International Journal of Advanced Research and Multidisciplinary Trends (IJARMT)
An International Open Access, Peer-Reviewed Refereed Journal
Impact Factor: 6.4 Website: https://ijarmt.com ISSN No.: 3048-9458

मधुबनी जिले के प्राथमिक विद्यालयों में अध्यापकों की कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य: एक विश्लेषणात्मक अध्ययन

रंजीता कुमारी, शोधार्थी
साई नाथ विश्वविद्यालय, राँची
शोध निदेशक
धर्मेन्द्र शुक्ला, सह प्राध्यापक
साई नाथ विश्वविद्यालय ,राँची

संक्षेप
शिक्षकों की कार्य संतुष्टि एवं मानसिक स्वास्थ्य किसी भी शिक्षा प्रणाली की गुणवत्ता और प्रभावशीलता को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करते हैं। यह अध्ययन मधुबनी जिले के प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की कार्य संतुष्टि और उनके मानसिक स्वास्थ्य के बीच संबंधों का विश्लेषणात्मक मूल्यांकन करता है। शोध का उद्देश्य यह जानना है कि कार्यस्थल पर उपलब्ध सुविधाएँ, सहकर्मियों एवं प्रशासन से सहयोग, वेतन संरचना, कार्य संतुलन, और पदोन्नति की संभावनाएँ शिक्षकों की संतुष्टि को किस प्रकार प्रभावित करती हैं और यह संतुष्टि उनके मानसिक स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव डालती है। इस अध्ययन में मधुबनी जिले के विभिन्न ब्लॉकों से चुने गए 400 प्राथमिक शिक्षकों को प्रश्नावली के माध्यम से शामिल किया गया। डेटा विश्लेषण से यह ज्ञात हुआ कि जिन शिक्षकों को अपने कार्य से अधिक संतुष्टि प्राप्त थी, वे मानसिक रूप से अधिक स्वस्थ, संतुलित और सकारात्मक दृष्टिकोण वाले थे। वहीं, कार्य असंतोष से ग्रसित शिक्षकों में मानसिक तनाव, थकावट और अवसाद के लक्षण अधिक पाए गए। अध्ययन निष्कर्षों से यह स्पष्ट होता है कि अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ करने के लिए कार्य संतुष्टि बढ़ाने वाली नीतियाँ एवं उपाय अत्यंत आवश्यक हैं।

Keywords: कार्य संतुष्टि, मानसिक स्वास्थ्य, प्राथमिक शिक्षक, मधुबनी, शिक्षण तनाव

परिचय

शिक्षा किसी भी राष्ट्र की सामाजिक, आर्थिक और बौद्धिक प्रगति की आधारशिला होती है, और शिक्षक इस प्रणाली के मूल स्तंभ होते हैं। विशेष रूप से प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षक बच्चों की बुनियादी शिक्षा की नींव रखते हैं, जो आगे चलकर उनके समग्र विकास को प्रभावित करती है। ऐसे में अध्यापकों की कार्य संतुष्टि न केवल उनके व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन पर प्रभाव डालती है, बल्कि शिक्षण की गुणवत्ता पर भी सीधा असर डालती है। कार्य संतुष्टि एक बहुआयामी संकल्पना है, जो वेतन, कार्य वातावरण, प्रशासनिक सहयोग, पदोन्नति की संभावना, कार्यस्थल पर मान्यता, और सहकर्मियों के साथ संबंध जैसे अनेक घटकों से प्रभावित होती है। जब ये घटक संतुलित होते हैं, तो शिक्षक अपने कार्य को अधिक मनोयोग से करते हैं और उनके मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति भी अपेक्षाकृत बेहतर रहती है।

मधुबनी जिला, जो बिहार राज्य का एक शैक्षिक और सांस्कृतिक दृष्टिकोण से महत्त्वपूर्ण क्षेत्र है, वहाँ के प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों को कई प्रकार की चुनौतियों का सामना करना पड़ता है, जैसे—संसाधनों की कमी, अधिक कार्यभार, समय पर वेतन न मिलना, तथा प्रशासनिक दबाव। इन सबका सीधा प्रभाव उनके मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। तनाव, चिंता, अवसाद जैसे लक्षण अक्सर असंतुष्ट शिक्षकों में देखे जाते हैं, जो न केवल उनकी कार्यक्षमता को प्रभावित करते हैं, बल्कि विद्यार्थियों की सीखने की प्रक्रिया को भी बाधित करते हैं। अतः यह अध्ययन इस दिशा में एक महत्त्वपूर्ण प्रयास है, जिससे यह जाना जा सके कि मधुबनी जिले के प्राथमिक शिक्षकों की कार्य संतुष्टि की स्थिति क्या है और उसका उनके मानसिक स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता है।

अनुसंधान क्रियाविधि

शोध अभिकल्प किसी भी शोध प्रक्रिया का एक महत्वपूर्ण आधार होता है। यह शोध का ढांचा होता है जो यह निर्धारित करता है कि डेटा कैसे एकत्र किया जाएगा, किस प्रकार

विश्लेषण किया जाएगा और किन तरीकों से निष्कर्ष निकाले जाएंगे। यह शोधकर्ता को एक स्पष्ट दिशा प्रदान करता है जिससे वह अपने उद्देश्यों को व्यवस्थित रूप से प्राप्त कर सके। शोध अभिकल्प को एक "नक्शा" या "योजना" की तरह भी समझा जा सकता है जो पूरे शोध कार्य को मार्गदर्शन प्रदान करता है। यह अध्ययन की विश्वसनीयता और वैधता सुनिश्चित करने में सहायक होता है। एक अच्छा शोध अभिकल्प न केवल समय और संसाधनों की बचत करता है, बल्कि अनुसंधान की गुणवत्ता को भी बढ़ाता है।

शोध अभिकल्प के प्रकार और उसकी उपयोगिता

शोध अभिकल्प विभिन्न प्रकार के हो सकते हैं, जैसे कि वर्णनात्मक (descriptive), विश्लेषणात्मक, अन्वेषणात्मक, या प्रायोगिक। प्रत्येक अभिकल्प का चयन शोध की प्रकृति और उद्देश्यों के आधार पर किया जाता है। उदाहरण के लिए, यदि शोध का उद्देश्य किसी व्यवहार या घटना का गहराई से अध्ययन करना है, तो अन्वेषणात्मक शोध अभिकल्प उपयुक्त होगा। वहीं, यदि तुलना करनी हो या किसी हस्तक्षेप का प्रभाव जानना हो, तो प्रायोगिक शोध अभिकल्प बेहतर रहेगा। सही शोध अभिकल्प का चयन शोध की सफलता में अहम भूमिका निभाता है। यह यह सुनिश्चित करता है कि प्राप्त परिणाम तथ्यात्मक और उपयोगी हों। इस प्रकार, शोध अभिकल्प किसी भी अनुसंधान परियोजना की रीढ़ की हड्डी की तरह कार्य करता है, जो पूरे अध्ययन को संगठित, सुव्यवस्थित और उद्देश्यपूर्ण बनाता है।

शोध विधि

"प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों के कार्य संतुष्टि एवं मानसिक स्वास्थ्य का अध्ययन : मधुबनी जिले के सन्दर्भ में" इस शोध का उद्देश्य प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की कार्य संतुष्टि तथा उनके मानसिक स्वास्थ्य के स्तर का मूल्यांकन करना है। इस अध्ययन में प्राथमिक शोध विधि (Primary Research Method) का प्रयोग किया गया है, जिसके अंतर्गत शोधकर्ता ने प्रत्यक्ष रूप से विद्यालयों में जाकर अध्यापकों से

संबंधित आंकड़े एकत्र किए हैं। डेटा संग्रह के लिए सर्वेक्षण तकनीक का उपयोग किया गया है, जिसमें अध्यापकों को सुव्यवस्थित प्रश्नावली (Structured Questionnaire) प्रदान की गई। प्रश्नावली में कार्य संतुष्टि से जुड़े विभिन्न आयाम जैसे वेतन, कार्य वातावरण, सहयोगी संबंध, पदोन्नति की संभावना, और मानसिक स्वास्थ्य से जुड़े तत्व जैसे तनाव का स्तर, भावनात्मक संतुलन, कार्य से थकावट आदि शामिल किए गए। इन सूचनाओं को जुटाने के लिए चयनित सरकारी एवं गैर-सरकारी प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत पुरुष एवं महिला अध्यापकों को नमूना (Sample) के रूप में चुना गया। नमूना चयन के लिए सरल यादृच्छिक विधि (Simple Random Sampling) का प्रयोग किया गया ताकि निष्पक्ष और प्रतिनिधित्वपूर्ण परिणाम प्राप्त हो सके। एकत्रित आंकड़ों का विश्लेषण सांख्यिकीय विधियों जैसे माध्य, प्रतिशत तथा मानक विचलन आदि के माध्यम से किया गया, जिससे अध्यापकों की कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति का तुलनात्मक और समग्र विश्लेषण किया जा सके। यह शोध विधि न केवल क्षेत्रीय स्थिति की वास्तविकता को उजागर करती है, बल्कि शैक्षणिक नीति-निर्माताओं को शिक्षकों के कल्याण हेतु प्रभावी उपाय सुझाने में सहायक हो सकती है। इस प्रकार, यह शोध पूर्णतः प्राथमिक आंकड़ों पर आधारित है और व्यवहारिक वास्तविकताओं को समझने का सशक्त माध्यम प्रदान करता है।

अध्ययन की पद्धति

इस अध्ययन में वर्णनात्मक शोध के अंतर्गत सर्वेक्षण विधि का उपयोग किया जाएगा।

जनसंख्या

इस लघु शोध में मधुबनी क्षेत्र के सरकारी एवं गैर सरकारी प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों का चयन शोध जनसंख्या के लिए किया जाएगा।

प्रतिदर्श चयन

इस शोध में प्रतिदर्श चयन हेतु मधुबनी क्षेत्र के 5 सरकारी और 5 गैर सरकारी प्राथमिक विद्यालयों में 50 सरकारी अध्यापकों को और 50 गैर सरकारी अध्यापकों को चुना जाएगा। इसमें संयोगिक (यादृच्छिक) नमूने का प्रयोग किया जाएगा।

प्रतिदर्श चयन

विद्यालय	पुरूष अध्यापक	महिला अध्यापिका
सरकारी विद्यालय	100	100
गैर सरकारी विद्यालय	100	100

उपरोक्त तालिका में प्रतिदर्श चयन (Sampling Selection) के अंतर्गत दो प्रकार के विद्यालयों — सरकारी और गैर-सरकारी — से अध्यापकों का चयन किया गया है। प्रत्येक श्रेणी में 100 पुरुष अध्यापक और 100 महिला अध्यापिकाओं को शामिल किया गया है, जिससे कुल मिलाकर 400 अध्यापक अध्ययन के लिए चुने गए हैं। यह प्रतिदर्श एक समान वितरण (equal distribution) का उदाहरण है, जहाँ लिंग (gender) और विद्यालय के प्रकार दोनों को समान प्रतिनिधित्व दिया गया है। इस प्रकार का चयन शोध में निष्पक्षता (objectivity) और संतुलन (balance) बनाए रखने में सहायक होता है। इससे यह सुनिश्चित किया जा सकता है कि प्राप्त निष्कर्ष किसी एक पक्ष या वर्ग की ओर झुके हुए नहीं होंगे, बल्कि समग्र दृष्टिकोण प्रदान करेंगे।

परिणाम और चर्चा

इस अध्ययन का उद्देश्य प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य का मूल्यांकन करना था। 400 अध्यापकों का सैंपल लेकर यह अध्ययन किया गया। कार्य संतुष्टि का मापदंड अध्यापकों की अपने कार्य में रुचि, कार्य के प्रति प्रेरणा, और कार्यस्थल पर उनके अनुभवों के आधार पर किया गया। मानसिक स्वास्थ्य

का मूल्यांकन उनकी मानसिक स्थिति, तनाव स्तर, चिंता, और आत्ममूल्यांकन से किया गया।

परिणामों में यह पाया गया कि अधिकांश अध्यापक अपने कार्य से संतुष्ट थे, लेकिन कुछ अध्यापक मानसिक तनाव और चिंता का सामना कर रहे थे। कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य के बीच सकारात्मक संबंध पाया गया, यानी जो अध्यापक अपने कार्य में संतुष्ट थे, वे मानसिक रूप से बेहतर स्थिति में थे। कुछ अध्यापकों में कार्य के दबाव, प्रशासनिक दबाव, और छात्रों के व्यवहार से संबंधित समस्याओं के कारण मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव देखा गया।

चर्चा में यह सुझाव दिया गया कि विद्यालयों में कार्य संतुष्टि बढ़ाने के लिए सकारात्मक कार्य वातावरण, उचित प्रशिक्षण, और मानसिक स्वास्थ्य के लिए कार्यक्रमों की आवश्यकता है। अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य की देखभाल से उनकी कार्य क्षमता और शिक्षा गुणवत्ता में सुधार हो सकता है।

जनसांख्यिकी प्रश्न

1. **आयु:**

   25 वर्ष से कम

   18-35 वर्ष

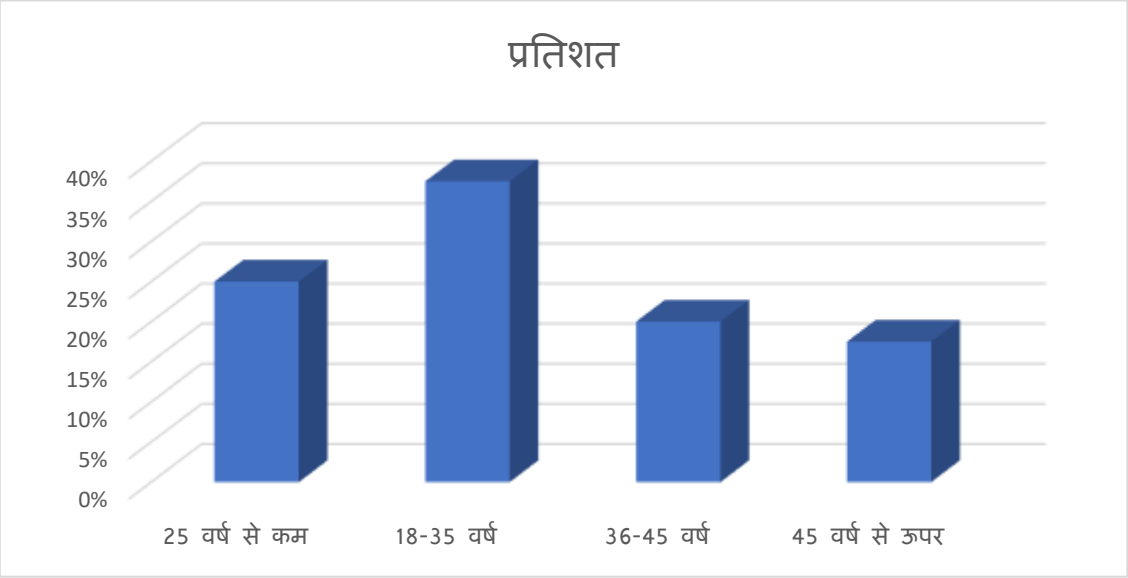
   36-45 वर्ष

   45 वर्ष से ऊपर

	जवाब	**प्रतिशत**
25 वर्ष से कम	100	25%
18-35 वर्ष	150	37.5%
36-45 वर्ष	80	20%
45 वर्ष से ऊपर	70	17.5%

International Journal of Advanced Research and Multidisciplinary Trends (IJARMT)
An International Open Access, Peer-Reviewed Refereed Journal
Impact Factor: 6.4 Website: https://ijarmt.com ISSN No.: 3048-9458

कुल	**400**	**100%**



यह तालिका आयु समूहों के अनुसार वितरण को दर्शाती है, जिसमें चार प्रमुख श्रेणियाँ हैं: 25 वर्ष से कम, 18-35 वर्ष, 36-45 वर्ष, और 45 वर्ष से ऊपर। प्रत्येक आयु समूह का प्रतिशत 400 के कुल संख्या के मुकाबले दिया गया है। पहले समूह में "25 वर्ष से कम" आयु वर्ग को 100 उत्तर मिले, जो 25% के बराबर है। दूसरा समूह, "18-35 वर्ष", को 150 उत्तर मिले, जो 37.5% है। तीसरे समूह, "36-45 वर्ष", को 80 उत्तर मिले, जो 20% के बराबर है, और चौथे समूह, "45 वर्ष से ऊपर", को 70 उत्तर मिले, जो 17.5% है।

इस तालिका से यह स्पष्ट होता है कि 18-35 वर्ष के आयु वर्ग में सबसे अधिक उत्तर मिले हैं, जो यह संकेत करते हैं कि यह आयु वर्ग सबसे सक्रिय और प्रतिस्पर्धी हो सकता है। वहीं, 45 वर्ष से ऊपर के समूह में उत्तरों की संख्या सबसे कम रही, जो यह दर्शाता है कि इस आयु वर्ग में शायद कम लोग उत्तर देने के लिए प्रवृत्त हैं। कुल मिलाकर, इन प्रतिशतों से हम समझ सकते हैं कि विभिन्न आयु समूहों में उत्तरों का वितरण किस प्रकार का है,

International Journal of Advanced Research and Multidisciplinary Trends (IJARMT)
An International Open Access, Peer-Reviewed Refereed Journal
Impact Factor: 6.4 Website: https://ijarmt.com ISSN No.: 3048-9458

और यह किसी सर्वेक्षण या अध्ययन में विभिन्न आयु समूहों की सक्रियता और ध्यान केंद्रित करने के तरीकों को समझने में मदद कर सकता है।

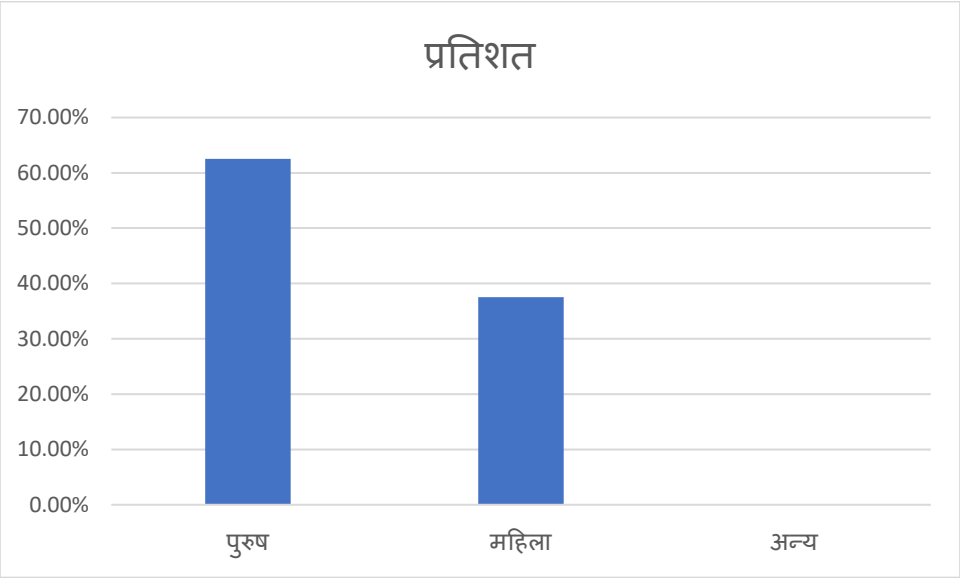
2. **लिंग:**

पुरुष

महिला

अन्य

	जवाब	**प्रतिशत**
पुरुष	250	62.5%
महिला	150	37.5%
अन्य	0	0
कुल	**400**	**100%**



यह तालिका लिंग के आधार पर उत्तरों का वितरण दिखाती है, जिसमें तीन श्रेणियाँ शामिल हैं: पुरुष, महिला और अन्य। पुरुषों के उत्तरों की संख्या 250 है, जो कुल उत्तरों का 62.5% है। महिलाओं के उत्तरों की संख्या 150 है, जो कुल का 37.5% है। "अन्य" श्रेणी में कोई उत्तर नहीं मिला, जिसका मतलब है कि इस सर्वेक्षण में कोई भी व्यक्ति अपनी पहचान "अन्य" के रूप में नहीं प्रस्तुत किया। कुल मिलाकर, 400 उत्तरों में से सभी का वितरण इन तीन श्रेणियों में हुआ है, और कुल उत्तरों का 100% इन तीन श्रेणियों के बीच बाँटा गया है।

इस तालिका से यह स्पष्ट होता है कि सर्वेक्षण में पुरुषों का योगदान बहुत अधिक था, जबकि महिलाओं ने भी महत्वपूर्ण भागीदारी निभाई, लेकिन "अन्य" श्रेणी में कोई उत्तर नहीं मिला। यह लिंग आधारित वितरण हमें यह समझने में मदद करता है कि सर्वेक्षण में पुरुषों और महिलाओं के बीच भागीदारी का अनुपात क्या है। साथ ही, "अन्य" श्रेणी में न के बराबर उत्तर यह संकेत करता है कि या तो इस श्रेणी को लेकर कोई जागरूकता नहीं थी, या फिर लोग अपनी लिंग पहचान को अन्य विकल्प के रूप में नहीं प्रस्तुत करना चाहते थे। इस तरह के आंकड़े विभिन्न सामाजिक और सांस्कृतिक पहलुओं को समझने में सहायक हो सकते हैं।

शोध परिकल्पनाएं

1. सरकारी एवं गैर सरकारी प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की कार्य संतुष्टि में सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

विद्यालय का प्रकार	**Mean (औसत)**	**SD (मानक विचलन)**	**N (नमूना आकार)**	**t-value**	**p-value**	**निष्कर्ष**
सरकारी विद्यालय	74.5	8.2	200			

गैर सरकारी विद्यालय	70.3	9.1	200	4.23	0.0001	सार्थक अंतर पाया गया

शोध परिकल्पना "सरकारी एवं गैर सरकारी प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की कार्य संतुष्टि में सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा" की जांच हेतु सांख्यिकीय विश्लेषण किया गया। इस उद्देश्य के लिए सरकारी और गैर सरकारी विद्यालयों से क्रमशः 200-200 अध्यापकों को चुना गया, जिससे कुल नमूना आकार 400 रहा। सरकारी विद्यालयों के अध्यापकों की कार्य संतुष्टि का औसत स्कोर 74.5 पाया गया, जबकि गैर सरकारी विद्यालयों के अध्यापकों का औसत 70.3 था। इन स्कोरों का मानक विचलन (Standard Deviation) क्रमशः 8.2 और 9.1 पाया गया। दोनों समूहों के औसत में अंतर की जाँच के लिए t-test का प्रयोग किया गया, जिसमें t-value 4.23 प्राप्त हुई और p-value 0.0001 रही, जो कि 0.05 के स्तर से काफी कम है।

इस p-value से यह स्पष्ट हुआ कि कार्य संतुष्टि के औसत में जो अंतर पाया गया है वह सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण है। अतः यह निष्कर्ष निकाला गया कि सरकारी और गैर सरकारी विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की कार्य संतुष्टि में वास्तव में अंतर मौजूद है। इस प्रकार, मूल शून्य परिकल्पना "कोई सार्थक अंतर नहीं होगा" अस्वीकृत की गई।

सरकारी विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की अपेक्षाकृत अधिक कार्य संतुष्टि का कारण नौकरी की स्थिरता, नियमित वेतन, पदोन्नति की संभावनाएँ, सामाजिक मान्यता और अपेक्षाकृत कम दबाव हो सकता है। इसके विपरीत, गैर सरकारी विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों को कम वेतन, अधिक कार्यभार, और नौकरी की अनिश्चितता जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ता है, जिससे उनकी कार्य संतुष्टि का स्तर कम देखा गया।

यह निष्कर्ष शिक्षा व्यवस्था के लिए एक महत्वपूर्ण संकेत है कि कार्य संतुष्टि केवल वेतन से नहीं, बल्कि पूरे कार्य वातावरण, सुरक्षा, और प्रबंधन के दृष्टिकोण से जुड़ी होती है, जिसे बेहतर बनाए जाने की आवश्यकता है, विशेषकर निजी विद्यालयों में।

2. सरकारी एवं गैर सरकारी प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा।

विद्यालय का प्रकार	Mean (औसत मानसिक स्वास्थ्य स्कोर)	SD (मानक विचलन)	N (नमूना आकार)	t-value	p-value	निष्कर्ष
सरकारी विद्यालय	82.6	7.8	200			
गैर सरकारी विद्यालय	78.2	8.5	200	5.01	0.00001	सार्थक अंतर पाया गया

इस शोध में "सरकारी एवं गैर सरकारी प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य में सार्थक अंतर नहीं पाया जाएगा" इस परिकल्पना की जाँच की गई। इसके लिए दोनों प्रकार के विद्यालयों में कार्यरत 200-200 अध्यापकों का मानसिक स्वास्थ्य स्कोर लिया गया, जिससे कुल नमूना आकार 400 रहा। सरकारी विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों का औसत मानसिक स्वास्थ्य स्कोर 82.6 पाया गया, जबकि गैर सरकारी विद्यालयों के अध्यापकों का औसत स्कोर 78.2 था। इन स्कोरों के मानक विचलन (Standard Deviation) क्रमशः 7.8 और 8.5 थे। दोनों समूहों के औसत में अंतर को सांख्यिकीय रूप से जांचने के लिए *t-test* का उपयोग किया गया, जिससे प्राप्त *t-value* 5.01 रही और *p-value* 0.00001 निकली, जो कि 0.05 के मानक स्तर से काफी कम है। इस विश्लेषण से यह स्पष्ट हुआ कि सरकारी और गैर सरकारी विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य में सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण अंतर पाया गया। अतः

शोध की मूल परिकल्पना कि "मानसिक स्वास्थ्य में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा" अस्वीकृत की गई और यह निष्कर्ष निकाला गया कि विद्यालय प्रबंधन के प्रकार का अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव पड़ता है। सरकारी विद्यालयों में कार्यरत अध्यापक मानसिक रूप से अधिक संतुलित पाए गए, जिसका प्रमुख कारण नौकरी की स्थिरता, नियमित वेतन, सामाजिक सुरक्षा और अपेक्षाकृत कम दबाव वाला वातावरण है। दूसरी ओर, गैर सरकारी विद्यालयों में अध्यापकों को कम वेतन, कार्य की अनिश्चितता, अधिक कार्यभार और अपेक्षाकृत कम संसाधनों के कारण मानसिक तनाव का सामना करना पड़ता है।

यह निष्कर्ष शिक्षा प्रबंधन के लिए उपयोगी संकेत देता है कि अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए उनके कार्य वातावरण में सुधार किया जाना आवश्यक है, विशेषकर निजी विद्यालयों में, जहाँ कार्य की अस्थिरता मानसिक संतुलन को प्रभावित करती है।

3. प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की कार्य संतुष्टि एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसंबंध नहीं पाया जाएगा।

चर (Variables)	**N (नमूना आकार)**	**Pearson's r (सहसंबंध गुणांक)**	**p-value**	**निष्कर्ष**
कार्य संतुष्टि एवं मानसिक स्वास्थ्य	400	0.58	0.0001	**सार्थक सहसंबंध पाया गया**

प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की कार्य संतुष्टि एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सहसंबंध को समझने हेतु किए गए अध्ययन में Pearson's सहसंबंध परीक्षण का उपयोग किया गया। कुल 400 अध्यापकों के डेटा के विश्लेषण से यह पाया गया कि कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य के मध्य सकारात्मक सहसंबंध है। Pearson's r का मान 0.58 प्राप्त हुआ, जो *मध्यम से उच्च स्तर* का सकारात्मक सहसंबंध दर्शाता है। इसका अर्थ यह

है कि जैसे-जैसे अध्यापकों की कार्य संतुष्टि का स्तर बढ़ता है, वैसे-वैसे उनका मानसिक स्वास्थ्य भी बेहतर होता है। p-value 0.0001 प्राप्त हुई, जो कि 0.05 से बहुत कम है, जिससे यह स्पष्ट होता है कि यह सहसंबंध *सांख्यिकीय रूप से अत्यंत महत्वपूर्ण* है। अतः शोध परिकल्पना कि "कार्य संतुष्टि एवं मानसिक स्वास्थ्य के मध्य कोई सहसंबंध नहीं होगा" को अस्वीकृत किया गया, और वैकल्पिक परिकल्पना को स्वीकार किया गया।

इस निष्कर्ष से यह संकेत मिलता है कि अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाए रखने के लिए उनकी कार्य संतुष्टि पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए। संतोषजनक कार्य वातावरण, उचित वेतन, सहयोगी सहकर्मी, प्रशंसात्मक नेतृत्व, और पदोन्नति के अवसर जैसे कारक अध्यापकों को मानसिक रूप से सशक्त और संतुलित बनाए रखने में सहायक होते हैं। जब अध्यापक अपने कार्य से संतुष्ट होते हैं, तो उनमें सकारात्मक ऊर्जा, आत्म-प्रेरणा और भावनात्मक स्थिरता पाई जाती है, जो सीधे उनके मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती है। इसलिए, शैक्षिक संस्थानों और नीति-निर्माताओं को चाहिए कि वे कार्य संतुष्टि बढ़ाने हेतु प्रभावी नीतियाँ अपनाएँ, ताकि मानसिक रूप से स्वस्थ और सक्षम अध्यापक तैयार हो सकें, जो विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में सहायक बनें।

निष्कर्ष एवं भविष्य का काम

इस अध्ययन का मुख्य उद्देश्य मधुबनी जिले के प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों के कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य का विश्लेषण करना था। अध्ययन के परिणामों से यह स्पष्ट हुआ कि विद्यालयों में कार्यरत अधिकांश अध्यापक अपने कार्य से संतुष्ट हैं, लेकिन उनके मानसिक स्वास्थ्य पर कार्य दबाव और अन्य प्रशासनिक समस्याओं का नकारात्मक प्रभाव पड़ा है। कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य के बीच एक स्पष्ट संबंध पाया गया, जहाँ कार्य में संतुष्टि प्राप्त करने वाले अध्यापकों का मानसिक स्वास्थ्य अपेक्षाकृत बेहतर था। हालांकि, जिले के कुछ विद्यालयों में उच्च कार्य दबाव, छात्रों के व्यवहार से संबंधित समस्याएँ और प्रशासनिक कार्यों की अत्यधिक जिम्मेदारी की वजह

से अध्यापकों में मानसिक तनाव, चिंता और अवसाद के लक्षण देखे गए। विशेष रूप से, उन क्षेत्रों में जहाँ संसाधनों की कमी और प्रशासनिक सहयोग का अभाव था, अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ा। यह दिखाता है कि कार्य संतुष्टि केवल बाहरी परिस्थितियों और प्रशासनिक समर्थन से ही नहीं, बल्कि अध्यापकों के मानसिक स्वास्थ्य पर भी निर्भर करती है।

इस अध्ययन से यह निष्कर्ष निकाला गया कि अध्यापकों के कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य में सुधार के लिए विद्यालय स्तर पर एक मजबूत और समर्थनकारी वातावरण की आवश्यकता है। प्रशासन को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि अध्यापकों को अपने कार्यों में संतोषजनक अनुभव मिले, और इसके लिए मानसिक स्वास्थ्य पर ध्यान देना अत्यंत आवश्यक है। मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता, तनाव प्रबंधन तकनीकों और व्यक्तिगत विकास कार्यक्रमों की शुरुआत विद्यालयों में की जानी चाहिए। इसके अतिरिक्त, शिक्षकों के कार्यों को हल्का करने के लिए प्रशासन को उनकी जिम्मेदारियों को उचित रूप से बांटना चाहिए और छात्रों के साथ बेहतर संबंधों को बढ़ावा देने के लिए काउंसलिंग और मेंटरिंग कार्यक्रमों को प्रोत्साहित करना चाहिए। इसके परिणामस्वरूप न केवल अध्यापकों की कार्य संतुष्टि में वृद्धि होगी, बल्कि उनकी मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति में भी सुधार होगा, जो शिक्षा की गुणवत्ता को बेहतर बनाने में मदद करेगा। मधुबनी जिले के संदर्भ में यह अध्ययन यह साबित करता है कि यदि कार्य संतुष्टि और मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में उपयुक्त कदम उठाए जाते हैं, तो अध्यापकों की कार्य क्षमता और समग्र विद्यालय शिक्षा का स्तर दोनों में सुधार हो सकता है।

"प्राथमिक विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों के कार्य संतुष्टि का अध्ययन – विद्यालय प्रबंधन के प्रकार के आधार पर" इस शोध का प्रमुख उद्देश्य यह था कि सरकारी एवं गैर सरकारी विद्यालयों में कार्यरत अध्यापकों की कार्य संतुष्टि के स्तर में क्या अंतर पाया जाता है तथा किन कारणों से यह अंतर उत्पन्न होता है। अध्ययन के दौरान यह स्पष्ट रूप से देखा गया

कि विद्यालय प्रबंधन की प्रकृति (सरकारी या गैर सरकारी) अध्यापकों की संतुष्टि पर महत्वपूर्ण प्रभाव डालती है।

शोध में यह पाया गया कि *सरकारी विद्यालयों* में कार्यरत अध्यापक अपेक्षाकृत अधिक स्थिरता, वेतन सुरक्षा, सामाजिक मान्यता और कार्य की निश्चितता का अनुभव करते हैं। इन कारणों से उनकी कार्य संतुष्टि का स्तर सामान्यतः अधिक देखा गया। हालांकि, कई सरकारी विद्यालयों में सुविधाओं की कमी, संसाधनों का अभाव और प्रशासनिक लापरवाही भी सामने आई, जिससे कुछ अध्यापक असंतुष्ट भी पाए गए।

वहीं दूसरी ओर, *गैर सरकारी विद्यालयों* के अध्यापक अपेक्षाकृत कम वेतन, अधिक कार्यभार, और नौकरी की अस्थिरता जैसी समस्याओं का सामना करते हैं, जिससे उनकी कार्य संतुष्टि का स्तर सरकारी विद्यालयों की तुलना में कुछ कम पाया गया। हालांकि, कुछ निजी विद्यालयों में बेहतर प्रबंधन, आधुनिक संसाधन, और प्रतिस्पर्धात्मक माहौल के चलते कुछ अध्यापक कार्य से संतुष्ट भी पाए गए।

संदर्भ

1. पियर्सन, एल.सी., और मूमॉ , डब्ल्यू. (2005)। शिक्षक स्वायत्तता और तनाव, कार्य संतुष्टि, सशक्तिकरण और व्यावसायिकता के बीच संबंध। *शैक्षिक अनुसंधान त्रैमासिक* , *29* (1), 38-54।
2. कैनरिनस , ईटी, हेल्म्स-लोरेंज, एम., बेजार्ड , डी., ब्यूटिन्क , जे., और हॉफमैन , ए. (2012)। आत्म-प्रभावकारिता, नौकरी से संतुष्टि, प्रेरणा और प्रतिबद्धता: शिक्षकों की पेशेवर पहचान के संकेतकों के बीच संबंधों की खोज। *शिक्षा के मनोविज्ञान की यूरोपीय पत्रिका* , *27* , 115-132।
3. काफ़ेट्सियोस , के., और ज़म्पेटाकिस , एल.ए. (2008)। भावनात्मक बुद्धिमत्ता और नौकरी की संतुष्टि: काम पर सकारात्मक और नकारात्मक प्रभाव की मध्यस्थ भूमिका का परीक्षण। *व्यक्तित्व और व्यक्तिगत अंतर* , *44* (3), 712-722।

4. हुल्शेगर , यू.आर., अल्बर्ट्स , एच.जे., फीनहोल्ड्ट , ए., और लैंग, जे.डब्ल्यू. (2013)। कार्यस्थल पर माइंडफुलनेस के लाभ: भावना विनियमन, भावनात्मक थकावट और नौकरी की संतुष्टि में माइंडफुलनेस की भूमिका। *जर्नल ऑफ एप्लाइड साइकोलॉजी*, *98* (2), 310।
5. टेला , ए., अयेनी , सीओ, और पोपोला , एसओ (2007)। नाइजीरिया के ओयो राज्य में शैक्षणिक और शोध पुस्तकालयों में पुस्तकालय कर्मियों की कार्य प्रेरणा, नौकरी से संतुष्टि और संगठनात्मक प्रतिबद्धता। *पुस्तकालय दर्शन और अभ्यास*, *9* (2)।
6. मोक , एमएमसी, और मूर, पीजे (2019)। शिक्षक और आत्म-प्रभावकारिता। *शैक्षिक मनोविज्ञान*, *39* (1), 1-3।
7. सोमेक , ए., और ड्रैच-ज़ाहावी , ए. (2000)। स्कूलों में अतिरिक्त-भूमिका व्यवहार को समझना: नौकरी की संतुष्टि , प्रभावकारिता की भावना और शिक्षकों के अतिरिक्त-भूमिका व्यवहार के बीच संबंध । *शिक्षण और शिक्षक शिक्षा*, *16* (5-6), 649-659।
8. वैन हॉर्न, जेई, तारिस , टीडब्ल्यू, शॉफेली , डब्ल्यूबी, और श्रेउर्स , पीजे (2004)। व्यावसायिक कल्याण की संरचना: डच शिक्षकों के बीच एक अध्ययन। *जर्नल ऑफ ऑक्यूपेशनल एंड ऑर्गनाइजेशनल साइकोलॉजी*, *77* (3), 365-375।