Knowledgeable Research (An International Peer-Reviewed Multidisciplinary Journal) **ISSN 2583-6633**
Available Online: http://knowledgeableresearch.com Vol.04, No.11, November,2025

माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों के प्रभावों का अध्ययन

*** अभय वीर सिंह एवं प्रो. अजय कुमार अत्री**
*शोधार्थी, शिक्षा विभाग, हि.प्र.वि.वि., शिमला (हि. प्र.)
आचार्य, शिक्षा विभाग, हि.प्र.वि.वि., शिमला (हि. प्र.)

****

Abstract: *प्रस्तुत अध्ययन में अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों के प्रभावों का परीक्षण किया गया है। न्यादर्श के रूप में हिमाचल प्रदेश के सिरमौर, सोलन, बिलासपुर और कांगडा के राजकीय विद्यालयों एवं अध्यापकों का चयन यादृच्छिक न्यादर्श विधि द्वारा किया गया। जिसमें राजकीय माध्यमिक विद्यालयों की कक्षा 6 से 10 तक अध्यापन करने वाले 276 अध्यापकों को सम्मिलित किया गया। अध्ययन में प्रदत्तों के संकलन हेतु मापनी के रूप में सिसौदिया एवं चौधरी (2012) द्वारा निर्मित मनोवैज्ञानिक स्वस्थता मापनी और अत्री एवं नीलम (2017) द्वारा निर्मित अध्यापक कार्य–पारिवारिक द्वंद्व मापनी का प्रयोग किया गया। प्रस्तुत अध्ययन में निष्कर्ष के रूप में प्राप्त हुआ कि पुरुष व महिला माध्यमिक अध्यापकों में 'संतुष्टि, सामर्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य' एक समान है। पुरुष माध्यमिक अध्यापकों में 'सामाजिकता और अंतरवैयक्तिक संबंध' उनके महिला समकक्षों की तुलना में अधिक है। माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता एवं इसके आयामों पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के उच्च, मध्यम और निम्न स्तर का सार्थक नकारात्मक प्रभाव है। माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता एवं इसके आयामों 'सामर्थ्य, सामाजिकता, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव नहीं है जबकि माध्यमिक अध्यापकों की 'संतुष्टि' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव है।*

Keywords: *अध्यापक, मनोवैज्ञानिक स्वस्थता, लिंग, कार्य–पारिवारिक द्वंद्व।*

****

Introduction

अध्यापक हमारे सामाजिक एवं शैक्षिक जीवन की मुख्य धुरी हैं। 21वीं शताब्दी ने युवाओं की शिक्षा में कई महत्त्वपूर्ण चुनौतियों को परिलक्षित एवं परिभाषित किया है। आज युवा एक ऐसे विश्व का सामना कर रहा हैं जहाँ सूचना एवं संचार क्रांति ने राजनैतिक, आर्थिक, वैज्ञानिक, तकनीकी, सामाजिक, स्वास्थ्य और सांस्कृतिक क्षेत्रों में परिवर्तन किए है। युवाओं के भविष्य को सक्षम बनाने हेतु अध्यापकों के कार्यों में आत्मविश्वास और उत्तरदायित्व के साथ महत्त्व दिया जाना स्वाभाविक है। इस विषय में डॉ. राधाकृष्णन (1949) के महत्त्वपूर्ण विचार को ग्रहण करना अत्यंत आवश्यक है जो कि उपर्युक्त विषय के साथ संगत प्रतीत होता है, अध्यापक केवल सूचनाओं का संप्रेषक नहीं है, वह समाज का निर्माता है। राष्ट्रीय अध्यापक शिक्षा परिषद् भारत सरकार (2009) के अनुसार, अध्यापक शिक्षा एक निरंतर प्रक्रिया है जो प्रारंभिक प्रशिक्षण तक सीमित न होकर आजीवन अधिगम से संबंधित है।

मनोवैज्ञानिक स्वस्थता

मनोवैज्ञानिक स्वस्थता को सामान्य अर्थों में हम कह सकते हैं कि स्वयं के साथ अच्छा होना, प्रेरणा और उद्देश्यों के साथ गठबंधन करना आदि। मनोवैज्ञानिक स्वस्थता की साधारण और निश्चित रूप से व्यक्तिपरक अवधारणाएं है। शिक्षा क्षेत्र में अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता का विकास एक सकारात्मक और सहायक शिक्षण वातावरण में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है। अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता महत्त्व अत्यंत बढ़ जाता है क्योंकि उनकी मनोवैज्ञानिक स्वस्थता उनके शिक्षण के स्तर और विद्यार्थियों के विकास को प्रभावित करती है। Ryff Psychological WellBeing Theory, 1989

के निम्न आयाम स्वायत्तता, व्यक्तिगत विकास, पर्यावरणीय निपुणता, उद्देश्यात्मक जीवन, दूसरों के साथ सकारात्मक संबंध व आत्म–स्वीकृति है। यह सिद्धांत सकारात्मक मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के लिए सर्वश्रेष्ठ हैं। **Jahoda (1958) के अनुसार,** मनोवैज्ञानिक स्वस्थता मानसिक स्वास्थ्य की एक सकारात्मक अवस्था है जिसमें आत्म–साक्षात्कार, स्वायत्तता, पर्यावरण पर नियंत्रण, यथार्थ का शुद्ध ज्ञान और सकारात्मक पारस्परिक संबंध सम्मिलित हैं।

लिंग

प्रस्तुत अध्ययन में लिंग से अभिप्राय पुरुष और महिला से है ।

कार्य–पारिवारिक द्वंद्व

कार्य–पारिवारिक द्वंद्व एक सामाजिक और मनोवैज्ञानिक अवधारणा है जिसमें व्यक्ति के कार्य और पारिवारिक जीवन के उत्तरदायित्व और अपेक्षाएँ एक दूसरे के मध्य द्वंद्व की स्थिति मे आ जाती हैं। **Greenhaus and Beutell** (1985) के अनुसार, जब कार्य–पारिवारिक भूमिकाओं की आवश्यकताएँ समय, तनाव और व्यवहार की दृष्टि से एक–दूसरे के साथ असंगत होती हैं जब कार्य–पारिवारिक द्वंद्व उत्पन्न होता है। Willson (2005) के अनुसार, कार्य–पारिवारिक भूमिकाओं की माँगे एक–दूसरे के साथ असंगत होती है और किसी एक भूमिका में भागीदारी दूसरी भूमिका में भागीदारी को कठिन बना देती है तो उसे कार्य–पारिवारिक द्वंद्व कहा जाता है।

उद्देश्य

1. माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर लिंग के परिप्रेक्ष्य में मुख्य प्रभाव का अध्ययन करना।
2. माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों के परिप्रेक्ष्य में मुख्य प्रभाव का अध्ययन करना।
3. माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों के अंतःक्रियात्मक प्रभाव का अध्ययन करना।

शोध परिकल्पनाएँ

H_0:1 माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर लिंग के सापेक्ष कोई सार्थक अंतर नहीं है।

H_0:2 माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों के सापेक्ष कोई सार्थक अंतर नहीं है।

H_0:3 माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों के सापेक्ष कोई सार्थक अंतःक्रियात्मक प्रभाव नहीं है।

जनसंख्या

इस अनुसंधान में अध्ययन के लिए हिमाचल प्रदेश के चार जनपद सिरमौर, सोलन, बिलासपुर और कांगडा कें विभिन्न राजकीय विद्यालयों में कक्षा 6–10 में अध्यापनरत सत्र 2024–25 के समस्त अध्यापक इस अध्ययन की जनसंख्या हैं।

न्यादर्श

इस अनुसंधान में अध्ययन के लिए हिमाचल प्रदेश सम्पूर्ण जनसंख्या का प्रतिनिधित्व करने के लिए न्यादर्श के रूप में चार जनपद सिरमौर, सोलन, बिलासपुर और कांगडा के विभिन्न राजकीय विद्यालयों में कक्षा 6–10 में अध्यापनरत सत्र 2024–25 के समस्त अध्यापक में से 276 अध्यापकों को यादृच्छिक न्यादर्श विधि का प्रयोग कर न्यादर्श हेतु चुना गया है।

शोध विधि

इस अनुसंधान में अध्ययन के लिए सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है। इसे वर्णानात्मक अनुसंधान विधि के नाम से भी जाना जाता है।

मापनी

अध्ययन में प्रदत्तों के संकलन हेतु मापनी के रूप में सिसौदिया एवं चौधरी (2012) द्वारा निर्मित मनोवैज्ञानिक स्वस्थता मापनी और अत्री एवं नीलम (2017) द्वारा निर्मित अध्यापक कार्य–पारिवारिक द्वंद्व मापनी का प्रयोग किया गया।

प्रदत्तों का विश्लेषण एवं व्याख्या

माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों के प्रभावों का अध्ययन करने हेतु 2x3 एनोवा (ANOVA) का प्रयोग

किया। जिसमें लिंग के दो प्रकार (पुरुष और महिला), कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के तीन स्तर (उच्च, मध्यम एवं निम्न) हैं। माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता आयामों के मध्यमान एवं संबंधित मानक विचलन तालिका–1 में प्रस्तुत हैं।

तालिका–1
माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व स्तरों के मध्यमान एवं संबंधित मानक विचलन

क्र. सं.	मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम	लिंग A		कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के स्तरों के मध्यमान एवं संबंधित मानक विचलन			
				उच्च	मध्यम	निम्न	B
1	संतुष्टि	पुरुष	M	37.09	39.52	41	39.1
			S.D.	6.21	6.04	3.6	5.59
			N	46	46	46	46
		महिला	M	38.87	40.3	38	38.93
			S.D.	4.8	3.15	6.5	5.09
			N	46	46	46	46
2	सामर्थ्य	पुरुष	M	40.02	41.4	41	40.91
			S.D.	4.09	4.15	3.2	3.86
			N	46	46	46	46
		महिला	M	39.93	41.9	41	41.07
			S.D.	3.43	2.35	4	3.39
			N	46	46	46	46
3	सामाजिकता	पुरुष	M	36.85	36.6	38	37.3
			S.D.	5.32	5.72	5.6	5.59
			N	46	46	46	46
		महिला	M	34.39	36.5	37	35.91
			S.D.	5.76	4.87	5.2	5.35
			N	46	46	46	46
4	मानसिक स्वास्थ्य	पुरुष	M	35.28	35.6	38	36.25
			S.D.	4.64	3.29	3.8	4.1
			N	46	46	46	46
		महिला	M	35.76	35.4	37	35.96
			S.D.	5.4	4	6	5.18
			N	46	46	46	46
5	अंतरवैयक्तिक संबंध	पुरुष	M	36.61	38.9	40	38.54
			S.D.	5.06	5.82	6.7	6.02
			N	46	46	46	46
		महिला	M	36.41	38.4	39	37.96
			S.D.	4.96	7.19	6.9	6.46
			N	46	46	46	46

माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता आयामों के मध्यमान अंकों पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के मुख्य एवं अंतःक्रियात्मक प्रभावों (Main and Interaction Effects) के लिए 'F' मानों की गणना की गई। परिणाम तालिका–2 में प्रदर्शित हैं।

तालिका–2

माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों हेतु 2x3 एनोवा (ANOVA) के परिणामों का सारांश

स्वतंत्र चर	मनोवैज्ञानिक स्वस्थता आयामों के परिकल्पित 'F' मान				
	संतुष्टि	सामर्थ्य	सामाजिकता	मानसिक स्वास्थ्य	अंतरवैयक्तिक संबंध
लिंग (Gender) A	0.70 NS	0.12 NS	4.59 *	0.27NS	0.61NS
लिंग के लिए df एवं 'F' मान तालिका	df =1,270 0.05 स्तर पर 'F' मान = 3.88 0.01 स्तर पर 'F' मान =6.74				
कार्य–पारिवारिक द्वंद्व B	3.18*	5.69**	3.20*	4.78**	6.03**
कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के लिए df एवं 'F' मान तालिका	df =2,270 0.05 स्तर पर 'F' मान =3.03 0.01 स्तर पर 'F' मान =4.67				
A × B	5.45**	0.14NS	1.16NS	0.73NS	0.15NS
अंतःक्रिया के लिए df एवं 'F' मान तालिका	df=2,270 0.05 स्तर पर 'F' मान =3.03 0.01 स्तर पर 'F' मान =4.67				

* 0.05 स्तर पर सार्थक
** 0.01 स्तर पर सार्थक
NS असार्थक

(I) मुख्य प्रभाव (Main Effects)

लिंग (Gender) (A)

तालिका–2 से स्पष्ट होता है कि माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों में 'संतुष्टि, सामर्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर लिंग के मुख्य प्रभाव के लिए 'F' का मान क्रमशः 0.70, 0.12, 0.27 और 0.61 प्राप्त हुआ, जो सार्थकता स्तर 0.05 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 1/270 पर 'F' तालिका मान 3.88 से कम है। अतः माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों 'संतुष्टि, सामर्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर लिंग का कोई महत्त्वपूर्ण प्रभाव नहीं है, इसलिए हम कह सकते है कि पुरुष व महिला माध्यमिक अध्यापकों में 'संतुष्टि, सामर्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' एक समान है। जबकि माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'सामाजिकता' पर लिंग के मुख्य प्रभाव के लिए 'F' का मान 4.59 प्राप्त हुआ, जो सार्थकता स्तर 0.05 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 1/270 पर 'F' तालिका मान 3.88 से अधिक है। अतः माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'सामाजिकता' पर लिंग का महत्त्वपूर्ण प्रभाव है।

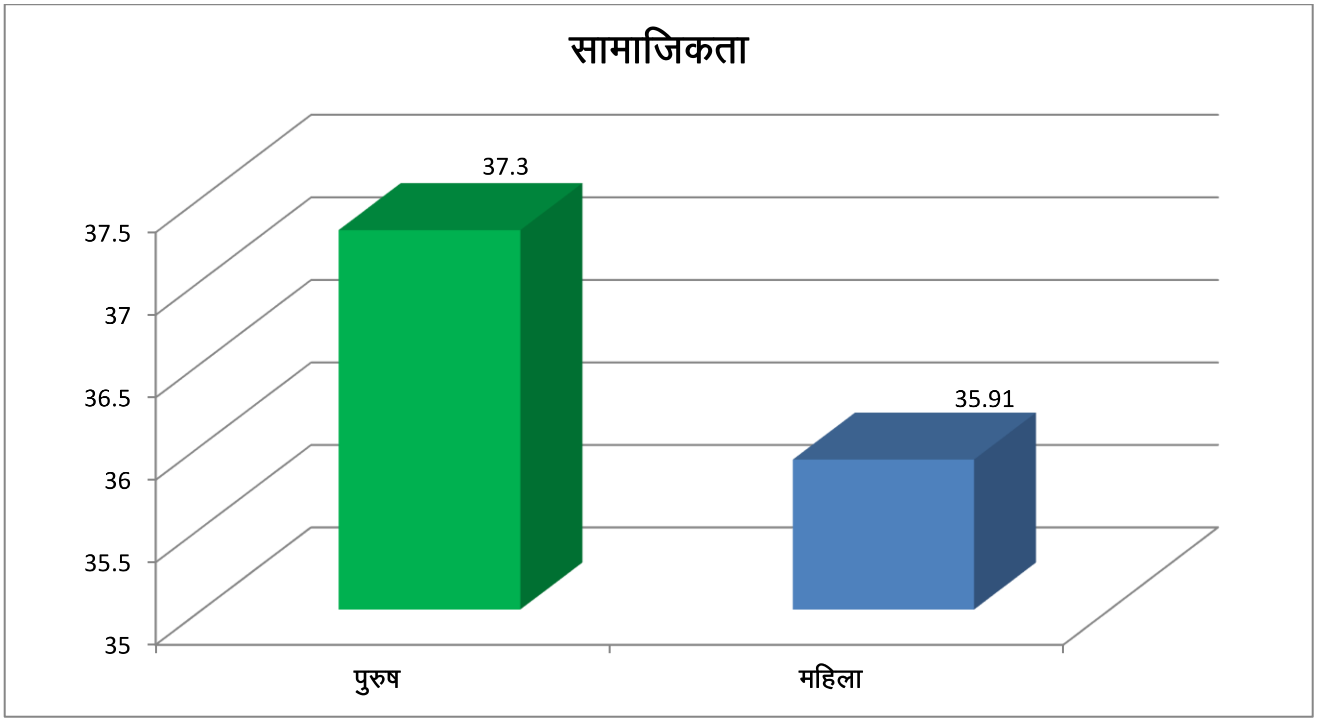
तालिका–2 से यह स्पष्ट है कि पुरुष माध्यमिक अध्यापक की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'सामाजिकता' का मध्यमान (37.30) और महिला माध्यमिक

Knowledgeable Research (An International Peer-Reviewed Multidisciplinary Journal) **ISSN 2583-6633**
Available Online: http://knowledgeableresearch.com Vol.04, No.11, November,2025

अध्यापकों के मध्यमान (35.91) है। इससे यह व्याख्या की जा सकती है कि पुरुष माध्यमिक अध्यापकों में 'सामाजिकता' उनके महिला समकक्षों की तुलना में अधिक है। पुरुष व महिला माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'सामाजिकता' के मध्यमानों में सार्थक अंतर को आरेख–1 में प्रदर्शित किया गया है

आरेख–1

पुरुष और महिला माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'सामाजिकता' के मध्यमानों में सार्थक अंतर



कार्य–पारिवारिक द्वंद्व (Self-Efficacy) (B)

तालिका–2 से स्पष्ट होता है कि माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों 'सामर्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के उच्च, मध्यम और निम्न स्तर के मुख्य प्रभावों के लिए 'F' के मान क्रमशः 5.69, 4.78 और 6.03 प्राप्त हुए, जो सार्थकता स्तर 0.01 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 2/270 पर F तालिका मान 4.67 से अधिक हैं। जबकि माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों 'संतुष्टि और सामाजिकता' पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के उच्च, मध्यम और निम्न स्तर के मुख्य प्रभाव के लिए 'F' का मान क्रमशः 3.18 और 3. 20 प्राप्त हुए, जो सार्थकता स्तर 0.05 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 2/270 पर F तालिका मान 3.03 से अधिक हैं। अतः माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों 'संतुष्टि, सामर्थ्य, सामाजिकता, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के उच्च, मध्यम और निम्न स्तर का सार्थक प्रभाव है। अतः माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के स्तरों के मध्य सार्थक अंतर ज्ञात करने हेतु Post Hoc प्रक्रिया के अंतर्गत t-test का प्रयोग किया गया। प्राप्त t-मान तालिका–3 में प्रस्तुत है।

तालिका–3

माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के स्तरों के मध्य सार्थक अंतर के t-मान

क्र. स.	मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम	कार्य–पारिवारिक द्वंद्व स्तरों के समूह	M	S.D.	N	समूह तुलना	t-मान
1	संतुष्टि	उच्च (g1)	37.98	5.59	92	g1 vs g2	2.50*
		मध्यम (g2)	39.90	4.81	92	g1 vs g3	1.48 NS
		निम्न (g3)	39.17	5.46	92	g2 vs g3	0.96 NS
2	सामर्थ्य	उच्च (g1)	39.98	3.75	92	g1 vs g2	3.20**
		मध्यम (g2)	41.66	3.36	92	g1 vs g3	2.50*
		निम्न (g3)	41.33	3.58	92	g2 vs g3	0.64 NS
3	सामाजिकता	उच्च (g1)	35.62	5.65	92	g1 vs g2	1.15 NS
		मध्यम (g2)	36.55	5.28	92	g1 vs g3	2.47*
		निम्न (g3)	37.64	5.45	92	g2 vs g3	1.38 NS
4	मानसिक स्वास्थ्य	उच्च (g1)	35.52	5.01	92	g1 vs g2	0.08 NS
		मध्यम (g2)	35.47	3.64	92	g1 vs g3	2.43*
		निम्न (g3)	37.32	5.02	92	g2 vs g3	2.86**
5	अंतरवैयक्तिक संबंध	उच्च (g1)	36.51	4.98	92	g1 vs g2	2.49*
		मध्यम (g2)	38.64	6.51	92	g1 vs g3	3.52**
		निम्न (g3)	39.59	6.75	92	g2 vs g3	0.97NS

* 0.05 स्तर पर सार्थक
** 0.01 स्तर पर सार्थक
NS असार्थक

तालिका–3 से स्पष्ट होता है कि माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'संतुष्टि' पर उच्च व मध्यम स्तर के कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों के मध्य में t-मान 2.51 सार्थकता स्तर 0.05 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 182 पर 't' तालिका मान 1.97 से अधिक है अतः उच्च व मध्यम स्तर के कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों की 'संतुष्टि' में सार्थक अंतर है। यद्यपि तालिका–4.13 में 'संतुष्टि' पर उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (37.98) है जोकि मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (39.90) से कम है, इसलिए हम यह कह सकते है कि उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों की 'संतुष्टि' निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम है। माध्यमिक अध्यापकों में 'संतुष्टि' पर उच्च और मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व स्तरों के मध्यमानों के सार्थक अंतर को आरेख–2 में प्रदर्शित किया गया है।

तालिका–3 से यह भी स्पष्ट होता है कि माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'सामर्थ्य' पर उच्च व मध्यम स्तर के कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों में t-मान 3.20 सार्थकता स्तर 0.01 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 182 पर 't' तालिका मान 2.60 से अधिक है। तथा उच्च व निम्न स्तर के कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों में t-मान 2.50 सार्थकता स्तर 0.05 के स्वातंत्र्य कोटि

(df) 182 पर 't' तालिका मान 1.97 से अधिक है अतः उच्च व मध्यम स्तर एवं उच्च व निम्न स्तर की कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों के मध्य सार्थक अंतर है। यद्यपि तालिका–1 में 'सामर्थ्य' पर उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (39.98) है जाकि मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (41.66) से कम है, इसलिए हम यह कह सकते है कि उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों की 'सामर्थ्य' मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम है। इसके अतिरिक्त तालिका–1 में 'सामर्थ्य' पर उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (39.98) है जाकि निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (41.93) से कम है, इसलिए हम यह भी कह सकते है कि उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों की 'सामर्थ्य' निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम है। माध्यमिक अध्यापकों में 'सामर्थ्य' पर उच्च, मध्यम और निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व स्तरों के मध्यमानों के सार्थक अंतर को आरेख–2 में प्रदर्शित किया गया है।

तालिका–3 से यह भी स्पष्ट होता है कि माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'सामाजिकता' पर उच्च व निम्न स्तर की कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों के मध्य में t-मान 2.47 सार्थकता स्तर 0.05 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 182 पर 't' तालिका मान 1.97 से अधिक है अतः उच्च व निम्न स्तर की कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों के मध्य सार्थक अंतर है। यद्यपि तालिका–1 में 'सामाजिकता' पर उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (35.62) है जोकि निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (37.64) से कम है, इसलिए हम यह कह सकते है कि उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों की 'सामाजिकता' निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम है। माध्यमिक अध्यापकों में 'सामाजिकता' पर उच्च और निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व स्तरों के मध्यमानों के सार्थक अंतर को आरेख–2 में प्रदर्शित किया गया है।

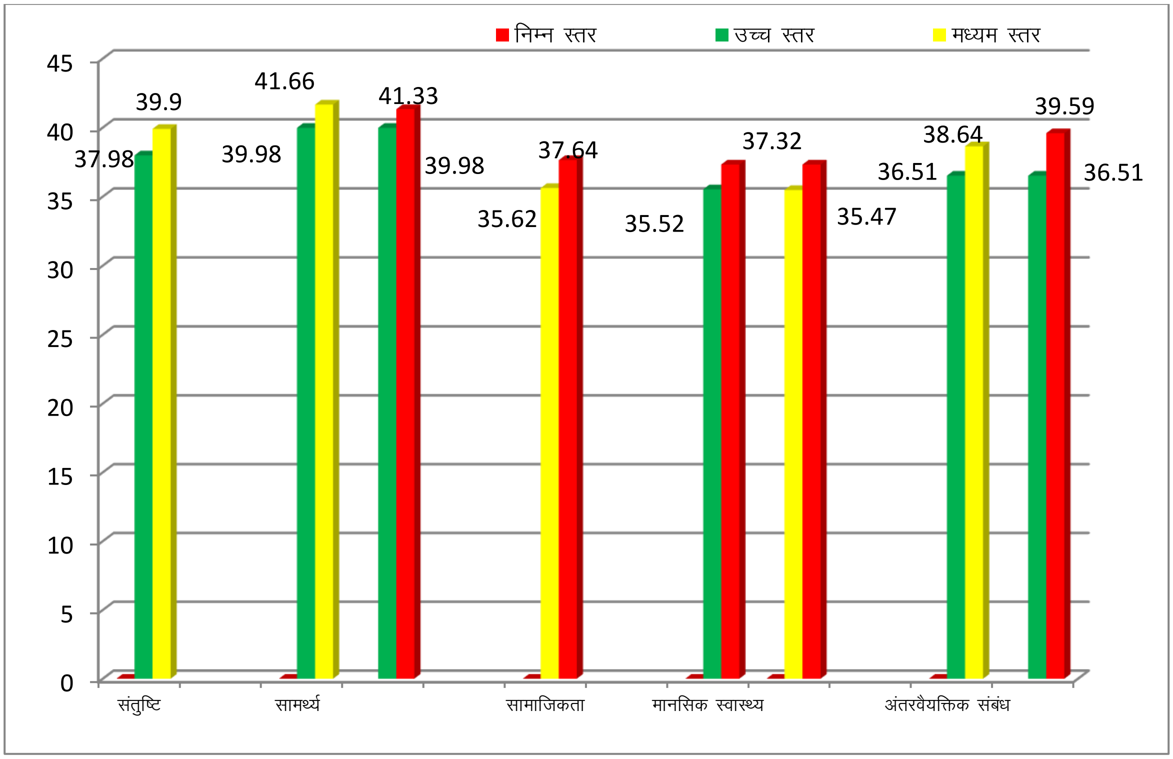
तालिका–3 से यह भी स्पष्ट होता है कि माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'मानसिक स्वास्थ्य' पर मध्यम व निम्न स्तर की कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों के मध्य में t-मान 2.86 सार्थकता स्तर 0.01 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 182 पर 't' तालिका मान 2.60 से अधिक है जबकि माध्यमिक अध्यापकों में 'मानसिक स्वास्थ्य' पर उच्च व निम्न स्तर के कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों के मध्य में t-मान 2.43 सार्थकता स्तर 0.05 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 182 पर 't' तालिका मान 1.97 से अधिक है अतः मध्यम व निम्न स्तर एवं उच्च व निम्न स्तर के कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों के मध्य सार्थक अंतर है। यद्यपि तालिका–1 में 'मानसिक स्वास्थ्य' पर मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (35.47) है जोकि निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (37.32) से कम है, इसलिए हम यह कह सकते है कि मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों की 'मानसिक स्वास्थ्य' निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम है। इसके अतिरिक्त तालिका–1 में 'मानसिक स्वास्थ्य' पर उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (35.52) है जोकि निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (37.32) से कम है, इसलिए हम यह भी कह सकते है कि उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों की 'मानसिक स्वास्थ्य' निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम है। माध्यमिक अध्यापकों में 'मानसिक स्वास्थ्य' पर उच्च, मध्यम और निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व स्तरों के मध्यमानों के सार्थक अंतर को आरेख–2 में प्रदर्शित किया गया है।

तालिका–3 से यह भी स्पष्ट होता है कि माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'अंतरवैयक्तिक संबंध' पर उच्च व मध्यम स्तर का कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों के मध्य में t-मान 3.52 सार्थकता स्तर 0.01 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 182 पर 't' तालिका मान 2.60 से अधिक है एवं उच्च व निम्न स्तर की कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूह के मध्य में t-मान 2.49 सार्थकता स्तर 0.01 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 182 पर 't' तालिका मान 1.97 से अधिक है अतः उच्च व मध्यम स्तर एवं उच्च व निम्न स्तर की कार्य–पारिवारिक द्वंद्व समूहों

के मध्य सार्थक अंतर है। यद्यपि तालिका–1 में 'अंतरवैयक्तिक संबंध' पर उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान 36.51 है जोकि निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान 39.59 से कम है, इसलिए हम यह कह सकते है कि उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का 'अंतरवैयक्तिक संबंध' निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम है। इसके अतिरिक्त तालिका–1 में 'अंतरवैयक्तिक संबंध' पर उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (36.51) है जोकि मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का मध्यमान (38.64) से कम है, इसलिए हम यह भी कह सकते है कि उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का 'अंतरवैयक्तिक संबंध' मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम है। माध्यमिक अध्यापकों में 'अंतरवैयक्तिक संबंध' पर उच्च, मध्यम और निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व स्तरों के मध्यमानों के सार्थक अंतर को आरेख–2 में प्रदर्शित किया गया है।

आरेख–2

माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के पाँचों आयामों पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्व स्तरों के सार्थक अंतर के मध्यमान



(II) अंतःक्रियात्मक प्रभाव (Interaction Effect)

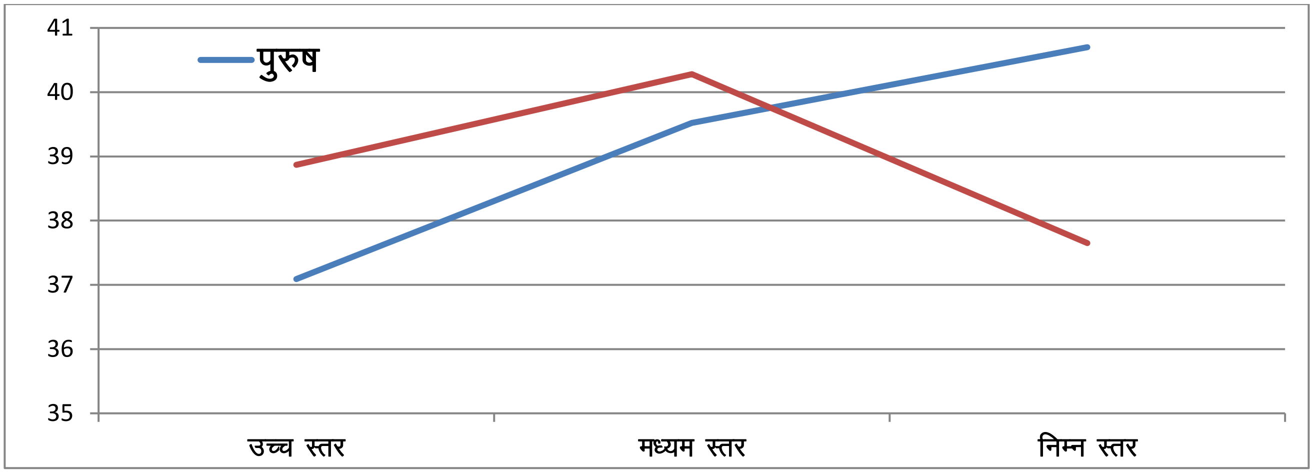
लिंग X कार्य–पारिवारिक द्वंद्व (AxB) का अंतःक्रियात्मक प्रभाव

तालिका–2 से स्पष्ट है कि माध्यमिक अध्यापकों में मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों 'सामर्थ्य, सामाजिकता, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव के लिए 'F' का मान क्रमशः 0.14, 1.16, 0.73 और 0.15 हैं, जो सार्थकता स्तर 0.05 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 2/270 पर F तालिका मान 3.03 से कम हैं। अतः पुरुष व महिला माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों 'सामर्थ्य, सामाजिकता, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव नहीं है।

तालिका–2 से स्पष्ट है कि माध्यमिक अध्यापकों में मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयाम 'संतुष्टि' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव के लिए 'F' का मान क्रमशः 5.45 है, जो सार्थकता स्तर 0.01 के स्वातंत्र्य कोटि (df) 2/270 पर 'F' तालिका मान

4.67 से अधिक है। अतः माध्यमिक अध्यापकों की 'संतुष्टि' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव है। माध्यमिक अध्यापकों की 'संतुष्टि' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव को आरेख–3 में प्रदर्शित किया गया है।

आरेख–3
माध्यमिक अध्यापकों की 'संतुष्टि' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव



निष्कर्ष

इस शोध पत्र में माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों के प्रभावों का अध्ययन किया गया है। इस शोध अध्ययन में पाया गया है कि पुरुष व महिला माध्यमिक अध्यापकों में 'संतुष्टि, सामर्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य' एक समान हैं। माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों 'सामाजिकता और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर लिंग का महत्त्वपूर्ण प्रभाव है। पुरुष माध्यमिक अध्यापकों में 'सामाजिकता, अंतरवैयक्तिक संबंध' उनके महिला समकक्षों की तुलना में अधिक है।

माध्यमिक अध्यापकों की समग्र मनोवैज्ञानिक स्वस्थता एवं इसके आयामों पर कार्य–पारिवारिक द्वंद्व के उच्च, मध्यम और निम्न स्तर का सार्थक नकारात्मक प्रभाव है। माध्यमिक अध्यापकों की समग्र मनोवैज्ञानिक स्वस्थता एवं इसके आयामों 'सामर्थ्य, सामाजिकता, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव नहीं है जबकि माध्यमिक अध्यापकों की 'संतुष्टि' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव है।

उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों की समग्र मनोवैज्ञानिक स्वस्थता एवं इसके आयामों 'सामर्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम हैं जबकि मध्यम कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों का 'मानसिक स्वास्थ्य' निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से कम है।

निम्न कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों के समग्र निष्पादन एवं इसके आयामों 'योजना एवं क्रियांवयन और शिक्षण दक्षता' उच्च कार्य–पारिवारिक द्वंद्व वाले माध्यमिक अध्यापकों से उत्तम है।

पुरुष व महिला माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता के आयामों 'सामर्थ्य, सामाजिकता, मानसिक स्वास्थ्य और अंतरवैयक्तिक संबंध' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव नहीं है। माध्यमिक अध्यापकों की 'संतुष्टि' पर लिंग और कार्य–पारिवारिक द्वंद्व का अंतःक्रियात्मक प्रभाव है।

शैक्षिक निहितार्थ

इस अध्ययन के परिणाम माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों से संबंधित है जिनके आधार पर वर्तमान माध्यमिक अध्यापकों को निम्न प्रकार से प्रभावशाली बनाया जा सकता है–

- **नीति–नियंताओं के लिए–** इस अध्ययन के परिणामों के आधार पर नीति–नियंताओं को शिक्षा के क्षेत्र में प्रभावी नीतियाँ बनाने में सहायता मिलेगी, जिसके द्वारा शोध एवं नवाचारों को प्रोत्साहित किया जा सकेगा। देश एवं समाज की आवश्यकताओं को पूर्ण करने वाले पाठ्यक्रम का विकास हो सकेग, गुणवान अध्यापकों का

Knowledgeable Research (An International Peer-Reviewed Multidisciplinary Journal) **ISSN 2583-6633**
Available Online: http://knowledgeableresearch.com Vol.04, No.11, November,2025

चयन हो सकेगा, शैक्षिक संस्थाओं को आवश्यक संसाधनयुक्त बनाया जा सकेगा। इस प्रकार माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों को प्रभावपूर्ण बनाया जा सकता है।

- **शैक्षणिक प्रशासकों के लिए–** इस अध्ययन के परिणामों के आधार पर शैक्षणिक प्रशासक, माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों को प्रभावी बनाने के लिए चिकित्सीय अवकाश, कार्यशाला व संगोष्ठियों के लिए कर्तव्यनिष्ठ अवकाश, भौतिक संसाधनों की पूर्ति एवं अनुकूल कार्य संस्कृति के विकास पर ध्यान देंगे, जिससे शैक्षणिक संस्थानों में अनुकूल संगठनात्मक वातावरण का विकास हो सकेगा।
- **शैक्षिक प्रबंधकों के लिए–** इस अध्ययन के परिणामों के आधार पर शैक्षिक प्रबंधकों को इस बात के लिए प्रोत्साहित जा सकेगा कि वे माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों को प्रभावित करने वाले कारकों, जैसे–वेतन, अवकाश स्वीकृति, अत्यधिक कार्य एवं अन्य शैक्षणिक आवश्यकताओं पर विशेष ध्यान देंगे। शैक्षिक प्रबंधक शिक्षण संस्थाओं के वातावरण को अनुकूलित बनाने के लिए उपयुक्त संसाधनों को उपलब्ध करायेंगे।
- **माध्यमिक अध्यापकों के लिए–** इस अध्ययन के परिणामों के आधार पर माध्यमिक अध्यापकों की मनोवैज्ञानिक स्वस्थता और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों के मध्य महत्त्वपूर्ण सार्थक प्रभाव पाया गया है। अतः इस परिणाम के आधार पर अध्यापक अपनी मनोवैज्ञानिक स्वस्थता और कार्य–पारिवारिक द्वंद्वों में वृद्धि करके शैक्षणिक कार्यों को प्रभावशाली बना सकेंगे।

शोधार्थियों के लिए– इस अध्ययन के परिणामों के आधार पर शोधार्थियों को इस क्षेत्र में शोध कार्य करने के लिए प्रेरणा मिलेगी जिससे वे परिवर्तित जनसंख्या एवं न्यादर्श पर अनुसंधान करने के लिए प्रोत्साहित होंगे।

References:

1. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
2. Best, J. W., & Kahn, J. V. (2006). *Research in education* (10th ed.). Pearson Education.
3. Borg, W. R., & Gall, M. D. (1989). *Educational research: An introduction* (5th ed.). Longman.
4. Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*(2), 276–302. https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276
5. Fatak, A. B. (1993). *Educational research*. Vinod Pustak Mandir.
6. Good, C. V., & Hatt, P. K. (1952). *Methods in social research*. Macmillan.
7. Great, H. E. (1969). *Statistics in psychological and education*. Bekils Phepherd and Sayan Pvt. Ltd.
8. Jahoda, M. (1958). *Current concepts of positive mental health*. Basic Books.
9. Koul, L. (1985). *Methodology of educational research*. Vikas Publishing House.
10. Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(6), 1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069
11. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*(4), 719–727. https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719
12. Shukla, R. C. (1940). *Hindi sahitya ka itihas*. Indian Press.
13. Sisodia, D. S., & Choudhary, P. (2012). *Psychological well-being scale*. National Psychological Corporation.
14. Sood, V., & Sen, S. (2017). *Teacher self-efficacy scale*. H. P. Bhargava Book House.

15. Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review, 10*(1), 76–88.
16. Willson, M. (2005). Work-family conflict and job satisfaction. *Journal of Occupational Health Psychology, 10*(2), 91–102.
17. Kahn, R. L., Wolfe, D. M., Quinn, R. P., Snoek, J. D., & Rosenthal, R. A. (1964). *Organizational stress: Studies in role conflict and ambiguity*. Wiley.
18. चौधरी, श. (2017). *उच्च प्राथमिक शिक्षकों की संवेगात्मक बुद्धि, आशावादिता एवं मूल्य परिवर्तन: एक अध्ययन-* Shodhganga. http://hdl.handle.net/10603/279366
19. धाकड, प. (2017). *विशिष्ट विद्यालयें में सेवारत शिक्षकों की शैक्षिक समस्याओं का समालोचनात्मक अध्ययन-* Shodhganga. http://hdl.handle.net/10603/190812
20. परासर, वि. (2017). *उच्चतर माध्यमिक विद्यालयी शिक्षकों की कार्य संतुष्टि एवं मानसिक स्वास्थ्य का संवेगात्मक बुद्धि के संदर्भ में अध्ययन–.* Shodhganga. http://hdl.handle.net/10603/191603

*Corresponding Author: Abhay Veer Singh
E-mail: abhayveersingh1984@gmail.com
Received: 14 October,2025; Accepted: 26 November,2025. Available online: 30 November, 2025
Published by SAFE. (Society for Academic Facilitation and Extension)
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International License