

પ્રકરણ –1

વિષય પ્રવેશ

- 1.1 પ્રસ્તાવના
- 1.2 સંશોધનની ઐતિહાસીક ભૂમિકા
- 1.3 અધ્યયનના અગત્યના મુદ્દાઓની સમજૂતિ
 - 1.3.1 વ્યવસાય સંતોષ એટલે શું ?
 - 1.3.2 જીવન સંતોષ એટલે શું ?
 - 1.3.3 માનસિક સ્વાસ્થ્ય એટલે શું ?
- 1.4 અગત્યના ક્રિયાત્મક પદોની વ્યાખ્યા
- 1.5 શિક્ષકોની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા
- 1.6 વ્યવસાય સંતોષની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા
- 1.7 જીવન સંતોષની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા
- 1.8 માનસિક સ્વાસ્થ્યની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા
- 1.9 અધ્યયનના પરિવર્ત્યો
- 1.10 પ્રસ્તુત અધ્યયનની અગત્યતા
- 1.11 પ્રસ્તુત અધ્યયનની મર્યાદાઓ
- 1.12 અધ્યયનનું સંયોજન

પ્રકરણ – 1

વિષય પ્રવેશ

1.1 પૂર્વ ભૂમિકા :

આજના સાંપ્રત સમયમાં આધુનિક ટેકનોલોજીનો જયારે વિકાસ થઈ રહ્યો છે ત્યારે કમ્પ્યુટરના આ યુગમાં શિક્ષણક્ષેત્રે પણ જબરદસ્ત ક્રાંતિ સર્જાય છે. આજે ટેકનીકલ કોર્ષને લગતા નવા અભ્યાસક્રમો અપગ્રેડ થઈ રહ્યા છે. તેમાં આઈ.ટી., એન્જીનીયરીંગ વગેરે તેમજ ફાર્મા સેક્ટરના નવા અભ્યાસક્રમો જેવા મેડીકલ કોર્ષ, ઓર્થોપેડિક, રેડિયોલોજીસ્ટ, એનેસ્થેસીયા, બી.ઈ. ફાર્મસી વગેરે. આ સાથે કમ્પ્યુટરને લગતા બી.સી.એ., એમ. સી. એ., બી. એ. સી., આઈ.ટી.સી.એ. વગેરે જેવા અનેકવિધ નવીનતા ધરાવતા કોર્ષો અભ્યાસક્રમમાં દાખલ થવા લાગ્યા છે ત્યારે પ્રાચીન ગુરુ-શિષ્ય પરંપરામાં નૂતન પરિવર્તન આવ્યું છે.

આજે આપણા ભારત દેશમાં સર્વત્ર બધા ક્ષેત્રોમાં પ્રગતિ થઈ રહી છે ત્યારે ગુરુ-શિષ્ય વચ્ચેના સબંધોમાં તંદુરસ્તી વધે એ જરૂરી છે. છેલ્લા ઘણા સમયથી આપણે વર્તમાનપત્રોમાં વાંચીએ છીએ કે આપણા દેશમાં જુદા જુદા રાજ્યોમાં ગુરુ - શિષ્ય સબંધો વધુ તંગ બનતા જાય છે. આ બાબતનું મુખ્ય કારણ એ છે કે વિદ્યાર્થી અને શિક્ષકો કાર્યની સતત વ્યસ્તતાને કારણે તંગદિલીનો ભોગ બન્યા છે જે ધીમે ધીમે કાર્ય સંતોષ ઘટાડે છે. આજે છાશવારે શિક્ષણ જગતને લાંછન લાગે તેવા બનાવો બની રહ્યા છે તે સામાજિક વિકૃતિનું જ એક પરિણામ છે. લોકો સામાજિક રીતે સ્વસ્થ ન હોવાથી આ બધી ઘટનાઓ બને છે. આ લોકોને મનોવૈજ્ઞાનિક રીતે ટ્રીટમેન્ટ આપવાની જરૂર છે.

શિક્ષકોએ વિદ્યાર્થીઓના અસામાન્ય કે વિચિત્ર લાગતા પ્રશ્નોના વિચારોને પણ આવકારવા જોઈએ. વિદ્યાર્થીઓના વિચારોનું પણ શિક્ષકને મૂલ્ય છે એમ વિદ્યાર્થીઓને લાગવું જોઈએ એટલે કે વિદ્યાર્થીઓને અભિવ્યક્તિ માટે અભય વચન મળવું જોઈએ. વિદ્યાર્થીઓની સર્જનાત્મકતા ની ખીલવણી માટે તેને મુક્ત અભિવ્યક્તિ માટે પ્રેરવા જોઈએ.

આજે મોટા ભાગની શિક્ષણ સંસ્થાઓમાં સર્જનાત્મકતા ખીલવવાને બદલે તેને દબાવવામાં આવે છે. શિક્ષકોની દ્રષ્ટિએ " આજ્ઞાંકિત " વિદ્યાર્થીઓ આદર્શ ગણાય છે. જો આજ પ્રક્રિયા ચાલુ રહેશે તો વર્ગખંડમાં નેપોલિયન કે આઈન્સ્ટાઈન પેદા થઈ શકશે નહીં. શાળાનો વર્ગખંડમાં શિક્ષણકાર્ય

દરમ્યાન પોતાનો કુલ સમય વિદ્યાર્થીઓની સાથે પ્રેમાળ, હુંફભર્યો, વાત્સલ્યપૂર્ણ વ્યવહાર કરી વિદ્યાર્થીઓના અભ્યાસ પ્રત્યે પ્રેરણા જાગેતેવા વાતાવરણનું સર્જન કરવું જોઈએ. શિક્ષકે વિદ્યાર્થીઓ સાથે અમુક હદ સુધી મર્યાદામાં રહીને શિક્ષક વિદ્યાર્થીનું થોડું અંતુર રાખીને વ્યવહાર કરવો જોઈએ કે જેથી શિક્ષક કે વિદ્યાર્થીનું માનસિક સ્વાસ્થ્ય ન કથળે શિક્ષકને પોતાના વ્યવસાયમાં અસંતોષ ન થાય તેમજ વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક બંને સંસ્થાના વાતાવરણમાં બરાબર ગોઠવાઈ જઈ અનુકૂળ થઈ શકે.

શિક્ષકે વિદ્યાર્થીઓ પ્રત્યે માત્ર Friend, Philosopher and guide ની ભૂમિકા ભજવીને યોગ્ય સમાયોજન સાધવું જોઈએ.

1.2 સંશોધનની ઐતિહાસિક ભૂમિકા :

સાંપ્રત સમયમાં આધુનિક જમાનાની માંગને જોતા બાળકનો સર્વાંગી વિકાસ કરવા માટે નવા નવા શિક્ષણના પ્રવાહો, નવી નવી ટેકનોલોજી તેમજ નવા નવા શિક્ષણના સાધનોનો ઉપયોગ કરીને અસરકારક શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરવાનું વલણ ખૂબ જ જોવા મળે છે. આપણા દેશમાં આ બાબત ખૂબ જ વધી રહી છે તેવા સમય, સંજોગો અને પરિસ્થિતિમાં ગુરુ – શિષ્ય વચ્ચેના સંબંધો ખૂબ જ તંગ બની રહ્યા છે. ઉપરાંત ધીમે ધીમે શિક્ષણને લાંછન લાગે તેવા બનાવો બની રહ્યા છે જ્યારે પહેલાના જમાનમાં ગુરુ અને શિષ્ય વચ્ચેના સંબંધને ખૂબ જ મહત્વ આપવામાં આવતું હતું.

કેળવણી એ આદિકાળથી ચાલી આવતી પ્રક્રિયા છે. સમયાંતરે તેના સ્વરૂપ, પાસાઓ બદલાયા કરે છે એ રીતે શિક્ષણ એ શાશ્વત ઘટના છે મનુષ્યમાં જ્ઞાન તો મૂળભૂત રીતે રહેલું જ છે પણ બહાર આવતું નથી જ્યારે કેળવણી તેને બહાર લાવવાનું કાર્ય કરે છે જ્ઞાનનો અનંત ભંડાર આપણી અંદર જ આવરણ દુર કરવાની પ્રક્રિયા એ જ શિક્ષણ છે. માત્ર ઉપાધિઓ એટલે કે ડિગ્રીઓ મેળવી લેવી અને જીવનનું આયોજન કરી લેવું એ સાચું શિક્ષણ નથી પરંતુ તેના સ્થાને માનવીને સાચો માનવ બનાવે તે જ શિક્ષણ છે. સાચી કેળવણી છે ચારિત્ર્ય, પરોપકાર, કડ્ડણા, પ્રેમ, ઉદારતા જેવા માનવીય વિષયોને પરિપૂર્ણ બનાવે તે જ કેળવણી છે. કેળવણી એ પદવી મેળવી લેવાની ક્ષણિક પ્રક્રિયા નથી પરંતુ જીવનપર્યંત ચાલતી સાશ્વત પ્રક્રિયા છે.

આપી શાળા-મહાશાળામાં ધંધાની કેળવણી દાખલ કરવાનો પ્રશ્ન ધીમે ધીમે સ્વરૂપ પકડતો જાય છે. આ આખા પ્રશ્નના મુળમાં પ્રજાના જીવનનિર્વાહનો પણ વિચાર છે જે કેળવણી માણસને ટકે શેર અનાજ અપાવી ન શકે તે કેળવણી કહેવાય જ શી રીતે? આજની કેળવણી ગણ્યા ગાઠ્યા લોકોને શ્રીમંત બનાવે છે પણ એ મુઠીભર લોકોની પાછળ સમાજનો મોટો ભાગ પગ પર પગ ચડાવી ને બેસતા શીખે છે આ બેઠાડું વર્ગ વધતો જાય છે શરૂઆતમાં આ બેઠાડું કેળવણીથી અસંતોષ પામી ધંધાની કેળવણીનો ઉકેલ લાવવા મથે છે ત્યારે ધંધામાં પડેલ લોકો પોતાના છોકરાઓ બેઠાડું

કેળવણીએ પ્રજાના માનસને જકડી લીધું છે એટલે જે વસ્તુ આજથી સાંઠેક વર્ષ પર સહજ હતી તે સાધના માટે આજે મોટો પ્રયત્ન કરવો પડે છે.

શિક્ષણ સતત પરિવર્તનશીલ ક્ષેત્ર છે. ઋષિ પરંપરાથી માંડીને કોમ્પ્યુટર યુગ સુધીના લાંબા ગાળામાં શિક્ષણની ક્ષિતિજો ખૂબ જ વિસ્તરથી થઈ છે જરૂરીયાતના સંદર્ભે શિક્ષણમાં નવા પ્રયોગો, સંશોધનો, નવા સ્વરૂપો, નવી પદ્ધતિઓ, નવા વિષય સ્વરૂપો અસ્તિત્વમાં આવ્યા આ બધી ફિલસુફીના મુળમાં શિક્ષકની પ્રયોગશીલતા, ભીતરની ઝંખના, જ્ઞાન-પિપાસાનું ફરજંદ છે. સાંપ્રત સમયમાં શિક્ષણની અસરકારકતા અને ગુણવત્તા જાળવવા અને વધુ ઉચ્ચાર્થો સર કરવા શિક્ષકોએ કાર્યયજ્ઞ ચાલુ જ રાખવો પડશે શિક્ષણમાં નિપજમહત્વની છે શિક્ષણ લેનારને આત્મસંતોષ થાય અને આપનારને નિજાનંદ મળે એ જ શિક્ષણ છે.

1.3 અધ્યયનના અગત્યના મુદ્દાઓની સમજૂતી :

1.3.1 વ્યવસાય સંતોષ એટલે શું ?

વ્યવસાય સંતોષ એ સામગ્રિક ભાવ ઘટના છે વ્યક્તિને તેના કામ વિશે કેવી લાગણી છે તે અનેક ઘટકો પર આધાર રાખે છે. વ્યવસાય સંતોષ એ મનોવલણ નથી અનેક મનોવલણોના સંગઠનમાંથી ઉત્પન્ન થતી જટીલ માનસિક સ્થિતિ છે સંતોષની કોઈ પણ લાગણીની જેમ વ્યવસાય સંતોષ ભાવાત્મક આવેગિક પ્રતિક્રિયા છે.

મિલ્ટન બ્લુમ જણાવે છે કે વ્યવસાય સંતોષ સંકુચિત રીતે એક વ્યવસાય અને કેટલાક વિશિષ્ટ ઘટકો સાથે જોડાયેલા હોય છે. મિલ્ટન બ્લુમના શબ્દોમાં વ્યવસાય સંતોષ એક સામાન્ય મનોવલણ છે જે ત્રણ ક્ષેત્રોમાં આવેલા ઘણા વિશિષ્ટ મનોવલણ છે જે વિશિષ્ટ મનોવલણ છે જે વિશિષ્ટ વ્યવસાય ઘટકો વ્યક્તિગત લક્ષણો અને કાર્યપરિસ્થિતિ બહાર સંબંધોના પરિણામરૂપ છે.

વ્યવસાય સંતોષ વિશે કેટલીક વ્યાખ્યાઓ નીચે મુજબ છે.

- 1) " વ્યવસાય સંતોષ એ મનોવલણોનો વિશિષ્ટ સમૂહ છે જે સંગઠનના સભ્યો ધરાવે છે "

– અર્નેસ્ટ મેકોમિક અને ડેનિયલ ઈલ્ગોન
- 2) " વ્યવસાય સંતોષ એ કોઈ વિશિષ્ટ મનોવલણ નથી પરંતુ એક સામાન્ય મનોદશા છે "

– હોપોક (1935)
- 3) " વ્યવસાય સંતોષ એટલે વ્યક્તિના અંગત ધોરણ અને વ્યક્તિના પ્રત્યક્ષીકરણ વચ્ચે જેટલો

તફાવત ઓછો તેટલો વ્યવસાય સંતોષ વધારે "

– વુમ (1984)

- 4) " વ્યવસાય સંતોષ આપણા વ્યવસાય વિશેની આપણી વિધાયક અને નિષેધક લાગણીઓ, મનોવલણો સાથે સબંધ ધરાવે છે "

– સ્ચુલ્ટઝ અને સ્ચુલ્ટઝ (1994)

કોઈ પણ કર્મચારી માટે સંતોષ ખૂબ જ મહત્વનો છે વ્યવસાય સંતોષ આપણા વ્યવસાય કે કાર્ય વિશેની વિધાયક કે નિષેધક છાપ તથા મનોવલણો સાથે સબંધ ધરાવે છે તે ઘણા કાર્ય સબંધી ઘટકો ઉપર આધારીત છે તેમાં સ્વપૂર્તિના ભાવથી માંડીને આપણા રોજિંદા કાર્યનો સમાવેશ થાય છે કર્મચારીના વ્યક્તિગત ઘટકો વ્યવસાય સંતોષને અસર કરી શકે આ ઘટકોમાં ઉમર, તંદુરસ્તી, કાર્ય અનુભવની લંબાઈ, આવેગિક સ્થિરતા, સામાજિક દરજ્જો, ફુરસદની પ્રવૃત્તિઓ તથા કુટુંબ અને અન્ય સાધનો, સામાજિક સબંધોનો સમાવેશ થાય છે આપણી પ્રેરણાઓનો પણ તેમાં સમાવેશ થાય છે આ રીતે પ્રેરણાઓનો પણ તેમાં સમાવેશ થાય છે આ રીતે પ્રેરણાઓને કેટલી સારી રીતે સંતોષી શકીએ છીએ તે પણ અગત્યનું છે આવો સંતોષ આપણા વ્યવસાય પ્રત્યેના મનોવલણને અસર કરે છે.

વ્યવસાય સંતોષ એ કર્મચારીઓ માટે ટકાઉ, સ્થાયી ગુણ લક્ષણ છે તે વ્યવસાયના લક્ષણોથી સ્વતંત્ર છે વ્યવસાય દરજ્જામાં ફેરફાર થવો, પગાર, વ્યવસાયની પરિસ્થિતિઓ અને ધ્યેયની વ્યવસાય સંતોષ પર જૂજ અસર થાય છે. આપણા સુખ કે દુઃખ, સંતોષ કે અસંતોષની વ્યક્તિગત મનોવૃત્તિ સમયાંતરે અને સંજોગ પ્રમાણે ખૂબ ઓછી પરિવર્તન પામે છે કેટલા સંશોધકોએ જોડીયા બાળકો પર અભ્યાસ કરીને સૂચવ્યું છે કે વ્યવસાય પ્રત્યેના મનોવલણો, ફલશ્રુતીઓ કે સંતોષ એ જન્મજાત છે.

સામાન્ય રીતે સંતુષ્ટ એવા કર્મચારીઓ વ્યવસાયમાં ટકી રહે છે વ્યવસાયની ક્ષતિપૂર્તિ કરના રાઓ એવ્યવસાય વધારે બદલે એવું સંભવ છે ઘણાં અભ્યાસીઓએ દર્શાવ્યું છે કે વ્યવસાય સંતોષ જીવનના બધા પાસા સાથે સબંધ ધરાવે છે જે લોકોને તેના વ્યવસાય કે કાર્ય પ્રત્યે વિધાયક મનોવલણ છે તેના વ્યક્તિગત અને કૌટુંબિક જીવનમાં પણ વિધાયક મનોવલણ હોય છે.

વ્યવસાય સંતોષ અંગે કાથડ (1995), શ્રી વાસ્તવ (1996), અમરનાથ (1980), પટનાયક, શર્મા (1993), રાવલ (1994), સાગર શર્મા અને ઉમા શર્મા, સુર્ય કુમાર, શ્રી વાસ્તવ (1982), એસ. કે.અગ્રવાલ (1979), સ્મિથ અને ગિલબેથ (1974), પી. સી. મિશ્રા અને એ. પી. સીંગ (1986), જે. ભોરાણીયા(1986), ટી.બી. ચાવડા અને જે. એચ. ટાપરીયા (2000),

પી.પી. સોલંકી અને જે.એચ. ટાપરીયા(2000), નવીનકુમાર (1987), સુધીર પટેલ (1993), સુરેલીયા (1994), ગીતા મહેતા(1993), એ. એસ. મારકણા (1997), જેક્સન (1980), હોગ લુ (2007), પી. એમ. લિન્ડફોર્સ(2007), મૌલી એસ્પેન બ્રેનર (2007), અર્નેસ્ટ ડબલ્યુ બ્રેવર (2008), જ્યોર્જના મૌરા (2007), જસ્ટીના એ. ફિસકર (2007), કેથેરીના મિસેલોવા 2002), ચાર્લ્સ એલ. જિગ્નર, એન્ડ્રુ કેઈલ ફેઈનસ્ટીન(2000) વગેરેના અભ્યાસો નોંધપાત્ર છે.

1.3.2 જીવન સંતોષ એટલે શું ?

જીવન સંતોષ અંગેના અધ્યનનો ઇતિહાસ ઘણો જ જૂનો માનવામાં આવે છે કારણ કે જીવન સંતોષ અંગેની સંકલ્પના મનોવિજ્ઞાનની જેમ જ તફાવતમાથી મળી આવી છે ન્યાય વિશેષકના મતે સુખ અને દુઃખ એકબીજાથી સ્વતંત્ર અને વિરોધી લાગણીઓ છે તે ઈચ્છનીય અને અનિચ્છનીય પદાર્થના જ્ઞાનમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે સુખ એ સાનુકુળતાની લાગણી છે અને આ અનુકુળતાની લાગણી સંતોષને નિર્ધારીત કરે છે મહાન શરીરશાસ્ત્રી ચરકના મતે સંતોષ એ શારીરીક, રાસાયણીક દ્રવ્યોની સમતુલા, અસમતુલા પરથી નિર્ધારીત થાય છે તેઓના મત પ્રમાણે સુખ દુઃખની લાગણી શરીરમાં રાસાયણીક દ્રવ્યોની અસમતુલામાંથી ઉત્પન્ન થાય છે મન અને શરીર બંનેમાંથી અનુક્રમે શારીરીક અને માનસીક સુખ દુઃખ ઉદભવે છે. ચરકનો સુખ દુઃખનો સિદ્ધાંત જીવન સંતોષનો મનોવૈજ્ઞાનિક આધાર રજૂ કરે છે.

1950માં BEYOND PLEASURE PRINCIPLE

માં ફ્રોઈડે જણાવ્યું છે કે " જીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય સુખ સંતોષ છે " તેમણે જણાવ્યું કે સુખ – અસુખની લાગણી ઉત્તેજનના જથ્થા સાથે સંબંધ ધરાવે છે ઉત્તેજનના વધારા સાથે અસુખ અને ઘટાડા સાથે સુખની લાગણી સંકળાયેલી છે.

Theories in contemporary psychology (1963) Grins WilliamsW.જણાવે છે કે સંતોષ-અસંતોષ જેમ વધારે તેમ અનુબંધની મજબુતી કે નબળાઈ પણ વધારે સંતોષ જનક પરિસ્થિતી એવી પરિસ્થિતી જેને ટાળવા પ્રાણી કઈ કરતું નથી પરંતુ બહુધા તેને પ્રાપ્ત કરવા અને જાળવી રાખવા પ્રયત્ન કરે છે અસંતોષ પ્રેરક કે ચીડજનક પરિસ્થિતી એટલે જે પ્રાણી સામાન્યપણે ટાળે છે અને ત્યજી દે છે થોર્નડાઈકે ' સંતોષકો ' અને અસંતોષકો અંગેના ખ્યાલની ચર્ચા કરી છે જેને હાલ ઉપરાંતસ્પેન્સર, જેમ્સ ડ્યુઈ, મેકડુગલ વગેરે જૈવીય અભિગમ ધરાવતા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ પણ સ્વીકાર્યો છે.

Kanungo and mendonla (1994) એ Principles of content

માં કર્મચારીઓના સંતોષ સાથે તેમની કાર્યપ્રેરણાના સબંધની બાબતને દર્શાવી છે. જીવન સંતોષ અંગે ના અન્ય અભ્યાસો પણ જુદા જુદા પરિવર્ત્યોના સંદર્ભમાં થયા છે જેમાં,

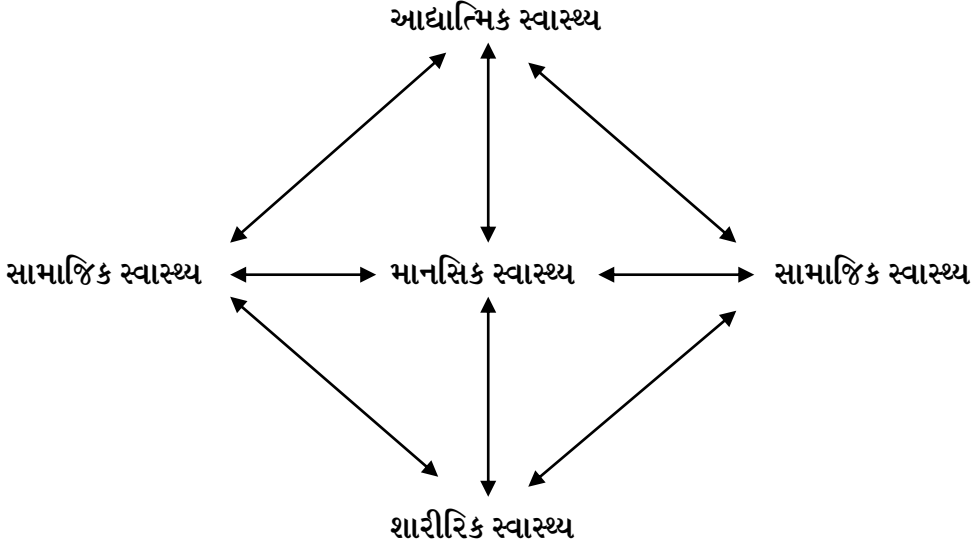
- 1) માનસીક સ્વાસ્થ્ય અને જીવન સંતોષ અંગેનો સિંઘ અને સિંઘ (1995) સંસ્થાકીય વાતાવરણ અને સંતોષની જરૂરતોનો કાર્ય સામેલગીરી સાથેના સબંધનો અભ્યાસ.
- 2) શ્રી વાસ્તવ (1996) નો અભ્યાસ
- 3) જીવન સંતોષ અને હેલ્પનેશ અંગેનો ખાન અને (1999) નો અભ્યાસ ઉલ્લેખનીય છે ઉપરાંત
- 4) જીવન સંતોષના પરિવર્ત્યને ભારીતય વાતાવરણના સંદર્ભમાં વઘાસીયા (1998) માં અને બાલી (1998) તેમજ બી.એમ.વઘાસીયા (1998) નાં અભ્યાસો ઉલ્લેખનીય છે.

1.3.3 માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે શું ?

માનસીક સ્વસ્થાનો ખ્યાલ જટીલ છે માનસીક રીતે સ્વસ્થ વ્યક્તિ કોને કહેવી તે જાણ્યા વિના અસ્વસ્થ વ્યક્તિનો ખ્યાલ મેળવવો મુશ્કેલ છે કોઈ પણ જાતની પીડા, દુઃખ કે બિમારી વિના વ્યક્તિ પોતાનો વ્યવસાય હાથ, પગ કે શરીરના અન્ય અંગો વડે કાર્યો કરે છે તો તેને આપણે શારીરિક રીતે સ્વસ્થ માનતા હોઈએ છીએ શારીરિક સ્વસ્થતા પારખી શકાતી નથી સામાન્ય રીતે લોકોને એવું માનવું છે કે જે શારીરિક રીતે સ્વસ્થ દેખાતો હોય કે કોઈ રોગથી પીડાતો ન હોય તો તે સ્વસ્થ છે એવું માનવામાં આવે છે પરંતુ એ ખોટું છે શારીરિક સ્વસ્થતા સાથે માનસીક સ્વાસ્થ્ય શબ્દ પણ સંકળાયેલો જે જો કે આજે શારીરિક સ્વાસ્થ્યની સાથે સાથે માનસીક સ્વાસ્થ્ય શબ્દ પણ ધીમે ધીમે પ્રચલિત થતો જાય છે જેવી રીતે કોઈ પણ સમાજ પોતાની પ્રજાનું શારીરિક સ્વાસ્થ્ય સચવાતું રહે તે માટે યોગ્ય – અયોગ્યના પગલા છે તેવી રીતે અત્યારે એવું માનવામાં આવે છે કે પ્રજાના માનસીક સ્વાસ્થ્યનું રક્ષણ કરવું તે પણ દરેક સુશિક્ષિત સમાજની એક મહત્વની ફરજ છે.

આમ પણ સ્વસ્થતા આરોગ્ય નથી પરંતુ શારીરિક માનસીક કે સામાજિક રીતે સ્વસ્થ હોવું એ ખરી સ્વસ્થતા છે છેલ્લે થોડા વર્ષોમાં આ વ્યાખ્યામાં આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્યનો પણ ઉમેરો કરવામાં આવ્યો છે. આમ જોઈએ તો માનસીક સ્વાસ્થ્યનું ક્ષેત્ર ઘણું વિશાળ છે એમ કહી શકાય કે સ્વાસ્થ્યની આસપાસ આખું જીવન વીટળાઈ જાય છે સ્વાસ્થ્યના ચાર ઘટકોમાં પણ માનસીક સ્વાસ્થ્ય કેન્દ્રમાં રહે છે તેનું સ્થાન આગવું છે. સ્વાસ્થ્યના ચાર ઘટકો તેના પર ખૂબ આધારીત છે તેનું સચિત્ર વર્ણન આકૃતિથી સમજાવી શકાય છે.

આકૃતિ નં 1.1 માનસિક સ્વાસ્થ્યના પાસાઓ દર્શાવતી આકૃતિ.



સ્વાસ્થ્યની આ સમજને વાચા મળે છે જહોન મિલ્ટનની કાવ્ય પંક્તિઓમાં જેનો અનુવાદ નીચે મુજબ આપ્યો છે.

" છે કારણો મનના બધા,

બદલી શકે પળવારમા

જે નર્કમાંથી સ્વર્ગમાં

ને સ્વર્ગમાંથી નર્કમાં "

" માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે વ્યક્તિ પોતાની અને સમાજ સાથે સુમેળ સાધવાની શક્તિ "

માનસીક સ્વાસ્થ્યની ઘણી વ્યાખ્યાઓ ઉપલબ્ધ છે પરંતુ ગીતાના બારમાં અધ્યાયમાં પંદરમાં શ્લોકમાં અપાયેલ માનસીક સ્વાસ્થ્યનું વર્ણન કદાચ ટુકમાં કહુ છતા ચોક્કસ છે અને માનસીક સ્વાસ્થ્ય વિશે ઘણું બધું કહી જાય છે.

" જેનાથી લોકો ઉદ્વેગ પામતા નથી અને જે લોકો ઉદ્વેગ પામતો નથી તથા જે હર્ષ, ક્રોધ, ભય અને ઉદ્વેગરહિત છે તે ભક્ત મને પ્રિય છે "

ગીતાના આ શ્લોકમાં માનસીક સ્વાસ્થ્યનું જે વર્ણન છે તેને આધારે કહી શકાય કે જે વ્યક્તિ અન્ય વ્યક્તિથી દુઃખી કે ગ્લાની કે ખલેલનો અનુભવ કરતી નથી તેવી જ રીતે અન્ય કોઈ વ્યક્તિને તે દુઃખ કે ગ્લાનીનો અનુભવ કરાવતી નથી કે તેમાંથી કોઈને દુઃખ થતું નથી આવા ભય, હર્ષ, ક્રોધ, શોકના ઉદ્વેગથી રહિત છે તે સ્વસ્થ છે.

" માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલસ વ્યક્તિ પોતાની જાત સાથે અને સમાજ સાથે સુમેળ સાધી શકે

તેવી સ્થિતી "

" માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે માનસીક શાંતી "

પ્રાણીમાં બુદ્ધિ કે કલ્પના હોતી નથી તેથી તે હંમેશા ખુશ રહે છે અને ખુશ એટલા જ માનસીક સ્વસ્થતા જ્યારે માણસ એ બુદ્ધિશાળી પ્રાણી છે તેથી તે વર્તમાનકાળ, ભુતકાળ અને ભવિષ્યકાળ ત્રણેયનો વિચાર કરે છે અને પરિણામે જીવનના ઘણા પણ બનાવો બને છે કે જેને કારણે વ્યક્તિ હતાશ બને છે અને વારંવારની હતાશા સંઘર્ષમાં પરિણમે છે એ સંઘર્ષ વ્યક્તિને માનસીક રીતે અસ્વસ્થ બનાવે છે.

જીવનમાં તડકા છાયા આવ્યાજ કરે છે ક્યારેક માણસ આનંદમાં હોય છે છાયામાં હોય તો માનસીક રીતે સ્વસ્થ છે તો ક્યારેક માણસ દુઃખી હોય છે, નિરાશ હોય છે તેથી માનસીક રીતે અસ્વસ્થ હોય છે એમ કહી શકાય આમ ચડતી અને પડતી વ્યક્તિના જીવનમાં આશા અને નિરાશા ફેલાવે છે ટુંકમાં કહીએ તો વ્યક્તિના જીવનમા ઘટમાળ જ એવા પ્રકારની છે તે અનેક આવેગોમાંથી પસાર થતી હોય છે આ આવેગોનો યોગ્ય રીતે વિકસાવવામાં ન આવે તો તે વ્યક્તિમાં સંઘર્ષ જન્માવે છે અને માનસીક રીતે અસ્વસ્થ થઈ જાય છે.

આમ ઉપરોક્ત વ્યાખ્યાને આધારે કહી શકાય કે વ્યક્તિ સમાજની અન્ય વ્યક્તિઓ સાથે માનસીક રીતે સમાયોજન સાધી શકે તે માટે માનસીક સ્વાસ્થ્ય જરૂરી છે.

વ્યક્તિ પોતાની મોટી ઉંમરની વ્યક્તિ સાથે બેસે કે પ્રવૃત્તિ કરે તો તે તેનામાં લઘુતાગ્રંથીનો અનુભવ કરે છે અને તેનાથી સાથે વર્તન કરે કે વ્યવહાર રાખે તો તે ગુરૂતાગ્રંથીનો અનુભવ કરે છે આથી તે પોતાના સમાન વયના વર્તન વ્યવહાર રાખે તો તેનામાં આત્મવિશ્વાસનો વિકાસ થાય છે અને દરેક કાર્ય કરવામાં પ્રવૃત્તિ કરવામાં તેનો ઉત્સાહ ટકી રહે છે પોતે પણ કઈ કરી શકવા સક્ષમ છે તેવા આત્મ ગૌરવ જન્મે છે આ રીતે ઈચ્છાશક્તી અને આવેગો સમજવાથી આત્મગૌરવના સ્થિર ભાવનો વિકાસ થાય છે અને અન્ય સાથે દરેક પ્રવૃત્તિમાં સમાયોજન સારી રીતે સાધી શકે છે.

માનસીક સ્વાસ્થ્ય અંગે જગદીશ અને રાકેશ પ્રતાપસિંહ (1977), બી. એમ. વઘાસીયા (1988)મિશ્રા (1997), સિંઘ અને સિંઘ (1995), રાણે (1993), ગાંધર્વ જોષી (1998), એ. એમ. વસાણી(1998), સનર્થર અને ગુન્ડરસન (1965), તથા મોર્ગોલિસ (1979), કેસન (1978)જગદીશ અને શ્રી વાસ્તવ(1989), એ. એમ. ચોયા (2003), શાંતા સોલંકી (2002), એ. એમ. નંદાણીયા (2006), સમુહા પરમાર(2006), રસીક જેઠવા(2007), સમુહા પરમાર અને શ્રી સાકરીયા(2006), પાન્ડે માર્ફલીના પી., શાંતાના વિમલા એસ.(2002), કટૌકે યાસુસી ,સોજી ઈચિકો (2002), જેક્સન એચ. જે., બર્જસ પી. એમ. મેલબોર્ન ઓસ્ટ્રેલીયા (2002),

તાજમાઓ, સામુ (2001), નિલમ નકુમ (2001), પારધી ઉષા કે. અને વેગર મહિમા, એસ. આર. (1992), રોલેન્ડ બાર્બરા, લેગ બેન ડગ્લાસ, આર. રોરસ(2000), કઈલ્તી આલા, હુઈના, રીટા કેરટ, રીમ્પાલ અર્જા (1999), વુ હોસન, જીઆંગ, લોંગ, ગ્યુઆંગ, હેગીયોગ(2001), રેડી એસ. વિશ્વનાથ અને નાગર નથમ્મા બી.(1995), ટર્મન અને મેરીલ (1937), શ્રી નિવાસ અને વેદગીરી (1977), પ્રભાકરન (1986) પટનાયક મીરા અને મીશ્રા (1993), રાય અને યાદવનો અભ્યાસ (1993), રેડી અને નગરથાનમ્મા (1993), દિલીપ અઘારા (1995), જે. એ. જારસાણીયા (1996) અને બી.એન. રાદડીયા (2002) વગેરેના અભ્યાસો નોંધપાત્ર છે.

1.4 અગત્યના પદોની વ્યાખ્યા

અભ્યસમાં કે અધ્યયનમાં ઉપયોગમાં લીધેલ શબ્દો અને પારિભાષિક શબ્દોની વ્યાખ્યા કરવામાં આવે છે. અહીં 'Operational

Definition ક્રિયાત્મક વ્યાખ્યા આપવામાં આવી છે. આવા પદોની વ્યાખ્યા આપવાનો સંશોધકનો મુખ્ય ઉદ્દેશ એ છે કે સુસંવાદિતા કેળવી શકે આવા પદોની વ્યાખ્યા નીચે મુજબ છે.

1.4.1. શિક્ષકોની જાતિ :

શિક્ષકોની જાતિ બાબતે સ્ત્રી શિક્ષક કે પુરુષ શિક્ષક એવા લૈંગિક ભેદને જાતિ દ્વારા સુચવવામાં આવ્યો છે.

1.4.2. શિક્ષકોની શાળાનો પ્રકાર :

શિક્ષકોને શાળાના પ્રકાર બાબતે ખાનગી માધ્યમિક શાળા અને સરકારી માધ્યમિક શાળા એવા બે વિભાગો દ્વારા સુચવવામાં આવ્યો છે.

1.4.3. શિક્ષકોનો વૈવાહિક દરજ્જો :

શિક્ષકોના વૈવાહિક દરજ્જાને પરણિત શિક્ષકો અને અપરણિત શિક્ષકોના આધારે સુચવવામાં આવ્યો છે.

1.4.4. શિક્ષકોની ઉંમર :

શિક્ષકોની ઉંમરને જન્મ તારીખને ધ્યાનમાં રાખીને વર્ષ આધારે ઉંમરને સુચવવામાં આવી છે.

1.4.5. શિક્ષકોનું વેતન દર :

શિક્ષકોને દર માસે વેતન અથવા દર માસે મળતા પગારને આધારે વેતન દરને સુચવવામાં આવ્યું છે.

1.4.6. શિક્ષકોના કાર્યભાર :

શિક્ષક શાળામાં પૂર્ણ સમય નોકરી કરે છે કે ખંડ સમય તે બાબતને ધ્યાનમાં રાખીને શિક્ષકોના કાર્યભારને સુચવવામાં આવ્યો છે.

1.4.7. વ્યવસાય સંતોષ :

વ્યવસાય સંતોષ એટલે વ્યક્તિને પોતાના વ્યવસાય કે કાર્યમાંથી મળતો સંતોષ જેને વ્યવસાય સંતોષ તુલા દ્વારા મળેલ પ્રાપ્તાંક દ્વારા દર્શાવવામાં આવે છે.

1.4.8. જીવન સંતોષ :

જીવન સંતોષ એટલે વ્યક્તિને પોતાના જીવનમાંથી મળતો સંતોષ જેને જીવન સંતોષ તુલા દ્વારા મળેલ પ્રાપ્તાંક દ્વારા દર્શાવવામાં આવે છે.

1.4.9. માનસીક સ્વાસ્થ્ય :

માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે વ્યક્તિની માનસીક સ્વાસ્થતાની અવસ્થા અથવા વ્યક્તિ માનસીક રીતે કેટલો સ્વસ્થ છે તેની કક્ષા જેને માનસીક સ્વાસ્થ્ય તુલા દ્વારા મળેલ પ્રાપ્તાંક દ્વારા દર્શાવવામાં આવે છે.

1.5 શિક્ષકોની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા :

“The teacher is a maker of man”

- Sir John Adams

અર્થાત શિક્ષક મનુષ્યને સુંદર બનાવે છે.

શિક્ષક એ રાષ્ટ્રનો નિર્માતા અને ભાગ્ય વિધાતા છે તે રાષ્ટ્રના ભાવિનો અને ઈતિહાસનો સર્જક છે એટલે જ કહેવાય છે કે “The teacher is a maker of શિક્ષણ ક્ષેત્રે શિક્ષકનું સ્થાન અનન્ય છે. મહાન એલેક્ઝાન્ડરે કહેલું કે ‘I owes my birth to my father but life to my teacher’

શિક્ષક એ બાળકનો ભાગ્ય વિધાતા છે. બાળકને શિક્ષણ દ્વારા શિક્ષક જ જીવન જીવવાની કલા શીખવે છે આથી જ એમ કહેવાયું છે કે રાષ્ટ્રની કેળવણીનું સ્તર કરતા ક્યારેકય ઉચ્ચ હોઈ શકે નહીં. ‘No system of education can raise higher than its teachers’

શિક્ષણ મહત્વના અંગત તરીકે કાર્ય કરે છે શિક્ષકનો વ્યવહાર ખૂબ પવિત્ર અને ઉચી ગુણવત્તાવાળો છે. સાચા અર્થમાં તે રાષ્ટ્ર વિધાતા છે. પ્રાચીન કાળમાં કેળવણી એ વિદ્યા ઉપાસનાનું

મહત્વનું સાધન હતી. જ્ઞાનં એવં અમૃતમ.

જ્ઞાન પ્રાપ્તિ એ જીવનનું પરમ અને ચરમ લક્ષ્ય છે. જ્ઞાનને પવિત્ર ગણવામાં આવતું જ્ઞાન એ માનવજીવનની સંજીવની, પ્રેરણા અને મુક્તિદાતા માનવામાં આવતું શિક્ષણ એ વિદ્યાર્થીને તમસમાંથી જ્યોતિ તરફ લઈ જવાનું પવિત્ર પરિબળ હતું. શિક્ષણ એ અમૃત તત્વની ખોજ માનવામાં આવતું. વ્યક્તિ જીવનમાં પરમ તત્વની પ્રાપ્તિ માટે કેળવણી એક મહત્વની સાધના-ઉપાસના બની રહેતી આ સાધના ઉપાસનામાં ગુરૂનું અત્યંત મહત્વ હતું.

ગુરૂ બ્રહ્માં, ગુરૂ વિષ્ણુ

ગુરૂ દેવો મહેશ્વર :

ગુરૂ એ બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશનું સ્વરૂપ ધારણ કરતા તે સર્જક, પાલક અને વિસર્જક બની રહેતો. વિદ્યાર્થીઓમાં સંસ્કાર સિંચન કરી તેનું સંસ્કાર શિલ્પ ઘડનાર બ્રહ્મા હતો વિદ્યાર્થીઓમાં સંસ્કારોનું સંવર્ધન કરનાર વિષ્ણુ સ્વરૂપે હતો વિદ્યાર્થીઓની દુષ્ટિઓ અને વિકૃતિઓ હણવાનું કાર્ય કરનાર મહેશ્વર હતો.

શિક્ષક જ્ઞાન, કર્મ અને ભક્તિના ત્રિવેણી સંગમનું સંગમતીર્થ હતો તેનું સ્થાન સમાજમાં સર્વોચ્ચ હતું. આથી સમગ્ર શિક્ષણની પ્રક્રિયામાં આજે પણ ગુરૂનું કે શિક્ષણનું સ્થાન મહત્વનું બની રહ્યું છે કબીરે તો ગુરૂને ગોવિંદથી પણ ઉચ્ચ સ્થાને સ્થાપ્યા છે.

ગુરૂ ગોવિંદ દોનો ખડે, કાકો લાગુ પાય,

બલિહારી ગુરૂ આપકી, ગોવિંદ દિયો બતાય.

ગુરૂ દ્વારા જ ગોવિંદને પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

આજના પ્રવર્તમાન શિક્ષણતંત્રમાં ગુરૂને છાજે તેવા કાર્યો ઘણી વખત સમાજમાં નથી થતા અને છાશવારે સમાજમાં શિક્ષકને લાંછન લાગે તેવી ઘટનાઓ બને છે જેમ કે ગુજરાતમાં હમાણ જ બનેલી પાટણના પી.ટી.સી.કોલેજની ઘટના. આજની શિક્ષણ પ્રણાલીમાં ગુણવત્તા યુક્ત શિક્ષકોની પસંદગી થતી નથી ત્યારે શિક્ષણનું સ્તર ઘણું નીચું જાય છે જે યોગ્ય નથી પરંતુ આ માટે શિક્ષકોએ, સમાજે અને સમગ્ર રાષ્ટ્રે ગુણવત્તા યુક્ત શિક્ષકો બાબતે જાગૃત થવું જોઈએ આથી જ પ્રો.હુમાયુન કબીર કહે છે એમ....

“Without good teachers even the least system is bound to fail.....

With good teachers even the defects if the system can be largely overcome”

-humayan kabir

સારા ગુણવતાયુક્ત શિક્ષકો વિના કોઈ પણ શિક્ષણનું તંત્ર નિષ્ફળતાને વરે છે જો સારા શિક્ષક હોયતો તંત્રની ખામીઓ આપો આપ મહદ્અંશે દુર કરી શકાય છે. ટૂંકમાં શિક્ષણની સફળતા અને નિષ્ફળતામાં શિક્ષક જ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે રાષ્ટ્રના વિકાસની આધાર શિલા શિક્ષકો છે શિક્ષક વિના રાષ્ટ્રીય વિકાસ ક્યારેય શક્ય નથી.

જ્યારે શિક્ષકની વાત આવે ત્યારે મહાન શિક્ષક યાણકયનુ વાક્ય યાદ કરવુ જ ઘટે " શિક્ષક કભી સાધારણ નહી હોતા, નિર્માણ ઔર પ્રલય ઉસકી ગોદમેં પલતે હૈ." અર્થાત, શિક્ષકનુ સ્થાન ખૂબ જ ઉચુ અને પવિત્ર માનવામાં આવે છે. વૈદિક યુગમાં શિક્ષણનું પવિત્ર કાર્ય ઋષિઓ અને બ્રાહ્મણો કરતા, રાજકુમારો પણ ઋષિઓના આશ્રમોમાં ભણવા જતા અને આ ઋષિ શિક્ષકોને આવકારવા રાજાઓ, સમ્રાટ, ચક્રવર્તીઓ પણ પોતાના સિંહાસન પરથી ઉભા થઈ જતા પ્રાચીન સંસ્કૃતિઓ જે મુખ્ય ચાર દેશોમાં વિકસી તેમાં ઈજિપ્ત, ચીન, ગ્રીસ અને ભારતમાં શિક્ષકનુ સ્થાન સમાજમાં અત્યંત મોભાનુ અને અધિકારનુ ગણાતુ.

શિક્ષણક્ષેત્રે શિક્ષકનું સ્થાન અનન્ય છે મહાન રાજવી એલેક્ઝાન્ડરે કહેલું ' I owes my birth to my father but life to my teacher' અર્થાત " હું મારા જન્મ માટે મારા પિતાનો આભારી છું , પરંતુ જીવન જીવવાની કલા માટે મારા શિક્ષકનો આભારી છું. " ટૂંકમાં, શિક્ષક એટલે શિક્ષણ આપનાર, સમજણ આપનાર અને જીવન જીવવાની કલા શિખવનાર વ્યક્તિ.

1.6 વ્યવસાયિક સંતોષની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા :

મિલ્ટન બ્લુમના શબ્દોમાં વ્યવસાયિક સંતોષ એક સામાન્ય મનોવલણ છે જે ત્રણમાં આપેલા વિશિષ્ટ વ્યવસાય ઘટકો, વ્યક્તિગત લક્ષણો અને વ્યવસાય પરિસ્થિતિ બહાર જુથ સંબંધોના પરિણામ રૂપ છે.

વ્યવસાયિક સંતોષ માણસને એક જ બાબતમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે એ પણ માનવુ ભુલ ભરેલુ છે ઘણીવાર માણસને પગાર ઓછો હોય પણ ઉપરી અધિકારી સારો હોય તો પણ વ્યવસાયિક સંતોષ થાય છે આથી વ્યવસાયિક સંતોષના કારણો જાણવા ફક્ત એક કે બે ઘટકોના આધારે જ એના કારણો શોધી ન શકાય. વ્યવસાયિક સંતોષ એ ઘણી બાબતો – અસરોનો સંપુટ બને છે ઘણીવાર એક જ માણસને જુદા જુદા સમયે ઘટકો વ્યવસાયિક સંતોષના નિર્ણાયકો બને છે વળી એક જ પરિસ્થિતીમાં જુદા જુદા માણસો માટે જુદા જુદા ઘટકો વ્યવસાયિક સંતોષના નિર્ણાયકો બને છે વ્યવસાયિક સંતોષ એ કર્મચારી પોતાના વ્યવસાય તરફ વ્યવસાયના આનુષાંગિક પરિબળો તરફ અને સમગ્ર જીવન

તરફના મનોવલણોનો પરિપાક છે.

આ વ્યવસાયિક સંતોષ એક મનોવલણ છે તમારી નોકરી તરફ તમે જીવવા માટે જે કઈ પ્રવૃત્તિ કરો છો એ તરફ તમે જેટલી મહેનત કરો છો તેના બદલમાં તમે શું મેળવો છો પૈસામાં, સંતોષમાં, સામાજિક જરૂરીયાતો પુરી કરવામાં, આનંદમાં એ બધું જ વ્યવસાય સંતોષવામાં આવી ગયું વ્યવસાય સંતોષને જોવાનું એ કામઘંઘાનું સૌથી અગત્યનું અંગ છે.

ફક્ત ઉચ્ચ પગારથી સંતોષ મળતો નથી કામ કરવાનો આનંદ, કામની કદર, આગળ વધવાની તકો જેવી કડીબંધ વસ્તુઓના મિશ્રણથી બને છે " વ્યવસાયિક સંતોષ " નવો કર્મચારી કોઈ સંસ્થામાં દાખલ થાય તો તે પણ પોતાની યોગ્યતા, આવડત, અનુભવ, વ્યક્તિત્વ વગેરે લઈને આવે તે ઉપરાંત કામ ઉપર આવે ત્યારે એના દિલ દિમાગનું કનેક્શન ઘરથી જુદું કરીને આવતો નથી. ઘરના ઝઘડા હશે તો એ ઓફીસ-ફેક્ટરીમાં કર્મચારી ઉપર નકારાત્મક અસર કરશે જ. ઘરનું વાતાવરણ સુંદર હશે તો કામ ઉપર તેની હકારાત્મક અસર પડશે.

વ્યાવસાયિક સંતોષ અંગેનું વિવેચન :

માનવી પોતાના વ્યવસાયમાંથી આર્થિક વળતર મેળવે છે અને પોતાની જરૂરીયાતો સંતોષે છે પરંતુ વ્યક્તિ માટે માત્ર આર્થિક કૌટુંબિક જરૂરીયાતો જ મહત્વની નથી તેની સાથે સાથે તેની મનોસામાજિક જરૂરીયાતો જેમ કે માન, સન્માન, દરજ્જો પણ મહત્વનો છે તેથી વ્યક્તિનો વ્યવસાય તેના સામાજિક વર્તુળમાં પ્રતિષ્ઠિત ગણાતો હોય તો તે વ્યક્તિ સામાન્યતઃ પોતાના વ્યવસાયમાં સંતુષ્ટ જોવા મળે છે.

વ્યવસાય સંતોષ એટલે વ્યવસાય સંતોષ શબ્દ વ્યવસાય અને સંતોષ એ શબ્દોનો બનેલો છે બંનેનો અલગ અર્થ કરતા કહી શકાય કે વ્યવસાય એટલે વ્યક્તિની કેટલીક જરૂરીયાતો સંતોષવા માટે કરવું પડતું વ્યવસાય જેના દ્વારા આર્થિક વળતર મળે છે વ્યક્તિની જરૂરીયાતો પૂર્ણ થતા તેને જે હળવાશ કે સંતોષની અનુભૂતિ થાય તે જ સંતોષ. હા બંને શબ્દોને સાંકળીને વ્યવસાય દ્વારા જરૂરીયાતોની પરિપૂર્તિને કારણે ઉદભવતી સંતોષની લાગણી એમ કહી શકાય.

વ્યવસાય સંતોષ એટલે મનોવૈજ્ઞાનિક, શારિરીક અને વાતાવરણની પરિસ્થિતિઓ કે સંજોગોનું કોઈ એવું સંયોજન કે જે વ્યક્તિને કહેવા પ્રેરે છે કે મને મારા વ્યવસાયથી સંતોષ છે.

— હેપોક

વ્યવસાય પ્રત્યે કર્મચારીઓને હકારાત્મક અને નકારાત્મક વલણ કે વિચાર એટલે વ્યવસાય સંતોષ.

—હેરલ

વ્યવસાય સંતોષ એ જુદી જુદી મનોવૃત્તિઓનું પરિણામ છે કે જેને કર્મચારી પોતાના વ્યવસાય સંબંધોનું તથા સંપૂર્ણ જીવનને વ્યવસાય સંબંધો ઘટકો તથા સંપૂર્ણ જીવનને માટે બનાવી રાખે છે

— બ્લુમ નાયલર

વ્યવસાય સંતોષ એ એક પ્રકારનું મનોવલણ છે તેના પરિણામો આપણે અનુભવેલ કાર્યો વિશેની ગમતી તથા અણગમતી બાબતોની સમતુલા જોવા મળે છે.

—બ્લોક

વ્યવસાય સંતોષ એ વ્યક્તિને પોતાના કામમાંથી કેટલો આનંદ મળે છે એ સૂચવે છે આમ, વ્યવસાય સંતોષ એ વ્યક્તિને તેના વ્યવસાય કે વ્યાવસાયિક અનુભવમાંથી પરિણામની સુખજનક કે વિધાયક આવેગાત્મક સ્થિતિ

—ઈ. એ. લોક

દરેક વ્યક્તિ પોતાના વ્યવસાય દ્વારા પોતાના સ્વને અભિવ્યક્ત કરવામાં સફળતાપૂર્વકનો સંનિષ્ઠ પ્રયાસ કરે છે વ્યક્તિના પોતાના વ્યવસાય પાસેથી અમુક બાબતોની અપેક્ષા રાખે છે તે તેના મૂલ્યોના સ્વરૂપેજોવા મળે છે.

—ડોનાલ્ડ સૂપર

રોજંદા જીવનને વ્યક્તિ સામાજિક, ધાર્મિક તેમજ આર્થિક લાભ અર્થે વ્યવસાય કરે છે વ્યવસાય સાથે વ્યવસાય પ્રવૃત્તિઓ પણ સંકળાયેલી છે કેટલીકવાર વ્યવસાય પ્રવૃત્તિઓ એકસરખી હોવા છતાં વ્યવસાય એકસરખા હોતા નથી વ્યવસાય સાથે સંકળાયેલા માનવીય સંબંધો કર્મચારી માટે વ્યવસાયની પ્રવૃત્તિ કરતા વધારે મહત્વના હોય છે. વ્યવસાય સાથેનું સંકલન એવી રીતે ગોઠવાયેલું છે કે જેનાથી કર્મચારીને વ્યવસાય પ્રત્યે આનંદ પ્રાપ્ત થાય જે વ્યવસાયનિક સંતોષમાં પરિણમે છે.

ઉપરોક્ત વ્યાખ્યાઓ પરથી કહી શકાય કે વ્યવસાયિક સંતોષ એ કોઈ સરળ પરિબળ નથી તે ઘણાં જ અંતર સંબંધિત ઘટકોનું પરિણામ છે કોઈ એક વ્યક્તિને વ્યવસાયની સમગ્ર પરિસ્થિતિ પ્રત્યે સંતોષ હોઈ શકે પરંતુ વ્યક્તિને વ્યવસાયના એક બે પાસાઓ પ્રત્યે અસંતોષ પણ હોઈ શકે.

૧૯૭૦ અને ૧૯૮૦ ના સમયમાં સારી આર્થિક ક્ષમતા ધરાવનારા બધી જ કક્ષાના કર્મચારીઓમાં વ્યવસાય પ્રત્યેનો અસંતોષ વ્યક્ત થતો હતો. "બ્લુકોલર" કામદારો કારખાનાના એકધારા વ્યવસાયથી કંટાળ્યા હતા વહીવટી ક્ષેત્રોમાં જોડાયેલાઓ નોકરી બદલતા હતા અને સમય પસાર કરવા ભવિષ્યનો સહારો લેતા હતા. "હાઈટ કોલર" કામવાળા કર્મચારીઓ વ્યવસ્થાતંત્ર તથા પગાર અને કામની સ્થિતિમાં અસંતોષ અનુભવતા હતા. આ સમય દરમ્યાન સમૂહ પ્રચારના

માધ્યમો (જેમને અખબાર) માં એવી વાત બતાવવામાં આવી કે દુનિયાના અન્ય દેશો જેવા કે જાપાન અને સ્વીડનમાં કર્મચારીઓ અમેરીકાના કર્મચારી કરતા વધુ વ્યવસાયિક સંતોષ અનુભવતા હતા સાથે સાથે જાપાનના કર્મચારીઓની ઉત્પાદકતા પણ ઉચી હતી.

આજે સંચાલકો અને મેનેજરો વ્યવસાયિક સંતોષમાં બે કારણસર રસ લેતા હોય છે પોતાના સંગઠનમાં વ્યવસાયિક સંતોષની ઉચી કક્ષા રાખવી જોઈએ તે તેમની જવાબદારી અને ફરજ પણ છે. અહીં કર્મચારીઓમાં પોતાના વ્યવસાયિક સંતોષ હોય કે હતાશા હોય કંટાળા જનક હોય કે પડકાર રૂપ હોય, અર્થમય હોય કે ન હોય આ બધું મેનેજર માટે મહત્વનું છે. કામગીરી ઉપર વ્યવસાયિક સંતોષની અસર પડે છે અને તેથી મેનેજરે ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ કે નીચો વ્યવસાયિક સંતોષ સાથે નિમ્ન ઉત્પાદકતા જોડાયેલી હોય ઉપરાંત ગેરહાજરીનું કેટલું પ્રમાણ અને ટર્નઓવર તથા યુનિયન પ્રવૃત્તિઓ વધતી હોય છે.

પ્રવૃત્તિ એ જીવનની લાક્ષણિકતા છે વ્યવસાયિક એક પ્રકારની એવી સામાજિક પ્રવૃત્તિ છે જેને સામાજિક સ્વીકૃતિ મળેલી હોય છે. માનવીની જરૂરીયાતનું પોટલું છે તેથી જરૂરીયાતના સંતોષ માટે વ્યવસાય છે. પ્રસ્તુત સંશોધનને અનુલક્ષીને વ્યવસાયિક સંતોષની વ્યાખ્યા જોઈએ.

“ Arnds & Heldman(1968) નીચે મુજબ છે.

“Job Satisfaction is the amount of overall positive effect (or feeling) that individuals have toward their jobs”

“વ્યવસાયિક સંતોષ એટલે વ્યક્તિને પોતાના વ્યવસાય પ્રત્યે અનુભવતાની એકંદર વિધાયક લાગણીઓનું એકંદર પ્રમાણ” બીજી રીતે કહી શકાય કે વ્યવસાયિક સંતોષ એટલે કર્મચારીની તેના વ્યવસાય પ્રત્યેની એકંદર રીતે વિધાયક લાગણી”

વ્યવસાયિક સંતોષને અસર કરતા ઘટકો :

વ્યવસાયિક સંતોષને અસર કરતા ઘટકો નીચે પ્રમાણે છે.

- વ્યક્તિગત ઘટકો
- વ્યવસાયમાં રહેલા ઘટકો
- વહીવટી ક્ષેત્રના અંકુશ હેઠળના ઘટકો

વ્યવસાયિક સંતોષ એ વિવિધ આંતર સબંધોનું પરિણામ છે. આ બધાને અલગ અલગ માપી શકાય નહીં. પરંતુ આંકડાશાસ્ત્રીય પ્રયુક્તિઓનો ઉપયોગ કરીને વ્યવસાયિક સંતોષ અંગેની માહિતી મેળવી શકાય છે. ઉપર દર્શાવેલા વ્યવસાયિક સંતોષના ત્રણ ઘટકોને અસરકારક રીતે વર્ગીકૃત કરવામાં આવતા હોય છે.

A વ્યક્તિગત ઘટકો :

- 1) જાતિ
- 2) ઉમર
- 3) આશ્રિતોની સંખ્યા
- 4) વ્યવસાયમાં સમય
- 5) બુદ્ધિ
- 6) શિક્ષણ
- 7) વ્યક્તિત્વ

B વ્યવસાય સાથે સંકળાયેલા ઘટકો :

- 1) વ્યવસાયનો પ્રકાર
- 2) વ્યવસાય કુશળતા
- 3) વ્યવસાયમાં દરજ્જો
- 4) વ્યવસાયની ભૌગોલિક પરિસ્થિતી
- 5) સંસ્થા / શાળાનું કદ

C વહીવટતંત્રના અંકુશ હેઠળના ઘટકો :

- 1) પગાર
- 2) સલામતી
- 3) આગળ વધવાની તકો
- 4) ભાગીદારો સાથેના સબંધો
- 5) જવાબદારી
- 6) વ્યવસાયિક સાનુકુળ પરિસ્થિતીઓ
- 7) સુપરવિઝન
- 8) લાભદાયક તત્વો

વ્યવસાયિક સંતોષ અને ઉત્પાદકતા :

વ્યવસાયિક સંતોષને ઉત્પાદકતા સાથે કઈ સબંધ ખરો ? એ પ્રશ્ન વ્યવસ્થાપકોના સબંધ

વિશે થયેલા સંશોધનો પરસ્પર વિરોધી તારણો આપે છે. બ્રેફિલ્ડ અને ક્રોકેટના મતે બંને વચ્ચે સીધો સરળ સબંધ નથી જ્યારે હર્ઝબર્ગ વગેરેએ બંને વચ્ચે વિધિવાચી સબંધ બતાવ્યો છે. કાટ્ઝ અને મેકોલી અને મોર્સે બતાવ્યું કે વ્યવસાયિક સંતોષના ચાર માપોમાંથી એક જ માપ " વ્યવસાયકાર જૂથ માટે અભિમાન" વિશે ઉચ્ચ ઉત્પાદનકરનારા અને ઓછું ઉત્પાદન કરનારા જૂથના નિરીક્ષકો ઉત્પાદન અભિયુક્ત કરતા કર્મચારીઓ ઉપર કડક ધ્યાન આપતા ન હતા. સંશોધનોમાંથી એમ તારવી શકાય કે વ્યવસાયિક સંતોષને ઉત્પાદકતા સાથે સીધો સબંધ નથી. પરંતુ ઉત્પાદકતા બીજા કોઈ ધ્યેય સિધ્ધિની સાધન તરીકે હોય ત્યારે વ્યવસાયિક સંતોષ સાથે સબંધ હોય છે.

વ્યક્તિનો વ્યવસાયિક સંતોષ અને વ્યક્તિ જે કામ કરે છે તે બંને વચ્ચે સબંધ જોડાયેલો છે જે વ્યક્તિનો વ્યવસાયિક સંતોષ ઉચો હોય તેનું ઉત્પાદન પણ વધુ થાય છે સાથે સાથે એ પણ વિચારવું જોઈએ કે : સંતોષ કે વ્યવસાય પહેલા વ્યવસાયિક સંતોષ એ વ્યવસાયના પ્રમાણમાં ઉદભવતો હોય આમા ત્રણેય પ્રકારની શક્યતાઓ બતાવી છે. જો ઉત્પાદન ઓછું હોય તો તેઓ નિર્દેશ કરી જાય છે કે કર્મચારીઓ પર કોઈનું નિયંત્રણ નથી ઘણીવાર કર્મચારીની ઉત્પાદકતાનું માપ કાઢવા માટે કર્મચારીના કૃતૃત્વ વિશે પર્યવેક્ષકને મૂલ્યાંકન કરવાનું કહેવામાં આવે છે. હયુમે ૧૯૬૪ માં વિવિધ વ્યવસાયિક જૂથોના સંશોધનનો સારાંશ તેના વ્યવસાયિક સંતોષ અને ઉત્પાદકતાના વચ્ચેના સહસબંધોનો મધ્યસ્થ માત્ર ૧૪ છે.

વ્યવસાયિક સંતોષ અને આંતરવૈયક્તિક આંતરક્રિયા :

ઉદ્યોગોમાં કર્મચારીઓએ આઠ કલાક કામ કરવાનું હોય છે ત્યારે તેઓનો એકબીજા સાથે પરિચય થાય છે અને તેઓની વચ્ચે આંતરક્રિયાથી વૈયક્તિક સબંધો બંધાય છે. જૂથમાં બંધાયા પછી તેઓની નિર્ણય લેતા હોય છે તેના પરથી વ્યવસાયિક સંતોષ કેવો છે કહી શકાય. ચાર પ્રકારના વૈયક્તિક શક્યતાઓ બતાવી છે. કક્ષા-૧ માં સામાજિક રીતે જરૂરી હોવા જોઈએ એટલે પુરતા. કક્ષા-૨ માં સબંધો વધારે ઘનિષ્ટ બનેલા છે. બે વ્યક્તિ વચ્ચે પરસ્પર આદરભાવ હોય છે બંનેમાં વિશ્વાસ છે જૂથના સભ્યો વચ્ચે પોતાની જાત પ્રત્યે સંતોષ અને બીજાઓ સાથે અસંતોષ હોય તો બીજાઓ સાથે પણ અસંતોષ જોવા મળે છે.

વ્યવસાયિક સંતોષ સિધ્ધાંતો :

વ્યવસાયમાં ઘણીવાર કર્મચારીને બે લક્ષ્યોમાંથી એક લક્ષ્ય પસંદ કરવું પડે છે વ્યવસાયમાં વર્તમાન સ્થાને કર્મચારીને ઓછો પગાર હોય પણ સલામતી વધુ હોય અને બીજી બાજુ જો તે

કંપનીમાં જ બઢતી સ્વીકારે તો વધુ પગાર મળે તેમ હોય પરંતુ તે વ્યવસાયમાં વર્તમાન સ્થાન કરતા

વધુ જોખમો રહેલા હોય ત્યારે તેણે નક્કી કરવું પડતું હોય છે કે વર્તમાન સ્થાને જ ચાલુ રહેવું કે બઢતી સ્વીકારવી જે નીચેના સિધ્ધાંતોને આધારે સમજી શકાય છે.

A જરૂરીયાતનો શ્રેણીક્રમનો સિધ્ધાંત

B આકર્ષકતાની અપેક્ષાનો સિધ્ધાંત

A જરૂરીયાતનો શ્રેણીક્રમનો સિધ્ધાંત :

મેસ્લો(1968) એ જરૂરીયાતનો શ્રેણીક્રમનો સિધ્ધાંત આપ્યો છે મેસ્લોના મતે જરૂરીયાતો અને તેના લક્ષ્યો અગત્યના શ્રેણીક્રમમાં ગોઠવાયેલા હોય છે કોઈ પણ સમયે અમુક જરૂરીયાતો અન્ય જરૂરીયાતોની સરખામણીમાં વધુ પ્રબળ હોય છે જ્યાં સુધી નિમ્ન કક્ષાની જરૂરીયાત સંતોષાય નહી ત્યાં સુધી વ્યક્તિ ઉચ્ચકક્ષાની જરૂરીયાતોના સંતોષ માટે પ્રયત્ન કરતો નથી. વ્યક્તિ સર્વપ્રથમ ન્યુનતા પૂરક જરૂરીયાતોના સંતોષને અગ્રતા આપે છે પછી તેનું ધ્યાન વિકાસલક્ષી જરૂરીયાતોના સંતોષ તરફ વળે છે. મેસ્લોએ સૂચવેલી જરૂરીયાતો નીચે પ્રમાણે છે.

- ભૂખ, તરસ, જાતિયતાનો શારિરીક સંતોષ
- સલામતી અને સ્થિરતા
- સંબંધકર્તા અને સ્નેહ
- આત્મગૌરવ
- સ્વઆવિષ્કાર

" કોઈ પણ કર્મચારી માટે અમુક ચોક્કસ સમયે જરૂરીયાતો અગ્રતાક્રમ પ્રાપ્ત કરશે તેનો આધાર વૈયક્તિક અને પરિસ્થિતીગત પરિબલોની આંતરક્રિયા પર આધારીત છે. " તેથી જ હર્ઝબર્ગ (1957) અને સાથીઓ કહે છે કે કર્મચારીઓને વ્યવસાયમાં કયા વિશિષ્ટ ઘટકો (Specific JobFactors) કેટલા મહત્વના લાગે છે તે વિશે સામાન્ય કથન કરતા પહેલા જો તે વ્યવસાયનું સમગ્ર ચિત્ર ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ.

જરૂરીયાતોનો શ્રેણીક્રમ કેવળ પરિસ્થિતીગત ઘટકોને આધારે નક્કી થતો નથી પરંતુ પરિસ્થિતીગત તેમજ કર્મચારીના વૈયક્તિક ઘટકો વચ્ચેની આંતરક્રિયાને આધારે નક્કી થાય છે. આ બાબત ફિડલેન્ડર (1996) ના સંશોધનમાં જોવા મળી છે. સરકારી સંશોધન અને વિકાસ વ્યવસાયમાં રોકાયેલા ટેકનીકલ જરૂરીયાતોના નીચેના ત્રણ ક્ષેત્રોને મહત્વના ક્રમમાં ગોઠવવાનું કહેવામાં આવ્યું.

1) સામાજિક પર્યાવરણ દા.ત. પર્યવેક્ષકો સાથેના સંબંધ

2) સ્વઆવિષ્કારનો અનુભવ કરાવતુ અંતર્ગત વ્યવસાય દા.ત.પડકારરૂપ વ્યવસાય, સિધ્ધિની લાગણી

3) ઉન્નતિ દ્વારા કદર દા.ત.બઢતી, પગાર સુધારો

આ સંશોધનમાં વેતનને આધારે કર્મચારીને બે વિભાગમાં વહેચવામાં આવ્યા હતા (1) ઉચ્ચ કતૃત્વ શક્તિવાળા (2) નિમ્ન કતૃત્વ શક્તિવાળા

ઉચ્ચ કતૃત્વ શક્તિવાળા કર્મચારીઓએ અંતર્ગત વ્યવસાયને સર્વપ્રથમ કદરને બીજુ અને સામાજિક પર્યાવરણને ત્રીજુ સ્થાન આપ્યુ હતુ જ્યારે નિમ્ન કતૃત્વ શક્તિવાળા કર્મચારીઓએ સામાજિક પર્યાવરણને પ્રથમ અંતર્ગત વ્યવસાયને બીજુ અને કદરને છેલ્લુ સ્થાન આપ્યુ હતુ.

B આકર્ષકતાની અપેક્ષાનો સિધ્ધાંત :

વુમે (1964) આકર્ષકતાની અપેક્ષાનો સિધ્ધાંત આપ્યો છે આ સિધ્ધાંતનો મુળ ક્ષેત્રે સિધ્ધાંતમાં રહેલા છે કર્ટલ્યુઈના ક્ષેત્ર સિધ્ધાંત પ્રમાણે આકર્ષકતા એ લક્ષ્યનો ગુણધર્મ છે જેને પરિણામે લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવાલાયક (ઘન આકર્ષણ) કે ટાળવાલાયક (ઋણ આકર્ષણ) લાગે છે.

વ્યક્તિના મતે સંતોષનુ ધોરણ શું છે? અને આ સંતોષ વ્યક્તિને પોતાના વ્યવસાયમાંથી કેટલા પ્રમાણમાં મળે છે તે વિશેનું તેનુ પ્રત્યક્ષીકરણ આ બંનેની તુલનામાંથી વ્યવસાયિક સંતોષ નિપજે આમ સંતોષનુ પ્રમાણ અને સંતોષનુ માપ અને વ્યવસાયમાંથી કેટલો સંતોષ મળે છે તેની માન્યતા બંને વચ્ચેના તફાવતના પ્રમાણ ઉપર આધાર રાખે છે. વુમ આ સિધ્ધાંતને વ્યવસાયિક સંતોષની બાદબાકીના સિધ્ધાંત કહે છે.

વ્યવસાયમાંથી શું શું મળે છે એના સંદર્ભમાં વ્યક્તિને વ્યવસાયિક સંતોષ ઉપજે છે વ્યવસાયનુ સ્વરૂપ તેમાંથી મળતા ફાયદા, વર્તન બઢતીની તકો, અન્ય સગવડો, વ્યવસાય સ્થળનુ વાતાવરણ વગેરે અનેબાબતો છે, જે વ્યક્તિને કામર્ધધા માટેનુ આકર્ષણ તેનાથી મળતા સંતોષનુ કારણ બને છે. આ સાધન સિધ્ધાંત કરતા કેટલાક સંતોષ ઉપજાવવા માટેનું સાધન છે અને બાબત ઉપર ભાર મુકે છે.

Valence શબ્દ કોઈ પણ લક્ષ્યાંકે પરિબળની આકર્ષકતા સુચવે છે જે વિકલ્પોનું આકર્ષણ મૂલ્ય સૌથી વધુ પ્રબળ હોય તે વિકલ્પની દિશામાં વર્તન ઢળવાનુ છે.

જરૂરીયાતોના શ્રેણીક્રમમાં સિધ્ધાંતનીજેમ આકર્ષકતાની અપેક્ષાનો સિધ્ધાંત પણ પ્રેરણાના વ્યક્તિ વિશિષ્ટ સ્વરૂપ ઉપર ભાર મુકે છે તેનામાટે અમુક સ્વસંતોષી બીજો કર્મચારી શા માટે નોકરી પર ટકી રહે છે.

ઉપરોક્ત પ્રશ્ન બંને સિધ્ધાંતો પરસ્પર પૂરક ઉતરો આપે છે જરૂરીયાતોના શ્રેણીક્રમના સિધ્ધાંત કહે છે તે પ્રમાણે જે જરૂરીયાતોમાંથી સૌથી વધુ સર્વોપરી હોય તે પ્રમાણે વર્તન પ્રેરિત થાય છે પરંતુ વિવિધ સ્પર્ધા કરતી જરૂરીયાતોમાં આવી સર્વોપરીતા કઈ રીતે વિકસે છે તે આકર્ષકતાની અપેક્ષાનો સિધ્ધાંત સમજાવે છે.

1.7 જીવન સંતોષની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા :

સંતોષ અને મનોવૈજ્ઞાનિક લાગણી છે અને તે મનની સ્થિતિ છે રોજબરોજની અનેકવિધ ઘટનાઓમાંથી પસાર થતો માનવી જ્યારે પોતાના ધ્યેયમાં સફળ થાય છે ત્યારે તે વિધાયક લાગણી અનુભવે છે. જ્યારે તેમને મળતી નિષ્ફળતા નિષેધક લાગણી એટલે કે અસંતોષ તરફ દોરી જાય છે જીવન સંતોષ અંગેની સર્વ સામાન્ય વ્યાખ્યા કરવી ખૂબજ મુશ્કેલ છે, કારણ કે જીવન સંતોષની સાથે વ્યક્તિગત બાબતોનો સમાવેશ થાય છે કોઈક શારિરિક બાબતોને મહત્વની લાગણી છે જ્યારે અન્ય લોકો આર્થિક કે મનોવૈજ્ઞાનિક જરૂરીયાતોનો સંતોષ અગત્યના ગણતા હોય છે. આમ જુદી જુદી વ્યક્તિગત બાબતોનો સમાવેશ થતો હોવાથી આ અંગેની વિભાવના સ્પષ્ટ કરવાનું કાર્ય મુશ્કેલ બની જાય છે.

કોઈડના મત મુજબ જીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય જ સુખ સંતોષની પ્રાપ્તિ છે દરેક માનવી અંતે તો સુખને જ પામવા માટેના પ્રયત્નો કરતો હોય છે.

મેસ્લોએ પણ જરૂરીયાતોનો શ્રેણીક્રમ દર્શાવી તે ક્રમમાં સંતોષ એ બાબતને સુખના સંદર્ભમાં જ વ્યક્ત કરી છે જો કે દરેક જરૂરીયાતો એજ ક્રમમાં સંતોષાય એવું શક્ય બનતું નથી.

જીવન સંતોષ અંગેની ક્રિયાત્મક (Operational) વ્યાખ્યા કરતા કહી શકાય કે

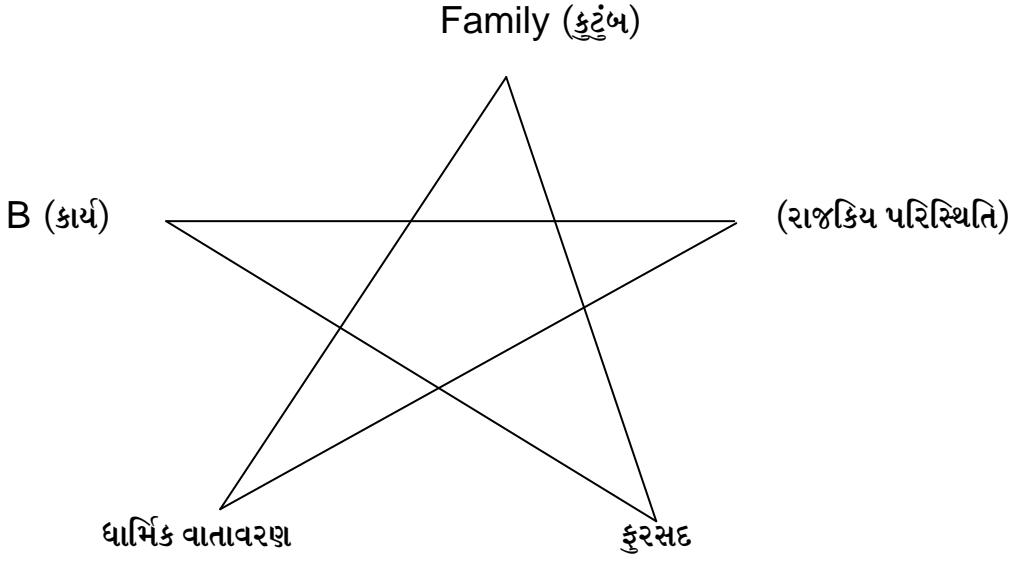
'જીવન સંતોષ એટલે વ્યક્તિને પોતાના જીવન પ્રત્યે અનુભવાતી વિધાયક લાગણીનું પ્રમાણ'

જ્યારે વ્યક્તિ જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાંથી વિધાયક લાગણી અનુભવે છે અને તેમની આ લાગણી તેમને સંતોષ જેવી મનોવૈજ્ઞાનિક જરૂરતને પૂર્ણ કરે ત્યારે તેને જીવન સંતોષ કહી શકાય. વ્યક્તિના જીવન સંતોષમાં કુટુંબથી માંડીને તેમની આજુબાજુના વાતાવરણની તેમજ વિવિધ સંસ્થાઓ વગેરેનો ફાળો મહત્વનો છે.

જીવન સંતોષને અસર કરતા પરિબળો :

ક્રિથેડેવિસ અને ન્યુસ્ટોર્સ (1995) જીવન સંતોષ પર અસર કરતા નીચેના પરિબળોને દર્શાવ્યા છે જેની વિગતે માહિતી આકૃતિ દ્વારા જોવા મળે છે.

આકૃતિ નં.1.2 જીવન સંતોષને અસર કરતા પરિબળો દર્શાવતી આકૃતિ



(source : Neystrom John yy/ Keith Days, Organizational Behavior the Mcgry hill edition Ninth edition 1995,1996)

(1) કાર્ય :

પ્રવૃત્તિહિનતા અને માનવ સ્વભાવ માટે સજારૂપ છે દરેક માણસ પ્રવૃત્તિરત હોય છે તેમનું કાર્ય અને અંતે તેમાંથી મળતો સંતોષ અથવા તો પ્રાપ્ત થતી સુખની લાગણી જીવન સંતોષને નક્કી કરવામાં અગત્યની પૂરવાર થાય છે. જે કાર્યમાં માનવીને જીવનનો ૧/૩ ભાગ વિતાવવાનો હોય છે એ સ્થળ પ્રત્યેની ગામની લાગણી તેમને જીવન સંતોષ તરફ દોરી જાય છે.

(2) કુટુંબ :

કુટુંબ વ્યવસ્થિત જીવન સંતોષને નક્કી કરવામાં અગત્યની ભૂમિકા ભજવે છે વ્યક્તિના કૌટુંબિક આંતર સબંધો માતા-પિતા, ભાઈ ભાંડુઓની સંખ્યા, માસીક આવક, ભૌતિક સગવડો તેમજ મનોરંજનના સાધનો વગેરેની અસર વ્યક્તિના જીવન સંતોષ પર પડ્યા વગર રહેતી નથી. આર્થિક સમૃદ્ધિ અને આંતરસબંધોની મજબુતાઈ તેઓમાં સંતોષને પ્રેરે છે જ્યારે ઉપરોક્ત પરિવર્ત્યોની ઉણપ અસંતોષને નક્કી કરવામાં મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

3) રાજકીય પરિસ્થિતી :

વ્યક્તિ જે પ્રદેશમાં, રાજ્યમાં અને રાષ્ટ્રમાં રહે છે તેની રાજકીય પરિસ્થિતી પણ વ્યક્તિના

જીવન સંતોષ ઉપર અગત્યની અસર કરે છે લોકશાહી રાજ્ય, સરમુખત્યાર રાજ્ય કે અન્ય વ્યવસ્થા અસર કરે છે.

4) ધાર્મિક વાતાવરણ :

વ્યક્તિના કુટુંબ, સમાજ, જ્ઞાતિ, પ્રદેશ અને રાષ્ટ્રીય વાતાવરણમાં ધર્મનું વાતાવરણ વ્યક્તિના જીવન સંતોષ ઉપર અસર કરે છે. ધાર્મિક માન્યતાઓ, ધર્મના રીત – રિવાજો Way of thinking, Way of life, Way of worship ધર્મના આધારે ઘડાય છે. ધર્મની વિધિઓ, ક્રિયાકાંડ વગેરેની પ્રત્યક્ષ અને પરોક્ષ અસર વ્યક્તિના ઉપર પડે છે.

5) ફુરસદ :

વ્યક્તિના નોકરી, ધંધા વ્યાપાર, ખેતીના કામના કલાકો પછી જે સમય ફાજલ રહે છે તેને ફુરસદનો સમય ગણાવે છે. ફુરસદના દરમ્યાન વ્યક્તિનું વલણ, મનન, ચિંતન અને નવરાશના સમયની પ્રવૃત્તિઓ પણ વ્યક્તિના જીવન સંતોષને અસર કરે છે. રોબિન્સ (1997) જણાવે છે કે આધુનિક યુગમા યુવાનો ફુરસદને વધુ મહત્વ આપે છે તેઓ કાર્ય ખંતથી કરે છે. પરંતુ ફુરસદના સમયમાં પોતાની મનપસંદ પ્રવૃત્તિ કરવાનું પસંદ કરે છે આમ જીવન સંતોષને નક્કી કરવામાં પણ વ્યક્તિને મળતા ફુરસદના સમય દરમ્યાનની પ્રવૃત્તિનું પણ ઘણું જ મહત્વ છે.

જીવન સંતોષની અસરો :

જીવન પ્રત્યેના સંતોષની વ્યક્તિના અન્ય તમામ પાસા પર ઘણી અસર જોવા મળે છે. જો વ્યક્તિ જીવન પ્રત્યે સંતોષ અનુભવતી હોય તો તેમનું માનસીક સ્વાસ્થ્ય સારું આંતરવૈયકિતક સંબંધો તંદુરસ્ત તેમજ તેઓ મનોભારનું પ્રમાણ ઓછું જોવા મળે છે. આ ઉપરાંત જીવન સંતોષ ધરાવતી વ્યક્તિ સરળતાથી સમાયોજન સાધી શકતો હોય છે.

પરંતુ જો જીવન પ્રત્યે અસંતોષની લાગણી અનુભવનારા વ્યક્તિઓના આંતરવૈયકિતક સંબંધો નબળા હોય છે, તેઓનું માસનીક સ્વાસ્થ્ય નબળું હોય છે. તેમજ તેઓમાં મનોભારનું પ્રમાણ વધારે જોવા મળતું હોય છે.

આમ, જીવન સંતોષ ધરાવનારી વ્યક્તિઓનું સંસ્થાકીય વાતાવરણ સુખદ વાતાવરણ ઘડે છે. આમ, ધરાવનારી વ્યક્તિઓ સંસ્થાકીય પર્યાવરણ વિધાયક બનાવે છે. જેનાથી વ્યક્તિઓની વ્યવસાય સામેલગીરી પણ વધે છે.

સંશોધકોએ ઉપર પ્રમાણેની અનસૈધ્ધાંતિક સમજૂતી આપ્યા બાદ બીજા પ્રકરણ (સંદર્ભ

સાહિત્ય) માં જીવન સંતોષના પૂર્વીય અભ્યાસોને ધ્યાનમાં લીધા છે.

જીવન સંતોષ અંગેના અધ્યનનો ઈતિહાસ ઘણો જ જુનો માનવામાં આવે છે કારણ કે જીવન સંતોષ અંગેની સંકલ્પના મનોવિજ્ઞાનની જેમ જ તત્ત્વજ્ઞાનમાંથી મળી આવી છે. ન્યાય વૈશેષિકના મતે સુખ અને દુઃખ એકબીજાથી સ્વતંત્ર અને વિરોધી લાગણીઓ છે. તે ઈચ્છનીય અને અનિચ્છનીય પદાર્થના જ્ઞાનમાંથી ઉત્પન્ન સાનુકુળતાથી લાગણી છે અને આ સાનુકુળતાની લાગણી સંતોષને નિર્ધારીત કરે છે.

મહાન શરીરશાસ્ત્રી ચરકના મતે સંતોષ અને શારિરીક, રાસાયણિક દ્રવ્યોની સમતુલા – અસમતુલા પરથી નિર્ધારીત થાય છે. તેઓના મત પ્રમાણે સુખ – દુઃખની લાગણી શરીરમાં રાસાયણિક દ્રવ્યોની અસમતુલામાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. મન અને શરીર બંનેમાંથી અનુક્રમે શારિરીક અને માનસીક સુખ દુઃખ ઉદભવે છે. ચરકનો સુખ દુઃખનો સિદ્ધાંત મનોવૈજ્ઞાનિક આધાર રજૂ કરે છે.

સંતોષ એ મનોવૈજ્ઞાનિક લાગણી છે અને તે મનની સ્થિતિ છે રોજબરોજની અનેકવિધ ઘટના ઓમાંથી માનવી જ્યારે પોતાના ધ્યેયમાં સફળ થાય છે ત્યારે તે વિધાયક લાગણી અનુભવે છે જ્યારે તેમને મળતી નિષ્ફળતા નિષેધક લાગણી એટલે કે અસંતોષ તરફ દોરી જાય છે.

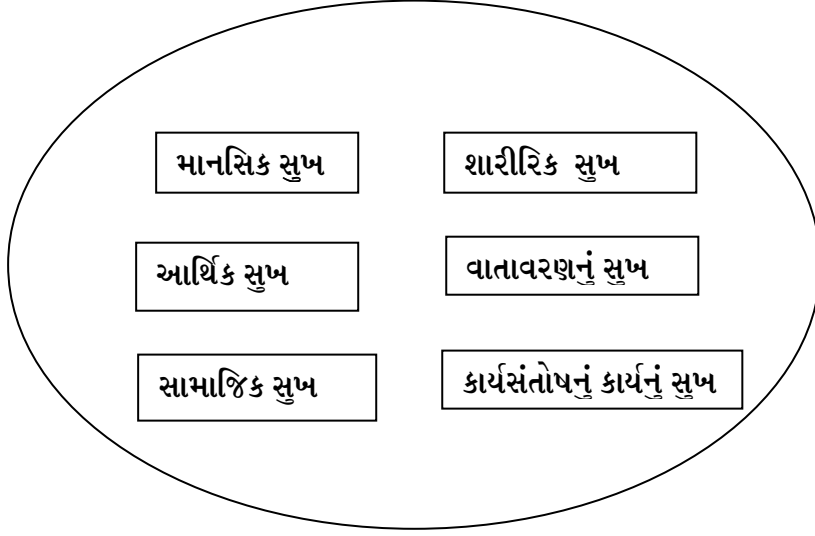
જીવન સંતોષ અંગેની સર્વસામાન્ય વ્યાખ્યા કરવી ખૂબ જ મુશ્કેલ છે કારણ કે જીવન સંતોષની સાથે વ્યક્તિ બાબતોનો સમાવેશ થાય છે કોઈક શારિરીક બાબતોને મહત્વની ગણી છે જ્યારે અન્ય લોકો આર્થિક કે મનોવૈજ્ઞાનિક જરૂરીયાતોનો સંતોષ અગત્યના થતા હોય છે. આમ જુદી જુદી વ્યક્તિગત બાબતોનો સમાવેશ થતો હોવાથી આ અંગેની વિભાવના સ્પષ્ટ કરવાનું કાર્ય મુશ્કેલી બની જાય છે.

" વ્યક્તિને પોતાના જીવન પ્રત્યેનો હકારાત્મક વિચાર કે વલણ એટલે જીવન સંતોષ "

" જીવન સંતોષ એટલે મનોવૈજ્ઞાનિક, શારિરીક અને વાતાવરણ પરિસ્થિતિઓ કે સંજોગોનું કોઈ સંયોજન છે કે જે વ્યક્તિને ખરેખર એવું કહેવા પ્રેરે છે કે મારા જીવનથી સંતોષ છે "

"જીવન સંતોષ એટલે વ્યક્તિને પોતાના જીવન પ્રત્યે અનુભવાતી સમગ્ર વિધાયક લાગણીનું પ્રમાણ"

આકૃતિ નં. 1.3



જ્યારે વ્યક્તિના જીવનના દરેક ક્ષેત્રોમાંથી વિધાયક લાગણી અનુભવે છે અને તેમની લાગણી તેમને સંતોષ જેવી મનોવૈજ્ઞાનિક જરૂરીયાતોને પૂર્ણ કરે ત્યારે તેને જીવન સંતોષ કહી શકાય. વ્યક્તિના જીવન સંતોષમાં કુટુંબથી માંડીને તેમની આજુ બાજુના વાતાવરણ તેમજ વિવિધ સંસ્થાઓ વગેરેનો ફાળો મહત્વનો હોય છે. માનવી એવી જરૂરીયાતોથી ઘેરાયેલો છે, કે તેની તૃપ્તિ તે તેનું સુખ છે આ સુખ સામાજિક, માનસિક, આર્થિક કે કાર્ય કે વાતાવરણનું સુખ હોય છે. આ બધાનો સમન્વય થાય તો જ વ્યક્તિનો જીવન સંતોષ વર્તુળના સ્વરૂપમાં આકાર લે છે.

1.8 માનસિક સ્વાસ્થ્યની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા :

માનસિક સ્વાસ્થ્યનો પ્રશ્ન એ આધુનિક યુગનો સળગતો પ્રશ્ન છે. જેમ્સ સી. કોલમને 17મી સદીને નવજાગૃતિના યુગ તરીકે, 18 મી સદીને પ્રગતિના યુગ તરીકે, 19 મી સદીને ચિંતાના યુગ તરીકે અને 20 મી સદીને મનોભારના યુગ તરીકે ઓળખે છે. માનવીએ મનોભારથી મુક્ત થવું હશે તો સ્વાસ્થ્ય સારૂ રાખવું પડશે માનવી ખરેખર સુખી અને સફળ બનવા માંગતો હશે તો તેણે સ્વસ્થ રહેવાની કળા કેળવવી પડશે માનસિક રીતે સ્વસ્થ વ્યક્તિ પોતાની જાતને ઓળખી શકે છે, સમજી શકે છે કોઈ પણ કાર્ય કરતા પહેલા તે સાચા ખોટાની વિવેક પારખી શકે છે અને ભાવિ પરિણામ કેવા આવશે તે તારવી શકે છે.

વિશ્વ સ્વાસ્થ્ય સંઘ જણાવે છે કે પ્રત્યેક વ્યક્તિ સુખમય અને શાંતિમય જીવન વ્યતિત કરવાની ઈચ્છા ધરાવે છે. આ ઉદ્દેશ્ય પૂર્તિ માટે જ વિજ્ઞાન વ્યક્તિત્વનો વિકાસ કરે છે. તેને માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાન કહેવાય છે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાન વચ્ચે તફાવત છે. માનસિક

સ્વાસ્થ્ય એ વ્યક્તિની એક અવસ્થા છે. માનસીક સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાન તે એ સ્વાસ્થ્ય અંગેનું વિજ્ઞાન છે. માનસીક સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાન દ્વારા માનવ મનમા પ્રતિકુળ સમાયોજનનનો વિરોધ કરવામાં આવે છે. અને અસમતોલ અવસ્થાને સમતોલ બનાવવામાં આવે છે. અને સાયકલોપિડીયા ઓફ એજ્યુકેશન (10) ના મતાનુસાર સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાનનો હેતુ મનુષ્યના આવેગાત્મક અસંતુલનને રોકવાનો અને તેને કુશળતાપૂર્વક કામ કરવા માટે યોગ્ય બનાવવાનો છે. અમેરીકન મનોચિકિત્સક મંડળ (APA) વ્યાખ્યા આપતા જણાવ્યું કે " માનસીક સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાન એક એવું વિજ્ઞાન છે કે જે માનસીક રોગોને રોકવાનો તેમજ તેના ઉપાયોનો અભ્યાસ કરે છે અને મનુષ્યના સ્વસ્થ માનસીક વિકાસનો ઉકેલ રજૂ કરે છે.

સી. ટી. મોર્ગન જણાવે છે કે, " સૌમ્ય મનોવિકૃતિ અને તીવ્ર મનોવિકૃતિના લક્ષણોમાંથી મુક્ત એવા વૈયક્તિક સમયોજનને માનસીક આરોગ્ય શાસ્ત્ર કહેવામાં આવે છે. કોલમને નોંધે છે, કે માનસીક આરોગ્યશાસ્ત્ર એટલે એવું વૈજ્ઞાનીક ક્ષેત્ર કે જે મુખ્યત્વે સ્વસ્થ વ્યક્તિત્વ વિકાસ અને મનોવિકૃતિને અટકાવવાનું કાર્ય કરે છે. વોલ્ટર જે. કોવિલ માનસીક સ્વાસ્થ્ય વ્યાખ્યા સ્પષ્ટ કરતા કહ્યું છે, કે માનસીક સ્વાસ્થ્યમાં માનસીક બિમારી અટકાવવાના અને વહેલાસર સારવારના પગલાનો સમાવેશ થાય છે. અને તે દ્વારા માનસીક સ્વાસ્થ્ય વૃદ્ધિ થાય છે. કલનેઈન (Klein)ના મંતવ્ય અનુસાર " માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે વ્યક્તિ અને સમાજન સંયોજન પર અસર કરતા બધા જ પરિબળોનો વ્યવસ્થિત અભ્યાસ અને તે અભ્યાસના પરિબળોનો ફાયદાકારક ઉપયોગ હેડલી (Hadley) નોંધે છે, કે " માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે લોકોના વ્યક્તિગત સામાજિક દ્રષ્ટિએ એ પ્રકારના વર્તનનો વિકાસ કે કોઈ પણ પ્રકારની માનસીક બિમારીને નિવારવા માટેની ઉચ્ચતમ શક્તિ ધરાવતો હોય.

• માનસીક સ્વાસ્થ્યની વિભાવના :

આપણાંમાંના ઘણાંખરા લોકો માનસીક સ્વાસ્થ્ય કે માનસીક તંદુરસ્તી અંગે ખોટો ખ્યાલ ધરાવે છે. ઘણાંખરા લોકો માને છે, કે માનસીક સ્વાસ્થ્ય અને માનસીક બિમારી એ તદ્દન વિરોધી બાબતો છે. અને આથી જે જે વ્યક્તિ માનસીક રીતે બિમાર નથી તે માનસીક રીતે સ્વસ્થ છે અને તે માનસીક સ્વાસ્થ્ય ધરાવે છે. જો કે સાચા અર્થમાં માનસીક સ્વાસ્થ્ય આ રીતે નકારાત્મક બાબત નથી માનસીક રોગોના અભાવવાળી પરિસ્થિતિ એટલે માનસીક સ્વાસ્થ્ય આ નિષેધક રીતે માનસીક

સ્વાસ્થ્યને સમાજાવી શકાય નહી માનસીક સ્વાસ્થ્ય સુસમયોજન, અસરકારક સમયોજન, વ્યક્તિત્વ વિકાસ માટેની વિધાયક પરિસ્થિતીનો નિર્દેશ કરે છે.

માનસીક સ્વાસ્થ્યની મહત્વની વ્યાખ્યાઓ નીચે મુજબ છે.

(1)

"માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે માનવીનું જગત સાથેનું તેમજ એકબીજા સાથેનું મહત્તમ અસરકારક અને સુખપ્રદ આયોજન "

– કાર્લ મેનિન્જર

(2)

" માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે જગત અને અન્ય વ્યક્તિઓ સાથેનું વ્યક્તિનું એવું સમાયોજન જેને લીધે વ્યક્તિને વધુમાં વધુ સંતોષ પ્રાપ્ત થાય. "

– લેહનર અને ક્યુબ

(3)

" માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે તંદુરસ્ત વ્યક્તિત્વ વિકાસ અને માનસીક રોગના હુમલાથી બચવા માટેનો વ્યવસ્થિત વૈજ્ઞાનિક પ્રયત્ન."

– કોલમેન જે.સી.

(4)

" માનસીક સ્વાસ્થ્ય એટલે લોકોમાં વ્યક્તિગત અને સામાજિક રીતે એ પ્રકારના વર્તનનો વિકાસ કે જે કોઈ પણ પ્રકારના માનસીક રોગને નિવારવા માટેની મહત્તમ શક્તિ ધરાવતો હોય "

– હેડલી જે.એમ.

પ્રત્યેક વ્યક્તિ શાંતીમય અને સુખમય જીવન પસાર કરવાની ઈચ્છા ધરાવે છે. આવું સરળ સુખમય જીવન સુસમાયોજન દ્વારા જ સિધ્ધ થઈ શકે. સુસમાયોજિત પરિસ્થિતી કોઈ કાયમી પરિસ્થિતી હોતી નથી. અર્થાત કોઈ પણ વ્યક્તિ દરેક પરિસ્થિતીમાં દરેક વખતે સુસમાયોજિત જ હોય એવું ભાગ્યેજ બને છે. સંપૂર્ણ અર્થાત સો ટકા માસનીક સ્વાસ્થ્યવાળી પરિસ્થિતીએ સિધ્ધ કરવા માટેનો આદર્શ છે. આપણામાના મોટા ભાગના લોકો કોઈ ને કોઈ પરિસ્થિતીમાં હળવા પ્રકારના માનસીક વિક્ષેપો અને સમાયોજનની વતી ઓછી સમસ્યાઓ ધરાવે છે. અને દ્રષ્ટિએ માનસીક સ્વાસ્થ્યની સમસ્યા આપણને સૌને સ્પર્શતી સમસ્યા છે.

માનસીક સ્વાસ્થ્યની ચર્ચા પરથી નીચેની ત્રણ બાબતો તારવી શકાય.

5)

માનસીક સ્વાસ્થ્ય માનસીક રોગની સારવાર કરવા કરતા માનસીક રોગ થતો અટકાવવા માટે વધુ સબંધ ધરાવે છે અર્થાત માનસીક રોગ થાય જ નહી તે માટેની અગમચેતી પૂર્વકની

કાળજી માટેની કામગીરી છે.

- 2) માનસીક સ્વાસ્થ્ય માટે સમાયોજન જ મહત્વની બાબત છે માનસીક સ્વાસ્થ્ય માટે સમાયોજનને અસર કરતા પરિબળોનો અભ્યાસ કરી તેને નિયંત્રણ કરવા માટેના શક્ય તેટલા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.
- 3) માનસીક સ્વાસ્થ્યની વિભાવના સામાજિક ધારા-ધોરણો, નિયમો, મૂલ્યો સાથે સંબંધિત છે. સ્થાપિત થયેલ સામાજિક ધારા-ધોરણો અને નિયમોનુંસાર વ્યક્તિ વર્તે તો જ તેનું વર્તન સ્વિકૃત ગણાય છે.

• માનસીક સ્વાસ્થ્યની ચળવળ :

માનસીક સ્વાસ્થ્યનો ઇતિહાસ ઘણો પ્રાચીન છે. પ્રાચીન જમાનામાં માનસીક રોગને દેવી પ્રકોપ, ભૂતપ્રેત અથવા દુષ્ટાત્માઓ દ્વારા ઉત્પન્ન થતો માનવમાં આવતો હતો. જો કે આજે પણ આપણા દેશની ઘણી આદિવાસી જાતિઓ જે ગ્રામ્ય વિસ્તારમાં જીવી રહી છે. તેમાંથી મોટા ભાગની વ્યક્તિઓ માનસીક રોગોના ઉપચાર ધાર્મિક વિધીઓ દ્વારા કરે છે.

એકવીસમી શતાબ્દની અમેરીકામાં માનસીક સ્વાસ્થ્યનું સૌથી પ્રથમ આંદોલન બિયર્સે (1876 – 1973) નામની વ્યક્તિએ શરૂ કર્યું. બિયર્સેને ગ્રેજ્યુએટ થયા પછી "ઉન્મત્તખિન્ન તીવ્ર મનોવિકૃતિ" બિમારી લાગુ પડે જેના કારણે તેને મેન્ટલ હોસ્પિટલમાં સારવાર માટે દાખલ થવું પડેલું પણ તેને હોસ્પિટલમાંથી બહાર નીકળ્યા પછી તેને માનસીક સ્વાસ્થ્ય સંબંધી પોતાના વિચારો રજૂ કર્યાતેમાં મૂળભૂત પરિવર્તન સ્વાસ્થ્યની રાષ્ટ્રીય સમિતીની સ્થાપના કરી રોડ ફેબર ફાઉન્ડેશનની આર્થિક સહાયતાથી આ સમિતીએ માનસીક રોગીઓને આપવામાં આવતી સગવડોનો અભ્યાસ કર્યોને આ બધી સગવડોમાં અનેક પ્રકારના સુધારા સૂચવ્યાને તેના અનુસંધાનમાં આંદોલન શરૂ કર્યું પોતાના વિચારોને બળાપવા 'MentalHygieneનામનું એક ત્રિમાસિક પત્રિકાનું શરૂ કર્યું. આજે પણ આ પત્રિકા પ્રગટ થાય છે. આની એટલી બધી અસર થઈ કે અમેરીકા સિવાય બીજા દેશોમાં પણ માનસીકસ્વાસ્થ્ય આંદોલન ફેલાઈ ગયું અને સને. 1919માં માનસીક સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાનની આંતરરાષ્ટ્રીય સમિતી(International Committee for mental Hygiene ની સ્થાપના થઈ જેનું પ્રથમ અધિવેશન સને.1930 માં વોશિંગ્ટનમાં મળ્યું જેમાં 5 રાષ્ટ્રોએ ભાગ લીધો હતો. આ અધિવેશન પછી આખી દુનિયામાં માનસીક સ્વાસ્થ્ય સંબંધી આંતરરાષ્ટ્રીય સહયોગનો સ્વિકાર કરવામાં આવ્યો. બીજા વિશ્વયુદ્ધની સમાપ્તિ પછી સંયુક્ત રાષ્ટ્ર સંઘની સ્થાપનાની સાથે સાથે સને. 1948માં માનસીક સ્વાસ્થ્ય માટે એક વિશ્વસંઘ(WEMH)ની

સ્થાપના થઈ અને આની પ્રથમ બેઠક લંડનમાં મળી. આ સંઘનો ઉદ્દેશ્યએ હતો કે સંયુક્ત રાષ્ટ્રસંઘ સાથે સંકળાયેલા બધા જ રાષ્ટ્રોમાં માનસીક સ્વાસ્થ્ય સંબંધી સહયોગની સગવડો આપવી. આજે પણ આ સંસ્થા વિશ્વના અનેક દેશોમાં કામ કરી રહી છે.

આ ઉપરાંત આંતરરાષ્ટ્રીય સંગઠનો જેવા કે વિશ્વ સ્વાસ્થ્ય સંઘ (WHO), યુનેસ્કો (UN ESCO) અને વિશ્વ માનસીક સ્વાસ્થ્ય સંઘ (WEMH) જેવી સંસ્થાઓ કાર્ય કરી રહી છે.

આજે સંયુક્ત રાજ્ય અમેરીકામાં સંઘીય(Federal) તેમજ રાજ્ય (State) કક્ષાએ બંને સ્તરો પર માનસીક સ્વાસ્થ્ય માટે અનેક સંસ્થાઓ છે. (1)માનસીક સ્વાસ્થ્યનો રાષ્ટ્રીય સંસ્થા (2) માનસીક સ્વાસ્થ્યનું રાષ્ટ્રીય શિક્ષાલય અને (3) માનસીક રોગ વિરોધી રાષ્ટ્રીય કમિટી અમેરીકામાં સને. 1946 માં રાષ્ટ્રીય માનસીક સ્વાસ્થ્યનો કાયદો ઘડવામાં આવ્યો. આ ત્રણેય સંસ્થાઓ પોતાની સ્વતંત્ર પત્રિકાઓ પ્રગટ કરે છે, અને માનસીક રોગોને અટકાવવાનો માટે અનેક નવી યોજનાઓ અમલમાં મુકે છે. રાજ્ય કક્ષાએ અનેક યોજનાઓ અમલમાં મુકે છે. રાજ્ય કક્ષાએ અનેક યોજનાઓ સ્વાસ્થ્ય વિભાગ લોકો સમક્ષ મુકે છે.

ભારતમાં વસ્તી અમેરીકાની વસ્તી કરતા લગભગ ત્રણ ગણા કરતા પણ વધુ છે. આપણે ત્યાં મનોવિકૃતિઓ પ્રત્યે જનસમાજમાં જાગૃતિ ન હોવાને કારણે તથા હોસ્પિટલોની અછતને કારણે તીવ્ર મનોવિકૃતિનું સમસ્યાનું સાચું માપ કાઢવું મુશ્કેલ થઈ પડે છે. ડો. દુબેએ 1964 માં ગણતરીને આધારે તારવેલા તારણો મુજબ દર હજાર વ્યક્તિઓએ 21.3 વ્યક્તિ મનોવિકૃતિવાળી જણાઈ છે.

સને. 1962-63 માં ડો.સૂર્યાની ગણતરી મુજબ આવા રોગીનો અંદાજ મુજબ દર હજારે 95 જેટલો હતો. આ ઓછા અંદાજને સ્વકારી લઈએ તો પણ મનોવિજ્ઞાનની સમસ્યા નાની સુની ન ગણાય એ હિસાબે પણ ચાર લાખ દર્દીઓને મનોપચારની જરૂર છે તેમાંથી અડધા હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવા જેવી નાની ગણી લઈએ ત્યારે ૨ લાખ દર્દી માટે વ્યવસ્થા કરવી પડે. આપણા દેશમાં માનસિક રોગના દર્દીઓ માટે કુલ 45 હોસ્પિટલો અને તેમાં વધારેમાં વધારે 15 હજાર ખાટલાઓની સગવડ છે. આ દર્દીઓ બીજા 90 હજાર દર્દીઓ દવાખાનામાં દાખલ થયા વગર આઉટ પેશન્ટ તરીકે સારવાર લઈ રહ્યા હોય. તો પણ બાકીના ૮૫ હજાર દર્દીઓ જોગી, જતિ કે ભુવા પાસે સારવાર લઈ રહ્યા હોય તો પણ માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે હજુ પણ આપણે અંધકારયુગમાં જ જીવી રહ્યા છીએ.

● માનસીક ચળવળના પાસા અથવા અંગો :-

માનસિક સ્વાસ્થ્યની જાળવણી માટે યુરોપ અને અમેરિકામાં જે પ્રવૃત્તિઓ શરૂ કરવામાં

આવી તેમાં મનો સ્વાસ્થ્ય માટેની સેવાઓનો વિકાસ પુનઃ શિક્ષણ, પુનઃ સ્થાપન અને લોક શિક્ષણનો સમાવેશ થાય છે.

(1) મનોસ્વાસ્થ્ય માટેની સેવાઓનો વિકાસ :-

વ્યાપક સમાજમાં માનસિક સ્વાસ્થ્યની જાળવણી માટે ત્રણ પ્રકારના ચિકિત્સાલય કેન્દ્રો હોવા જોઈએ અને તે પરસ્પર સહકારથી કામ કરે એવા હોવા જોઈએ.

• **માનસિક સ્વાસ્થ્ય કેન્દ્ર :-**

અહીં પુખ્તવયના તેમજ બાળકોના માનસિક સ્વાસ્થ્યને લગતી સમસ્યાઓને તપાસવામાં આવે છે. આ કેન્દ્રો બહારના દર્દીઓ માટે સ્થાપવા જોઈએ પણ અનુભવી મનોચિકિત્સકોની સેવાઓ નિયમિત મેળવવી જોઈએ.

• **સામાન્ય હોસ્પિટલમાં માનસિક રોગના વિભાગની સ્થાપના :-**

આમા માનસિક રોગના તીવ્ર લક્ષણોવાળા અને કુટુંબમાં જાળવી ન શકાય એવા દર્દીઓને ટુંક સમય માટે સારવાર આપવામાં આવે છે. આવા વિભાગો એ રીતે ગોઠવવા જોઈએ કે દર્દીના ઘરથી તે બહુ દુર ન હોય.

• **માનસિક રોગોની ઘનિષ્ઠ સારવાર માટેના ચિકિત્સાલયો :-**

સામાન્ય હોસ્પિટલમાંથી સાજા ન થયા હોય એવા દર્દીઓને આ વિશિષ્ટ ચિકિત્સાલયોમાં ખસેડીને તેના પર બારીકાઈથી સારવાર કરવામાં આવે છે અને અઘતન સારવાર તેમજ અઘતન સાધનોનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

(2) પુનઃ શિક્ષણ અને પુનઃ સ્થાપન :-

20 મી સદી સુધી માનસિક રોગીઓને કારાવાસમાં પુરવામાં આવતા હતા. માનસિક સ્વાસ્થ્યની ઝુંબેશ શરૂ થવા સાથે તેમને કારાવાસને બદલે માનસિક રોગીઓના આશ્રયસ્થાનમાં રાખવામાં આવ્યા. તાજેતરના વર્ષમાં આશ્રયસ્થાનને બદલે માનસિક હોસ્પિટલો માનસિક રોગીઓની સેવા કરે છે. દર્દીની અયોગ્ય ટેવોને છોડવાનો અને વધારે અસરકારક ટેવો વિકસાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. દર્દીની વિશેષતાને વધારે ધ્યાનમાં લેવામાં આવે છે અને તેઓ હવે પછી વધુ સારી રીતે જીવન જીવી શકે એવી ટેવો પાડવામાં આવે છે.

તદુપરાંત દર્દીનું પુનઃ સ્થાપન કરવામાં પણ અગત્યનાં પગલા ભરાય છે. ચિકિત્સા સામાજિક કાર્યકરની મદદથી દર્દીના કુટુંબીઓનો સંપર્ક સાધવામાં આવે છે. અને દર્દી પોતાના

કુટુંબમાં સરસ રીતે હળી મળીને જીવન વીતાવે એવું વાતાવરણ સર્જવામા આવે છે. કામ ધંધાના સ્થળે પણ કર્મચારીઓ તેને આવકારે અને આડખીલી પેદા ન કરે એ માટે પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે.

(3) લોક શિક્ષણ :-

માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિશે લોકોમા પ્રવર્તતા વહેમો અને ખોટી માન્યતાઓ દુર કરવામા આવે છે. માનસિક રોગોની સારવારની શક્યતાઓ તેમજ મર્યાદાઓનો ખ્યાલ આપવામા આવે છે. માનસિક રોગની વિવિધતા વિશે પણ લોકોને જાણ કરવામાં આવે છે. માનસિક દર્દીઓના વર્તનની વિચિત્રતાઓ અને તેના કારણો વિશે પણ સમજ આપવામાં આવે છે અને એ રીતે માનસિક દર્દીઓ પ્રત્યે પણ સહાનુભૂતિભર્યું અને માનવતાભર્યું વલણ કેળવવામાં આવે છે જેથી તેઓ પોતાની આજુ બાજુ રહેતા કિસ્સાઓમા યોગ્ય ભાગ ભજવી શકે.

• માનસિક સ્વાસ્થ્યના નિયમો :-

માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે શારીરિક સ્વાસ્થ્યની જેમ કોઈ પ્રકારની શરતો સુચવી શકાય નહી કે અમુક પ્રકારની દવાઓ ગળવાથી માનસિક સ્વાસ્થ્ય પુર્ણતઃ પ્રાપ્ત થતું નથી. તેને માટે વાતાવરણ, જીવવાની રીતો, આત્મ સમજણ અને સર્જનાત્મક સમાયોજન જરૂરી રહે છે. આથી તેને અનુલક્ષીને માનસિક સ્વાસ્થ્યની પ્રાપ્તિ માટે નીચેના કેટલાક નિયમો સમજવા અને પાળવા જરૂરી છે.

- (1) સૌથી પ્રથમ સમજી લેવું જોઈએ કે માનસિક સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યેક વ્યક્તિની પોતાની સાધના છે.
- (2) પોતાની સમસ્યાઓના ઉકેલ માટે વ્યક્તિએ વાસ્તવિકવાદી બનવું જોઈએ. દરેક પરિસ્થિતિમાં સારા-ખોટાનો તેમજ નુકશાન કે ફાયદાનો વિચાર કરવો જોઈએ.
- (3) આત્મ પરિચય અને આત્મજ્ઞાન માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે પરમ આવશ્યક છે.
- (4) ચિંતા, સંઘર્ષ, નિષ્ફળતા, મુશ્કેલીઓ વગેરે જીવનમાં અનિવાર્ય અંગ છે. કોઈપણ પ્રકારની ધ્યેય સિધ્ધિ માટે ઉપરની વસ્તુઓ થોડા - ઘણા અંશે દરેક વ્યક્તિને મળી રહે છે.
- (5) પોતાના આવેગોને પ્રગટ કરતા પહેલા મર્યાદા અને શિષ્ટાચાર કેળવવો જોઈએ.
- (6) પોતાના કાર્યમા વ્યસ્ત રહેવું ને તેમાથી જ સંતોષ પ્રાપ્ત કરવો.
- (7) મેકડુગલ કહે છે કે મુળભૂત વૃત્તિઓનું ઉર્ધ્વીકરણ કરવું જોઈએ. મનોવિકૃતિઓ પર જ વ્યક્તિત્વનો ક્રમિક વિકાસ થાય છે ને વૃત્તિઓનું ઉર્ધ્વીકરણ થવાથી માનસિક સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત થાય છે.
- (8) જીવનનું ધ્યેય ઉર્ધ્વ રાખવું જોઈએ. નાની નાની ક્ષુલ્ક બાબતોમા ન પડવું. ભાવિની ચિંતામા

ખેંચાયા વગર વર્તમાનમાં જ જીવવું.

આ ઉપરાંત કેરોલે માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે નીચેના નિયમો સુચવ્યા છે.

- (1) પોતાના તેમજ અન્ય વ્યક્તિત્વ પ્રત્યે આદર સન્માનનો ભાવ કેળવવો.
- (2) આપણી અને બીજી વ્યક્તિની સાચી સમજની પણ જરૂર છે. મોટે ભાગે લોકોને પોતાની ઉદીપક મુલ્યનો ખોટો ખ્યાલ હોય છે. જીવન અને પરિસ્થિતિ વચ્ચે સમાયોજન સ્થાપિત કરવું તે માનસિક સ્વાસ્થ્યનું લક્ષણ છે.
- (3) વર્તનમાં હંમેશા કાર્યકારણનો સંબંધ સમજીને ધ્યાનમાં રાખી માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે આ જરૂરી છે. એક સાચા વૈજ્ઞાનિકની જેમ જીવન પ્રત્યે પોતાના નિષ્પક્ષ વલણો કેળવવા જોઈએ.
- (4) વર્તન પુર્ણ વ્યક્તિત્વનું પરીણામ છે. અન્યનું વર્તન તેના સમગ્ર વ્યક્તિત્વને પ્રગટ કરે છે. વર્તન આવેગાત્મક, જ્ઞાનાત્મક અને ક્રિયાત્મક બધી અવસ્થાઓના સંગઠનમાથી છે. જેથી પારસ્પરિક સંબંધોના અભાવે માનસિક સ્વસ્થતા પ્રાપ્ત થાય છે.
- (5) પ્રાથમિક જરૂરીયાતો માટે પુરી જાણકારી મેળવવી જોઈએ. કારણ કે માનવ વર્તન જરૂરીયાતો ઉપર અવલંબે છે. શરીર રક્ષણ માટે ભોજન, પાણી, હવા, ઉંઘ, કામ સંબંધી જરૂરીયાતો મહત્વની છે. દરેક વ્યક્તિએ પોતાની આ જરૂરીયાતો સંતોષવાની હોય છે. માનસિક સ્વાસ્થ્ય વૃદ્ધિમાં શારીરિક જરૂરીયાતો સૌથી મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

● માનસિક સ્વાસ્થ્યનું મહત્વ :

આજે દુનિયામાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય અંગે ચિંતિત છે. જગતના તમામ તબીબો પાસે શારીરિક દર્દ અંગે સારવાર લેવા જનાર દર્દીઓ પૈકી અડધામાં માનસિક પરિબળો એક યા બીજી રીતે સંકળાયેલા જોવા મળે છે ફક્ત અમેરીકા જેવા સમૃદ્ધ રાષ્ટ્રની વાત કરીએ તો જ્યાં તમામ પ્રકારની આધુનિક સારવારની આવશ્યકતા છે. ત્યારે દર વીસ માણસે એક વ્યક્તિ માનસિક રોગને કારણે હોસ્પિટલમાં દાખલ થતી નથી પણ પોતાના માનસિક દર્દના ખાનગી તબીબો પાસે ઉપચાર કરાવે છે. ત્યાં હોસ્પિટલમાં કુલ દાખલ થયેલા દર્દીઓ પૈકી અડધો અડધો દર્દીઓ તીવ્ર મનોવિકૃતિઓથી

પીડાતા હોય છે. દર વર્ષે સરેરાશ એક લાખ દર્દીઓ હોસ્પિટલમાં શરણું લેતા હોય છે. આવી વિકૃતિઓમાંથી વ્યક્તિઓને મુક્ત કરાવી બનાવવાનો એક મહત્વનો હેતુ માનસિક સ્વાસ્થ્ય વિજ્ઞાનીનો છે.

માનસિક સ્વાસ્થ્ય જ્ઞાનનો ઉપયોગ સર્વત્ર વ્યાપક છે. Prevention is better than

cure. એવી અંગ્રજી કહેવત છે. સાજા થવું તેના કરતા માંદા ન પડવું એ જ સારું છે. તેથી માનસીક આરોગ્યમાં ચિત્તસ્વસ્થ, આરોગ્ય હિત ન બને તેની કાળજી રાખવી જરૂરી છે. તદઉપરાંત દરેક વ્યક્તિમાં એવા પ્રકારનું વ્યક્તિત્વ નિર્માણ પામે કે જે પોતાની આસપાસના વાતાવરણ સાથે સમાયોજન સાધી શકે તેમજ જીવનમાં ઓછામાં ઓછા સંઘર્ષો વિના જીવન જીવી શકે.

1.9 અધ્યયનના પરિવર્ત્યો :

સંશોધન સમસ્યાને વ્યાખ્યાઈત કરી તેની અંદર સમાવેશ પામતા વિવિધ પરિવર્ત્યોને ઓળખી તેની વ્યવહારીક વ્યાખ્યા કરવી એ પ્રથમ સોપાન છે. જેમાં મૂલ્યની દ્રષ્ટિએ પરિવર્તન કરી શકાય તેવા ઘટકને પરિવર્ત્ય કહે છે. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં નીચે પ્રમાણેના પરિવર્ત્યોને ધ્યાનમાં લેવામાં આવ્યા છે.

1.9.1 સ્વતંત્ર પરિવર્ત્ય (Independent variable)

સ્વતંત્ર પરિવર્ત્ય એ એવું ઘટક છે જેને સંશોધક નિરીક્ષણ હેઠળની ઘટના સાથેનો સંબંધ નક્કી કરવા તેને પસંદ કરે છે લાગુ પડે છે કે માપે છે. પ્રસ્તુત અધ્યયનમાં નીચેના સ્વતંત્ર પરિવર્ત્યો છે.

- 1) શિક્ષકની જાતિ
- 2) શાળાનો પ્રકાર
- 3) વૈવાહિક દરજ્જો
- 4) ઉમર
- 5) વેતન દર
- 6) કાર્યભાર

1.9.2 પરતંત્ર પરિવર્ત્ય (Dependent variable)

પરતંત્ર / અવલંબી પરિવર્ત્યો એ એવું પરિવર્ત્ય છે જેનું માપન કરવાનું છે. ટૂંકમાં સ્વતંત્ર પરિવર્ત્યને કારણે તેના મૂલ્યમાં વધ ઘટ થતી હોય તેવા પરિવર્ત્યને અવલંબી પરિવર્ત્ય કહે છે. પ્રસ્તુત સંશોધનમાં પરતંત્ર પરિવર્ત્યો નીચે મુજબ છે.

- 1) વ્યવસાય સંતોષના પ્રાપ્તાંકો
- 2) જીવન સંતોષના પ્રાપ્તાંકો
- 3) માનસીક સ્વાસ્થ્યના પ્રાપ્તાંકો

1.9.3 અંકુશીકૃત પરિવર્ત્ય (Control variable)

પ્રયોગ દરમ્યાન સ્વતંત્ર પરિવર્ત્ય સિવાયના જે પરિવર્ત્યો સીધી કે આડકતરી રીતે આધારિત પરિવર્ત્ય પર અસર ઉપજાવી શકે તેમ હોય તેવા પરિવર્ત્યોનું પ્રયોગ દરમીયાન પ્રયોગકર્તા નિયંત્રણ કરે છે. તેને " નિયંત્રિત પરિવર્ત્ય " કહે છે.

1) શિક્ષકની જાતિ :

શિક્ષકની જાતિને સ્ત્રી અને પુરુષ એમ બે વિભાગોમાં વહેંચી નિયંત્રિત કરવામાં આવી હતી.

2) શાળાનો પ્રકાર :

શિક્ષકની શાળાના પ્રકારને ખાનગી અને સરકારી એમ બે વિભાગોમાં વહેંચી નિયંત્રિત કરવામાં આવી હતી.

3) વૈવાહિક દરજ્જો :

શિક્ષકના વૈવાહિક દરજ્જાને પરણિત અને અપરણિત એમ બે વિભાગોમાં વહેંચી નિયંત્રિત કરવામાં આવ્યો હતો.

4) ઉંમર :

શિક્ષકની ઉંમરને 21 થી 40 અને 41 થી 58 વર્ષ એમ બે વિભાગોમાં વહેંચી નિયંત્રિત કરવામાં આવી હતી.

5) વેતન દર :

શિક્ષકના વેતન દરને 10 હજાર કે તેથી ઓછું અને 10 હજારથી વધુ એમ બે વિભાગોમાં વહેંચી નિયંત્રિત કરવામાં આવ્યો હતો.

6) કાર્યભાર :

શિક્ષકના કાર્યભારને ખંડ સમય અને પૂર્ણ સમય એમ બે વિભાગોમાં વહેંચી નિયંત્રિત કરવામાં આવ્યો હતો.

1.9.4 આંતરવર્તી પરિવર્ત્યો :

આંતરવર્તી પરિવર્ત્યો એ એવા પ્રકારના પરિવર્ત્યો છે કે જેને પ્રત્યક્ષ રીતે જોઈ શકાય, નિરીક્ષણ કરી શકાય કે માપી શકાતા નથી. પરંતુ આવા પરિવર્ત્યોની સ્વતંત્ર પરિવર્ત્યો પર થતી અસરની ધારણા/ કલ્પના થઈ શકે છે. અહીં આંતરવર્તી પરિવર્ત્યો નીચે મુજબ છે.

1) વ્યક્તિની જાતિ અને ઉંમર પ્રમાણે વિચારોમાં પરિવર્તન

2) માતા પિતાનું માર્ગદર્શન, પ્રોત્સાહન અને કૌટુંબિક વાતાવરણ

- 3) વ્યક્તિઓની જીવનશૈલી અને કાર્યશૈલી
- 4) શૈક્ષણિક વાતાવરણ
- 5) સામાજિક અને સાંસ્કૃતિક પરિસ્થિતિ
- 6) ધાર્મિક બાબતોના વલણો, માન્યતાઓ પ્રદર્શિત થતી નથી પરંતુ વ્યવહારમાં જોવા મળતી બાબતો.

1.10 પ્રસ્તુત અધ્યયનની અગત્યતા :

પ્રસ્તુત સંશોધનનો હેતુ જુનાગઢ જિલ્લાની ખાનગી તેમજ સરકારી માધ્યમિક શાળાના શિક્ષકોનો વ્યવસાય સંતોષ, જીવન સંતોષ અને માનસીક સ્વાસ્થ્ય વચ્ચેનો તુલનાત્મક અભ્યાસ કરવાનો છે. તેને પોતાના વ્યવસાયમાં કઈ રીતે સંતોષ સાધીને પોતાના વ્યવસાય અને વાતાવરણમાં બરાબર ગોઠવાઈ જાય તે અંગે યોગ્ય સૂચનો આપીને યોગ્ય રીતે તૈયાર કરવાનો હેતુ સમાયેલો છે. મનોવિજ્ઞાનમાં દરેક ક્ષેત્રને લગતા અનેક સંશોધનો થાય છે તે ન થતા રહે પ્રત્યેક સંશોધનનું કંઈકને કંઈક મહત્વ હોય છે તેમનું મહત્વ ઉપયોગીતાના સંદર્ભમાં દર્શાવી શકાય છે. અંગ્રેજીમાં કહેવત છે કે

‘the teacher is a maker of man’

- Sir John Adams

" વ્યક્તિને તૈયાર કરનાર શિક્ષક છે "

—સર જોન એડમ્સ

વિશાળ દ્રષ્ટિએ વિચારીએ તો દેશના ભાવિ નાગરીકો ઘડનાર તેમજ સમાજના ભાવિ સભ્યને કંડારનાર શિક્ષક જ જો પોતાના વ્યવસાયથી પુરેપુરો સંતુષ્ટ નહી હોય તો તે કુમળા બાળકોના માનસપટને કઈ રીતે કંડારી શકાશે ? આ માટે શિક્ષક વર્તમાન શિક્ષણ પ્રણાલીમાં પોતાની આવડતમાં પરિવર્તન કરતો હોવો જોઈએ. શિક્ષક આ રીતે કાર્ય કરતો હોય તો જ તે પરિવર્તનશીલ કેળવણીના નવા પરિપ્રેક્ષ્યમાં નવા જ દ્રષ્ટિબીંદુ લઈને અનુકુળ થઈ પોતાના વ્યવસાયમાં તૈયાર કરી શકશે. આજના અતિ આધુનિક સમયમાં જો વિદ્યાર્થીઓ પાસે અખૂટ જ્ઞાન અને નવી નવી વૈજ્ઞાનીક શોધના પરિણામે વિજ્ઞાન તેમજ ટેકનોલોજીના નવા સાધનો વાપરવાનું કૌશલ્ય ધરાવતો હશે તો જ વિદ્યાર્થીઓ પોતાના જીવનમાં ભાવિ પડકારો સામે ઝઝૂમી શકે અને ટકી શકશે. શિક્ષક પોતાના આસપાસના વાતાવરણમાં સમયોજન સાધી શકે. જીવનમાં ઓછામાં ઓછા સંઘર્ષ વિના જીવન જીવે અને માનસીક રીતે સ્વસ્થ રહે તો જ તે ઉચિત શિક્ષણ પદ્ધતિ દ્વારા વિદ્યાર્થીઓને ઉચ્ચ શૈક્ષણિક સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવા માટે સમર્થ અને સક્ષમ બનાવી શકે.

શિક્ષક પોતાના જીવનમાં ઉચ્ચ અને ગુણવત્તાયુક્ત શિક્ષણ આપવાની સિધ્ધિ ત્યારે પ્રાપ્ત કરી શકે જ્યારે તે યોગ્ય અને વિશાળ વિચારસરણી ધરાવતો હોય આ માટે તેને પરિસ્થિતી સાથે સમાયોજનશીલ થવું પડે છે.

ટૂંકમાં પ્રસ્તુત અધ્યયનનો હેતુ માધ્યમિક શાળાના શિક્ષકોનો વ્યવસાય સંતોષ, જીવન સંતોષ અને માનસીક સ્વાસ્થ્યનો અભ્યાસ કરવા અંગેનો છે જેની ઉપયોગીતા નીચે મુજબ ગણાવી શકાય.

- 1) શિક્ષકોની હતાશાનો ખ્યાલ મેળવી સુધારણા કરવી.
- 2) શિક્ષકોના વ્યવસાયને પુન : માનભર્યું સ્થાન અપાવવું.
- 3) શિક્ષકોને સમાજમાં સમાયોજન સાધવા સજ્જ બનાવવા માટે.
- 4) શિક્ષકોને હંમેશા માટે " ફ્રેશ " (Fresh) બનાવવા માટે.
- 5) શૈક્ષણિક પદ્ધતિમાં જરૂરી ફેરફારો સૂચવવા માટે.
- 6) શિક્ષકોને નવા પ્રવાહો અપનાવવા સક્ષમ (Capable) બનાવવા માટે.
- 7) વિદ્યાર્થીઓના વિકાસ અને શિક્ષકોએ ક્યા ફેરફારો કરવા તે જણાવવા માટે.
- 8) શિક્ષકોને શૈક્ષણિક પદ્ધતિ, પ્રવિધિ સૂચવવા માટે.
- 9) શિક્ષકોએ સરકારશ્રીમાં શિક્ષણના ક્ષેત્રમાં કેવા ફેરફારો કરવા તે સૂચનો આપવા માટે.
- 10) શિક્ષકનું પોતાનું સ્વ-મૂલ્યાંકન કરવા માટે.

1.11 પ્રસ્તુત અધ્યયનની મર્યાદાઓ :

કોઈ સંશોધન તેના વ્યાપના સંદર્ભમાં ક્યારેય પરિપૂર્ણ હોતું નથી એટલે વાર્તાનિક વિજ્ઞાનોના સંશોધનમાં હંમેશા ભૌતિક વિજ્ઞાનો જેટલી વસ્તુલક્ષીતા સંભવી શકતી નથી પ્રસ્તુત સંશોધનમાં કેટલીકમર્યાદા રહેવા પામી હતી તેનો નિર્દેશ નીચે મુજબ છે.

(1) પ્રસ્તુત અધ્યયનમાં પસંદ કરેલ વિસ્તાર સમગ્ર જુનાગઢ જિલ્લાની વિવિધ ખાનગી અને સરકારી માધ્યમિક શાળામાં નોકરી કરતા શિક્ષકો અંગેનો હોઈ 'સમષ્ટિ' જટિલ છે. આ સાથે શિક્ષકોનો કુલ 1200 નિદર્શ લેવામાં આવ્યો છે તેથી તેમના પરથી મળેલ માહિતી બધા માટે લાગુ પાડી શકાય નહીં.

(2) પ્રસ્તુત અધ્યયનના શિક્ષકોની જાતિ, શાળાનો પ્રકાર અને વૈવાહિક દરજ્જાની દ્રષ્ટિએ જોઈએ તો સંખ્યાની દ્રષ્ટિ નિર્દેશ સરખો છે. પરંતુ આ માટેના વિસ્તારમાં અન્ય બાબતોનું પ્રમાણ સરખું નથી.

- (3) પ્રસ્તુત અધ્યયનમાં શિક્ષકોનો વ્યવસાય સંતોષ, જીવન સંતોષ અને માનસીક સ્વાસ્થ્યનો અભ્યાસ કરવામાં માત્ર તેની અસરો વર્ણવામાં આવી છે પરંતુ તેના ચોક્કસ ઉપાયો સૂચવવામાં આવ્યા નથી.
- (4) અહિં શિક્ષકોના વ્યવસાય સંતોષ, જીવન સંતોષ અને માનસીક સ્વાસ્થ્યનું માપન કરવા માટે જે ચોક્કસ સાધનો ઉપયોગ કરેલ છે તેમાં વૃદ્ધોએ સાચા બદલે સારા જવાબો આપેલા હોય.
- (5) શિક્ષકોની જવાબ આપવાની દરેકની પદ્ધતિ જુદી જુદી હોય છે ઘણાં જવાબો વૃદ્ધ સ્ત્રી – પુરૂષોએ ગુપ્ત રાખેલા હોય તે પણ સંભાવના છે.
- (6) પ્રસ્તુત અધ્યયનમાં મળેલ માહિતી શિક્ષકોના અભિપ્રાય, વલણો અને પ્રત્યક્ષીકરણ પર આધારીત છે.
- (7) પ્રસ્તુત અધ્યયનમાં મળેલ માહિતીને આધારે શિક્ષકોના વ્યવસાય સંતોષ, જીવન સંતોષ અને માનસીક સ્વાસ્થ્ય માટે યોગ્ય રીતે સૂચવવામાં આવી છે પરંતુ તે દરેક માટે એકસરખી રીતે લાગુ ન પણ પડે પોતાના વલણોમાં યોગ્ય પરિવર્તન ન પણ લાવે.
- (8) પ્રસ્તુત અધ્યયન માટે જરૂરી માહિતી માટે પ્રશ્નાવલી પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. પ્રશ્નોના ઉત્તરો કે વિધાનોના વિકલ્પોની પસંદગી બીજુ કઈ નહી પરંતુ વ્યક્તિના અંતર નિરીક્ષણો છે. અહી અન્ય રીતે માહિતી મેળવેલ નથી તેથી પરિણામોનો વ્યાપક વ્યાવહારીક ક્ષેત્રે ઉપયોગ કરતી વખતે આ બાબતોને ધ્યાનમાં રાખવી જરૂરી છે.
- (9) પ્રસ્તુત અધ્યયનમાં જુનાગઢ જિલ્લાની ખાનગી અને સરકારી માધ્યમિક શાળામાં નોકરી કરતા શિક્ષકોની સમષ્ટિમાંથી નિદર્શ પસંદ કરવામાં આવ્યો છે. પરંતુ શિક્ષકોની પસંદગીમાં દરેક વિસ્તારને સમાન રીતે આવરી શકાયો નથી.
- (10) પ્રસ્તુત અધ્યયન વિચરણ પૃથ્થકરણની રીત, ટી કસોટી અને r પ્રયુક્તિથી માપન કરેલ હોય તેની બધી ધારણાઓ પ્રસ્તુત સંશોધનમાં અભિવ્યક્ત થતી નથી.

1.12 અધ્યયનનું સંયોજન :

પ્રસ્તુત અધ્યયનને નીચેના પાંચ પ્રકરણોમાં વિભાજીત કરવામાં આવ્યું છે.

પ્રકરણ-1 : વિષય પ્રવેશ :

પ્રસ્તુત અધ્યયનના વિષય પ્રવેશના પ્રથમ પ્રકરણમાં પ્રસ્તાવના, સંશોધનની ઐતિહાસીક ભૂમિકા, અધ્યયનના અગત્યના મુદ્દાઓની સમજૂતી, અગત્યના ક્રિયાત્મક પદોની વ્યાખ્યા,

શિક્ષકોની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા, વ્યવસાય સંતોષની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા, જીવન સંતોષની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા, માનસીક સ્વાસ્થ્યની સૈધ્ધાંતિક ભૂમિકા, અધ્યયનના પરિવર્ત્યો, પ્રસ્તુત અધ્યયનની અગત્યતા, પ્રસ્તુત અધ્યયનની મર્યાદાઓ તેમજ અધ્યયનના સંયોજન જેવા મુદ્દાઓની વિસ્તૃત ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

પ્રકરણ-2 : સંશોધન સાહિત્યની સમીક્ષા :

પ્રસ્તુત અધ્યયનના સંશોધન સાહિત્યના બીજા પ્રકરણમાં પ્રસ્તાવના, પૂર્વે થયેલા સંશોધન અભ્યાસોની સમીક્ષા, વ્યવસાય સંતોષ અંગે પૂર્વે થયેલા અભ્યાસો, જીવન સંતોષ અંગે પૂર્વે થયેલા અભ્યાસો, માનસીક સ્વાસ્થ્ય અંગે પૂર્વે થયેલા અભ્યાસો તેમજ પ્રસ્તુત અભ્યાસ શા માટે? જેવા મુદ્દાઓની વિસ્તૃત ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

પ્રકરણ-3 : સંશોધન યોજના, પ્રક્રિયા અને પૃથ્થકરણની પદ્ધતિ :

પ્રસ્તુત અધ્યયનના સંશોધન યોજના, પ્રક્રિયા અને પૃથ્થકરણની પદ્ધતિના ત્રીજા પ્રકરણમાં પ્રસ્તાવના, અધ્યયનનું સમસ્યા કથન, અધ્યયનના હેતુઓ, અધ્યયનની ઉત્કલ્પનાઓ, સંશોધન યોજના, અધ્યયનના પરિવર્ત્યોનું માપન, સંશોધનની સમષ્ટિ, સંશોધનનો નિર્દેશ, માહિતી એકત્રીકરણી પ્રક્રિયા જેવા મુદ્દાઓની વિસ્તૃત ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

પ્રકરણ-4 : સંશોધનનું પૃથ્થકરણ, અર્થઘટન અને પરિણામ ચર્ચા :

પ્રસ્તુત અધ્યયનના સંશોધનનું પૃથ્થકરણ, અર્થઘટન અને પરિણામ ચર્ચાના ચોથા પ્રકરણમાં પ્રસ્તાવના, સંશોધન અંગેની સામાન્ય માહિતીના ટકાવારી, વ્યક્તિગત સામાજિક પરિવર્ત્યોના સંદર્ભમાં વ્યવસાય સંતોષ, જીવન સંતોષ અને માનસીક સ્વાસ્થ્યનો એફ કસોટી અને ટી કસોટી દ્વારા પૃથ્થકકરણ, અર્થઘટન અને પરિણામ ચર્ચા તેમજ શિક્ષકોના વ્યવસાય સંતોષ, જીવન સંતોષ અને માનસીક સ્વાસ્થ્ય વચ્ચેના સહસંબંધનો કાર્લપિયરસન આર દ્વારા અભ્યાસ, વ્યવસાય સંતોષ, જીવન સંતોષ અને માનસીક સ્વાસ્થ્ય વચ્ચેનો સંબંધ, શિક્ષકોના વ્યવસાય સંતોષ વધારવાના સૂચનો, જીવન સંતોષ વધારવાના સૂચનો તેમજ માનસીક સ્વાસ્થ્ય સુધારવાના સૂચનો જેવા મુદ્દાઓની વિસ્તૃત ચર્ચા કરવામાં આવી છે.

પ્રકરણ-5 : સંશોધન સારાંશ, તારણો, સૂચનો અને ભલામણો :

પ્રસ્તુત અધ્યયનના સંશોધન સારાંશ, તારણો, સૂચનો અને ભલામણોના પાંચમાં પ્રકરણમાં પ્રસ્તાવના, સંશોધન સારાંશ, સંશોધનના તારણો, સંશોધનની મર્યાદાઓ, અધ્યયનનો સૂચિતાર્થ, આગળ સંશોધન માટેના સૂચનો તેમજ સંશોધનના ફલિતાર્થો જેવા મુદ્દાઓની વિસ્તૃત ચર્ચા કરવામાં આવી છે.