



## પ્રાથમિક શાળાના શિક્ષકોનો શૈક્ષણિક અનુભવ અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય

ડોડીયા નેહા પંકજભાઈ

સી-૧૧૪, પ્રભાકર ટેનામેન્ટ,

જી.ડી. હાઈસ્કૂલ રોડ, સૈજપુર બોધા, અમદાવાદ-૩૮૨૩૪૫.

### સારાંશ

વ્યક્તિને પોતાના જીવન અને વ્યવસાય દરમ્યાન વિવિધ પ્રકારની તાણનો અનુભવ થતો રહે છે, ત્યારે શિક્ષક તેમાંથી કેવી રીતે બાકાત રહી શકે ? શિક્ષકની માનસિક તાણની અસર તેના શૈક્ષણિક કાર્ય પર થાય છે. જેની અસર વિદ્યાર્થી સુધી પણ પહોંચે છે. માનસિક તાણમાં ના હોય તો જ તે માનસિક રીતે સ્વસ્થ રહીને પોતાનું શૈક્ષણિક કાર્ય કરી શકે છે. તેથી શિક્ષકોની માનસિક તાણનો અભ્યાસ કરવો જરૂરી છે. આ બાબતને ધ્યાનમાં રાખીને સંશોધકે પ્રાથમિક શાળાના શિક્ષકોનો શૈક્ષણિક અનુભવ અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિષય પર સંશોધન કર્યું છે. જેમાં શૈક્ષણિક અનુભવના સંદર્ભમાં શિક્ષકોની માનસિક તાણને જાણવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે. એટલે ૫ વર્ષથી વધુ શૈક્ષણિક અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો શૈક્ષણિક અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણને જાણવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે. આ અભ્યાસમાં ગુજરાત રાજ્યના બધાજ ઝોનના અલગ અલગ જિલ્લાઓની અલગ અલગ શાળાઓમાંથી ૫૦૦ શિક્ષકોની પસંદગી કરવામાં આવી છે. જેમાં ૫ વર્ષથી વધુ શૈક્ષણિક અનુભવ ધરાવતા ૩૨૧ શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો શૈક્ષણિક અનુભવ ધરાવતા ૧૭૯ શિક્ષકોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. સર્વેક્ષણ પદ્ધતિથી કરવામાં આવેલા આ સંશોધનમાં ત્રણ હેતુઓ શૈક્ષણિક અનુભવના સંદર્ભમાં રચ્યા છે. જેના માટે સ્વનિર્મિત અભિપ્રાયવલી બનાવવામાં આવી છે. જેમાં વિદ્યાર્થી સંબંધિત, આચાર્ય સંબંધિત, રજાઓ, સેવાપોથી, વિસ્તાર, બદલી, શૈક્ષણિક કાર્ય, સંચાલન, શાળા વેતન, વૈવાહિક સ્તર, કુટુંબ, વાલી, સંબંધો, લાયકાત જેવી અનેક બાબતોને ધ્યાનમાં રાખીને વિધાનોની રચના કરવામાં આવી હતી. માહિતી એકત્રીકરણ માટે જિલ્લા શિક્ષણાધિકારીઓનો (હૈઈ) નો રૂબરૂ સંપર્ક કરવામાં આવ્યો હતો. માહિતી પૃથક્કરણ માટે સરાસરી અને પ્રમાણ વિચલનનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. ઉત્કલ્પનાઓની ચકાસણી કસોટી દ્વારા કરવામાં આવી. સંશોધન માટે સંશોધકે વિવિધ નિષ્ણાંતોનું માર્ગદર્શન મેળવ્યું છે.

### પ્રસ્તાવના :

શિક્ષણની પ્રક્રિયાએ જીવનપર્યંત ચાલતી પ્રક્રિયા છે. તેમાં શિક્ષકની પ્રક્રિયા મૂળભૂત છે. શિક્ષણએ કળા છે અને શિક્ષક કલાકાર છે “શિક્ષણએ પરિવર્તનશીલ ધરી છે” શિક્ષણની પ્રક્રિયાના મુળભૂત ત્રણ ઘટકો તરીકે શિક્ષક, વિદ્યાર્થી અને વાલીનો સમાવેશ થાય છે. વર્તમાન સમયમાં શિક્ષણની પ્રક્રિયા એક ધ્રુવિ ન રહેતા ત્રિધ્રુવિ બની છે જેના ત્રણ ધ્રુવો તરીકે શિક્ષક, વિદ્યાર્થી અને સમાજ ભાગ ભજવે છે તેમાં શિક્ષકનું સ્થાન અમૂલ્ય છે. તે વિદ્યાર્થીના મિત્ર, માર્ગદર્શક અને શુભેચ્છકની ભૂમિકા ભજવે છે. શિક્ષકનું મહત્વ શબ્દોમાં અંકિત કરવું મુશ્કેલ છે. દુનિયાના દરેક રાષ્ટ્રના ઘડતરમાં તે રાષ્ટ્રના ડોક્ટર, ઈજનેર, વૈજ્ઞાનિકો, સાહિત્યકાર મજૂર વગેરે પોતાની આગવી ભૂમિકા ભજવે છે પરંતુ આ બધાને મઠારવાનું, ઘાટ આપવાનું કામ શિક્ષકનું છે આ શિક્ષક વિના સમગ્ર શિક્ષણ પાંગળું છે.

પ્રો. હુમાયુ કબીરના મત અનુસાર “Without good teachers even the best system is bound to fail.... with good teachers even the defects of the system can be largely overcome” સારા ગુણવત્તાયુક્ત શિક્ષકો વિના કોઈપણ શિક્ષણનું તંત્ર નિષ્ફળતાને વરે છે. જો સારા શિક્ષક હોય તો તંત્રની ખામીઓ આપોઆપ મહદ્અંશે દૂર કરી શકાય છે.

આજના પ્રવર્તમાન સમયમાં શાળા-મહાશાળાઓમાં શિક્ષકનું સ્થાન ચોક્કસ ઘટ્યું છે. આજે સર્વત્ર મૂલ્યોનો હ્રાસ જોવા મળે છે. જેના માટે શિક્ષણને અમુક અંશે જવાબદાર ગણવામાં આવે છે આ માટે શિક્ષણ આપનાર શિક્ષક પાસે સમાજ અને રાષ્ટ્ર મૂલ્યોની અપેક્ષા રાખે છે શિક્ષક જે ક્ષેત્રમાં કાર્ય કરે છે તેમાં તે મૂલ્યનિષ્ઠ હોય તો જ સારા સમાજનું અને સારા રાષ્ટ્રનું નિર્માણ થાય પરંતુ આજના સમાજની સામાજિક, આર્થિક, રાજકીય પરિસ્થિતિ જ એવી છે કે જેમાં શિક્ષકની નિષ્ઠાનું મૂલ્ય કમશઃ ઘટ્યું જાય છે આ સ્થિતિ સતત ચાલુ રહેવાના કારણે શિક્ષકના કાર્યની ગુણવત્તા ઘટે છે. પરિણામે શિક્ષક તાણ અનુભવે છે. શિક્ષક જ્યારે પોતાની આવડત, અનુભવ અને પદ પ્રમાણે ઈચ્છિત વસ્તુ કે લક્ષ્યાંકને પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી ત્યારે માનસિક સંઘર્ષ પેદા થતાં તાણ અનુભવે છે જેના કારણે તેનું માનસિક સ્વાસ્થ્ય પણ બગડે છે અને કાર્યસંતોષનું પ્રમાણ પણ ઘટે છે. શિક્ષકોને પોતાના કાર્ય પ્રત્યે સંતોષ હોય, તો તેની સીધી અસર તેના અધ્યાપન કાર્ય અને વર્તન વ્યવહારો પર પડે છે. તેથી શિક્ષક માનસિક તાણમાં ન રહે અને તેમનું માનસિક સ્વાસ્થ્ય જળવાય એવા પ્રયત્ન કરવા જોઈએ. જેનાથી શિક્ષણ તંત્રમાં પણ સુધારો આવી શકશે. ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકો બંનેની માનસિક તાણની માત્રા અલગ અલગ હોય છે. તેથી પ્રસ્તુત સંશોધન પ્રાથમિક શાળાના શિક્ષકોના શૈક્ષણિક અનુભવના સંદર્ભમાં માનસિક તાણને જાણવાનો છે.

### સમસ્યા વિધાન :

પ્રાથમિક શાળાના શિક્ષકોનો શૈક્ષણિક અનુભવ અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય ( “Educational Experience and Mental Healthness of Primary School Teachers.” )

### અભ્યાસનું મહત્વ

શૈક્ષણિક સંશોધન સાચું જોતા શિક્ષણની સમગ્ર ઈમારતનો પાયો છે. શિક્ષણના વિવિધ પાસાની કારગતતા શી છે, આપણે જે કંઈ કરીએ છીએ તે કેટલે અંશે ઉચિત છે, આપણા આયોજનમાં કેટલા સુધારાને અવકાશ છે વગેરે અનેક બાબતો સંશોધન દ્વારા જાણી શકાય છે. આપણા દેશમાં શિક્ષકોને લગતા ઘણા પ્રશ્નોને યોગ્ય મહત્વ મળતું નથી. જેના પરિણામે શિક્ષકનો દરજ્જો દિવસેને દિવસે નીચે ઉતરતો જાય છે. જેના પરિણામે શિક્ષક તાણ અનુભવે છે. પ્રત્યેક અભ્યાસ કોઈને કોઈ રીતે ઉપયોગી તો હોય જ છે. પ્રસ્તુત અભ્યાસ કોને અને કેવી રીતે ઉપયોગી થઈ શકે તે અત્રે દર્શાવેલ છે.

- પ્રસ્તુત અભ્યાસ દ્વારા તાણનું સ્તર જાણી પ્રાથમિક શાળાઓના શિક્ષકોમાં પણ માનસિક તાણનું સ્તર જાણી શકાશે.
- પ્રસ્તુત સંશોધનના પરિણામો શિક્ષકોમાં તાણ ઉદ્ભવ કરનાર પરિબળોને ઓળખવામાં મદદરૂપ નીવડશે.
- પ્રસ્તુત સંશોધનના પરિણામો શિક્ષકોમાં તાણ પેદા કરનાર પરિબળો દૂર કરવા માટેના નિદાનાત્મક ઉપાયો વિચારી શકાશે.
- શિક્ષણ અંગેની નીતિ ઘડનાર સંસ્થાઓ માટે પ્રસ્તુત સંશોધનના પરિણામો માર્ગદર્શનરૂપ બનશે.
- પ્રસ્તુત સંશોધનના પરિણામો શાળા સંચાલકોને સંચાલન વ્યવસ્થા અને માનવ સંશોધન વિકાસ માટે ઉપયોગી નીવડશે.
- પ્રસ્તુત સંશોધનના પરિણામો શિક્ષકોના ગુણાત્મક વિકાસ માટે શિક્ષકોને પોતાને પણ ઉપયોગી નીવડશે.
- પ્રસ્તુત અભ્યાસનો ઉપયોગ કરીને શિક્ષણ-વ્યવસાય પ્રત્યે નિષેધક અભિગમ ધરાવતા શિક્ષકોને યોગ્ય માર્ગદર્શન આપી તેમની વ્યાવસાયિક નિષ્ઠા વધારી શકાય.
- જો શૈક્ષણિક અનુભવના સંદર્ભમાં શિક્ષકોની માનસિક તાણમાં સાર્થક તફાવત જણાશે તો તેના કારણો શોધવા માટેની દિશા મળશે.
- આમ, પ્રસ્તુત અભ્યાસ પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ રીતે શિક્ષણ સંસ્થાઓ, બાળકો, આચાર્યો, શિક્ષકો, સમાજ અને સંચાલકો માટે થોડા ઘણા અંશે પણ માર્ગદર્શન બનશે.

**સંશોધન સમસ્યાનો ઉદ્ભવ :**

શાળા સમાજનો પાયો છે. શિક્ષક સમાજનું નિર્માણ કરે છે. શિક્ષણનો આધાર શિક્ષક પર રહેલો છે. માટે શિક્ષકનું માનસિક રીતે સ્વસ્થ હોવું ખૂબ જરૂરી છે. આજના યુગમાં માનવીની જરૂરિયાતો વધતી જાય છે અને જ્યારે તે જરૂરિયાતો પુરી થતી નથી ત્યારે માનવી હતાશા, સંઘર્ષ અને ચિંતાનો ભોગ બને છે. શિક્ષકોને પોતાની જવાબદારીઓ પ્રત્યે સતત જાગૃત રહેવું પડે છે. શિક્ષક માનસિક સ્વસ્થ હશે અને માનસિક તાણમાં નહિ હોય ત્યારે જ શિક્ષક સારી રીતે પોતાનું શૈક્ષણિક કાર્ય કરી શકશે. તેથી અભ્યાસિકાએ પ્રાથમિક શાળાના શિક્ષકોના માનસિક સ્વાસ્થ્યનો અભ્યાસ કરવાનું નક્કી કર્યું છે. જેનાથી શિક્ષકોની માનસિક તાણના ઘણા બધા કારણો આપણે જાણી શકીશું અને તેમાંથી ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણના કારણો અલગ અલગ છે કે નહિં ! તેમજ કયા પ્રકારના શિક્ષકોમાં માનસિક તાણ વધુ હોય છે (પાંચ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા કે પાંચ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા) તે જાણવા માટે અભ્યાસિકાએ શૈક્ષણિક અનુભવના સંદર્ભમાં શિક્ષકોની માનસિક તાણનો અભ્યાસ કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે.

**સંશોધનના હેતુઓ :**

૧. પ્રાથમિક શાળાના ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની અસર તપાસવી.
૨. પ્રાથમિક શાળાના ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની અસર તપાસવી.
૩. પ્રાથમિક શાળાના ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકો (કાયમી) અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા (વિદ્યાસહાયક) શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની અસર તપાસવી.

**સંશોધનની ઉત્કલ્પનાઓ :**

૧. પ્રાથમિક શાળાના ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની કોઈ અસર નહિ હોય.
૨. પ્રાથમિક શાળાના ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની કોઈ અસર નહિં હોય.
૩. પ્રાથમિક શાળાના ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા (કાયમી) શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા (વિદ્યા સહાયક) શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની કોઈ અસર નહિ હોય.

**વ્યાપવિશ્વ :**

સારા સંશોધન માટે એ અત્યંત જરૂરી છે કે વ્યાપવિશ્વની ઉચિત વ્યાખ્યા કરવામાં આવે, વ્યાપવિશ્વની સાચી વ્યાખ્યા કરવામાં ના આવે ત્યાં સુધી સંશોધનનું કાર્ય આગળ વધી શકતું નથી. વ્યાપવિશ્વ એટલે એવા પાત્રોનો સમૂહ કે જેમાં એક કે એકથી વધારે લાક્ષણિકતાઓ સમાન હોય. જેની સંશોધકને જરૂર પડે છે. પ્રસ્તુત અભ્યાસના વ્યાપવિશ્વમાં ગુજરાત રાજ્યની પ્રાથમિક શાળાઓના તમામ શિક્ષકોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે.

**નમૂના પસંદગી :**

સંશોધનના અલગ અલગ હેતુઓ અનુસાર નમૂનાની પસંદગી અલગ અલગ પદ્ધતિથી કરવામાં આવે છે. પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં નમૂનાની પસંદગી સ્તરીકૃત યાદચ્છિક નિદર્શ પદ્ધતિથી કરવામાં આવી છે. પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં ગુજરાત રાજ્યના અલગ અલગ ઝોન જેમકે ઉત્તર ગુજરાત, દક્ષિણ ગુજરાત, મધ્ય ગુજરાત, પશ્ચિમ ગુજરાતના બધા જ ઝોનનું પ્રતિનિધિત્વ જળવાય તે રીતે બધા જ ઝોનના અલગ અલગ જિલ્લાઓની અલગ અલગ શાળાઓમાંથી શિક્ષકોની પસંદગી કરવામાં આવી છે. આમ, નિદર્શમાં પસંદ કરવામાં આવેલા શિક્ષકોની કુલ સંખ્યા ૫૦૦ રાખવામાં આવી હતી. જેમાં ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ

ધરાવતા ૩૨૧ શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા ૧૭૯ શિક્ષકોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. જે નીચે પ્રમાણે દર્શાવવામાં આવ્યું છે.

ક્રમ	ઝોન	જિલ્લાની યાદી	શિક્ષકો
૧	ઉત્તર ગુજરાત	પાટણ ડીસા ગાંધીનગર મહેસાણા	૩૬ ૨૩ ૩ ૭૧
૨	દક્ષિણ ગુજરાત	સુરત નવસારી	૫૮ ૬૧
૩	મધ્ય ગુજરાત	અમદાવાદ વડોદરા	૬૭ ૬૧
૪	પશ્ચિમ ગુજરાત	રાજકોટ અમરેલી	૮૧ ૩૫
કુલ	-	૧૦	૫૦૦

માનસિક તાણ સંબંધિત વિધાનોની રચના કરવા માટે અલગ અલગ પ્રકારના સ્ત્રોત દ્વારા માહિતી એકત્ર કરવામાં આવી હતી જેમ કે,

- શિક્ષણશાસ્ત્ર ભવનના અધ્યાપકો
- મનોવિજ્ઞાન ભવનના અધ્યાપકો
- વિવિધ પ્રકારના સંચાલનની અને વિસ્તારની શાળાઓના આચાર્યો
- માધ્યમિક શાળાઓના નિવૃત્ત શિક્ષકો
- પ્રાથમિક શાળા અને કોલેજોમાં કાર્યરત શિક્ષકો
- અનુભવી નિવૃત્ત શિક્ષકો
- સંદર્ભ ગ્રંથોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો.

માનસિક તાણ અભિપ્રાયવલીમાં નીચેની બાબતોને ધ્યાનમાં રાખીને વિધાનોની રચના કરવામાં આવી હતી.

- વિદ્યાર્થી સંબંધિત તાણ
- આચાર્ય સંબંધિત તાણ
- જી.પી.એફ. કે સી.પી.એફ. ખાતા સંબંધી તાણ
- રજાઓ સંબંધિત તાણ
- સેવાપોથી સંબંધિત તાણ
- વિસ્તાર સંબંધિત તાણ
- શૈક્ષણિક કાર્ય સંબંધિત તાણ
- સંચાલન સંબંધિત તાણ
- શાળા સંબંધિત તાણ
- સહ અભ્યાસક્રમ પ્રવૃત્તિઓ સંબંધિત તાણ
- વેતન સંબંધિત તાણ

- વિદ્યાસહાયક સંબંધિત તાણ
- વૈવાહિક સ્તર સંબંધિત તાણ
- કુટુંબ આધારિત તાણ
- વાલી સંબંધિત તાણ
- કર્મયોગી તાલીમ યોજના સંબંધિત તાણ
- સંબંધો સંબંધિત તાણ
- લાયકાત સંબંધિત તાણ
- માનસિક સ્વાસ્થ્ય – શારિરીક તંદુરસ્તી સંબંધિત તાણ
- શિક્ષકની ટીકા સંબંધિત તાણ
- સમાજમાં શિક્ષકના સ્થાન સંબંધિત તાણ
- સી.આર.સી. અને બી.આર.સી. સંબંધિત તાણ

આમ, માનસિક તાણ અભિપ્રાયવલીમાં કુલ ૮૩ વિધાનો રાખવામાં આવ્યા હતા.

### માહિતી એકત્રીકરણ :

અભ્યાસના હેતુઓની પૂર્તિ માટે તેમજ ઉત્કલ્પનાઓની ચકાસણી કરવા માટે નિદર્શના પાત્રો પાસેથી ઉપકરણો દ્વારા માહિતી એકત્ર કરવામાં આવી હતી. પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં પ્રાથમિક શાળાઓના શિક્ષકોની માનસિક તાણ સંબંધિત માહિતી એકત્ર કરવાની હતી. તેથી નિદર્શમાં પસંદ કરવામાં આવેલા ગુજરાત રાજ્યના ૫૦૦ પ્રાથમિક શિક્ષકો પાસેથી અભિપ્રાયવલી ભરવામાં આવી હતી. તેના માટે અલગ અલગ જિલ્લાઓમાંથી દરેક જિલ્લાના પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીનો રૂબરૂ સંપર્ક કરવામાં આવ્યો હતો. જે નીચે દર્શાવવામાં આવ્યું છે.

ક્રમ	જિલ્લાનું નામ	જિલ્લા પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીનું નામ
૧	મહેસાણા	એચ.એલ.રાવલ
૨	અમરેલી	બી.કે. પટેલ
૩	સુરત	ભરતભાઈ એમ. પટેલ
૪	પાટણ	આર.કે. પટેલ
૫	ડીસા	આર.કે. પટેલ
૬	રાજકોટ	-
૭	ગાંધીનગર	-
૮	વડોદરા	મહેશભાઈ મહેતા
૯	નવસારી	જે.એમ. ખરાડી
૧૦	અમદાવાદ	-

આમ, ૭ જિલ્લાના પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીનો રૂબરૂ સંપર્ક કરવામાં આવ્યો હતો અને તેમના દ્વારા શિક્ષકો પાસેથી અભિપ્રાયવલી ભરાવવામાં આવી હતી અને રાજકોટ, ગાંધીનગર અને અમદાવાદ જેવા વિસ્તારમાં શિક્ષકોનો પ્રત્યક્ષ સંપર્ક પણ કરવામાં આવ્યો હતો અને તેમની પાસેથી અભિપ્રાયવલી ભરાવવામાં આવી હતી. બધા જ શિક્ષકોએ સૂચનાઓને ધ્યાનમાં રાખીને અભિપ્રાયવલી ભરીને પાછી આપી હતી અને જિલ્લા પ્રાથમિક શિક્ષણાધિકારીઓએ રૂબરૂ કે કુરિયર દ્વારા અભિપ્રાયવલી ભરાવીને પરત કરી હતી.

**માહિતી પૃથક્કરણ :**

પ્રસ્તુત અભ્યાસમાં ગુજરાત રાજ્યના શિક્ષકોની માનસિક તાણને જાણવા માટે બનાવવામાં આવેલી અભિપ્રાયવલીમાં ગુણાંકન યોજના પંચબિંદુ ક્રમમાપદંડ મુજબ ૫ થી ૧ રાખવામાં આવી હતી. તે ગુણાંકન યોજનાને ધ્યાનમાં રાખીને અભિપ્રાયવલીનું ગુણાંકન કરવામાં આવ્યું હતું. પ્રાપ્ત માહિતીના પૃથક્કરણ માટે સરાસરી અને પ્રમાણ વિચલનનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો હતો. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં અભ્યાસિકા શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની અસર થાય છે કે નહિ તે જાણવા માંગે છે તેના અભ્યાસ માટે અભ્યાસિકાએ શૂન્ય ઉત્કલ્પનાની રચના કરી છે અને તેને „t” કસોટી દ્વારા ચકાસવામાં આવી હતી.

**શિક્ષકોના શૈક્ષણિક અનુભવના સંદર્ભમાં માનસિક તાણનો અભ્યાસ**

ચલનું નામ	કક્ષા	સંખ્યા	સરાસરી	પ્રમાણ વિચલન	પ્રમાણભૂલ વિચલન	તફાવત	t	સાર્થકતા ની કક્ષા
શૈક્ષણિક અનુભવ	5 વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકો	321	289.0218	1846.69	4.227513 2169.29	7.831863	1.852593	No
	5 વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકો	179	179 281.1899	281.1899 2169.29				

ઉપરના કોષ્ટકમાં ની કિંમત ૧.૮૫૨૫૮૩ છે જે ૧.૯૬ કરતાં ઓછી હોવાથી ૦.૦૫ કક્ષાએ સાર્થક નથી. જે દર્શાવે છે કે ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા (કાયમી) શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા (વિદ્યાસહાયક) શિક્ષકોની માનસિક તાણ વચ્ચે સાર્થક તફાવત નથી. માટે ઉત્કલ્પનાનો સ્વીકાર કરવામાં આવે છે તેથી બધી જ ઉત્કલ્પનાઓનો સ્વીકાર કરવામાં આવે છે વધુમાં ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોના માનસિક તાણ કસોટી પરના સરાસરી પ્રાપ્તક ૨૮૯.૦૨૧૮ છે. અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોના માનસિક તાણ કસોટી પરના સરાસરી પ્રાપ્તકો ૨૮૧.૧૮૯૯ છે. જેમાં નહિવત્ તફાવત છે. તેથી કહી શકાય કે ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણ સરખી છે.

પરિણામમાં કહી શકાય કે

૧. પ્રાથમિક શાળાના ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની કોઈ અસર જોવા મળતી નથી.
૨. પ્રાથમિક શાળાના ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની કોઈ અસર જોવા મળતી નથી.
૩. પ્રાથમિક શાળાના ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા (કાયમી) શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા (વિદ્યાસહાયક) શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની કોઈ અસર જોવા મળતી નથી.

**અંત :**

અભ્યાસિકાએ પ્રાથમિક શાળાના શિક્ષકોનો શૈક્ષણિક અનુભવ અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિષય પર સંશોધન કર્યું હતું. જેમાં શૈક્ષણિક અનુભવના સંદર્ભમાં માનસિક તાણને જાણવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો હતો. ગુજરાત રાજ્યના ૫૦૦ શિક્ષકોની પસંદગીમાંથી ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા ૩૨૧ શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા ૧૭૯ શિક્ષકોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો. સર્વેક્ષણ પદ્ધતિથી કરવામાં આવેલા સંશોધનમાં સ્વનિર્મિત અભિપ્રાયવલીનો ઉપયોગ

કરવામાં આવ્યો હતો. પરિણામમાં શિક્ષકોની માનસિક તાણના ઘણા બધા કારણો જાણવા મળ્યા. શિક્ષક ઘણા બધા કારણોસર માનસિક તાણમાં રહે છે. શિક્ષકોના માનસિક તાણની કોઈ અસર શૈક્ષણિક અનુભવના સંદર્ભમાં જોતા કહી શકાય કે ૫ વર્ષથી વધુ અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકો અને ૫ વર્ષથી ઓછો અનુભવ ધરાવતા શિક્ષકોની માનસિક તાણ પર શૈક્ષણિક અનુભવની કોઈ અસર જોવા મળતી નથી.

### સંદર્ભ ગ્રંથો

૧. દેસાઈ કે.જી., શાહ જે. એચ. અને શાહ આર. પી. (૧૯૮૪) “શૈક્ષણિક પરિભાષા અને વિભાવના” (પ્રથમ આવૃત્તિ) અમદાવાદ : યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ.
૨. મુખોપાધ્યાય, મર્મર (૨૦૦૨) “શિક્ષણમાં સંપૂર્ણ ગુણવત્તા વ્યવસ્થાપન” (પ્રથમ આવૃત્તિ) ગાંધીનગર : ગુજરાત માધ્યમિક અને ઉચ્ચતર માધ્યમિક શિક્ષણ બોર્ડ.
૩. પટેલ મોતીભાઈ (૨૦૦૨-૦૩) “શિક્ષણમાં પ્રસાર થતી ક્ષિતિજો” અમદાવાદ : બી.એસ. શાહ પ્રકાશ.
4. Awasthapa (1994) “Human Resource and Personal Management” New Delhi : Tata McGraw Hill Publishing Company Ltd.
5. Singh R.S. (1994) “Job Satisfaction” Jaipur : Arihant Publishing House.
૬. Sharma R. M. (1985) “Fundamental of Educational Research” (First Edition) Meerat : Lyal Book Depot.