माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य का अध्ययन

डॉ0 सुनील कुमार जोशी*
दीपलता मिश्रा**

सारांश

राष्ट्रीय शिक्षा नीति के संदर्भ में शिक्षकों का दायित्व कई गुना बढ़ गया है। दिन–प्रतिदिन बढ़ते अपने कार्यभार के कारण आज शिक्षक अनेक समस्याओं से ग्रसित हो चुके हैं। आज उन्हें अनेक प्रकार की शारीरिक, मानसिक व सांवेगिक समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। सरकारी स्कूलों तथा गैर–सरकारी स्कूलों में बढ़ती छात्र–छात्राओं की संख्या के कारण शिक्षकों की शिक्षण प्रक्रिया और भी जटिल हो गयी है जिसका प्रभाव उनके शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ना स्वाभाविक है। प्रस्तुत शोधपत्र में माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया गया है। इसके लिए 12 चयनित सरकारी तथा गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों तथा इनमें कार्यरत शिक्षकों को वर्गीकृत करके सर्वेक्षण विधि के द्वारा अध्ययन को पूर्ण किया गया है। शिक्षकों के लिए निर्मित स्वास्थ्य मापनी से प्राप्त आँकड़ों के सांख्यिकी विश्लेषण के फलस्वरूप शिक्षकों का स्वास्थ्य औसत स्तर का पाया गया। सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में लिंग का कोई सार्थक प्रभाव शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य पर नहीं पड़ा है अर्थात् महिला तथा पुरूष शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य में लिंग भेद के सन्दर्भ में कोई अन्तर नहीं आयां दूसरी ओर गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों की महिला शिक्षकों में शारीरिक अस्वस्थता पुरूष शिक्षकों से थोड़ी अधिक थी।

वर्तमान युग विकास व बदलाव का युग है। विकास की इस प्रक्रियाने मनुष्य जीवन के हर पहलू को प्रभावित किया है। शिक्षा जगत विकास के इन प्रभावों से अछूता नही है। आज शिक्षा जगत में शिक्षण प्रक्रिया और अधिक जटिल बन गई परिणामस्वरूप शिक्षकों पर कार्य का अतिरिक्त बोझ आ गया है। वर्तमान समय में शिक्षा का सर्वमान्य उद्देश्य बालक का सर्वांगीण विकास करना माना जाता है। बाल–केन्द्रित शिक्षा होने के कारण अब बालक की अभिरूचियों का ध्यान रखना आवश्यक हो गया है अतः शिक्षा में नई–नई विकासात्मक शिक्षण विधियाँ प्रयुक्त की जा रही हैं। बालकों का विकास सही दिशा में हो, इसके लिए शिक्षक की भूमिका सर्वाधिक महत्वपूर्ण है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति के संदर्भ में शिक्षकों का दायित्व कई गुना बढ़ गया है। दिन–प्रतिदिन बढ़ते अपने कार्यभार के कारण आज शिक्षक अनेक समस्याओं से ग्रसित हो चुके हैं। आज उन्हें अनेक प्रकार की शारीरिक, मानसिक व सांवेगिक समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। चूंकि माध्यमिक स्तर पर विद्यार्थी विकास की अवस्था में होता है अतः शिक्षक से यह अपेक्षा की जाती है कि वह एक प्रभावशाली शिक्षण प्रक्रिया का संचालन करें। दूसरी ओर, गैर–सरकारी स्कूलों में बढ़ती छात्र–छात्राओं की संख्या के कारण शिक्षकों की शिक्षण प्रक्रिया और भी जटिल हो गयी है जिसका प्रभाव उनके शारीरिक स्वास्थ्य पर पड़ना स्वाभाविक है। अपनी इन्हीं समस्याओं के कारण एक बड़ा शिक्षक वर्ग अपने कर्तव्यों के प्रति निष्क्रिय और उत्तरदायित्वविहीन होता जा रहा है। अतः इन सम्पूर्ण आवश्यकताओं को दृष्टिगत रखते हुए प्रस्तुत शोधपत्र में माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य का अध्ययन किया गया है।

अध्ययन के उद्देश्य

इस अध्ययन हेतु निम्न उद्देश्य निर्धारित किये गये है:–

1. माध्यमिक विद्यालयों के शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना।
2. सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य का लिंग भेद के संदर्भ में अध्ययन करना।
3. गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के स्वास्थ्य का लिंग भेद के संदर्भ में अध्ययन करना।

सम्बन्धित साहित्य का सर्वेक्षण

प्रस्तुत शोध पत्र हेतु सम्बन्धित साहित्य के सर्वेक्षण *[स्मिथ, ग्रे क्रिचनर एवं हेरास (1997); रॉय, मैरिल, थीबुल्ट, पारसा ग्रे एवं स्मिथ (2004); नाथ (2008); अली एवं असादी (2009); मोहम्मदयफर, खान*

* असिस्टेन्ट प्रोफेसर, शिक्षा विभाग, विवेक कॉलेज ऑफ एजुकेशन, बिजनौर, उ0प्र0
** असिस्टेन्ट प्रोफेसर, शिक्षा विभाग, वर्धमान कॉलेज, बिजनौर, उ0प्र0

एवं तामिनी (2009); महान एवं महान (2010) शमद, अब्दुल्ला, मोइन, तमरीन एवं हाशिम (2010) एवं मेडीरोस तथा बैरेटो (2011))से अनेक महत्वपूर्ण निष्कर्ष प्राप्त हुए हैं। वस्तुतः शिक्षकों के स्वास्थ्य पर जहाँ विदेशों में अनेक अध्ययन हुए वहीं भारत में इस विषय पर अत्यन्त सीमित शोध उपलब्ध हुए। अधिकांश उपलब्ध शोध विदेशी–पृष्ठभूमि पर ही आधारित हैं। इसके साथ ही शारीरिक स्वास्थ्य पर हुए शोध उनके कुछ आयामों तक ही सीमित हैं। उपरोक्त बिन्दुओं को दृष्टिगत रखते हुए 'माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य के अध्ययन' को प्रस्तुत शोध कार्य का आधार बनाया गया।

अध्ययन प्रविधि

प्रस्तुत शोधकार्य 'सर्वेक्षण विधि' पर आधारित है। इसके लिए अध्ययन हेतु चयनित सरकारी तथा गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों तथा इनमें कार्यरत शिक्षकों को वर्गीकृतकरके सर्वेक्षण विधि के द्वारा अध्ययन को पूर्ण किया गया है।

अध्ययन समग्र

अध्ययन समग्र का अर्थ शोध समस्या के अध्ययन क्षेत्र की सम्पूर्ण इकाइयों के समूह से लिया जाता है।प्रस्तुत शोध हेतु उत्तर प्रदेश के जनपद बिजनौर के समस्त सरकारी व गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों तथा उनमें कार्यरत् शिक्षकों को अध्ययन समग्र माना गया है।

न्यादर्श एवम् न्यादर्श चयन

प्रस्तुत शोध में न्यादर्श चयन हेतु बिजनौर जनपद के सरकारी व गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में से 12 विद्यालयों को चुना गया है। इस चयन हेतु सम्भावित न्यादर्श और यादृच्छिक या देवीय प्रतिदर्शन विधि का प्रयोग किया गया है जिसे तालिका क्र. 1.1 में प्रदर्शित किया गया है।

तालिका क्र. 1.1
न्यादर्श सूची

क्र.सं.	विद्यालयों के नाम	व्यक्ति
1.	वैदिक कन्या इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	सरकारी
2.	रहमानिया गर्ल्स इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	सरकारी
3.	अब्दुल जकारिया इण्टर कॉलेज, नूरपुर, बिजनौर	सरकारी
4.	सम्पूर्णनानन्द इण्टर कॉलेज, गोहावर, बिजनौर	सरकारी
5.	शकुन्तला गर्ल्स इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	सरकारी
6.	हिन्दू इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	सरकारी
7.	अमित ज्ञानदीप इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी
8.	आइडियल गर्ल्स पब्लिक स्कूल चान्दपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी
9.	सीजेडीएमएस पब्लिक स्कूल, गोहावर, बिजनौर	गैर–सरकारी
10.	आर0आर0के0 पब्लिक स्कूल, नूरपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी
11.	सी0वी0 रमन इण्टर कॉलेज, चान्दपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी
12.	जे0पी0 पब्लिक स्कूल, चान्दपुर, बिजनौर	गैर–सरकारी

अध्ययन हेतु प्रयुक्त उपकरण

प्रस्तुत अध्ययन हेतु नियोजित योजना के आधार परएक ''स्वास्थ्य मापनी'' मापन उपकरण का निर्माण किया गया जिसके अन्तर्गत अध्ययन के उद्देश्य, विषय वस्तु, प्रशासन विधि तथा स्तर अवधि आदि को निर्धारित किया गया। इस हेतुस्वास्थ्य के विभिन्न आयामों से सम्बन्धित 50 प्रश्नों का संग्रह किया। इस स्वास्थ्य मापनी में शारीरिक स्वास्थ्य से सम्बन्धित विभिन्न 7 आयामोंको सम्मिलित किया गया; यथाः–

1. नेत्र एवं कर्ण
2. हृदय शिरा प्रणाली
3. त्वचा
4. स्नायु मण्डल
5. बीमारी की आवृत्ति
6. अन्य विविध बीमारी

प्रदत्तों का सारणीयन एवं विश्लेषण

प्रस्तुत शोध में माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के स्वास्थ्य सम्बन्धी विभिन्न आयामों का विश्लेषण करने हेतु सर्वप्रथम शिक्षकों से उनके शारीरिक स्वास्थ्य की जानकारी प्राप्त की गयी। जिसे तालिका 1.3 में दर्शाया गया है।

तालिका संख्याः 1.3
माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के स्वास्थ्य की स्थिति

क्र.सं.	आयाम	मध्यमान	मानक विचलन
1.	नेत्र एवं कर्ण	3.45	1.15
2.	श्वसन तंत्र प्रणाली	3.30	1.44
3.	हृदय शिरा प्रणाली	3.30	1.23
4.	त्वचा	3.23	1.29
5.	स्नायु मण्डल	2.93	1.44
6.	बीमारी की आवृत्ति	2.00	0.91
7.	अन्य विविध बीमारी	2.68	1.23
	कुल	20.93	3.22

प्राप्त तथ्यों से स्पष्ट होता है कि शिक्षकों का शारीरिक स्वास्थ्य सम्बन्धी मध्यमान 20.93 है। स्वास्थ्य मापनी के मानक के अनुसार मध्यमान 20.93 का विस्तार 19–21 के मध्य है जो कि स्वास्थ्य के औसत स्तर का द्योतक है। अतः निष्कर्ष स्वरूप माध्यमिक विद्यालय में कार्यरत् शिक्षकों में औसत स्तर की स्वस्थता प्राप्त हुई।उपरोक्त तालिका 1.3 में शारीरिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों में प्राप्त मध्यमान से ज्ञात होता है कि शिक्षकों में सर्वाधिक अस्वस्थता क्रमशः नेत्र एवं कर्ण, श्वसन तंत्र प्रणाली तथा हृदय शिरा प्रणाली सम्बन्धी आयामों में पाई गई तथा सर्वाधिक स्वस्थता क्रमशः बीमारी की आवृत्ति तथा अन्य विविध बीमारी सम्बन्धित आयामों में पाई गई (तालिकाः 1.3)

शिक्षकों के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले विभिन्न कारकों में ब्लैक बोर्ड का प्रयोग, तेज आवाज में पढ़ाना, पढ़ाने के लिए विभिन्न आधुनिक माध्यमों/उपकरणों प्रोजेक्टर, कम्प्यूटर इत्यादि का प्रयोग, बच्चों (विद्यार्थियों) में बढ़ती अनुशासनहीनता, अधिक कार्य बोझ, पुरूष शिक्षकों द्वारा धूम्रपान का अधिक प्रयोग, शिक्षकों में घर तथा विद्यालयी वातावरण का अनुकूल न होना व घर तथा कार्यक्षेत्र में अधिक कार्यबोझ इत्यादि हो सकते हैं। अध्ययन के उद्देश्य के अनुसार सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य तथा उनके लिंग–भेद के सन्दर्भ में तुलनात्मक अध्ययन किया गया जिसे तालिका क्र. 1.4 में प्रदर्शित किया गया है।

तालिका सं0 1.4
सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य के मध्यमान, मानक विचलन तथा 'टी' परीक्षण का विवरण

समूह	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	स्वतंत्रता कोटि	टी परीक्षण
महिला शिक्षक	58	20.77	3.16	113	
पुरूष शिक्षक	57	21.39	3.21	113	1.03

तालिका 1.4 के अवलोकन से स्पष्ट है कि सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों केशारीरिक स्वास्थ्य पर लिंग का कोई सार्थक प्रभाव नहीं पाया गया।सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत महिला तथा पुरूष शिक्षकों में शारीरिक स्वास्थ्य से सम्बन्धित मध्यमान क्रमशः 20.77 एवं 21.39 है तथा इनका मानक विचलन क्रमशः 3.16 तथा 3.21 है। इन दोनों मध्यमान का विस्तार, स्वास्थ्य मापनी के अनुसार क्रमशः 19 से 21 तथा 21 से 23 मध्य है। अतः स्वास्थ्य मापनी के मानक के अनुसार महिला शिक्षकों में औसत स्तर की स्वस्थता जबकि पुरूष शिक्षकों में आंशिक अस्वस्थतापायी गयी। किन्तु प्राप्त टी के मान की गणना करने पर दोनों समूहोंके शारीरिक स्वास्थ्यमेंसमानता पाई गई तथा शारीरिक स्वास्थ्य के मध्यमान मेंप्राप्त अन्तर मात्र संयोगजन्य है।संक्षेप में, सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ पर उनके लिंग का कोई प्रभाव नहीं पड़ा है।

तालिका सं0 1.5
सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों के मध्यमान, मानक विचलन तथा 'टी' परीक्षण का विवरण

क्र0 सं0	आयाम	महिला शिक्षक(N=58)		पुरूष शिक्षक (N=57)		स्वतंत्रता कोटि	'टी' मान
		मध्यमान	मानक विचलन	मध्यमान	मानक विचलन		
1.	नेत्र एवं कर्ण	3.79	1.15	3.21	1.12	113	3.66**
2.	श्वसन तंत्र प्रणाली	3.57	1.32	3.46	1.72	113	0.391
3.	हृदय शिरा प्रणाली	3.25	1.01	3.60	1.20	113	1.708
4.	त्वचा	3.45	1.31	3.66	1.17	113	0.869
5.	स्नायु मण्डल	2.22	1.11	2.73	1.36	113	2.26*
6.	बीमारी की आवृत्ति	1.98	0.73	1.82	0.91	113	1.01
7.	अन्य विविध बीमारी	2.49	1.17	2.89	3.23	113	1.74

*0.05 के विश्वास स्तर पर सार्थक

**0.01 के विश्वास स्तर पर सार्थक

सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत महिला व पुरूष शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों से सम्बन्धित तालिका 1.5 के अवलोकन से ज्ञात होता है कि महिला व पुरूष शिक्षकों का शारीरिक स्वास्थ्य दो विमाओं; नेत्र एवं कर्ण तथा स्नायु मण्डल पर सार्थक रूप से एक दूसरे से भिन्न है। आयाम नेत्र एवं कर्ण में महिला शिक्षकों का मध्यमान 3.79 व मानक विचलन 1.15 जबकि पुरूष शिक्षकों का मध्यमान 3.21 व मानक विचलन 1.12 है। गणना करने पर टी मान 3.36 है जो आवश्यक 0. 05 तथा 0.01 के विश्वास स्तर पर आवश्यक मान से अधिक पाया गया। अतः नेत्र एवं कर्ण आयाम में महिला शिक्षकों में पुरूष शिक्षकों से अधिक अस्वस्थता पायी गयी। आयाम स्नायु मण्डल में महिला शिक्षकों का मध्यमान 2.22 तथा पुरूष शिक्षकों का मध्यमान 2.73 पाया गया तथा प्राप्त टी का मान 2.26, 0.05 विश्वास स्तर पर सार्थक पाया गया।अतःआयाम स्नायु मण्डल में पुरूष शिक्षकों में महिला शिक्षकों की अपेक्षा आंशिक अस्वस्थता पाई गई।

महिला शिक्षकों के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों में तेज आवाज में पढ़ाना, कमजोरी, अधिक कार्यबोझ के कारण थकान, विद्यालय तथा घर में अधिक कार्यबोझ के कारण विश्राम न कर पाना, खून की कमी, ब्लैक बोर्ड का प्रयोग तथा पुरूष शिक्षकों को प्रभावित करने वाले कारकों में धूम्रपान का अधिक सेवन, स्वास्थ्य के प्रति ध्यान न देना, नशा करना, पूरी नींद न ले पाना इत्यादि हो सकते हैं।

अध्ययन के उद्देश्य के अनुसार गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्यका उनके लिंग भेद के सन्दर्भ में तुलनात्मक अध्ययन किया गया है तथा प्राप्त आँकड़ों को निम्न तालिका में प्रदर्शित किया गया है।

तालिका सं0 1.6
गैर सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य का मध्यमान, मानक विचलन तथा टी परीक्षण

समूह	संख्या	मध्यमान	मानक विचलन	स्वतंत्रता कोटि	टी मान
महिला शिक्षक	69	21.37	3.50	135	2.07*
पुरूष शिक्षक	68	20.23	2.90	135	

*0.05 के विश्वास स्तर पर सार्थक

**0.01 के विश्वास स्तर पर सार्थक

तालिका 1.6 के अवलोकन से स्पष्ट होता है कि महिला शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य का मध्यमान 21.37 तथा पुरूष शिक्षकों का 20.23 है जो स्वास्थ्य मापनी के मानक के अनुसार क्रमशः अस्वस्थता तथा औसत स्तर को दर्शाता है। अतः महिला शिक्षकों का शारीरिक स्वास्थ्य पुरूष शिक्षकों की अपेक्षा आंशिक रूप से अस्वस्थ पाया गयातथा गणना द्वारा प्राप्त टी का मान 0.05 प्रतिशत तथा 0.01

प्रतिशत विश्वास स्तर के आवश्यक मान 1.98 से अधिक तथा 2.61 से कम है। जिससे ज्ञात होता है कि मध्यमानों में जो अन्तर आया है, वह संयोगवश या त्रुटिवश नहीं आया। अतः गैर सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य में लिंग काआंशिक प्रभाव पाया गया।

गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् महिला शिक्षकोंके शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले विभिन्न कारक–बदलते पाठ्यक्रम, प्रायः नाश्ता न किया जाना, निजी विद्यालयों का दूर स्थित होना, अन्य शिक्षणेत्तर कार्य, विद्यार्थियों की बढ़ती संख्या, उन्हे विश्राम न मिल पाना, नींद का पूरी न होना इत्यादि प्रतीत होते हैं। गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों से सम्बन्धित तालिका 1.7 का अवलोकन करने से स्पष्ट होता है कि शारीरिक स्वास्थ्य के विभिन्न सात आयामों में से सर्वाधिक 6 आयामों में महिला शिक्षकों का मध्यमान पुरूष शिक्षकों से अधिक है।

तालिका सं0 1.7

गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत शिक्षकों का शारीरिक स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों के मध्यमान, मानक विचलन तथा 'टी' परीक्षण का विवरण

क्र0 सं0	आयाम	महिला शिक्षक (N=69)		पुरूष शिक्षक (N=68)		स्वतंत्रता कोटि	'टी' मान
		मध्यमान	मानक विचलन	मध्यमान	मानक विचलन		
1.	नेत्र एवं कर्ण	3.43	1.04	3.38	1.09	135	2.86**
2.	श्वसनतंत्र प्रणाली	3.20	1.39	3.04	1.28	135	0.691
3.	हृदय शिरा प्रणाली	3.42	1.33	2.97	1.26	135	2.02*
4.	त्वचा	3.10	1.13	2.82	1.40	135	1.27
5.	स्नायु मण्डल	3.33	1.41	3.30	1.54	135	0.097
6.	बीमारी की आवृत्ति	2.30	1.00	1.85	0.83	135	2.86**
7.	अन्य विविध बीमारी	2.53	1.18	2.82	1.25	135	1.37

*0.05 विश्वास स्तर पर सार्थक

**0.01 विश्वास स्तर पर सार्थक

आयाम; नेत्र एवं कर्ण, हृदय शिरा प्रणाली तथा बीमारी की आवृत्ति में महिला व पुरूष शिक्षकों का मध्यमान क्रमशः (3.43>3.38), (3.42>2.97) तथा (2.30>1.85) प्राप्त हुआ तथा गणना करने पर आयाम नेत्र एवं कर्णतथा बीमारी की आवृत्ति का प्राप्त टी का मान 2.86, 0.01 प्रतिशत तथा 0.05 प्रतिशत के विश्वास स्तर पर आवश्यक मान 2.61 तथा 1.98 से अधिक प्राप्त हुए, आयाम हृदय शिरा प्रणाली का प्राप्त टी का मान 2.02, 0.01 तथा 0.05 के विश्वास स्तर पर आवश्यक मान 2.61से कम तथा 1.98 से अधिक प्राप्त हुआ।अतःइन तीनों आयामों में महिला शिक्षकों का शारीरिक स्वास्थ्य पुरूष शिक्षकों के स्वास्थ्य से आंशिक रूप से अस्वस्थ्य पाया गया। प्रतीत होता है कि महिला शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों में अत्यधिक कार्य, प्रोजेक्टर तथा कम्प्यूटर का प्रयोग, नींद पूरी न होना, अधिक दूरभाष का प्रयोग, अवकाश न मिल पाना इत्यादि हो सकते है।

निष्कर्ष एवं सुझाव

प्रस्तुत अध्ययन का मुख्य उद्देश्य माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य का अध्ययन करना है। शिक्षकों के लिए निर्मित स्वास्थ्य मापनी से प्राप्त आँकड़ों के सांख्यिकी विश्लेषण के फलस्वरूप काफी महत्वपूर्ण एवं रोचक निष्कर्षो की प्राप्ति हुई, जो निम्न हैः–

1. प्रस्तुत शोध में शिक्षकों का स्वास्थ्य औसत स्तर का पाया गया।
2. सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में लिंग का कोई सार्थक प्रभाव शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य पर नहीं पड़ा है अर्थात् महिला तथा पुरूष शिक्षकों के शारीरिक स्वास्थ्य में लिंग भेद के सन्दर्भ में कोई अन्तर नहीं आया। महिला शिक्षकोंका आयाम नेत्र एवं कर्ण पुरूष शिक्षकों की अपेक्षा जबकिपुरूष शिक्षकों का स्नायु मण्डल महिला शिक्षकों की अपेक्षा अधिक अस्वस्थ पाया गया।
3. गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों की महिला शिक्षकों में शारीरिक अस्वस्थता पुरूष शिक्षकों से थोड़ी अधिक थी। शारीरिक स्वास्थ्य के अन्य आयामों के अध्ययन मेंआयाम नेत्र एवं कर्ण, हृदय शिरा प्रणाली व अन्य बीमारी की आवृत्ति में शिक्षिकाऐं अधिक अस्वस्थ पाई गयी। शेष अन्य आयाम श्वसन

तंत्र प्रणाली, त्वचा, स्नायु, मण्डल तथा अन्य विविध बीमारी में लिंग का कोई सार्थक प्रभाव नहीं देखा गया।

शैक्षिक निहितार्थ

माध्यमिक विद्यालयों में कार्यरत् शिक्षकों की स्वास्थ्य सम्बन्धी निराकरण हेतु सुझाव निम्नलिखित हैः–

1. विद्यालयों में मूलभूत सुविधाओं की उपलब्धता सुनिश्चित की जानी चाहिए।
2. शिक्षकों में शारीरिक अस्वस्थता पाई गई। अतः शिक्षकों के कार्य बोझ को कुछ हल्का कर उन्हें विद्यालयों में अनेक सुविधाऐं प्रदान की जानी चाहिए जिससे उनके शारीरिक स्वास्थ्य का स्तर ऊँचा बनाया जा सके।
3. गैर–सरकारी माध्यमिक विद्यालयों में शिक्षक व शिक्षकों को प्राप्त होने वाले वेतन को बढ़ाना चाहिए तथा इसके अतिरिक्त उन्हें और अन्य सुविधाएँ प्रदान की जानी चाहिए जिससे उनके शारीरिक स्वास्थ्य को उच्च बनाया जा सकता है।
4. शिक्षकों को शिक्षणेत्तर कार्यो से मुक्त रखना चाहिए, जिससे उनका स्वास्थ्य अच्छा बना रहे तथा शिक्षक उच्च स्तर पर अपने कर्तव्यों का निर्वहन कर सकें।
5. विद्यालय में तथा आस–पास स्वच्छता पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए, जिससे शिक्षकों का शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य ठीक रहें।
6. सरकार को समय–समय पर विद्यालयों में स्वास्थ्य परीक्षण कराते रहना चाहिए।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

गुप्ता, एस0पी0 (2014). *उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान.* इलाहाबादः शारदा पुस्तक भवन।

मंगल, एस0के0 (2011). *शिक्षा मनोविज्ञान.* मुम्बईः भारती पब्लिकेशन्स।

शर्मा, आर0ए0 (2013). *शिक्षा के दार्शनिक एवं सामाजिक मूल आधार.* मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

सिंह, एन0पी0 (2014). *शिक्षा के दार्शनिक आधार.* मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

सिंह, जी0 (2013). *उदीयमान भारतीय समाज में शिक्षक.* मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

सक्सेना, एन0आर0एस0 (2006). *शैक्षिक अनुसंधान की विधियाँ.* मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

सिंह, जी0व राय, ए0के0(2014). *उच्चतर शिक्षा मनोविज्ञान.* मेरठः आर0 लाल बुक डिपो।

Medeiro, A.M.D. Assunco, A.V. Barreto, S.M. (2011). Absenteeism due to Voice disorder in female Teacher.***APublic Health Problem.***Int. Arch Occup Environ Health.

Mohammadyfar, M.A. Khan, M.S. & Tamini, B.K. (2009). Effects of Emotional Intelligence & Job Burnout on mental & Physical Health.***Journal of Indian Academy of Applied Psychology,*** Vol. 35,m No. 2.

Mohan, P.H. & Mohan, M.P. (2010). Work environment Stresses Social Support. Anxiety & Depression Among Secondary School Teachers. ***Aaohan Journal.*** Retrieved from www.whs.sagepub.com.

Nagra, V. & Arora, S. (2013). Occupational stress &health among teacher Education.***International Journal of Advanced Research in Management & Social Sciences.***Vol. 2/No. 8/August.

Nath, B.K. (2008). Problems of female School Teachers in Kerala.

Roy, N. Merill, R.M. Thibult, Parsara, R.A. Gray, S.D. Smith, E.H. (2004). Prevelance of Voice disorders in teachers & the general population. J. Speech hang Hear Res.

Shamad, N.I.A. Abdullah, L.H. Moin, S. Tamein, S.B.M. & Hashim, S. (2010). Prevelance of low back pain & Risk factors among School Teachers.

Smith, E. Gray, S.D. Dove, H. Krichnor, H. & Heras, H. (1997). Frequency & Effect of Teachers Voice Problem.