

Research Paper

“सोलापूर शहरातील वरिष्ठ महिला महाविद्यालयात शिक्षण घेणा-या विद्यार्थिनींना मानसिक आरोग्य राखताना घेणा-या समस्यांचा अभ्यास”

प्रा. डॉ. अरुणदेव बाळासाहेब नंदाशिव
ल. भा. पा. महिला महाविद्यालय सोलापूर

प्रस्तावना

शिक्षणप्रक्रियेत अत्यंत महत्त्वाचा घटक समजला जातो तो म्हणजे विद्यार्थी. कोणतीही शिक्षणाची प्रक्रिया यशस्वी होण्यासाठी विद्यार्थी केंद्रबिंदू असला पाहिजे शिक्षणाच्या परिवर्तनाचा महत्त्वाचा पैलू विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्वचा विकास असावा. प्रत्येक व्यक्ती शरीराच्या आजारावावत विचार करते. परंतु शरीराप्रमाणे मनालासुद्धा आजार होतात. त्यामुळे मनाचे स्वास्थ्य विघडते. जीवन जगताना आपली ध्येये प्रत्येकवेळी साध्य होतीलच असे नाही. अशा वेळी व्यक्तीच्या मनाची स्थिती निराशाजनक होते. अशी व्यक्ती समाजात समायोजन साधू शकत नाही.

विद्यापीठीय शिक्षण घेताना विद्यार्थिनींच्या शारीरिक आरोग्याइतकेच त्यांचे मानसिक आरोग्य चांगले असणे गरजेचे आहे. चांगल्या मानसिक आरोग्यामुळे कोणताही विद्यार्थी आपला शिक्षणक्रम यशस्वीपणे पूर्ण करू शकतो.

2. संशोधनाची गरज :

कोटारी आयोगाने जाहीर केलेल्या शैक्षणिक धोरणांची अंमलबजावणी व विद्यापीठीय शिक्षणाची ध्येय आणि उद्दीष्टे साध्य होण्यासाठी विद्यार्थ्यांचे मानसिक स्वास्थ्य सक्षम असणे गरजेचे आहे. शिक्षणाच्या प्रक्रियेतील महत्त्वाचे घटक पालक शिक्षक संस्थाचालक आणि शासन या सर्वांनी एकत्रित प्रयत्न करणे गरजेचे आहे. या सर्वांनी प्रयत्न केले तर उच्च शिक्षणात विकासाभिमुख बदल होऊ शकतो.

विद्यापीठ स्तरावरील शिक्षणात अध्यापन करणारे शिक्षक प्राचार्य पालक विद्यार्थिनी यांच्या वरोवर संवाद साधला तेव्हा या स्तरावर अध्ययन करणाऱ्या विद्यार्थिनींच्या मानसिक आरोग्याच्या समस्यांविषयी संशोधन गरजेचे आहे.

3. महत्त्व :

विद्यापीठ शिक्षणाचा हेतू साध्य होण्यासाठी या संशोधनाची मदत होते. विद्यापीठ शिक्षणाची उद्दीष्टे अपेक्षा कोणत्या आहेत. हे माहित होण्यासाठी उच्च शिक्षण स्तरावर अध्यापन करणाऱ्या शिक्षकांना हे संशोधन उपयुक्त आहे. महिलांच्या मानसिक आरोग्याच्या समस्या सोडवण्यासाठी हे संशोधन उपयुक्त आहे.

या संशोधनामुळे विषम समायोजन मानसिक संघर्ष वैफल्य या सारख्या मानसिक आरोग्याच्या समस्या चुकीची संरक्षण यंत्रणा वापरून स्वतःचा वचाव करणे इत्यादी समस्या सोडविण्यासाठी हे संशोधन मदत करू शकते.

4. संज्ञा आणित्याख्या :

ह मानसिक आरोग्य मानसिक आजारापासून संरक्षण मानसिक आरोग्याचे रक्षण मानसिक आजारापासून मुक्ती.

ह समायोजन परिस्थितीशी जुळवून घेणे परिस्थिती व “स्व” यांच्यात सुसंवाद निर्माण करणे

ह मानसिक संघर्ष काय करावे ऋ काय नको ऋ कोणता निर्णय घ्यावा ऋ ही मनाची विधा अवस्था.

ह वैफल्य हेतू साध्य झाला नाही किंवा एखादी गोष्ट मनासारखी घडली नाही तर त्यामुळे निर्माण झालेली मनाची अवस्था.

5. उद्दीष्टे :

1. “स्व” ची जाणीव असणाऱ्या विद्यार्थिनींचा शोध घेणे.
2. मानसिक अनारोग्याची कारणे शोधणे.
3. मानसिक आरोग्य राखण्याचे उपाय सुचविणे.

6. व्याप्ती व मर्यादा : सोलापूर शहरामध्ये दोन वरिष्ठ महिला महाविद्यालये आहेत.

1. ए. आर. बुर्ला महिला महाविद्यालय

2. लक्ष्मीबाई भाऊराव पाटील महिला महाविद्यालय संशोधकाने सदरहू महाविद्यालयापैकी लक्ष्मीबाई भाऊराव पाटील महिला महाविद्यालयातील वी. ए. भाग 1 कला शाखेत 201112 या शैक्षणिक वर्षात शिकणाऱ्या 120 विद्यार्थिनींचा समावेश संशोधनात केला असून त्यांच्या मानसिक आरोग्याचा अभ्यास केला आहे.

7. पध्दती :

संशोधनकाने निवड केलेल्या समस्येचे स्वरूप गरज महत्त्व उद्दिष्टे व्याप्ती व मर्यादा विचारात घेऊन या समस्येची सोडवणूक करण्यासाठी वर्णनात्मक संशोधन पध्दतीतील “शालेय सर्वेक्षण” पध्दतीचा वापर केला आहे.

8. साधने व तंत्रे :

समस्येच्या माहितीचे संकलन करण्यासाठी प्रश्नावली निरीक्षण व मुलाखत तंत्रांचा वापर केला आहे.

9. मुना निवड :

सोलापूर जिल्ह्यात वी. ए. व वी. कॉम. शाखा संलग्न असणारी दोन महिला महाविद्यालये आहेत यापैकी लक्ष्मीबाई भाऊराव पाटील महिला महाविद्यालयातील कला शाखेच्या वी. ए. भाग 1 वर्गातील 120 विद्यार्थिनींचा समावेश संशोधनात केला आहे.

10. संकलित माहितीचे विश्लेषण व अर्थनिर्वचन :

प्रस्तुत संशोधनासाठी वी. ए. भाग 1 च्या वर्गातील 142 विद्यार्थिनींचे 120 विद्यार्थिनींनी प्रतिसाद दिला. प्रश्नावली प्रतिसादावरून प्रत्येक प्रश्नाचे कोष्टक तयार करून प्रतिसादाचे शेकडा प्रमाण काढण्यात आले. प्रत्येक प्रश्नाच्या तयार झालेल्या कोष्टकावरून विश्लेषण व अर्थनिर्वचन करण्यात आले. माहितीचे विश्लेषण करताना संख्याशास्त्राचा उपयोग करण्यात आला आहे. संशोधकाचे ज्ञान तर्क कल्पनाशक्ती उपलब्ध माहिती यांचा आधार घेऊन माहितीचा वस्तुनिष्ठ अर्थ लावण्यात आलेला आहे.

11. निष्कर्ष :

1. शारीरिक आणि सामाजिक आरोग्याची माहिती असणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 22.05% व माहिती नसणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 85.8% आहे.

2. प्राप्त परिस्थितीशी समायोजन साधणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 79.2% आहे व समायोजन न साधणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाणे 20.8% आहे.

3. सतत तणाग्रस्त व चिंताग्रस्त विद्यार्थिनींचे प्रमाण 50% व नसणाऱ्यांचे प्रमाण 20.8% आहे तर कधीकधी तणाग्रस्त व चिंताग्रस्त असणाऱ्यांचे प्रमाण

29 . 2२ आहे .

- 4 . वर्तनामध्ये शांतता व व्यवस्थितपणा असतो असे म्हणणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 76 . 7 % व नसतो म्हणणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 23 . 3२ आहे .
- 5 . आपली चूक प्रांजळपणे मान्य करणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 98 . 9२ आहे व चूक मान्य न करणाऱ्यांचे प्रमाण 4.2% आहे .
- 6 . आपल्या जीवनशैलीमध्ये प्रतिपूरण दिवास्वप्न पध्दतीचा उपयोग करणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 41.7% व या पध्दतीचा उपयोग न करणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 58.3% आहे .
- 7 . जीवनामध्ये येणारे कटू अनुभव सहजपणे विसरू शकत नाही असे म्हणणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 64.2% आहे . तर सहजपणे कटू अनुभव विसरणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 35.8% आहे .
- 8 . हवेहवे संघर्षाला सामोरे जाणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 54.2% आहे नकोनको संघर्षाला सामोरे जाणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 35२ आहे व हवे नको संघर्षाला सामोरे जाणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 10.8% आहे .
- 9 . मनासारखी गोष्ट घडत नाही अशावेळी मनाची अवस्था निराशाजनक वैफल्यग्रस्त होते असे म्हणणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 81.98% आहे . तर नाही म्हणणाऱ्या जाणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 22.2% आहे .
- 10 . गरजांची पूर्तता न झाल्यामुळे मानसिक आरोग्य विघडते असे म्हणणाऱ्या विद्यार्थिनींचे प्रमाण 53.3% सर्वाधिक आहे .

11 . शिफारशी :-

- 1 . विद्यार्थिनींनी शारीरिक आरोग्याइतकेच मानसिक आरोग्य सांभाळले पाहिजे “स्व” ची जाणीव करून घेतली पाहिजे शिक्षकांनी मानसिक आरोग्याची माहिती दिली पाहिजे .
- 2 . प्राप्त परिस्थितीमध्ये समायोजन साधण्याची क्षमता प्राप्त करण्याचा प्रयत्न विद्यार्थिनींनी करावा . समायोजन साधण्याचे मार्ग शिक्षकांनी विद्यार्थिनींना समजून द्यावेत .
- 3 . विद्यार्थिनींनी सतत तणाव व चिंता विरहीत रहावे आपली कर्तव्ये जाणीवपूर्वक पूर्ण करावीत . त्यामुळे जीवन तणाव व चिंताग्रस्त राहत नाही .
- 4 . विद्यार्थिनींनी आपल्यामधील सुप्तगुणांचा विकास करावा .
उदा : लेखन वाचन संगीत नृत्य गायन वक्तृत्व इत्यादी
- 5 . आपल्या वर्तनामध्ये व्यवस्थितपणा ठेवावा . आपली चूक प्रांजळपणे मान्य करावी . आपल्या रागावर नियंत्रण ठेवावे .
- 6 . विद्यार्थिनींनी यथापयशाचा जास्त विचार न करता ध्येय पूर्तीसाठी प्रामाणिकपणे प्रयत्न करावेत .
- 7 . विनाकारण स्पर्धा करून संघर्ष निर्माण करू नये . त्यामुळे मनाची स्थिती वैफल्यग्रस्त होत नाही .
- 8 . विद्यार्थिनींनी आपले कटू अनुभव विसरण्याचा प्रयत्न करावा .
- 9 . हवेहवे संघर्ष नकोनको संघर्ष हवेनको संघर्ष टाळावेत . यासाठी अनुभवी व्यासंगी तज्ञ व्यक्तींचे व शिक्षकांचे मार्गदर्शन घ्यावे .
- 10 . स्वतःचा सार्थ न साधता इतरांचे हित साधण्यासाठी प्रयत्न करावेत . त्यामुळे सात्विक आनंद मिळतो परिणामी मानसिक आरोग्य चांगले राहते .

संदर्भ ग्रंथ सूची

- 1 . चौधरी रू . गो . पाटील दि . हे . : शैक्षणिक समस्या व शैक्षणिक प्रशासनद्वारा 1987 प्रथमावृत्तीह
- 2 . जगताप ह . ना . : शिक्षणातील नवविचार प्रवाह व नवप्रवर्तन द्वारा 1992 प्रथमावृत्तीह
- 3 . भिताडे वि . रा . : शैक्षणिक संशोधन पध्दती द्वारा 1989 प्रथमावृत्तीह
- 4 . देशमुख एल . जी . : शैक्षणिक मानसशास्त्र व अध्यापन शास्त्र (जुलै 2004 प्रथमावृत्ती)
- 5 . देशमुख एल . जी . : शिक्षणाचे मानसशास्त्र जानेवारी (1999 प्रथमावृत्तीह
- 6 . दामोळे हिरवे तडसरे मानसशास्त्र द्वारा 1989 दुसरी आवृत्तीह

7 . Best J.W. & James V. Khan (Research in Education 2004).