शिक्षकों के व्यावसायिक तनाव के प्रमुख कारकों का मूल्याङ्कन

डॉ पूनम लता मिड्ढा, सहायक व्यख्याता (शिक्षा), श्री विनायक महाविधालय, श्री विजयनगर (राजस्थान)

प्रस्तुत अध्ययन में माध्यमिक स्तर पर कार्य कर रहे शिक्षकों के व्यवसायिक तनाव का पता लगाने के लिए भी क्षेत्र अध्ययन अर्थात् क्षेत्र कार्य किया गया जिसमें पाया गया कि कितने : शिक्षक अपने व्यवसाय से संतुष्ट हैं और कितने प्रतिशत शिक्षक अपने व्यवसाय से तनावग्रस्त और अध्ययन तनाव युक्त में पुरुष शिक्षकों के विचार अलग एवं महिला शिक्षकों के विचार भी अलग पाए गए। शिक्षकों के तनाव को नापने के लिए शिक्षकों को एक प्रष्नावली दी गई, यह प्रष्नावली डॉ0 ए.के. श्रीवास्तव एवं डॉ0 ए.पी. सिंह द्वारा निर्मित थी। व्यावसायिक तनाव के स्तर को नापने के लिए 400 शिक्षकों के प्रतिदर्श को चुना गया जिनमें से 200 पुरूष शिक्षक थे एवं 200 महिला शिक्षक थीं।

1. प्रस्तावना

आमतौर पर देखा गया कि प्रत्येक व्यक्ति किसी न किसी समस्या से ग्रस्त है उन सभी समस्याओं में से तनाव एक मनोवैज्ञानिक समस्या है जो शिक्षक को शारीरिक व मानसिक रुप से कमजोर कर देती है जिसके कारण उनका संतोष कम हो जाता है और उसका नकारात्मक प्रभाव उसके कार्य पर पड़ता है। यदि शिक्षकों का अत्मविष्वास टूट जाता है, तो वह अपने उद्वेष्य से भटक जायेगा और जो वह विद्यार्थियो को देना चाहता है उसमें असमर्थ हो जायेगा। शिक्षक का उद्देष्य होता है कि वह अपने विद्यार्थियो का अर्तमुखी विकास कर सके जिससे विद्यार्थी अपने भविष्य में आने वाली कठिनाइयों का सामना आसानी से कर सके और अपने जीवन को सफल एवं सुखमय बना सके। शिक्षकों के द्वारा ही विद्यार्थियों में आत्मविष्वास जाग्रत किया जाता है परन्तु यदि शिक्षक का ही आत्म विष्वास टूट जायेगा तो वह अपने विद्यार्थियों को क्या सिखा पायेगा अर्थात वह शिक्षक अपना उद्वेष्य पूर्ण नहीं कर पायेगा। इसलिए शिक्षक का तनाव मुक्त होना अति आवष्यक है इस शोध समस्या का चयनशोधार्थिनी ने इसलिए किया कि समस्या के कारकों को खोजकर आवष्यक सुधार हेतु सुझाव दिये जा सकें और जो शिक्षक इस समस्या से ग्रसित है उनका निदान हो सके यदि वक्त रहते इस

2. संबंधित साहित्य का अध्ययन

जगतप उत्तम राव और अन्य,(2014) ''इम्पैक्ट ऑफ जॉब स्टैस ऑन जॉब सेटिस्फेक्शन एट एस0 बी0 आई0'' इस अध्ययन में इदौर के एस0 बी0 आई0अप्रबंधकीय श्रमिकों के उन कारकों की समीक्षा हुई जो व्यावसायिक तनाव को प्रभावित करते है। इस अध्ययन में यादृच्छिक विधि का प्रयोग कर नमूना चुना गया। कार्य संतुष्टि के स्तर को नापने के लिये लिकर्ट स्केलका प्रयोग किया गया। प्रष्नावली के माध्यम से आकडों को संकलित किया गया। निष्कर्ष रूप में पाया गया कि श्रमिकों की कार्य संतुष्टि के प्रति सकारात्मक प्रतिक्रिया थी। परिणाम स्वरूप पाया गया कि अप्रबंधकीय बैंक के श्रमिकों का व्यावसायिक तनाव अधिक नहीं था।

कुमार वीरेंद्र,(2014) ''ए स्टडी ऑफ जॉब स्टेट्स ऑफ सेकंडरी स्कूल फिजिकल एजुकेशन टीचर्स इन रिलेशन टू देयर जेंडर एंड टाइप ऑफ स्कूल्स'' इस अध्ययन में व्यावसायिक तनाव में लिंग और स्कूल के प्रकार के संबंधों के बीच तुलनात्मक अध्ययन किया गया। रोहतक जिले के माध्यमिक स्तर पर कार्यरत शिक्षा के ६० अध्यापकों को प्रतिदर्श के रूप में चुना गया। ए. के. श्रीवास्तव और ए. पी. सिंह द्वारा निर्मित व्यावसायिक तनाव सूचांक का प्रयोग इस अध्ययन में किया गया। इस अध्ययन में पुरुष और महिला अध्यापकों के बीच व्यावसायिक तनाव का अध्ययन किया गया। आँकडों का विश्लेषण टी– परीक्षण द्वारा हुआ। अध्ययन के बाद यह पता चला कि शारीरिक शिक्षा के पुरुष और महिला अध्यापकों में कोई सार्थक अंतर नहीं था। सरकारी माध्यमिक स्कूल के शारीरिक शिक्षा के अध्यापकों का व्यावसायिक तनाव गैर सरकारी शिक्षकों की तुलना में कम पाया गया। निसंदेह वर्तमान अध्ययन शिक्षा के क्षेत्र में मौजूद ज्ञान को

समृद्ध करेगा। शिक्षकों के लिए यह अध्ययन महान प्रासंगिकता है। निष्कर्ष रूप में अध्ययन शैक्षिक योजनाकारों, विचारकां, जनसांख्यिक, शिक्षकों मनोवैज्ञानिकों प्रशासकों और नीति निर्माताओं विशेष रूप से विद्यालयों की आधारभूत संरचना के लिए उपयोगी है। प्रस्तुत अध्ययन से मौजूद स्थिति की स्पष्ट तस्वीर दे दी गयी है। जिससे हमें उन कारकों को पहचानने में मदद मिलती है। जो माध्यमिक स्तर से शारीरिक शिक्षा के अध्यापकों को व्यवसायिक तनाव के लिए जिम्मेदार है।

डॉ. नगय विपेंद्र और अरोड़ा सरिता,(2013) ''आक्यूपेसनल स्टेट्स एंड हेल्थ अमंग टीचर एडुकेटस'' प्रस्तुत अध्ययन में व्यवसायिक तनाव के और शिक्षकों के स्वास्थ के सम्बन्ध को खोज गया है। इस अध्यन में लिंग और विवाह संबंधी स्थिति को भी दर्शाया गया है। २०६ अध्यापकों को न्यायदर्श के लिए चुना गया और आँकडों को एकत्रित करने के लिए व्यावसायिक तनाव सूची का प्रयोग किया गया। शिक्षकों की स्वास्थ संबंधित समस्याओं को नापने के लिए स्वयं द्वारा बनाया गया, स्वास्थ समस्या पैमाने का प्रयोग किया गया। अध्ययन के परिणाम के बाद यह निष्कर्ष निकला कि शिक्षकों के व्यावसायिक तनाव का स्तर औसत था। शिक्षकों के व्यावसायिक तनाव के सम्बन्ध में लिंग भेद मौजूद है। महिला शिक्षकों के तनाव का स्तर पुरुष शिक्षकों से अधिक था। व्यावसायिक तनाव और स्वास्थ के बीच सार्थक और सकारात्मक सम्बन्ध था। इस अध्ययन को भविष्य में फिर से दोहराया जा सकता है, जिसमें हम न्यायदर्श को बढ़ा सकते है और दूसरी संस्था के शिक्षकों को शामिल कर सकते है, जिनमें दूसरे जिले एवं दूसरे राज्यों को शामिल किया जा सकता है।

3. शोध विधि

शिक्षकों के कार्य संतुष्टि स्तर एवं व्यवसायिक तनाव के स्तर को मापने के लिए शोध में डॉ अमर सिंह एवं डॉ टी आर शर्मा द्वारा निर्मित कार्य सुंतुष्टि मापनी का प्रयोग किया गया एवं व्यावसायिक तनाव मापनी का भी प्रयोग किया गया जो कि डॉ ए के श्रीवास्तव एवं डॉ ए पी सिंह द्वारा निर्मित है।

4. आँकडों का संकलन

4.1 शिक्षकों द्वारा व्यावसायिक तनाव की परिभाषाः

व्यवसायिक तनाव मापनी में 12 कारकों को शामिल किया गया था उन्हीं कारकों के आधार पर व्यवसायिक तनाव के स्तर का पता लगाया गया उन सभी कारकों का विवरण तालिका संख्या 1 में किया गया है।

SHRADHA EDUCATIONAL ACADEMY

तालिका संख्या 1 शिक्षक के व्यावसायिक तनाव पर कारकों का प्रभाव

क्रमांक	कारक	पुरुष शिक्षक	महिला शिक्षक
1	भूमिका अधिभार	43%	65%
2	भूमिका अस्पष्टता	35%	42%
3	भूमिका के लिए संघर्ष	54%	64%
4	अनुचित समूह और राजनीतिक दबाव	67%	72%
5	व्यक्तियों के लिए जिम्मेदारी	57%	70%
6	अधीनता	45%	67%
7	शक्तिहीनता	53%	60%
8	सहकर्मी संबंध	50%	67%
9	इंटरिंसिक गलतियां	40%	60%
10	निम्न दर्जा और कठोर कार्य	40%	53%
11	कार्यकारी परिस्थितियां	42%	47%
12	गैर–लाभकारिता	50%	65%

प्रस्तुत तालिका संख्या 1 में 12 कारकों का वर्णन है जो व्यवसायिक तनाव को प्रभावित करते हैं। पहला कारक है – भूमिका अधिभार इस कारक में प्रश्न संख्या 1, 13, 25, 36, 44, 46 कुल 6 प्रश्न है, इन प्रश्नों में कार्य की अधिकता, शिक्षकों का अभाव, व्यस्त रहने के कारण पारिवारिक तथा व्यक्तिगत कार्यों के लिए समय न दे पाना, समय की कमी के कारण कार्य ठीक से न कर पाना इन प्रश्नों से यह ज्ञात हुआ कि महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव पुरूष शिक्षकों की तुलना में अधिक था महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव 65% और पुरूष शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव 43% पाया गया। दूसरा कारक भूमिका अस्पष्टता है जिसमें प्रश्न संख्या 2, 14, 26, 37 कुल 4 प्रश्न सम्मलित हैं। इन प्रश्नों के कार्य के लक्ष्य, विधियाँ, कार्य क्षेत्र तथा अधिकार की सीमा, व्यवहार इन प्रश्नों के माध्यम से यह पता चला कि महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव 42% औरपुरूष शिक्षकों के तनाव का 35% था, इन प्रश्नों में भी महिला शिक्षकों का तनाव का प्रतिशत अधिक था। तीसरे कारक में भूमि के लिए संघर्ष से सम्बन्धित प्रश्नों को शामिल किया गया इसमें प्रश्न संख्या 15, 27, 38, 45 कुल 4 प्रश्न हैं इन प्रश्नों में साधनों का अभाव, कार्यप्रणाली एवं नीतियों का उल्लंघन, नवीन प्रणालियों से परेशानी आदि प्रश्न शामिल थे, इन प्रश्नों के आधार पर महिला शिक्षकों का तनाविक स्तर 64% एवं पुरूष शिक्षकों का तनाविक स्तर 54% पाया गया। चौथे कारक में प्रश्न संख्या 4, 16, 28 और 39 कुल 4 प्रश्न जो कि अनुचित समूह और राजनीतिक तनाव पर आधारिक थे इन प्रश्नों से प्राप्त परिणाम यह दर्शाता है कि महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव का स्तर 72% जब कि पुरूष शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव का स्तर 67% पाया गया। पांचवे कारक के अन्तर्गत प्रश्न संख्या 5, 17 और 29 कुल 3 प्रश्न थे जो कि व्यक्तियों की जिम्मेदारी पर आधारित थे। जैसे–अन्य व्यक्तियों की जिम्मेदारी दूसरों पर थोपना, अन्य लोगों के भविष्य की जिम्मेदारी तथा संगठन के विकास और उन्नति की जिम्मेदारी। इन प्रश्नों से प्राप्त परिणाम में महिला शिक्षक का तनाव का स्तर पुरूषशिक्षकों के तनाव के स्तर से अधिक था, महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव का स्तर 70% दर्ज किया गया वहीं पुरूष शिक्षकों का 57% दर्ज हुआ अर्थात् इस कारक के प्रश्नों में भी महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव अधिक था।

छठा कारक जो शिक्षकों के तनाव को प्रभावित करता है वह था अधीनता, इस कारक में प्रश्न संख्या 6, 18, 30, 40 कुल 4 प्रश्न थे, इन प्रश्नों में सलाह, सहयोग आदि प्रश्न शामिल थे परिणाम यह दर्शाता है कि महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव प्रतिशत 67% था, जो कि पुरूषों के तनाव स्तर से 22% अधिक था अर्थात् पुरूष अपने कार्य से अधिक तनाव महसूस नहीं करते जबकि महिला शिक्षक अपने कार्य में अत्याधिक तनाव महसूस करती हैं।

सांतवा कारक था शक्तिहीनता, इस कारक में कुल 3 प्रश्न थे, प्रश्न संख्या 7, 19 आरै 31। इन प्रश्नों में निर्णय, निर्देश, सलाह एवं रूचि से संबंधित सुझाव प्राप्त हुए एवं परिणाम में पाया कि पुरूष शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव, महिला शिक्षकों के व्यवसायिक तनाव की तुलना में कम है,पुरूष शिक्षकों का प्रतिशत 53% एवं महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव का स्तर 60% पाया गया। आंठवा कारक था सहकर्मी संबंध, इस कारक में प्रश्न संख्या 8, 20, 32 और 41 कुल 4 प्रश्न सम्मलित थे और इन प्रश्नों की मदद से जो परिणाम प्राप्त हुए उसके महिला शिक्षकों का तनाव का स्तर 67% एवं पुरूष शिक्षकों का 50% प्राप्त हुआ। नौंवा कारक था इंटीरेसिक गलतियाँ इस कारक में प्रश्न संख्या 9, 21, 33 और 42 शामिल थे। इन प्रश्नों में उबाऊपन, कार्यरत स्वतंत्रता, अभियोग्यता एवं कौशल को विकसित करने के अवसर, समस्याओं के समाधान में सलाह न लेना आदि। इन प्रश्नों के परिणामस्वरूप महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव का स्तर 60% एवं पुरूष शिक्षकों के तनाव का स्तर 40% प्राप्त हुआ। दोनों शिक्षकों महिला एवं पुरूष में 20% का अन्तर पाया गया। दसवाँ कारक था निम्न दर्जा और कठोर कार्य। इस कारक में शामिल प्रश्नों की कुल संख्या 3 थी, प्रश्न संख्या 10, 22

और 34 इस कारक के अन्तर्गत आते है। इन प्रश्नों में आत्मसम्मान, समाज में सम्मान और उच्च अधिकारी द्वारा कार्य को विशेष महत्व न देना आदि प्रश्न शामिल थे, परिणामों से पता चला कि महिला शिक्षकों का व्यवसायिक तनाव 53% एवं पुरूष शिक्षक का व्यवसायिक तनाव 40% था।

ग्यारवें कारक में परिस्थितियों संबंधी प्रश्न शामिल थे, इन प्रश्नों की कुल संख्या 4 एवं इसमें प्रश्न संख्या 12, 24, 35 एवं 43 शामिल थे। इन प्रश्नों में तनावपूर्ण स्थिति में कार्य करना कार्य में जोखिम एवं जटिलता, कार्य के कारण जीवन का बोझ बनना एवं कार्यदशा का सुविधाजनक होना, प्रश्नों से पता चला कि महिला शिक्षकों का तनाव पुरूष शिक्षकों की तुलना में 5% अधिक था क्योंकि जहाँ महिला शिक्षकों का तनाव स्तर 47% दर्ज किया गया वहीं पुरूष शिक्षकों का तनाव स्तर 42% पाया गया। बारवाँ एवं अन्तिम कारक था गैर लोककारिता, इस कारक में प्रश्नों की कुल संख्या केवल 2 थी, प्रश्न संख्या 11 एवं 23। पर्याप्त वेतन न मिलना एवं कठिन परिश्रम के लिए समुचित पुरस्कार न मिलना इस कारक में शामिल प्रश्नों के मुख्य आधार थे। महिला शिक्षकों में जो तनाव स्तर पाया गया वह 65% एवं पुरूष शिक्षकों में इन्हीं प्रश्नों पर प्राप्त व्यावसायित तनाव का स्तर 50% था, जो कि महिला शिक्षकों के तनाव की तुलना में 15% अधिक था।

5. निष्कर्ष

प्रत्येक व्यक्ति किसी न किसी समस्या से ग्रस्त है उन सभी समस्याओं में से तनाव एक मुख्य समस्याहै,मनोवैज्ञानिक समस्या है जो शिक्षक को शारीरिक व मानसिक रुप से कमजोर कर देती है, जिसके कारण उनकी संतुष्टि कम हो जाती है और उसका नकारात्मक प्रभाव उसके कार्य पर पड़ता है। उसका दृष्टिकोण निराशावादी हो जाता है फिर वे चिन्ता और कुण्ठा से ग्रसित हो जाते है, उसमें कार्य करने का सामर्थ और आत्मविष्वास कम हो जाता है उनके शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ का स्तर कम हो जाता है। इसलिए सरकार को शिक्षा के क्षेत्र में अधिक से अधिक रोजगार उपलब्ध कराने चाहिए।गैर सरकारी स्कूलों के शिक्षकों में व्यवसायिक तनाव का स्तरसरकारी स्कूलों की तुलना में अधिक है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. सादिया शाहीन (2014) – सार्वजनिक क्षेत्र के संगठनों में पुरुष और महिला कर्मचारियों के बीच रोजगार संतुष्टि
2. मंसूर मुहम्मद और अन्य (2011) – रोजगार की नौकरी की संतुष्टि पर नौकरी के तनाव का असररू पाकिस्तान के दूरसंचार क्षेत्र पर एक अध्ययन
3. सिद्दीव उजामा और फरोओवी तसिर आफ्टाब (2014) – विश्वविद्यालय के शिक्षकों के बीच व्यावसायिक तनाव, मोप्टीवेशन और नौकरी की संतुष्टि के बीच संबंधों की जांच
4. Uttam Rao Jagtap & other(2014)- Impact of job stress on job satisfaction at SBI.
5. कुमार वीरेंद्र (2014) – उनके लिंग और स्कूलों के प्रकार के संबंध में माध्यमिक विद्यालय के शारीरिक शिक्षा के शिक्षकों के नौकरी के तनाव का एक अध्ययन
6. डॉ नैग्रा विप्पर और अरारा सरीता (2013) – शिक्षक शिक्षकों के बीच व्यावसायिक तनाव और स्वास्थ्य
7. S.S Jairaj(2013)- Occupation stress among the teachers of higher secondary school in Madurai Tamilnadu.
8. Tilak Raj, Lalita(2013)- Job satisfaction among teachers of private & govt. school:A comp. analysis.