर है। वैवाहिक स्तर के सम्बन्ध में शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। शैक्षिक योग्यता के सम्बन्ध में शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर पाया गया। विद्यालयी प्रबन्धन के सम्बन्ध में षिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।

मुदिराज, जी0 दीपिका (2017) ने अपने अध्ययन में मानसिक स्वास्थ्य एवं कार्य जीवन की गुणवत्ता के मध्य कम किन्तु सार्थक सम्बन्ध पाया। साथ ही यह भी देखा गया कि कार्य जीवन की गुणवत्ता से सम्बन्धित दस कारकों में से तीन कारकों का प्रभाव कॉर्पोरेट विद्यालयों के शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है।

पारिख, निमेश व अन्य (2017) ने अपने अध्ययन में यह पाया कि मानसिक बीमारियों के सम्बन्ध में महिला शिक्षकों को पुरुष शिक्षकों की अपेक्षा अधिक जानकारी है। जबकि मानसिक बीमारियों के प्रति अभिवृत्ति के सम्बन्ध में महिला शिक्षकों एवं पुरुष शिक्षकों में सार्थक अन्तर नहीं पाया गया।

कीथ व अन्य (2020) ने अपने शोध अध्ययन में माध्यमिक विद्याालयों के लगभग 94 प्रतिषत षिक्षकों को मानसिक रूप से उच्च स्तर का तनावग्रस्त पाया। जिसका विद्यार्थियों पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

4. अध्ययन का उद्देष्य

विषेष विद्यालयों में कार्यरत षिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना'।

5. अध्ययन क्षेत्र की परिसीमा

1. प्रस्तुत शोध को केवल लखनऊ शहर में किया गया है।
2. प्रस्तुत शोध में लखनऊ शहर के विषेष विद्यालयों में कार्यरत षिक्षकों को ही सम्मिलित किया गया है।

6. शोध विधि

प्रस्तुत शोध समस्या की विषयवस्तु की प्रकृति वर्णनात्मक अनुसंधान की है। इस कारण इस शोध हेतु सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है।

7. जनसंख्या

प्रस्तुत शोध हेतु जनसंख्या के अन्तर्गत लखनऊ शहर के 25 विशेष विद्यालय व उनमें कार्यरत समस्त शिक्षक सम्मिलित हैं।

8. प्रतिदर्श

प्रस्तुत शोध अध्ययन हेतु उद्देष्यपूर्ण प्रतिदर्षन विधि द्वारा लखनऊ शहर के 11 विशेष विद्यालयों व उनमें कार्यरत समस्त षिक्षकों को प्रतिदर्ष के रूप में सम्मिलित किया गया है। जिसके अन्तर्गत षिक्षकों की संख्या 160 है।

9. उपकरण

प्रस्तुत अध्ययन में षिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य के मापन हेतु शोधकर्त्री द्वारा निर्मित 'षिक्षक मानसिक स्वास्थ्य मापनी' का प्रयोग किया गया।

10. सांख्यिकीय विधियाँ

प्रस्तुत शोध में सांख्यिकीय विधियों के अन्तर्गत ऑकड़ों के विष्लेषण हेतु प्रतिषत विधि का प्रयोग किया गया है।

11. प्रदत्तों का विष्लेषण, परिणाम एवं व्याख्या

प्रदत्तों का संकलन करने के उपरान्त प्राप्त प्रदत्तों की उद्देष्यानुसार विष्लेषण एवं व्याख्या की गयी है । उद्देष्य के आधार पर जो परिणाम निकलकर आये हैं वो निम्नलिखित हैं–

तालिकाः विषेष विद्यालयों में कार्यरत षिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य

क्र0 सं0	मापनी में प्राप्तांकों का प्रसार	षिक्षकों की संख्या	प्रतिषत(%)	मानसिक स्वास्थ्य
1.	173 से 187 तक	42	26	निम्न मानसिक स्वास्थ्य
2.	188 से 202 तक	80	50	औसत मानसिक स्वास्थ्य
3.	203 से 215 तक	38	24	उच्च मानसिक स्वास्थ्य

उपर्युक्त तालिका से यह स्पष्ट होता है कि विषेष विद्यालयों में कार्यरत षिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य के अध्ययन के अन्तर्गत जिन षिक्षकों के प्राप्तांक 173 से 187 तक अथवा इससे कम है उन्हें निम्न मानसिक स्वास्थ्य तथा जिन षिक्षकों के प्राप्तांक 188 से 202 तक है उन्हें औसत मानसिक स्वास्थ्य तथा जिन षिक्षकों के प्राप्तांक 203 से 215 तक अथवा इससे अधिक है उन्हें उच्च मानसिक स्वास्थ्य श्रेणी में रखा गया है। इस प्रकार लगभग 26 प्रतिषत षिक्षकों में निम्न मानसिक स्वास्थ्य, 50 प्रतिषत षिक्षकों में औसत मानसिक स्वास्थ्य तथा 24 प्रतिषत षिक्षकों में उच्च मानसिक स्वास्थ्य पाया गया।

12. निष्कर्ष

विषेष विद्यालयों में कार्यरत षिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य के अध्ययन के अन्तर्गत सर्वाधिक षिक्षक औसत मानसिक स्वास्थ्य के अन्तर्गत पाए गए। उसके पष्चात् 26 प्रतिषत षिक्षक निम्न मानसिक स्वास्थ्य के अन्तर्गत तथा सबसे कम 24 प्रतिषत षिक्षक उच्च मानसिक स्वास्थ्य के अन्तर्गत पाए गए। अतः निष्कर्ष रूप में यह कहा जा सकता है कि अधिकतर षिक्षक औसत मानसिक स्वास्थ्य के अन्तर्गत पाए गए।

13. सुझाव

- प्रस्तुत शोध अध्ययन द्वारा प्राप्त परिणामों से यह ज्ञात होता है कि मानसिक स्वास्थ्य के अन्तर्गत अधिकतर शिक्षक औसत मानसिक स्वास्थ्य के अन्तर्गत पाए गए। इस स्थिति में सुधार करते हुए उन्हें उच्च मानसिक स्वास्थ्य की ओर अग्रसर किया जाना चाहिए। शिक्षकों को अच्छा वेतन, आवासीय सुविधाएँ व अन्य सुविधाएँ प्रदान की जानी चाहिए।
- षिक्षकों को अत्यधिक कार्यभार न दिया जाए। अत्यधिक कार्यभार होने से षिक्षक मानसिक रूप से तनावग्रस्त रहते है। जो कि उनकी मानसिक अस्वस्थता का कारण बनता है।
- षिक्षकों को प्रषिक्षण प्रदान करते समय उन्हें मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान का भी प्रषिक्षण देना चाहिए। इससे षिक्षक मानसिक स्वास्थ्य विज्ञान के नियमों से परिचित हो सकेगें और अपना मानसिक स्वास्थ्य अच्छा रख सकने में समर्थ हो सकेगें।
- षिक्षकों की समस्याओं को समझने के लिए विद्यालय के अधिकारियों को समय–समय पर बैठकों एवं सभाओं का आयोजन करना चाहिए। साथ ही सेमिनार, कार्यषाला व संगोष्ठियों का आयोजन भी किया जाना चाहिए। जिसमें उन्हें मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी जानकारियों से परिचित कराया जा सके।

14. सन्दर्भ सूची

1. भटनागर, सुरेश (2006). शिक्षा मनोविज्ञान. मेरठ : आर0 लाल बुक डिपो.
2. डेविड, हेनरी. पी. (2002). इण्टरनेषनल टेन्ड्रस इन मेन्टल हेल्थ. न्यूयार्कः मैक्ग्रा हिल बुक कम्पनी.
3. गुप्ता, एस. पी. (2009). उच्चतर षिक्षा मनोविज्ञान. इलाहाबाद : शारदा पुस्तक भवन.
4. जायसवाल, सीताराम. (2005). षिक्षा मनोविज्ञान. लखनऊ : प्रकाषन केन्द्र.
5. कैरल, ए. हरबर्ट. (1964). मेन्टल हाइजीन. न्यू जर्सी : प्रेन्टिस हॉल.
6. क्लीन ,डी. बी. (1956). मेन्टल हाइजीन. न्यूयार्क : हेनरी हॉल्ट कम्पनी.
7. कैपलान, लुईस (1959). मेन्टल हेल्थ एण्ड ह्यूमन रिलेषन्स इन एजूकेषन. न्यूयार्क : हार्पर एण्ड ब्रदर्स पब्लिषर्स.
8. सिंह, ए. के. (2010). शिक्षा मनोविज्ञान. पटना : भारती भवन.
9. http://www.sciencedirect.com
10. http://www.shodhganga.inflibnet.ac.in