The Academic
International Journal of Multidisciplinary Research

An Online Peer Reviewed / Refereed Journal
Volume 3 | Special Issue 3 | October 2025
ISSN: 2583-973X (Online)
Website: www.theacademic.in

प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य और उनके कार्य संतुष्टि के मध्य सहसंबंध

ज्योति मगर

शोधार्थी (शिक्षा), कलिंगा विश्वविद्यालय रायपुर छत्तीसगढ़

डा. सरोज नैय्यर

सहायक प्राध्यापक (शिक्षा), कलिंगा विश्वविद्यालय रायपुर छत्तीसगढ़

Email: saroj.nayyar@kalingauniversity.ac.in

DOI : https://doi.org/10.5281/zenodo.17398327

ARTICLE DETAILS

Research Paper

Accepted: 02-09-2025

Published: 19-10-2025

Keywords:

मानसिक स्वास्थ्य, कार्य संतुष्टि, प्राथमिक शिक्षक, सहसंबंध विश्लेषण।

ABSTRACT

शिक्षक किसी भी शिक्षा प्रणाली के आधार स्तंभ होते हैं, विशेषकर प्राथमिक स्तर पर, जहाँ बच्चों के बौद्धिक, सामाजिक और भावनात्मक विकास की नींव रखी जाती है। इस शोध का उद्देश्य प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य और कार्य संतुष्टि के मध्य संबंध का विश्लेषण करना है। मानसिक स्वास्थ्य न केवल रोग की अनुपस्थिति है, बल्कि यह व्यक्ति की समायोजन क्षमता, आत्मविश्वास और सकारात्मक दृष्टिकोण का द्योतक है। कार्य संतुष्टि उस मानसिक स्थिति को दर्शाती है जो किसी शिक्षक की नौकरी से संतुष्टि को प्रतिबिंबित करती है। इस अध्ययन में छत्तीसगढ़ के राजनांदगांव जिले के 100 प्राथमिक विद्यालय शिक्षकों को सरल यादृच्छिक विधि द्वारा चुना गया। मानसिक स्वास्थ्य के लिए सिंह एवं गुप्ता द्वारा निर्मित मापदंड तथा कार्य संतुष्टि के लिए दीक्षित के उपकरण का उपयोग किया गया। SPSS सॉफ़्टवेयर की सहायता से सहसंबंध विश्लेषण किया गया, जिसमें मानसिक स्वास्थ्य और कार्य संतुष्टि के मध्य सहसंबंध गुणांक **r = 0.79** प्राप्त हुआ, जो एक मजबूत और सकारात्मक संबंध को दर्शाता है। यह निष्कर्ष इस तथ्य की पुष्टि करता है कि मानसिक रूप से स्वस्थ शिक्षक कार्य में अधिक संतुष्ट होते हैं, जिससे उनकी शिक्षण गुणवत्ता और छात्र उपलब्धियों पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। यह शोध नीति निर्धारकों को शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य के महत्व को समझाने और उनके कार्य परिवेश को बेहतर बनाने की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान कर सकता है।

❖ परिचय

शिक्षक किसी भी शैक्षणिक प्रणाली के आधार स्तंभ होते हैं, विशेष रूप से प्राथमिक विद्यालयों में, जहाँ बच्चों के सर्वांगीण विकास की नींव रखी जाती है। इन शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य और उनकी कार्य संतुष्टि का न केवल उनके व्यक्तिगत जीवन पर, बल्कि छात्रों के शैक्षिक अनुभव और समग्र विद्यालयी वातावरण पर भी गहरा प्रभाव पड़ता है। आज के समय में, जब शिक्षकों पर प्रशासनिक कार्यों, पाठ्यचर्या परिवर्तन, अभिभावकों की अपेक्षाओं और सामाजिक जिम्मेदारियों का दबाव बढ़ता जा रहा है, ऐसे में उनके मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति का अध्ययन अत्यंत आवश्यक हो गया है। मानसिक स्वास्थ्य केवल किसी मानसिक बीमारी की अनुपस्थिति नहीं है, बल्कि यह एक ऐसी स्थिति है जिसमें व्यक्ति अपने जीवन की कठिनाइयों का सामना आत्मविश्वास और स्थिरता से कर सकता है। मानसिक रूप से स्वस्थ शिक्षक न केवल कुशलता से पढ़ाते हैं, बल्कि वे रचनात्मक, सकारात्मक और प्रेरक शैक्षिक माहौल भी निर्मित करते हैं। इसके विपरीत, यदि शिक्षक तनाव, अवसाद या भावनात्मक थकावट जैसी समस्याओं से जूझ रहे हों, तो यह न केवल उनकी कार्यक्षमता को प्रभावित करता है, बल्कि उनके शैक्षिक प्रदर्शन और विद्यार्थियों के साथ उनके संबंधों पर भी प्रतिकूल प्रभाव डालता है। कार्य संतुष्टि एक भावनात्मक स्थिति है जो किसी व्यक्ति की नौकरी के विभिन्न पहलुओं के प्रति उसके दृष्टिकोण को प्रतिबिंबित करती है। जब शिक्षक अपने कार्य, सहयोगी वातावरण, प्रबंधन की नीतियों, वेतनमान, और सामाजिक सम्मान से संतुष्ट होते हैं, तब उनकी कार्य के प्रति निष्ठा, प्रेरणा और उत्साह बढ़ता है। कार्य संतुष्टि न केवल शिक्षक के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती है, बल्कि यह शिक्षण की गुणवत्ता, नवाचारों की स्वीकृति और छात्रों के साथ व्यवहार पर भी असर डालती है। मानसिक स्वास्थ्य और कार्य संतुष्टि के मध्य सहसंबंध का अध्ययन इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि यह दोनों कारक परस्पर जुड़े हुए हैं। मानसिक रूप से स्वस्थ शिक्षक अधिक संतुष्ट रहते हैं और कार्य संतुष्टि प्राप्त करने वाले शिक्षक अधिक मानसिक रूप से संतुलित पाए जाते हैं। भारत जैसे विविध और सामाजिक-आर्थिक चुनौतियों से भरे देश में, जहाँ सरकारी विद्यालयों में कार्य करने वाले प्राथमिक शिक्षक अक्सर संसाधनों की कमी, अधिक कार्यभार और सामाजिक अपेक्षाओं के दबाव में रहते हैं, वहाँ इन दोनों घटकों का विश्लेषण और उनके बीच संबंधों की पहचान विशेष महत्व रखती है। यह अध्ययन इस बात की गहन पड़ताल करेगा कि प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य किस हद तक उनके कार्य संतोष को प्रभावित करता है, और क्या कोई सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण सहसंबंध इन दोनों के मध्य पाया जा सकता है। साथ ही, यह शोध संभावित नीतिगत सुझाव भी प्रस्तुत करेगा, जो शिक्षकों की भलाई और विद्यालयी गुणवत्ता दोनों को सुदृढ़ कर सकते हैं।

❖ साहित्य समीक्षा

विभिन्न अध्ययनों में शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य, समायोजन और कार्यसंतुष्टि के मध्य संबंधों पर महत्वपूर्ण निष्कर्ष प्राप्त हुए -) हैं। सिंह2003) ने अपने अध्ययन में पाया कि शिक्षकों के तनाव और समायोजन में सार्थक सहसंबंध है-, जबकि निराधर)2009) के अनुसार शिक्षिकाएं मानसिक रूप से अधिक स्वस्थ और समायोजित पाई गईं। गुप्ता)2010) का निष्कर्ष था कि समायोजित अध्यापकों का मानसिक स्वास्थ्य कुसमयोजित शिक्षकों की तुलना में बेहतर होता है। सिंह)2010) ने पाया कि शैक्षिक रिकॉर्ड में महिला शिक्षकों को प्राथमिकता दी जाती है, वहीं सिंह)2013) ने पुरुष और महिला शिक्षकों के मध्य

मानसिक स्वास्थ्य और कार्य) संतोष के संदर्भ में शरीफ-संतुष्टि में सार्थक अंतर को रेखांकित किया। कार्य-2003) का निष्कर्ष था कि शिक्षकों के वेतन और कार्यसंतोष के मध्य कोई विशेष प्रभाव नहीं पाया गया-, जबकि सिंह)2008) ने प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत पुरुष शिक्षकों की कार्य) संतुष्टि को महिला शिक्षकों की तुलना में अधिक पाया। गुप्ता-2010) ने समायोजन के आधार पर कार्यसंबंध इंगित किया-संतोष में भी स्पष्ट सह-, और सुरुचि एवं राणा)2014) ने शिक्षकों के व्यक्तिगत, व्यावसायिक और सामाजिक समायोजन में उल्लेखनीय अंतर की पुष्टि की। इन अध्ययनों से स्पष्ट होता है कि मानसिक स्वास्थ्य, समायोजन और कार्यसंतोष परस्पर जुड़े हुए कारक हैं-, जो शिक्षकों की कार्यक्षमता और शैक्षिक वातावरण को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करते हैं।

❖ शोध उद्देश्य

- यह विश्लेषण करना कि प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य और कार्य संतुष्टि के मध्य क्या कोई महत्वपूर्ण सहसंबंध विद्यमान है।

❖ परिकल्पना

H0 प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य और कार्य संतुष्टि के मध्य कोई महत्वपूर्ण सहसंबंध नहीं पाया जायेगा।

❖ शोध विधि

इस शोध पत्र में, प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य और उनके कार्य संतुष्टि के मध्य सहसंबंध का विश्लेषण करने के लिए एक सर्वेक्षण अध्ययन किया गया, जिसमें 100 प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों का सर्वेक्षण किया गया और उनके मानसिक स्वास्थ्य के लिए, सिंह एवं गुप्ता द्वारा निर्मित मानसिक स्वास्थ्य बैटरी और कार्य संतुष्टि के लिए, दीक्षित द्वारा बनाये गए कार्य संतुष्टि प्रपत्र की सहायता जानकारी एकत्र की गयी ।

- **जनसँख्या -** इस शोध पत्र में, राजनांदगांव जिले के समस्त प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों को जनसंख्या के रूप में लिया गया है।
- **न्यादर्श** –शोध के लिए न्यादर्श के रूप में शिक्षकों को सरल यादृच्छिक 100 प्राथमिक विद्यालय के ,रूप से चयनित किया गया है।

❖ विश्लेषण -

एस.पी.एस.एस. की सहायता से एकत्रित आंकड़ों को व्यवस्थित करके उनका सहसंबंध गुणांक का विश्लेषण इस प्रकार से किया गया है :-

तालिका 1

प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य एवं कार्य संतुष्टि के मध्य सह संबंध

चर	मध्यमान	r

मानसिक स्वास्थ्य	105.38	0. 79*
कार्य संतुष्टि	122.37	
.05 स्तर पर सार्थकता ,df= 99		

❖ **परिणाम-**

इस अध्ययन के निष्कर्षों से यह स्पष्ट होता है कि प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य और उनकी कार्य संतुष्टि के बीच सह-संबंध गुणांक 0.79 प्राप्त हुआ, जो एक अत्यंत मजबूत और सकारात्मक संबंध को दर्शाता है। यह परिणाम इस बात की पुष्टि करता है कि मानसिक रूप से स्वस्थ शिक्षक न केवल अपने कार्य में अधिक संतुष्ट होते हैं, बल्कि उनके शैक्षिक प्रदर्शन और छात्रों की उपलब्धियों पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। पूर्ववर्ती शोध भी इस निष्कर्ष का समर्थन करते हैं। सिंह (2003) के अध्ययन में यह पाया गया कि शिक्षकों के तनाव स्तर और उनके समायोजन में सार्थक सह-संबंध होता है। निराधर (2009) ने अपने शोध में निष्कर्ष निकाला कि मानसिक रूप से स्वस्थ शिक्षिकाएं कार्यस्थल पर अधिक समायोजित होती हैं। वहीं गुप्ता (2010) ने सिद्ध किया कि समायोजित शिक्षकों का मानसिक स्वास्थ्य असमायोजित शिक्षकों की तुलना में बेहतर होता है, जिससे उनकी कार्य संतुष्टि बढ़ती है।

❖ **शैक्षिक उपयोगिता-**

1. **शिक्षकों के लिए मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रमों की आवश्यकता:** शोध में यह स्पष्ट हुआ कि मानसिक रूप से स्वस्थ शिक्षक अधिक संतुष्ट रहते हैं। अतः विद्यालयों में नियमित मानसिक स्वास्थ्य परीक्षण, परामर्श सेवा, और तनाव प्रबंधन कार्यशालाओं की व्यवस्था की जानी चाहिए।
2. **कार्य वातावरण में सुधार:** कार्य संतुष्टि को बढ़ाने के लिए स्कूल प्रशासन को शिक्षकों के लिए अनुकूल और सहयोगी कार्य वातावरण तैयार करना चाहिए जिसमें उनकी भावनात्मक और सामाजिक आवश्यकताओं का ध्यान रखा जाए।
3. **शिक्षकों का व्यावसायिक विकास:** जब शिक्षक संतुष्ट होते हैं, तब वे नवाचारों को सहज रूप से अपनाते हैं। इसलिए उन्हें निरंतर प्रशिक्षण, उन्नयन अवसर और सम्मानजनक कार्यदायित्व प्रदान किए जाने चाहिए।
4. **नीतिगत निर्माण में मार्गदर्शन:** यह शोध शिक्षा विभागों और नीति निर्माताओं को यह संकेत देता है कि शिक्षकों के मानसिक स्वास्थ्य और कार्य संतुष्टि को प्राथमिकता देना आवश्यक है, जिससे शैक्षिक गुणवत्ता और छात्रों की उपलब्धियाँ दोनों में सुधार संभव हो।
5. **विद्यार्थियों की सफलता में अप्रत्यक्ष योगदान:** चूंकि शिक्षक का मानसिक स्वास्थ्य सीधे तौर पर शिक्षण प्रभावशीलता से जुड़ा है, इसलिए शिक्षकों की भलाई को सुनिश्चित करना विद्यार्थियों के शैक्षणिक विकास में भी सहायक सिद्ध होता है।

❖ **सन्दर्भ सूची**

- Gupta, R. (2010). *A study of adjustment and mental health of secondary school teachers*. Delhi: National Psychological Corporation.
- Gupta, S. (2010). Adjustment and mental health of teachers. *Journal of Educational Research and Extension, 47*(1), 23–31.
- Gupta, S. (2010). Adjustment and job satisfaction of teachers. *Journal of Educational Research and Extension, 47*(1), 15–23.
- Niralhaar, S. (2009). A comparative study of mental health of male and female teachers. *Journal of Indian Psychology, 27*(1–2), 34–41.
- Niradhar, S. (2009). Mental health and adjustment of women teachers at primary level. *Indian Journal of Psychology, 76*(4), 231–238.
- Sharif, M. (2003). Salary and job satisfaction of teachers. *Journal of Educational Research and Extension, 40*(2), 15–22.
- Singh, A. (2003). A study of stress and adjustment among teachers. *Journal of Educational Research and Extension, 40*(3), 12–19.
- Singh, R. P. (2003). Occupational stress and mental health of teachers. *Journal of Educational Research and Extension, 40*(1), 35–43.
- Singh, R. P. (2008). Job satisfaction of male and female teachers. *Journal of Educational Research and Extension, 45*(1), 28–36.
- Singh, R. P. (2010). Educational record and job satisfaction of teachers. *Journal of Educational Research and Extension, 47*(2), 12–20.
- Singh, R. P. (2013). Gender differences in mental health and job satisfaction of teachers. *Journal of Indian Psychology, 31*(1–2), 45–53.
- Suruchi, & Rana, R. S. (2014). Adjustment and job satisfaction of teachers. *Journal of Educational Research and Extension, 51*(1), 20–28.