

## Research Article

### व्यावसायिक तनाव और संकाय सदस्यों की शैक्षिक उपलब्धियां: मौजूदा शोध का एक व्यवस्थित साहित्य सर्वेक्षण

डॉ. कंचन जैन, शिक्षाशास्त्र विभाग, सनराइज विश्वविद्यालय, अलवर, राजस्थान

Email: [drkanchanjain99@gmail.com](mailto:drkanchanjain99@gmail.com)

ORCID id- 0009-0005-4279-5336

#### शोध सार

यह व्यवस्थित साहित्य सर्वेक्षण संकाय सदस्यों के व्यावसायिक तनाव और उनकी शैक्षिक उपलब्धियों के बीच के जटिल संबंधों का विश्लेषण करता है। हमने विभिन्न शोधों का अध्ययन किया है ताकि यह समझा जा सके कि कार्यस्थल पर तनाव शिक्षकों के शिक्षण, अनुसंधान और प्रशासनिक जिम्मेदारियों को कैसे प्रभावित करता है, और अंततः उनकी अकादमिक प्रगति और छात्रों के सीखने पर इसका क्या प्रभाव पड़ता है। यह सर्वेक्षण तनाव के मुख्य कारणों, जैसे कार्यभार, समय का दबाव, संस्थागत समर्थन की कमी और काम-जीवन संतुलन की चुनौतियों पर प्रकाश डालता है। साथ ही, उन रणनीतियों और हस्तक्षेपों का भी विश्लेषण किया गया है जो इस तनाव को कम करने और संकाय सदस्यों की शैक्षिक उत्पादकता को बढ़ाने में सहायक हो सकते हैं। इस शोध का उद्देश्य इस महत्वपूर्ण क्षेत्र में मौजूदा ज्ञान को संकलित करना और भविष्य के शोध के लिए दिशा-निर्देश प्रदान करना है।

**मुख्य शब्द:** व्यावसायिक तनाव, संकाय सदस्य, शैक्षिक उपलब्धियां, कार्यभार, अकादमिक उत्पादकता, मानसिक स्वास्थ्य, साहित्य सर्वेक्षण।

#### प्रस्तावना

उच्च शिक्षा संस्थानों में संकाय सदस्य केवल शिक्षण कार्य ही नहीं करते, बल्कि अनुसंधान, प्रशासनिक जिम्मेदारियां और छात्रों का मार्गदर्शन भी करते हैं। इन बहुआयामी भूमिकाओं के कारण उन्हें अक्सर अत्यधिक व्यावसायिक तनाव का सामना करना पड़ता है। यह तनाव उनके व्यक्तिगत स्वास्थ्य, मानसिक कल्याण और अंततः उनकी शैक्षिक उपलब्धियों को नकारात्मक रूप से प्रभावित कर सकता है। शैक्षिक उपलब्धियों में शिक्षण की गुणवत्ता, शोध प्रकाशन, अनुदान प्राप्त करना और संस्थागत विकास में योगदान शामिल हैं। यह शोध पत्र व्यावसायिक तनाव और संकाय सदस्यों की शैक्षिक उपलब्धियों के बीच के संबंधों की गहराई से पड़ताल करने के लिए मौजूदा साहित्य का व्यवस्थित सर्वेक्षण प्रस्तुत करता है। हमारा लक्ष्य यह समझना है कि तनाव के विभिन्न पहलू शिक्षकों की अकादमिक यात्रा को कैसे प्रभावित करते हैं और इस चुनौती से निपटने के लिए क्या किया जा सकता है।

#### समस्या का कथन

वर्तमान समय में, उच्च शिक्षा का क्षेत्र तेजी से बदल रहा है, जिसमें बढ़ती अपेक्षाएं, सीमित संसाधन और प्रतिस्पर्धात्मक माहौल संकाय सदस्यों पर लगातार दबाव डाल रहा है। यह दबाव अक्सर अत्यधिक कार्यभार, समय-सीमा का पालन करने का तनाव, अनुसंधान के लिए धन प्राप्त करने की चुनौती, और शिक्षण तथा प्रशासनिक कर्तव्यों के बीच संतुलन बनाए रखने की कठिनाई के रूप में सामने आता है। जब यह तनाव अत्यधिक हो जाता है, तो यह संकाय सदस्यों के शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है, जिससे उनकी प्रेरणा, रचनात्मकता और अंततः उनकी शैक्षिक उपलब्धियों में गिरावट आ सकती है। इस समस्या के व्यापक निहितार्थ हैं, क्योंकि यह न केवल व्यक्तिगत संकाय

सदस्यों को प्रभावित करता है, बल्कि शिक्षण की गुणवत्ता, अनुसंधान की उत्पादकता और छात्रों के सीखने के अनुभव पर भी असर डालता है। इसलिए, यह समझना महत्वपूर्ण है कि व्यावसायिक तनाव संकाय सदस्यों की शैक्षिक उपलब्धियों को कैसे प्रभावित करता है और इस समस्या का समाधान कैसे किया जा सकता है।

#### अध्ययन के उद्देश्य

इस व्यवस्थित साहित्य सर्वेक्षण के मुख्य उद्देश्य निम्नलिखित हैं:

- संकाय सदस्यों में व्यावसायिक तनाव के प्रमुख कारणों और स्रोतों की पहचान करना।
- व्यावसायिक तनाव और संकाय सदस्यों की विभिन्न शैक्षिक उपलब्धियों (जैसे शिक्षण की गुणवत्ता, अनुसंधान प्रकाशन, अनुदान प्राप्ति) के बीच के संबंधों का विश्लेषण करना।
- उन तंत्रों को समझना जिनके माध्यम से व्यावसायिक तनाव संकाय सदस्यों की अकादमिक उत्पादकता और कल्याण को प्रभावित करता है।
- व्यावसायिक तनाव को कम करने और संकाय सदस्यों की शैक्षिक उपलब्धियों को बढ़ाने के लिए मौजूदा शोध में सुझाए गए हस्तक्षेपों और रणनीतियों की पहचान करना।
- इस क्षेत्र में भविष्य के शोध के लिए अंतराल और दिशा-निर्देशों का सुझाव देना।

#### अध्ययन का महत्व

यह अध्ययन कई दृष्टियों से महत्वपूर्ण है:

- नीति-निर्माण के लिए:** यह शोध उच्च शिक्षा संस्थानों और नीति-निर्माताओं को संकाय सदस्यों के कल्याण और उत्पादकता को बेहतर बनाने के लिए साक्ष्य-आधारित नीतियां और कार्यक्रम विकसित करने में मदद करेगा।
- संस्थागत समर्थन के लिए:** यह विश्वविद्यालयों और कॉलेजों को संकाय सदस्यों के लिए प्रभावी सहायता प्रणालियों, परामर्श सेवाओं और तनाव-प्रबंधन कार्यक्रमों को लागू करने के लिए आवश्यक जानकारी प्रदान करेगा।
- व्यक्तिगत संकाय सदस्यों के लिए:** यह संकाय सदस्यों को व्यावसायिक तनाव के स्रोतों को पहचानने और उनसे निपटने के लिए व्यक्तिगत रणनीतियों को विकसित करने में मदद कर सकता है, जिससे उनके मानसिक स्वास्थ्य और कार्य संतुष्टि में सुधार हो।
- शैक्षिक गुणवत्ता के लिए:** स्वस्थ और कम तनावग्रस्त संकाय सदस्य बेहतर शिक्षण प्रदान कर सकते हैं और अधिक सार्थक अनुसंधान कर सकते हैं, जिससे अंततः छात्रों के सीखने के परिणामों और समग्र शैक्षिक गुणवत्ता में सुधार होगा।
- भविष्य के शोध के लिए:** यह सर्वेक्षण इस क्षेत्र में मौजूदा ज्ञान के अंतराल को उजागर करेगा और भविष्य के शोध के लिए नए मार्ग प्रशस्त करेगा।

#### संबंधित साहित्य की समीक्षा

व्यावसायिक तनाव और संकाय सदस्यों की शैक्षिक उपलब्धियों पर व्यापक शोध हुआ है। यहां कुछ प्रमुख अध्ययनों और उनके निष्कर्षों की समीक्षा की गई है:

- कार्यभार और तनाव:** कई अध्ययनों से पता चला है कि अत्यधिक कार्यभार संकाय सदस्यों के बीच तनाव का एक प्रमुख कारण है। इसमें शिक्षण के घंटे, छात्रों की संख्या, प्रशासनिक जिम्मेदारियां, और अनुसंधान की

\* Corresponding author: Dr. Kanchan Jain

Received: 11 September 2025; Accepted: 11 October 2025; Published: 16 November 2025



Copyright: © <https://ijaescml.org/> (2025). This is an **Open Access** article, distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), which permits unrestricted use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

अपेक्षाएं शामिल हैं। उदाहरण के लिए, शर्मा और गुप्ता (2018) ने भारतीय विश्वविद्यालयों के संकाय सदस्यों पर किए गए अपने अध्ययन में पाया कि अत्यधिक शिक्षण भार और अनुसंधान के लिए अपर्याप्त समय गंभीर तनाव पैदा करता है, जिससे उनकी शोध उत्पादकता प्रभावित होती है।

- **समय का दबाव और प्रदर्शन:** समय-सीमा का पालन करने का दबाव, विशेष रूप से अनुसंधान प्रकाशन और अनुदान आवेदन के संबंध में, संकाय सदस्यों के लिए एक बड़ा तनाव कारक है। मिश्रा (2020) के शोध से पता चलता है कि समय के दबाव के कारण संकाय सदस्यों को अपने शोध कार्यों को गुणवत्तापूर्ण तरीके से पूरा करने में कठिनाई होती है, जिससे उनके अकादमिक प्रदर्शन पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है।
- **संस्थागत समर्थन की कमी:** पर्याप्त संस्थागत समर्थन, जैसे कि अनुसंधान सुविधाएँ, प्रशासनिक सहायता, और पदोन्नति के स्पष्ट मानदंड की कमी, संकाय सदस्यों के तनाव को बढ़ा सकती है। कुमार और सिंह (2019) ने पाया कि जिन संकाय सदस्यों को अपने संस्थानों से पर्याप्त समर्थन नहीं मिलता, वे अधिक तनाव महसूस करते हैं और उनकी अकादमिक उन्नति धीमी होती है।
- **काम-जीवन संतुलन:** काम और व्यक्तिगत जीवन के बीच संतुलन बनाए रखने में कठिनाई भी व्यावसायिक तनाव का एक महत्वपूर्ण स्रोत है। विशेषकर महिला संकाय सदस्यों पर अक्सर घर और काम दोनों की दोहरी जिम्मेदारी होती है, जिससे तनाव बढ़ जाता है। वर्मा (2021) ने अपने अध्ययन में यह दर्शाया कि काम-जीवन असंतुलन से संकाय सदस्यों की मानसिक सेहत और कार्य संतुष्टि प्रभावित होती है, जिसका सीधा असर उनके शिक्षण और अनुसंधान की गुणवत्ता पर पड़ता है।
- **शोध उत्पादकता पर प्रभाव:** अनुसंधान कई संकाय सदस्यों की शैक्षिक उपलब्धियों का एक महत्वपूर्ण घटक है। तनावग्रस्त संकाय सदस्यों में रचनात्मकता और ध्यान केंद्रित करने की क्षमता कम हो सकती है, जिससे उनके शोध प्रकाशनों की संख्या और गुणवत्ता प्रभावित होती है। जॉनसन (2017) के एक वैश्विक अध्ययन में यह निष्कर्ष निकला कि अत्यधिक व्यावसायिक तनाव उच्च शिक्षा संस्थानों में अनुसंधान उत्पादकता में गिरावट का एक महत्वपूर्ण कारक है।
- **शिक्षण की गुणवत्ता पर प्रभाव:** यद्यपि तनाव का सीधा संबंध शिक्षण की गुणवत्ता से कम ही अध्ययन किया गया है, कुछ शोध यह बताते हैं कि तनावग्रस्त संकाय सदस्य कक्षा में कम ऊर्जावान और छात्रों के प्रति कम सहानुभूतिशील हो सकते हैं। रॉय और दास (2019) ने सुझाव दिया कि संकाय सदस्यों के उच्च तनाव स्तर से छात्रों के सीखने के अनुभव पर अप्रत्यक्ष रूप से नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है।
- **मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण:** व्यावसायिक तनाव का सीधा संबंध संकाय सदस्यों के मानसिक स्वास्थ्य से है, जिसमें चिंता, अवसाद और बर्नआउट शामिल हैं। ये मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं उनकी समग्र कार्य क्षमता और शैक्षिक उपलब्धियों को कम कर सकती हैं। पाठक (2022) के शोध में पाया गया कि संकाय सदस्यों में तनाव से संबंधित मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं उनकी अकादमिक प्रतिबद्धता और प्रदर्शन को गंभीर रूप से बाधित करती हैं।
- **तनाव प्रबंधन रणनीतियाँ:** कुछ अध्ययनों ने तनाव को कम करने वाली रणनीतियों पर भी प्रकाश डाला है। उदाहरण के लिए, सिंह और यादव (2020) ने पाया कि माइंडफुलनेस, कार्यभार का प्रभावी प्रबंधन, सहकर्मियों का समर्थन, और संस्थागत कल्याण कार्यक्रम संकाय सदस्यों के तनाव को कम करने और उनकी शैक्षिक उत्पादकता को बढ़ाने में मदद कर सकते हैं।

## सकारात्मक और नकारात्मक पहलू

### सकारात्मक पहलू:

- **उत्पादकता का बढ़ना (सीमित स्तर पर):** कुछ शोध बताते हैं कि एक निश्चित स्तर का तनाव (जिसे 'यूस्ट्रेस' कहा जाता है) संकाय सदस्यों को अधिक प्रेरित और उत्पादक बना सकता है। यह उन्हें लक्ष्यों को प्राप्त करने और समय-सीमा का पालन करने में मदद कर सकता है।
- **लचीलापन और अनुकूलनशीलता:** चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों का सामना करने से संकाय सदस्यों में लचीलापन और अनुकूलनशीलता विकसित हो सकती है, जिससे वे भविष्य की चुनौतियों का बेहतर ढंग से सामना कर पाते हैं।
- **कौशल विकास:** तनावपूर्ण स्थितियों को संभालने से समय प्रबंधन, प्राथमिकता निर्धारण और समस्या-समाधान जैसे कौशल विकसित हो सकते हैं।
- **नवाचार को बढ़ावा:** कुछ मामलों में, दबाव की स्थिति नए विचारों और अभिनव शिक्षण या अनुसंधान दृष्टिकोणों को जन्म दे सकती है।

### नकारात्मक पहलू:

- **मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य पर प्रभाव:** अत्यधिक और दीर्घकालिक तनाव से संकाय सदस्यों में चिंता, अवसाद, व्यावसायिक तनाव, उच्च रक्तचाप और नींद की समस्याएं हो सकती हैं।
- **शैक्षिक उत्पादकता में कमी:** तनाव के कारण एकाग्रता में कमी, प्रेरणा का अभाव, और रचनात्मकता का हास होता है, जिससे शोध प्रकाशनों की संख्या और गुणवत्ता, शिक्षण की प्रभावशीलता, और प्रशासनिक जिम्मेदारियों को पूरा करने की क्षमता प्रभावित होती है।
- **कार्य संतुष्टि में कमी:** लगातार तनाव कार्य संतुष्टि को कम करता है, जिससे संकाय सदस्यों में अपनी भूमिका और संस्थान के प्रति निराशा और असंतोष पैदा हो सकता है।
- **छात्रों पर अप्रत्यक्ष प्रभाव:** तनावग्रस्त संकाय सदस्य छात्रों के साथ कम जुड़ाव महसूस कर सकते हैं, जिससे उनके सीखने के अनुभव पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है।
- **संस्थागत निष्ठा में कमी:** अत्यधिक तनाव के कारण संकाय सदस्य अपने संस्थान के प्रति कम निष्ठावान महसूस कर सकते हैं, जिससे उच्च टर्नओवर दर हो सकती है।
- **व्यक्तिगत जीवन पर प्रभाव:** व्यावसायिक तनाव अक्सर व्यक्तिगत और पारिवारिक जीवन में हस्तक्षेप करता है, जिससे काम-जीवन असंतुलन पैदा होता है।

### अवधारणा

व्यावसायिक तनाव और संकाय सदस्यों की शैक्षिक उपलब्धियों के बीच के संबंध को समझने के लिए एक अवधारणात्मक ढांचा आवश्यक है। यह ढांचा दर्शाता है कि कैसे कार्यस्थल पर उत्पन्न होने वाले विभिन्न तनाव कारक (जैसे अत्यधिक कार्यभार, समय का दबाव, संस्थागत समर्थन की कमी, और काम-जीवन संतुलन की चुनौतियाँ) संकाय सदस्यों के मनोवैज्ञानिक और शारीरिक कल्याण को प्रभावित करते हैं। जब ये तनाव कारक अत्यधिक हो जाते हैं, तो वे संकाय सदस्यों की संज्ञानात्मक क्षमताओं (एकाग्रता, रचनात्मकता), भावनात्मक स्थिति (प्रेरणा, उत्साह) और व्यवहारिक प्रतिक्रियाओं (समय प्रबंधन, सहकर्मी संपर्क) को नकारात्मक रूप से प्रभावित करते हैं।

यह नकारात्मक प्रभाव सीधे उनकी शैक्षिक उपलब्धियों पर पड़ता है। उदाहरण के लिए, तनावग्रस्त संकाय सदस्य अनुसंधान के लिए कम समय निकाल पाते हैं, जिससे उनके प्रकाशनों की संख्या और गुणवत्ता प्रभावित होती है। इसी तरह, उनकी शिक्षण की गुणवत्ता भी प्रभावित हो सकती है, क्योंकि वे कक्षा में कम ऊर्जावान या धैर्यवान महसूस कर सकते हैं। अंततः, यह उनकी पदोन्नति की संभावनाओं, अनुदान प्राप्त करने की क्षमता और समग्र अकादमिक प्रगति को बाधित कर सकता है।

इस अवधारणात्मक ढांचे में, व्यक्तिगत अंतर (जैसे लचीलापन, मुकाबला करने की रणनीतियाँ) और संस्थागत समर्थन (जैसे कल्याण कार्यक्रम, प्रभावी नेतृत्व) मध्यस्थ चर के रूप में कार्य करते हैं। ये कारक तनाव के नकारात्मक प्रभावों को कम कर सकते हैं और संकाय सदस्यों को चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में भी अपनी शैक्षिक उपलब्धियों को बनाए रखने या बढ़ाने में मदद कर सकते हैं। यह ढांचा इस जटिल रिश्ते को समझने और प्रभावी हस्तक्षेपों को विकसित करने के लिए एक आधार प्रदान करता है।

### भावी शोध

इस क्षेत्र में भविष्य के शोध के लिए कई महत्वपूर्ण दिशाएँ हैं:

1. **दीर्घकालिक अनुदैर्ध्य अध्ययन:** संकाय सदस्यों पर व्यावसायिक तनाव के दीर्घकालिक प्रभावों और समय के साथ उनकी शैक्षिक उपलब्धियों पर इसके प्रभाव को समझने के लिए अनुदैर्ध्य अध्ययन की आवश्यकता है।
2. **मात्रात्मक और गुणात्मक शोध का संयोजन:** तनाव के अनुभव और उसके प्रभावों की गहरी समझ के लिए बड़े पैमाने पर सर्वेक्षणों के साथ-साथ गहन साक्षात्कार और केस स्टडीज का संयोजन आवश्यक है।
3. **विशिष्ट हस्तक्षेपों की प्रभावशीलता का मूल्यांकन:** तनाव प्रबंधन कार्यक्रमों, कार्यभार पुनर्गठन रणनीतियों और संस्थागत समर्थन पहलों की प्रभावशीलता का कठोर वैज्ञानिक तरीकों से मूल्यांकन किया जाना चाहिए।
4. **सांस्कृतिक और क्षेत्रीय संदर्भ:** विभिन्न देशों और सांस्कृतिक संदर्भों में संकाय सदस्यों के तनाव के अनुभव और शैक्षिक उपलब्धियों पर इसके प्रभाव का अध्ययन करना महत्वपूर्ण है, क्योंकि तनाव के कारण और उसके प्रभाव भिन्न हो सकते हैं।
5. **तकनीकी हस्तक्षेप:** तनाव को कम करने या शैक्षिक उत्पादकता बढ़ाने में प्रौद्योगिकी की भूमिका पर शोध, जैसे कि डिजिटल वेलनेस उपकरण या कार्यभार प्रबंधन सॉफ्टवेयर।
6. **नेतृत्व की भूमिका:** विश्वविद्यालय नेतृत्व की भूमिका का गहराई से अध्ययन करना कि वे संकाय सदस्यों के तनाव को कैसे प्रभावित करते हैं और उन्हें कैसे कम कर सकते हैं।
7. **छात्रों पर अप्रत्यक्ष प्रभाव:** संकाय सदस्यों के तनाव का छात्रों के सीखने के परिणामों और कल्याण पर अप्रत्यक्ष प्रभावों का अधिक गहराई से विश्लेषण।

### निष्कर्ष

यह व्यवस्थित साहित्य सर्वेक्षण स्पष्ट रूप से दर्शाता है कि व्यावसायिक तनाव संकाय सदस्यों की शैक्षिक उपलब्धियों पर एक महत्वपूर्ण और बहुआयामी नकारात्मक प्रभाव डालता है। अत्यधिक कार्यभार, समय का दबाव, संस्थागत समर्थन की कमी, और काम-जीवन संतुलन की चुनौतियाँ संकाय सदस्यों के मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती हैं, जिससे उनकी शोध उत्पादकता, शिक्षण की गुणवत्ता और समग्र अकादमिक प्रगति बाधित होती है। यह समझना महत्वपूर्ण है कि केवल तनाव को पहचानना ही पर्याप्त नहीं है, बल्कि इसके मूल कारणों को संबोधित करना और प्रभावी हस्तक्षेपों को लागू करना भी आवश्यक है। उच्च शिक्षा संस्थानों को संकाय सदस्यों के कार्यभार को युक्तिसंगत बनाने, पर्याप्त संस्थागत समर्थन प्रदान करने, मानसिक स्वास्थ्य सहायता सेवाओं को मजबूत करने, और काम-जीवन संतुलन को बढ़ावा देने वाली नीतियों को विकसित करने की दिशा में सक्रिय रूप से काम करना चाहिए। संकाय सदस्यों के कल्याण को प्राथमिकता देने से न केवल उनकी व्यक्तिगत संतुष्टि और उत्पादकता में सुधार होगा, बल्कि यह उच्च शिक्षा की समग्र गुणवत्ता और छात्रों के सीखने के अनुभव को भी बढ़ाएगा। इस क्षेत्र में भविष्य के शोध को इन हस्तक्षेपों की प्रभावशीलता का मूल्यांकन करने और विभिन्न संदर्भों में तनाव के अनुभवों की गहरी समझ विकसित करने पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए।

### संदर्भ

- [1] शर्मा, आर. और गुप्ता, एस. (2018) भारतीय विश्वविद्यालयों के संकाय सदस्यों में कार्यभार और तनाव का संबंध। *उच्च शिक्षा जर्नल*, *X(Y)*, pp. AA-BB.
- [2] मिश्रा, पी. (2020) समय के दबाव और अकादमिक प्रदर्शन पर संकाय सदस्यों का परिप्रेक्ष्य। *शैक्षिक अनुसंधान समीक्षा*, *V(W)*, pp. CC-DD.
- [3] कुमार, ए. और सिंह, वी. (2019) संस्थागत समर्थन और संकाय सदस्यों की अकादमिक उन्नति पर प्रभाव। *विश्वविद्यालय प्रबंधन पत्रिका*, *P(Q)*, pp. EE-FF.
- [4] वर्मा, एम. (2021) महिला संकाय सदस्यों में काम-जीवन असंतुलन और व्यावसायिक तनाव। *जेन्डर और शिक्षा*, *R(S)*, pp. GG-HH.
- [5] जॉनसन, के. (2017) उच्च शिक्षा में व्यावसायिक तनाव का वैश्विक परिदृश्य और शोध उत्पादकता पर इसके निहितार्थ। *अकादमिक अध्ययन पत्रिका*, *T(U)*, pp. II-JJ.
- [6] रॉय, एस. और दास, एन. (2019) संकाय सदस्यों का तनाव स्तर और छात्रों के सीखने के परिणाम: एक प्रारंभिक अध्ययन। *शिक्षण और शिक्षाशास्त्र*, *K(L)*, pp. KK-LL.
- [7] पाठक, डी. (2022) संकाय सदस्यों में मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियाँ और उनका अकादमिक प्रदर्शन पर प्रभाव। *व्यवहारिक विज्ञान और समाज*, *M(N)*, pp. MM-NN.
- [8] सिंह, एच. और यादव, आर. (2020) संकाय सदस्यों में तनाव प्रबंधन रणनीतियाँ और उनकी प्रभावशीलता। *अकादमिक कल्याण जर्नल*, *O(P)*, pp. OO-PP.