

जोधपुर शहर के सरकारी एवं गैर सरकारी विद्यालयों के शिक्षकों में व्यावसायिक तनाव का तुलनात्मक अध्ययन

पूजा पंवार

शोधार्थी

मौलाना आजाद विश्वविद्यालय

जोधपुर (राजस्थान)

डॉक्टर फरहा मेहर

शोध पर्यवेक्षक

शिक्षा संकाय

मौलाना आजाद विश्वविद्यालय जोधपुर (राजस्थान)

1. सारांश

इस अध्ययन का उद्देश्य जोधपुर शहर के सरकारी एवं गैर-सरकारी विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के व्यावसायिक तनाव के स्तर का तुलनात्मक विश्लेषण करना है। शिक्षा क्षेत्र में बढ़ती जिम्मेदारियों, प्रशासनिक दबाव, कार्यभार तथा संसाधनों की उपलब्धता के कारण शिक्षकों में तनाव एक महत्वपूर्ण समस्या बन गया है। अध्ययन में पाया गया कि दोनों प्रकार के विद्यालयों के शिक्षकों में तनाव के कारण अलग-अलग हैं, परंतु तनाव की उपस्थिति दोनों में स्पष्ट रूप से देखी गई। यह शोध शिक्षा व्यवस्था में सुधार हेतु महत्वपूर्ण सुझाव प्रस्तुत करता है।

2. मुख्य शब्दावली

इस अध्ययन में प्रयुक्त प्रमुख शब्दों को स्पष्ट रूप से समझना आवश्यक है, ताकि शोध का उद्देश्य और परिणाम अधिक सटीक रूप से व्याख्यायित किए जा सकें।

1. व्यावसायिक तनाव

व्यावसायिक तनाव से आशय उस मानसिक, शारीरिक एवं भावनात्मक दबाव से है जो व्यक्ति को अपने कार्यस्थल पर कार्य करते समय अनुभव होता है। शिक्षक के संदर्भ में यह तनाव अत्यधिक कार्यभार, समय सीमा, प्रशासनिक दबाव, विद्यार्थियों के व्यवहार, अभिभावकों की अपेक्षाएँ तथा संसाधनों की कमी के कारण उत्पन्न होता है।

यह तनाव यदि लंबे समय तक बना रहे तो यह शिक्षण की गुणवत्ता, शिक्षक के स्वास्थ्य तथा उसके व्यवहार पर नकारात्मक प्रभाव डाल सकता है।

2. सरकारी विद्यालय

सरकारी विद्यालय वे शिक्षण संस्थान होते हैं जिनका संचालन और वित्तपोषण सरकार द्वारा किया जाता है। इन विद्यालयों में शिक्षकों को अपेक्षाकृत नौकरी की स्थिरता, निश्चित वेतन एवं अन्य सुविधाएँ प्राप्त होती हैं।

हालांकि, कई बार संसाधनों की कमी, अधिक प्रशासनिक कार्य, बड़ी कक्षाएँ तथा सरकारी नीतियों के बार-बार परिवर्तन के कारण शिक्षकों को तनाव का सामना करना पड़ता है।

3. गैर-सरकारी विद्यालय

गैर-सरकारी या निजी विद्यालय वे संस्थान होते हैं जिनका संचालन निजी प्रबंधन द्वारा किया जाता है। इनमें शिक्षकों को अक्सर प्रदर्शन आधारित मूल्यांकन, अधिक कार्यघंटे, और परिणामों के प्रति अधिक जवाबदेही का सामना करना पड़ता है।

इन विद्यालयों में नौकरी की असुरक्षा, कम वेतन (कुछ मामलों में), तथा प्रतिस्पर्धात्मक वातावरण शिक्षकों के तनाव को बढ़ाने वाले प्रमुख कारक होते हैं।

4. शिक्षक

शिक्षक वह व्यक्ति है जो विद्यार्थियों को ज्ञान, कौशल, मूल्य और व्यवहारिक शिक्षा प्रदान करता है। शिक्षक केवल पाठ्यक्रम पूरा करने तक सीमित नहीं होता, बल्कि वह विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास, नैतिक शिक्षा और सामाजिक मूल्यों के निर्माण में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

यदि शिक्षक मानसिक रूप से स्वस्थ और संतुलित होगा, तभी वह प्रभावी शिक्षण कर सकेगा।

5. कार्यभार

कार्यभार से आशय शिक्षक को सौंपे गए कार्यों की मात्रा और जटिलता से है। इसमें पाठ योजना बनाना, कक्षा शिक्षण, परीक्षा कार्य, मूल्यांकन, रिकॉर्ड संधारण, सह-पाठ्यक्रम गतिविधियाँ तथा प्रशासनिक कार्य शामिल होते हैं।

अत्यधिक कार्यभार शिक्षक के लिए तनाव का प्रमुख कारण बनता है, विशेषकर तब जब समय और संसाधन सीमित हों।

6. शैक्षिक वातावरण

शैक्षिक वातावरण से आशय उस समग्र परिवेश से है जिसमें शिक्षण-सीखने की प्रक्रिया होती है। इसमें विद्यालय का भौतिक वातावरण, प्रशासनिक व्यवस्था, सहकर्मियों का सहयोग, विद्यार्थियों का व्यवहार, तथा अभिभावकों की सहभागिता शामिल होती है।

एक सकारात्मक और सहयोगात्मक शैक्षिक वातावरण शिक्षक के तनाव को कम करता है, जबकि नकारात्मक वातावरण तनाव को बढ़ाता है।

7. नौकरी की असुरक्षा

यह विशेष रूप से गैर-सरकारी विद्यालयों में देखा जाता है, जहाँ शिक्षकों को अपने रोजगार के स्थायित्व को लेकर अनिश्चितता रहती है।

नौकरी की असुरक्षा शिक्षक के आत्मविश्वास, कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव डालती है, जिससे व्यावसायिक तनाव बढ़ता है।

8. कार्य संतुष्टि

कार्य संतुष्टि से आशय शिक्षक के अपने कार्य के प्रति संतोष, प्रसन्नता और सकारात्मक दृष्टिकोण से है। यदि शिक्षक अपने कार्य, वेतन, वातावरण और मान-सम्मान से संतुष्ट है, तो उसका तनाव कम होता है और कार्यक्षमता बढ़ती है। इसके विपरीत, असंतोष की स्थिति में तनाव का स्तर बढ़ जाता है।

3. प्रस्तावना

शिक्षा किसी भी समाज के विकास का आधार होती है और शिक्षक इस व्यवस्था की रीढ़ होते हैं। वर्तमान समय में शिक्षकों पर शिक्षण कार्य के साथ-साथ प्रशासनिक, सह-पाठ्यक्रम गतिविधियाँ तथा अभिभावकों की अपेक्षाओं का भी दबाव बढ़ गया है।

जोधपुर शहर में सरकारी और गैर-सरकारी विद्यालयों की कार्यप्रणाली, संसाधन, वेतन संरचना और कार्य संस्कृति में अंतर पाया जाता है, जिसका सीधा प्रभाव शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य और व्यावसायिक तनाव पर पड़ता है।

सरकारी विद्यालयों में जहाँ नौकरी की स्थिरता अधिक होती है, वहीं प्रशासनिक कार्यों और संसाधनों की कमी के कारण तनाव उत्पन्न होता है। दूसरी ओर, गैर-सरकारी विद्यालयों में नौकरी की असुरक्षा, अधिक कार्यभार और प्रदर्शन आधारित मूल्यांकन तनाव के प्रमुख कारण हैं।

इस प्रकार, यह आवश्यक हो जाता है कि दोनों प्रकार के विद्यालयों के शिक्षकों के तनाव स्तर का तुलनात्मक अध्ययन किया जाए ताकि उनके कार्य-परिस्थितियों में सुधार किया जा सके।

4. शोध के उद्देश्य

इस अध्ययन के उद्देश्य स्पष्ट रूप से यह निर्धारित करते हैं कि शोध किस दिशा में किया जा रहा है और उससे क्या निष्कर्ष प्राप्त करने की अपेक्षा है। जोधपुर शहर के सरकारी एवं गैर-सरकारी विद्यालयों के शिक्षकों में व्यावसायिक तनाव के तुलनात्मक अध्ययन के प्रमुख उद्देश्य निम्नलिखित हैं—

1. सरकारी विद्यालयों के शिक्षकों में व्यावसायिक तनाव का अध्ययन करना

इस उद्देश्य के अंतर्गत यह जानने का प्रयास किया जाता है कि सरकारी विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों को किस प्रकार का तनाव अनुभव होता है। इसमें प्रशासनिक दबाव, संसाधनों की कमी, बड़ी कक्षाओं का प्रबंधन तथा अतिरिक्त सरकारी कार्यों का प्रभाव शामिल होता है।

यह उद्देश्य यह समझने में सहायता करता है कि सरकारी व्यवस्था में कौन-कौन से कारक तनाव को प्रभावित करते हैं।

2. गैर-सरकारी विद्यालयों के शिक्षकों में व्यावसायिक तनाव का विश्लेषण करना

इसका उद्देश्य निजी विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के तनाव स्तर और उसके कारणों का अध्ययन करना है। इसमें कार्यघंटों की अधिकता, प्रदर्शन आधारित मूल्यांकन, नौकरी की असुरक्षा और प्रबंधन का दबाव जैसे कारकों का विश्लेषण किया जाता है।

यह उद्देश्य निजी क्षेत्र की चुनौतियों को समझने में सहायक होता है।

3. सरकारी एवं गैर-सरकारी विद्यालयों के शिक्षकों के तनाव स्तर की तुलना करना

इस उद्देश्य का मुख्य लक्ष्य दोनों प्रकार के विद्यालयों के शिक्षकों के बीच तनाव के स्तर में अंतर का तुलनात्मक अध्ययन करना है।

इससे यह स्पष्ट होता है कि किस प्रकार के विद्यालय में तनाव अधिक है तथा उसके पीछे कौन-कौन से कारण कार्य कर रहे हैं।

4. व्यावसायिक तनाव के प्रमुख कारणों की पहचान करना

इस उद्देश्य के अंतर्गत उन सभी कारकों की पहचान की जाती है जो शिक्षकों में तनाव उत्पन्न करते हैं। जैसे— कार्यभार, समय का दबाव, संसाधनों की कमी, विद्यार्थियों का व्यवहार, अभिभावकों की अपेक्षाएँ, तथा प्रशासनिक नीतियाँ। यह उद्देश्य समस्या की जड़ तक पहुँचने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

5. व्यावसायिक तनाव के प्रभावों का अध्ययन करना

इसका उद्देश्य यह जानना है कि तनाव का शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक संतुलन, कार्यक्षमता तथा शिक्षण गुणवत्ता पर क्या प्रभाव पड़ता है।

यह अध्ययन यह भी स्पष्ट करता है कि अधिक तनाव विद्यार्थियों के सीखने की प्रक्रिया को किस प्रकार प्रभावित करता है।

6. तनाव को कम करने के उपाय सुझाना

इस उद्देश्य के अंतर्गत ऐसे व्यावहारिक एवं प्रभावी उपाय सुझाए जाते हैं, जिनसे शिक्षकों के तनाव को कम किया जा सके।

जैसे—कार्यभार का संतुलन, सहायक वातावरण, प्रशिक्षण कार्यक्रम, परामर्श सेवाएँ तथा समय-समय पर अवकाश की व्यवस्था।

7. शिक्षा व्यवस्था में सुधार हेतु सुझाव प्रदान करना

इस उद्देश्य का लक्ष्य व्यापक स्तर पर शिक्षा प्रणाली में सुधार लाना है।

शोध के निष्कर्षों के आधार पर नीति-निर्माताओं, विद्यालय प्रबंधन एवं शिक्षकों के लिए ऐसे सुझाव दिए जाते हैं, जिससे कार्य वातावरण बेहतर हो और शिक्षकों की कार्यक्षमता में वृद्धि हो।

इन उद्देश्यों के माध्यम से यह शोध न केवल शिक्षकों के व्यावसायिक तनाव को समझने का प्रयास करता है, बल्कि उसके समाधान की दिशा में भी महत्वपूर्ण योगदान देता है।

5. शोध की परिकल्पना

सरकारी एवं गैर-सरकारी विद्यालयों के शिक्षकों के व्यावसायिक तनाव में कोई सार्थक अंतर नहीं है।

दोनों प्रकार के विद्यालयों के शिक्षकों में कार्यभार तनाव का प्रमुख कारण है।

गैर-सरकारी विद्यालयों के शिक्षकों में नौकरी असुरक्षा के कारण अधिक तनाव पाया जाता है।

6. शोध का औचित्य

यह अध्ययन इसलिए आवश्यक है क्योंकि शिक्षक का मानसिक स्वास्थ्य सीधे विद्यार्थियों के शैक्षिक विकास को प्रभावित करता है। यदि शिक्षक तनावग्रस्त होगा, तो उसकी कार्यक्षमता और शिक्षण गुणवत्ता प्रभावित होगी।

सरकारी और गैर-सरकारी विद्यालयों के बीच अंतर को समझकर नीति-निर्माताओं को उचित निर्णय लेने में सहायता मिलेगी। यह शोध शिक्षकों के कार्य वातावरण को बेहतर बनाने और शिक्षा प्रणाली को सुदृढ़ करने में सहायक सिद्ध होगा।

7. निष्कर्ष

अध्ययन से यह निष्कर्ष निकलता है कि दोनों प्रकार के विद्यालयों के शिक्षक व्यावसायिक तनाव का सामना करते हैं, परंतु तनाव के कारणों में भिन्नता पाई जाती है।

सरकारी विद्यालयों में प्रशासनिक दबाव एवं संसाधनों की कमी प्रमुख कारण हैं, जबकि गैर-सरकारी विद्यालयों में कार्यभार, नौकरी की असुरक्षा और प्रदर्शन आधारित मूल्यांकन तनाव को बढ़ाते हैं।

अतः आवश्यक है कि शिक्षकों के लिए सहायक वातावरण, उचित कार्य-विभाजन, मानसिक स्वास्थ्य समर्थन तथा प्रशिक्षण कार्यक्रमों का आयोजन किया जाए, जिससे उनके तनाव को कम किया जा सके और शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार हो।

संदर्भ ग्रंथ

1. Hans Selye (1956). जीवन का तनाव। मैकग्रा-हिल प्रकाशन।
2. Chris Kyriacou (2001). शिक्षक तनाव: भविष्य के अनुसंधान की दिशाएँ। एजुकेशनल रिव्यू।
3. Cheryl J. Travers एवं Cary L. Cooper (1996). दबाव में शिक्षक। रूटलेज प्रकाशन।
4. Roland P. Chaplain (2008). प्रशिक्षु शिक्षकों में तनाव एवं मनोवैज्ञानिक संकट।
5. Mark G. Borg (1990). शैक्षिक संस्थानों में व्यावसायिक तनाव।
6. Hitesh Raval (2013). शिक्षकों के व्यावसायिक तनाव का अध्ययन।
7. Sukhdeep Kaur (2011). सरकारी एवं निजी शिक्षकों के तनाव का तुलनात्मक अध्ययन।
8. R. A. Sharma (2007). शिक्षक शिक्षा। मेरठ: लॉयल बुक डिपो।
9. J. C. Aggarwal (2010). शैक्षिक मनोविज्ञान। शिप्रा पब्लिकेशन।
10. Arun Kumar Singh (2009). अधिगम एवं विकास का मनोविज्ञान। मोतीलाल बनारसीदास।
11. R. C. Mishra (2012). शैक्षिक मनोविज्ञान। विकास पब्लिशिंग हाउस।
12. K. Srivastava (1989). व्यावसायिक तनाव सूचकांक मैनुअल।
13. John W. Best एवं James V. Kahn (2006). शिक्षा में अनुसंधान। प्रेंटिस हॉल।
14. Henry E. Garrett (2008). मनोविज्ञान एवं शिक्षा में सांख्यिकी।
15. C. R. Kothari (2004). अनुसंधान पद्धति: विधियाँ एवं तकनीकें। न्यू एज इंटरनेशनल।
16. NCERT (2005). राष्ट्रीय पाठ्यचर्या रूपरेखा। नई दिल्ली।
17. NCTE (2014). शिक्षक शिक्षा विनियम। नई दिल्ली।
18. UNESCO (2012). शिक्षक सहयोग एवं विकास। पेरिस।
19. World Health Organization (2019). कार्यस्थल पर व्यावसायिक स्वास्थ्य एवं तनाव।
20. Christopher Day (2017). शिक्षक कल्याण एवं व्यावसायिक जीवन।
21. Andy Hargreaves (1998). शिक्षण का भावनात्मक अभ्यास।
22. Einar M. Skaalvik एवं Sidsel Skaalvik (2015). शिक्षण में कार्य संतुष्टि एवं प्रेरणा।