JETIR.ORG ISSN: 2349-5162 | ESTD Year : 2014 | Monthly Issue
JOURNAL OF EMERGING TECHNOLOGIES AND INNOVATIVE RESEARCH (JETIR)
An International Scholarly Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

बिहार में प्राथमिक विद्यालय महिला शिक्षिकाओं की समस्याएँ

रूपा कुमारी

शोध छात्रा, स्नातकोत्तर मनोविज्ञान विभाग, तिलकामांझी भागलपुर विश्वविद्यालय, भागलपुर

सारः नौकरीपेशा महिलाओं की समस्याएँ नौकरी की प्रकृति, जिस क्षेत्र में वे काम कर रही हैं और पारिवारिक व्यवस्था के साथ अलग–अलग होंगी। वर्तमान समय में बिहार राज्य में शिक्षण समुदाय का काफी बड़ा हिस्सा महिला शिक्षिकाओं से बना है, जो राज्य में महिलाओं द्वारा चुने गए प्रमुख सेवा क्षेत्रों में से एक है। अध्ययन का उद्देश्य बिहार में महिला विद्यालय शिक्षिकाओं द्वारा सामना की जाने वाली व्यक्तिगत, पारिवारिक और व्यावसायिक समस्याओं का अध्ययन करना था। अध्ययन की कार्यप्रणाली वर्णनात्मक है, जिसमें बिहार में महिला शिक्षिकाओं की मौजूदा स्थिति का गहन विश्लेषण किया गया है। महिला विद्यालय शिक्षिकाओं की समस्याओं की पहचान प्रश्नावली और साक्षात्कार अनुसूची जैसे उपकरणों का उपयोग करके की गई। अध्ययन के परिणाम बताते हैं कि स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ अधिक प्रचलित हैं। साथ ही समय का अभाव भी महिलाओं के लिए एक प्रमुख समस्या है। इनमें बहुत अधिक छात्र–शिक्षक अनुपात, मूल्यांकन के दस्तावेजीकरण से संबंधित लिपिकीय कार्यों पर अनावश्यक जोर, काफी बड़ी संख्या में छात्रों का मूल्यांकन, कार्य दिवसों का नुकसान, शिक्षा की मौजूदा प्रणाली के कारण तनाव, पर्याप्त संदर्भ सामग्री की कमी, महत्वपूर्ण व्यावसायिक समस्याएं हैं। महिला शिक्षिकाओं के लिए विद्यालय और घर की दोहरी जिम्मेदारी संभालनी पड़ती, जिसके लिए परिवार के अन्य सदस्यों के समर्थन की आवश्यकता है। अतः शिक्षिकाओं को समय प्रबंधन में उचित रूप से प्रशिक्षित किया जाना चाहिए। शिक्षाविदों, योजनाकारों और प्रशासकों को शिक्षिकाओं के सामने आने वाली उन समस्याओं को दूर करने के लिए तत्काल योजना बनानी चाहिए, जो विद्यालयी शिक्षा की गुणवत्ता बढ़ाने के लिए आवश्यक है।

मुख्य शब्दः समस्याएँ; महिला शिक्षिका, प्राथमिक विद्यालय।

परिचय

वर्तमान समय लैंगिक संवेदनशीलता और महिला सशक्तीकरण का युग है। आज विभिन्न व्यवसायों में लगी महिलाओं की संख्या बढ़ रही है, लेकिन पुरुषों की तुलना में यह अनुपात बहुत कम है। लेकिन वर्तमान समय में बिहार राज्य में शिक्षण समुदाय का काफी बड़ा हिस्सा महिला शिक्षिकाओं से बना है, जो राज्य में महिलाओं द्वारा चुने गए प्रमुख सेवा क्षेत्रों में से एक है। लेकिन आज महिला शिक्षिकाओं को शिक्षण के साथ ही अनेक प्रकार के अन्य कार्य भी करने पड़ते हैं जिसमें पाठ की योजना बनाना, उसे लागू करना और उसका मूल्यांकन करना, साथ ही अपने छात्रों का मार्गदर्शन करना शामिल है। साथ ही महिला शिक्षिकाओं को विद्यालयी कार्यों के अलावे पारिवारिक कार्यों का भी दायित्व संभालना पड़ता है। इस प्रकार विद्यालयी और पारिवारिक दोहरी कार्यों की जिम्मेदारी के चलते वे भारी कार्यभार तनाव का अनुभव करती हैं। इस संबंध में कार्सेंटी और कोलिन (2013) ने ठीक ही कहा है कि ''शिक्षण एक अत्यधिक तनावपूर्ण व्यवसाय है''। जबकि शिक्षिकाओं की भूमिका शैक्षिक गुणवत्ता की उन्नति का निर्धारण करती है। यदि उनपर कार्य का बोझ होगा तो वे अपने कार्यों को समूचित रूप से संपादित नहीं कर सकेंगे जिससे शैक्षिक गुणवत्ता के साथ उनकी व्यक्तिगत क्षमता भी प्रभावित होगा। इससे कई समस्यायें उत्पन्न होंगी। जबकि महिला शिक्षिकाऐं बच्चों के भविष्य को आकार देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। अपने महत्वपूर्ण योगदान के बावजूद, उन्हें कई तरह की बाधाओं का सामना करना पड़ता है जो उनकी व्यावसायिक प्रभावशीलता और व्यक्तिगत विकास में बाधा डालती हैं। इन चुनौतियों में लैंगिक भेदभाव, अपर्याप्त बुनियादी ढाँचा, सुरक्षा संबंधी चिंताएँ और सीमित व्यावसायिक विकास के अवसर शामिल हैं। यह लेख इन समस्याओं पर गहराई से चर्चा करता है, जिसका उद्देश्य जागरूकता बढ़ाना और महिला शिक्षिकाओं का समर्थन करने के लिए नीतिगत बदलावों की वकालत करना है। इसी संदर्भ में प्रस्तुत अध्ययन का उद्देश्य बिहार में महिला विद्यालय शिक्षिकाओं द्वारा सामना की जाने वाली व्यक्तिगत, पारिवारिक और व्यावसायिक समस्याओं का अध्ययन करना है।

पिछले अध्ययनों की समीक्षा

ज्योतिष महंत (2021) ने नागांव जिले के अंतर्गत प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों की समस्याओं पर एक अध्ययन किया। अध्ययन में पाया गया कि नागांव जिले के अंतर्गत प्राथमिक विद्यालय के शिक्षक के पास विभिन्न समस्याएं हैं। शिक्षकों की इन समस्याओं को दूर करने के लिए सरकार को प्राथमिक शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार की जिम्मेदारी लेनी चाहिए।

धालीवाल और मान (2020) के समीक्षात्मक आलेख का उद्देश्य एक महिला शिक्षिका के व्यावसायिक संबंधित तनाव पर मौजूदा साहित्य का बुनियादी सर्वेक्षण करना है और अतिरिक्त शोध के लिए ज्ञान और भविष्य के पहलुओं का निर्माण करने के लिए इसकी खोजों का पता लगाना है। आलेख के निष्कर्ष में कहा है कि जांच वर्तमान परीक्षा के लिए कामकाजी माहौल में कामकाजी महिलाओं द्वारा सामना किए जाने वाले मुद्दों और कठिनाइयों से संबंधित परीक्षा मुद्दों को दर्शाती है। शिक्षण पेशे के अनुरूप भूमिका तनाव की उपयोगिता की जांच करने के बिंदु से, इस आलेख ने नियोजित शोधकर्ताओं के लिए तनाव और कार्य प्रदर्शन के बीच संबंधों के बारे में पूरी तरह से विचार–विमर्श करने के लिए चर्चा निर्धारित की है।

लक्ष्मी चोपड़ा (2018) ने अमृतसर शहर के विद्यालय में महिला शिक्षिकाओं की समस्याओं का अध्ययन किया। उनके आलेख का उद्देश्य सरकारी और निजी विद्यालयों में महिला शिक्षिकाओं के सामने आने वाली समस्याओं की प्रकृति, समस्याओं की विविधता और तीव्रता की तुलनात्मक अध्ययन करना है। साथ ही सरकारी और निजी विद्यालयों में महिला शिक्षिकाओं द्वारा सामना की जा रही विभिन्न समस्याओं जैसे वित्तीय समस्याएं, प्रशासन की समस्याएं, व्यक्तिगत, सामाजिक स्थिति, शिक्षक शिक्षा, काम करने की स्थिति और काम का बोझ, मूल्यांकन समस्या क्षेत्र पर चर्चा करना और उनके बीच अंतर की खोज करना है।

श्रीवास्तव और सिंह (2015) स्कूल शिक्षकों द्वारा सामना की जाने वाली मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों का पता लगाते हैं, जिसमें महिला शिक्षिकाओं पर विशेष ध्यान दिया जाता है। अध्ययन में पाया गया है कि पेशेवर दबाव और व्यक्तिगत जिम्मेदारियों के कारण तनाव महिला शिक्षिकाओं के मानसिक स्वास्थ्य को काफी प्रभावित करता है, जो संस्थागत सहायता प्रणालियों की आवश्यकता का सुझाव देता है।

राव और नारायण (2011) शिक्षकों के प्रदर्शन पर उच्च कार्यभार और सीमित संसाधनों के प्रभाव का विश्लेषण करते हैं। बिहार में, महिला शिक्षक अक्सर कम से कम शिक्षण सहायक सामग्री के साथ भीड़भाड़ वाली कक्षाओं का प्रबंधन करती हैं, जिससे तनाव होता है और शिक्षण प्रभावशीलता कम हो जाती है। अध्ययन से पता चलता है कि छात्र–शिक्षक अनुपात को कम करने और संसाधन उपलब्धता में सुधार करके इन मुद्दों को कम किया जा सकता है।

जैन और प्रसाद (2011) बिहार में महिला शिक्षिकाओं के सामने आने वाली चुनौतियों की तुलना अन्य भारतीय राज्यों से करते हैं। अध्ययन में पाया गया है कि जहाँ कुछ मुद्दे सभी क्षेत्रों में समान हैं, वहीं बिहार का अनूठा सामाजिक–आर्थिक संदर्भ सुरक्षा संबंधी चिंताओं और बुनियादी ढाँचे की कमियों जैसी समस्याओं को बढ़ाता है। तुलनात्मक परिप्रेक्ष्य अन्य राज्यों की सर्वोत्तम प्रथाओं पर प्रकाश डालता है जिन्हें बिहार में स्थितियों को सुधारने के लिए अपनाया जा सकता है।

मुखर्जी (2000) महिला शिक्षिकाओं द्वारा सामना किए जाने वाले पेशेवर और घरेलू जिम्मेदारियों के दोहरे बोझ पर चर्चा करते हैं। बिहार में, पारंपरिक लिंग भूमिकाओं के लिए महिलाओं को अपने शिक्षण कार्यों के साथ–साथ घरेलू कर्तव्यों का प्रबंधन करना पड़ता है, जिससे तनाव और जलन होती है। अध्ययन महिला शिक्षिकाओं के लिए कार्य–जीवन संतुलन का समर्थन करने के लिए सामाजिक परिवर्तनों की वकालत करता है।

अध्ययन की आवश्यकता

इस अध्ययन की आवश्यकता महिला विद्यालय शिक्षिकाओं द्वारा बिहार में शैक्षिक परिदृश्य को आकार देने में निभाई जाने वाली महत्वपूर्ण भूमिका से उत्पन्न होती है, जो एक ऐसा राज्य है जो महत्वपूर्ण शैक्षिक चुनौतियों से जूझ रहा है। अपने महत्वपूर्ण योगदान के बावजूद, इन शिक्षिकाओं को लैंगिक भेदभाव, अपर्याप्त बुनियादी ढाँचे, सुरक्षा संबंधी चिंताओं और पेशेवर विकास के अवसरों की कमी सहित कई बाधाओं का सामना करना पड़ता है। ये मुद्दे न केवल उनके पेशेवर विकास और व्यक्तिगत कल्याण में बाधा डालते हैं, बल्कि छात्रों को दी जाने वाली शिक्षा की गुणवत्ता पर भी प्रतिकूल प्रभाव डालते हैं। इन चुनौतियों की व्यवस्थित रूप से पहचान और विश्लेषण करके, अध्ययन का उद्देश्य एक व्यापक समझ प्रदान करना है जो प्रभावी नीति–निर्माण और हस्तक्षेप रणनीतियों को सूचित कर सकता है। इन समस्याओं का समाधान महिला शिक्षिकाओं के लिए एक सहायक और न्यायसंगत कार्य वातावरण बनाने के लिए आवश्यक है, जो छात्र परिणामों को बढ़ाने और बिहार में व्यापक सामाजिक–आर्थिक विकास को बढ़ावा देने के लिए महत्वपूर्ण है। इस तरह के लक्षित शोध के बिना, महिला शिक्षिकाओं की विशिष्ट आवश्यकताओं और अनुभवों को अनदेखा किए जाने का जोखिम है, मौजूदा असमानताओं को बनाए रखना और राज्य की शैक्षिक प्रणाली को बेहतर बनाने के प्रयासों को कमजोर करना।

अध्ययन का महत्व

बिहार में महिला विद्यालय शिक्षिकाओं के सामने आने वाली समस्याओं पर अध्ययन काफी महत्वपूर्ण है क्योंकि यह उन महत्वपूर्ण मुद्दों को संबोधित करता है जो शिक्षा की गुणवत्ता और क्षेत्र के सामाजिक–आर्थिक विकास को सीधे प्रभावित करते हैं। भेदभाव, सुरक्षा संबंधी चिंताओं, अपर्याप्त बुनियादी ढांचे और सीमित व्यावसायिक विकास के अवसरों जैसी लिंग–विशिष्ट चुनौतियों पर प्रकाश डालते हुए, अध्ययन लक्षित हस्तक्षेपों की तत्काल आवश्यकता पर प्रकाश डालता है। महिला शिक्षिकाओं की कार्य स्थितियों में सुधार न केवल उनकी व्यक्तिगत भलाई और पेशेवर विकास के लिए आवश्यक है, बल्कि अधिक न्यायसंगत और प्रभावी शैक्षिक वातावरण को बढ़ावा देने के लिए भी आवश्यक है। यह बदले में, छात्रों के लिए बेहतर शैक्षिक परिणाम ला सकता है और समुदाय के समग्र विकास में योगदान दे सकता है। इसके अलावा, अध्ययन नीति निर्माताओं, शैक्षिक प्रशासकों और सामाजिक अधिवक्ताओं के लिए मूल्यवान अंतर्दृष्टि प्रदान करता है, जो शिक्षा में सहायता प्रणालियों को बढ़ाने और लैंगिक समानता को बढ़ावा देने के लिए ठोस सिफारिशें प्रदान करता है।

अध्ययन का उद्देश्य

अध्ययन के उद्देश्य इस प्रकार हैं

1. बिहार में महिला विद्यालय शिक्षिकाओं द्वारा सामना की जाने वाली व्यक्तिगत, पारिवारिक और व्यावसायिक समस्याओं का अध्ययन करना।
2. उन समस्याओं को दूर करने के लिए आवश्यक सुझाव प्रदान करना।

अध्ययन पद्धति

अध्ययन की पद्धति में वर्णनात्मक शोध की प्रक्रिया का पालन किया गया है, जिसमें बिहार में महिला शिक्षिकाओं की मौजूदा स्थिति का गहन विश्लेषण किया गया है। प्रश्नावली और साक्षात्कार अनुसूची जैसे उपकरणों का उपयोग करके महिला विद्यालय शिक्षिकाओं की समस्याओं की पहचान की गई। उपकरण और नमूनाः अध्ययन के लिए इस्तेमाल किए गए उपकरण प्रश्नावली और साक्षात्कार अनुसूची थे। विद्यालय स्तर पर कार्यरत महिला शिक्षिकाओं की व्यक्तिगत, पारिवारिक और व्यावसायिक समस्याओं से संबंधित विभिन्न पहलुओं पर अन्वेषक द्वारा एक प्रश्नावली विकसित की गई थी। प्रासंगिक जानकारी जुटाने के लिए एक साक्षात्कार अनुसूची भी तैयार की गई थी, जो प्रश्नावली के माध्यम से प्राप्त आंकड़ों का पूरक होनी चाहिए। अध्ययन के नमूने में बिहार राज्य के भागलपुर जिले में प्राथमिक स्तर पर पढ़ाने वाली 100 विद्यालय शिक्षिकाओं शामिल किया गया था। प्रश्नावली के माध्यम से प्राप्त आंकड़ों के पूरक के रूप में प्रासंगिक जानकारी एकत्र करने के लिए प्राथमिक स्तर के 20 शिक्षिकाओं के साथ साक्षात्कार आयोजित किया गया था।

परिणाम और निष्कर्ष

अध्ययन के मुख्य परिणाम इस प्रकार हैं:

1. अधिकांश महिला शिक्षिका व्यक्तिगत समस्याओं, पारिवारिक समस्याओं और व्यावसायिक समस्याओं का सामना कर रही हैं।

2. व्यक्तिगत समस्याओं में स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ अधिक प्रचलित हैं। अधिकांश उत्तरदाता प्रतिदिन नाश्ता नहीं करते हैं, और उन्हें सरल व्यायाम, आराम करने और किसी भी मनोरंजन गतिविधियों में शामिल होने का समय नहीं मिलता है। उनमें से अधिकांश को प्रतिदिन समाचार पत्र पढ़ने का भी समय नहीं मिलता है।

3. पारिवारिक समस्याओं में, परिवार के सदस्यों के सहयोग को प्रमुख समस्या क्षेत्र के रूप में पहचाना गया। अधिकांश उत्तरदाताओं को पारिवारिक और घरेलू मामलों में पति और बच्चों से सहयोग नहीं मिलता है। इसलिए उन्हें विद्यालय से लौटने के बाद खुद ही सभी घरेलू कामों को पूरा करना पड़ता है। अधिकांश उत्तरदाताओं को घरेलू कामों में और बच्चों की पढ़ाई की देखरेख में अपने पति से सहयोग की उम्मीद होती है, लेकिन उपलब्ध सहयोग नाममात्र ही होता है।

4. विशाल पाठ्यक्रम, बहुत अधिक छात्र–शिक्षक अनुपात, मूल्यांकन के दस्तावेजीकरण से संबंधित लिपिकीय कार्यों पर अनावश्यक जोर, काफी बड़ी संख्या में छात्रों का मूल्यांकन, कार्य दिवसों की हानि, शिक्षा की मौजूदा प्रणाली के कारण तनाव, पर्याप्त संदर्भ सामग्री की कमी, सहकर्मियों और संस्था के प्रमुख से अपर्याप्त समर्थन, अपर्याप्त सेवाकालीन प्रशिक्षण आदि अधिकांश शिक्षिकाओं की प्रमुख व्यावसायिक समस्याएं हैं।

5. अधिकांश उत्तरदाताओं के अनुसार विद्यालय में संदर्भ सुविधाएं और संदर्भ के लिए उपलब्ध समय बहुत सीमित है। अधिकांश शिक्षिकाओं के पास अनगिनत अन्य कर्तव्यों के साथ–साथ प्रत्यक्ष शिक्षण के लिए प्रति सप्ताह औसतन 24 अवधि का कार्यभार होता है।

निष्कर्ष

महिला शिक्षिकाओं को शिक्षण के स्तर की परवाह किए बिना, व्यक्तिगत, पारिवारिक और व्यावसायिक समस्याओं का सामना करना पड़ता है, जो उनके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बहुत प्रभावित करती हैं। शारीरिक और मानसिक तनाव से पीड़ित व्यक्ति रचनात्मक गतिविधियों में संलग्न नहीं हो सकता है। चूंकि, महिला हर परिवार और उसके

बाद समाज की धुरी होती है, इसलिए समयबद्ध तरीके से उनकी समस्याओं को दूर करना आवश्यक है। चूंकि महिला शिक्षिकाओं द्वारा सामना की जाने वाली समस्याएं ज्यादातर एक जैसी होती हैं, इसलिए उन समस्याओं को हल करने के लिए एक व्यापक दृष्टिकोण आवश्यक होना चाहिए। अधिकांश शिक्षिकाओं की स्वास्थ्य समस्याएं अनुचित खान–पान की आदतों और व्यायाम और आराम की कमी के कारण होती हैं। ये अस्वास्थ्यकर आदतें शारीरिक और मानसिक दोनों तरह के तनाव को बढ़ाती हैं और चालीस की उम्र तक भी किसी भी महत्वपूर्ण शारीरिक प्रणाली को अपूरणीय क्षति पहुंचा सकती हैं। चूंकि एक कामकाजी व्यक्ति को परिवार के साथ–साथ संस्थान के लिए भी प्रयास करना पड़ता है, इसलिए पर्याप्त सहायता आवश्यक है। इसलिए विद्यालय और घर के दोहरे काम के दबाव को कम करने के लिए परिवार के सदस्यों का भरपूर सहयोग जरूरी है। जिम्मेदारी बांटने की शुरुआत परिवार से ही होनी चाहिए। कुछ काम ऐसे होते हैं, जिन्हें बच्चे अकेले ही बखूबी कर सकते हैं। उन्हें ऐसा करने के लिए प्रशिक्षित करें और उन्हें बड़े होने के साथ–साथ घर की सभी जिम्मेदारियां निभाने के लिए प्रोत्साहित करें।

सुझाव

- एक महिला को समग्र सहयोग प्रदान करने के लिए पति का सहयोग सबसे जरूरी है। इसलिए उन्हें व्यक्तिगत समस्याओं के बारे में जागरूक करने और आम सहमति बनाने के अवसर जरूरी हैं।
- शिक्षिकाओं को समय प्रबंधन में भी उचित प्रशिक्षण दिया जाना चाहिए, जिससे उन्हें नाश्ते, आराम, व्यायाम के साथ–साथ आधिकारिक कामों के लिए भी समय निकालने में मदद मिलेगी। साथ ही मानसिक स्वास्थ्य सहायता सेवाएँ प्रदान किया जाना चाहिए और महिला शिक्षिकाओं के लिए नियमित स्वास्थ्य जाँच सुनिश्चित किया जाना चाहिए।
- शिक्षाविदों, योजनाकारों और प्रशासकों को शिक्षिकाओं के सामने आने वाली समस्याओं को दूर करने के लिए तत्काल योजना बनानी चाहिए, जो विद्यालयी शिक्षा की गुणवत्ता बढ़ाने के लिए जरूरी है।
- बहुत अधिक शिक्षक–छात्र अनुपात समस्या को दूर प्रभावी रूप से दूर किया जाना चाहिए।
- अनावश्यक दस्तावेजीकरण का नवीनीकरण किया जाना चाहिए।
- विद्यार्थियों के मूल्यांकन प्रोफाइल में डेटा की प्रविष्टि के समय योग्य व्यक्तियों को विद्यालय में नियुक्त किया जा सकता है। एक अन्य विकल्प के रूप में मूल्यांकन की पूर्ण कंप्यूटरकृत किया जाना हो सकता है।

संदर्भ

करसेंटी, टी. और कोलिन, एस. (2013). ह्वाइ आर न्यू टीचर्स लीविंग द प्रोफेशन? रिजल्ट्स ऑफ ए कानाडा–वाईड सर्वे. एजुकेशन, 3(3), 141–149। https://doi.org/10.5923/j.edu.20130303.01

कौर, रविंदर और कौर, नागिंदर (2012). महिला शिक्षकों की मनो–सामाजिक समस्याएँ, एस. बी. नांगिया, एपीएच पब्लिशिंग कॉर्पोरेशन, नई दिल्ली।

जैन, एस. और प्रसाद, एन. (2011). "ग्रामीण भारत में महिला शिक्षकों की चुनौतियाँः एक तुलनात्मक अध्ययन।" एशियाई शिक्षा और प्रशिक्षण पत्रिका, 3(1), 32–41।

महंता, ज्योतिष (2021). नागांव जिले के अंतर्गत प्राथमिक विद्यालय के शिक्षकों की समस्याओं पर एक अध्ययन, इंटरनेशनल जर्नल ऑफ मैकेनिकल इंजीनियरिंग, वॉल्यूम 6 (विशेषांक, नवंबर–दिसंबर 2021), पृ. 672–680, आईएसएसएनः 0974–5823

मुखर्जी, डी. (2000). "परिवार और काम में संतुलनः शिक्षण में महिलाएँ।" इंडियन जर्नल ऑफ़ लेबर इकोनॉमिक्स, 43(3), 523–536।

राव, एन. और नारायण, के. (2011). "भारतीय विद्यालयों में शिक्षक कार्यभार और प्रदर्शन।" नीति और अभ्यास के लिए शैक्षिक अनुसंधान, 10(3), 169–184।

श्रीवास्तव, ए. के. और सिंह, आर. (2015). "स्कूल शिक्षकों का तनाव और मानसिक स्वास्थ्यः एक तुलनात्मक अध्ययन।" जर्नल ऑफ़ साइकोलॉजिकल रिसर्च, 27(1), 45–58।