ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal

OPEN ACCESS

VOLUME-X, ISSUE- II

MARCH – APRIL 2023

Original Research Article

प्राथमिक व माध्यमिक शाळेतील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास

* सुनील म्हसकर, ** डॉ. हिना वाधवानी,

* संशोधक, **मार्गदर्शक, सेवासदन कॉलेज ऑफ एज्युकेशन, उल्हासनगर.

गोषवारा:

शिक्षण ही आजीवन चालणारी प्रकिया आहे. शिक्षणाच्या विविध टप्प्यांतील प्राथमिक व माध्यमिक शिक्षणाचे हे दोन टप्पे विद्यार्थ्यांच्या जीवनाला आकार देणारे, त्यांस घडविणारे व विद्यार्थ्यांवर संस्कार करणारे महत्वाचे टप्पे मानले जातात. या टप्प्यांवर पुरूष शिक्षकांपेक्षा महिला शिक्षकांची भूमिका अत्यंत मोलाची आहे. कारण या टप्प्यांवरील विद्यार्थी हा **'पिंडे पिंडे मतिर्भिन्नः'** *यानुसार प्रत्येक विद्यार्थी हा एक दुस-यापेक्षा भिन्न प्रवृत्ती व भिन्न स्वभावाचा असतो. प्रत्येक विद्यार्थी आपापल्या कलेने शिकत असतो. अशा विभिन्न असलेल्या विद्यार्थ्यांना दैनंदिन अध्ययन-अनुभव देऊन विद्यार्थ्यात इष्ट तो वर्तन बदल घडवून आणणे आणि त्याद्वारे महिला शिक्षकाने स्वत: चे मानसिक स्वास्थ्य टिकवून ठेवणे व ते मानसिक स्वास्थ्य सुधारणे हे मोठे आव्हान आहे.*

राष्ट्रीय शिक्षण धोरण २०२० मध्ये म्हटले आहे की, मानवाला आपल्या पूर्ण क्षमता वापरता येण्यासाठी, समान व न्याय्य समाज विकसित करण्यासाठी तसेच राष्ट्रीय विकासाला चालना देण्यासाठी शिक्षण हा पाया आहे. भारताच्या सातत्यपूर्ण सर्वकष प्रगतीसाठी आणि आर्थिक विकासासाठी सर्वांना दर्जेदार व सार्वभौमिक शिक्षण उपलब्ध करून देणे हा भविष्यासाठी सर्वात उत्तम मार्ग आहे.

शैक्षणिक कांतीचे अग्रदूत म्हणून महिला शिक्षकांची भूमिका अत्यंत मोलाची आहे. भावी पिढी घडविण्याचे एक अवघड पण तितकेच मोठे राष्ट्र उभारणीचे कार्य त्या सतत करत असतात. आपली उगवती पिढी ही राष्ट्राची मौल्यवान संपत्ती आहे व त्या संपत्तीची जोपासना केली तरच राष्ट्र विकसित होईल ही उदात्त भावना मनात ठेवून शिक्षकाने कार्य केले पाहिजे. मी जे करेल ते उत्कृष्टच करेल ही सकारात्मक विचारसरणी ठेवून विद्यार्थ्यांवर मौलिक संस्कार दिले तर शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य कदाचित विघडणार नाही. ही भावना आजच्या महिला शिक्षकांवर रूजवणे गरजेचे आहे. त्यासाठीच हे संशोधन मार्गदर्शक असे ठरेल.

कीवर्डस् (Keywords) *मानसिक स्वास्थ्य, प्राथमिक व माध्यमिक शाळा, ग्रामीण व शहरी विभाग, महिला शिक्षक*

ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal

OPEN ACCESS

VOLUME-X, ISSUE- II MARCH - APRIL 2023

Original Research Article

Copyright © 2023 The Author(s): This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY-NC 4.0) which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium for non-commercial Use Provided the Original Author and Source Are Credited.

प्रस्तावना (Introduction) :-

शिक्षण ही एक व्यापक संकल्पना आहे. मानवी जीवनात शिक्षणाला फार महत्त्व आहे. शिक्षण हा मानवी जीवनाचा तात्त्विक आधार आहे. शिक्षणाद्वारे चारित्र्याची जडणघडण होते. महात्मा गांधीजी शिक्षणाची व्याख्या करतांना म्हणतात की, “शिक्षण शरीराला श्रमाकडे, बुद्धीला ज्ञानाकडे, आणि हृदयाला भावनेकडे वळवते.” तर ॲरिस्टॉटल म्हणतो की, “निकोप शरीरात निकोप मनाची निर्मिती करते, ते शिक्षण होय.”एखादी व्यक्ती जेव्हा सभोवतालच्या परिस्थितीचा उपयोग करून स्वत:मध्ये प्रयत्नपूर्वक बदल घडवून आणते तेव्हा त्याला शिक्षण असे म्हणतात.

‘शिक्षण’ ही प्रकाशित, प्रबुद्ध आणि समर्थ करण्याची प्रकिया आहे, ज्यातून व्यक्तिचा सर्वांगीण विकास होतो.

अध्यापनाचे महान कार्य शिक्षक करत असतात. शिक्षक या संकल्पनेत पुरूष शिक्षक व महिला शिक्षक यांचा समावेश होतो.

शिक्षक अध्यापनाद्वारे विद्यार्थ्यांच्या विविध प्रवृत्ती व भावनांना परिस्थितीनुरूप सुसंस्कृत वळण लावत असतात. शिक्षणाद्वारे विद्यार्थ्यांच्या वर्तनात इष्ट तो बदल घडवून आणतात. शिक्षक शिक्षणाद्वारे विद्यार्थ्यांचा सर्वांगीण विकास घडवून आणतात. शिक्षकच विद्यार्थ्यांना सुजाण, सुसंस्कृत व विविध कौशल्यांनी निपूण असे देशाचे भावी नागरिक घडवितात. शिक्षक हा राष्ट्राचा कणा व राष्ट्राचा शिल्पकार मानला जातो. म्हणूनच केवळ भारतीय संस्कृतीतच नव्हे तर संपूर्ण जगात शिक्षकाला मानाचे स्थान आहे.

मात्र सध्या जीवघेण्या स्पर्धेचे, प्रंचड धावपळीचे, प्रगत तंत्रज्ञानाचे युग आहे. आधुनिक काळात लोकसंख्येच्या विस्फोटाप्रमाणेच ज्ञानाचा, माहितीचा तसेच अपेक्षांचा प्रस्फोट झालेला आहे. आज जीवनातील ध्येये अतिशय वेगाने व सातत्याने बदलत असल्याने शिक्षकाच्या भूमिकेतही बदल झाला आहे. सध्याची शिक्षणक्षेत्रातील परिस्थिती अधिक गुंतागुंतीची व आव्हानात्मक तसेच दडपणाची आहे. आजच्या धावपळीच्या यंत्रयुगात शिक्षकास अनेक स्थित्यंतरे व परिवर्तने यांस सामोरे जावे लागत आहे. म्हणूनच आजच्या शिक्षकाचे शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य धोक्यात आल्याचे दिसून येते. त्यातही महिला शिक्षकांना कौटुंबिक व सामाजिक तसेच शिक्षकी व्यवसायाची जबाबदारी पार पाडतांना तारेवरची कसरत करावी लागत आहे. त्यामुळेच पुरूष शिक्षकांच्या तुलनेने माध्यमिक व प्राथमिक शाळेत नोकरी करणा-या महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा प्रश्न मोठया प्रमाणात निर्माण झाल्याचे दिसुन येत आहे. त्यासाठीच महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्य टिकवून ठेवणे आज महत्वाचे झाले आहे. महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य

ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal
OPEN ACCESS
VOLUME-X, ISSUE- II
MARCH - APRIL 2023
Original Research Article

उत्तम असले तरच त्या विद्यार्थ्यांचा सर्वांगीण विकास घडवून आणू शकतात. पर्यायाने देश विकसित करू शकतात.

'राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२० च्या प्रस्तावनेत शिक्षणाविषयीची दूरदृष्टी देतांना म्हटले आहे की, 'भारताला केंद्रस्थानी मानून अशा शिक्षण प्रणालीची कल्पना करते जी सर्वांना उच्च दर्जाचे शिक्षण प्रदान करून आपल्या राष्ट्राला सातत्याने न्याय्य व चैतन्यमय ज्ञानी समाजामध्ये परिवर्तित करण्यात थेट योगदान देते.' ही अपेक्षा प्रामुख्याने केवळ शिक्षकच पूर्ण करू शकतात.

उपरोक्त गोष्टींची गरज व त्यांचे महत्त्व लक्षात घेऊनच संशोधकाने संशोधन कार्य हाती घेतले आहे. त्यासाठीच **संशोधकाचा संशोधन विषय आहे –**

"प्राथमिक व माध्यमिक शाळेतील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास"

संशोधनाची गरज व संशोधनाचे महत्त्व :

प्रस्तुत **संशोधनामध्ये "प्राथमिक व माध्यमिक शाळेतील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास",** केला आहे.

आजच्या धावपळीच्या व स्पर्धेच्या युगात महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य अनेक कारणांमुळे धोक्यात आल्याचे दिसून येते. समाजात पूर्वीसारखा मिळणारा सन्मान त्यांस आज मिळत नाही. शाळेत विद्यार्थ्यांकडून पुरेसा आदर व प्रेम मिळत नाही. विद्यार्थ्यांचा बेशिस्तपणा व गैरवर्तन वाढत आहे. विद्यार्थ्यांच्या प्रगतीसाठी पालकांकडून हवे तितके सहकार्य मिळत नाही. मुख्याध्यापकांसह सहकारी व वरिष्ठ यांच्याकडूनही सहकार्य मिळेनासे झाले आहे. संस्थाचालकांची मनमानी अधिक होत आहे. अधिकारी वर्गाकडून कामांबाबत सतत भीती व दबाव टाकला जात आहे. एकापेक्षा अधिक वर्गांचे व विषयांच्या अध्यापनाचे अतिरिक्त काम सोपविले जात आहे. आवडीचे विषय अध्यापनास मिळत नाहीत. मनोरंजनाच्या व शैक्षणिक साधनांची अपूर्णता आहे. शासनाकडून अध्यापनाच्या कार्याव्यतिरिक्त अनेक कामांचे ओझे लादले जात आहे. निवासस्थानापासून नोकरीचे ठिकाण दूर अंतरावर असल्याने प्रवास करणे खडतर झाले आहे. त्यामानाने अपुरे वेतन व भत्ते मिळत आहेत. नोकरीत वारंवार होणारी बदली चिंतादायक वाटते. कौटुंबिक व सामाजिक तसेच व्यावसायिक जबाबदा-या वाढल्या आहेत. अभ्यासक्रम व पाठयक्रमातील तसेच मूल्यांकन पद्धतीत सातत्याने होणारे बदल डोकेदुखी ठरत आहेत. स्वत:ची बौद्धिक कुवत कमी असणे व आपले कर्तत्व सिद्ध करण्याची संधी न मिळणे, नोकरीची अशाश्वती या आणि इतर अनेक गोष्टींचा विचार करता आजची महिला शिक्षिका सतत ताण-तणावाचे जीवन जगत आहे. महिला शिक्षकांचे मानसिक आरोग्य अत्यंत धोक्यात आल्याचे दिसून येत आहे. महिला शिक्षकांच्या विकृत मानसिक स्वास्थ्याचा

ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal

VOLUME-X, ISSUE- II MARCH - APRIL 2023

Original Research Article

परिणाम शाळेतील विद्यार्थ्यांवर, शाळेच्या प्रगतीवर, महिला शिक्षकांच्या कुटुंबावर पर्यायाने नकळतपणे समाजावर विपरित परिणाम झाल्याची उदाहरणे समोर येत आहेत.

आनंदा (1989) यांनी मानसिक आरोग्य स्केल वापरून शाळेतील शिक्षकांच्या मानसिक आरोग्यावर अभ्यास केला आणि असे आढळून आले की, 59 % शिक्षक मानसिकदृष्ट्या निरोगी आहेत. कामाच्या स्थितीचा मानसिक आरोग्याशी

काहीही संबंध नाही. तर सामाजिक मूल्ये शिक्षकांच्या मानसिक आरोग्याशी सकारात्मकपणे संबंधित आहेत.

दास (2008) मानसिक आरोग्य हा समाजातील इतर सदस्यांसोबत समाधानकारक व प्रभावीपणे जगण्याचा मार्ग आहे.

श्रीवास्तव (2010) यांनी प्राथमिक व माध्यमिक शिक्षकांमधील व्यक्तिमत्त्व व मानसिक आरोग्याचे मूल्यांकन केले. परिणाम असे दर्शवितो की, व्यक्तिमत्त्वाचे प्रकार प्राथमिक व माध्यमिक शिक्षकांच्या मानसिक आरोग्यावर परिणाम करतात. अंतर्मुखी शिक्षकांच्या तुलनेत बर्हिमुख शिक्षक चांगले मानसिक आरोग्य अनुभवतात.

उपरोक्त सर्व गोष्टींचा विचार करता संशोधकाच्या मनात खालील प्रश्न उपस्थित झाले आहेत-

१. 'मानसिक स्वास्थ्य' ही संकल्पना काय आहे ?

२. प्राथमिक व माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य कसे आहे ?

३. ग्रामीण व शहरी भागातील शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य कसे आहे ?

४. प्राथमिक व माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य योग्य नसल्यास त्याचा शिक्षण प्रकियेवर व इतर घटकांवर काय काय परिणाम होतो?

५. प्राथमिक व माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य टिकवून ठेवण्यासाठी व ते विकसित करण्यासाठी काय प्रयत्न करता येतील?

संशोधकाच्या मनात उपरोक्त सर्व प्रश्न निर्माण झाल्यामुळे आणि या व इतरही काही प्रश्नांची उकल करण्यासाठी संशोधकास सदर संशोधन गरजेचे तसेच महत्वाचे वाटते. या प्रश्नांचा शोध घेऊन त्यासंदर्भातील समस्यांची योग्य पद्धतीने सोडवणूक करणे गरजेचे वाटते. त्यामुळेच संशोधकाने प्रस्तुत संशोधन विषयाची प्रामुख्याने निवड केलेली आहे. याकरिता हे संशोधन महत्वाचे ठरणार आहे. म्हणूनच, संशोधकास **"प्राथमिक व माध्यमिक शाळेतील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास"**, हे संशोधनकार्य करणे अत्यंत महत्वाचे वाटते.

संशोधन समस्या विधान (Title of the Problem):-

"प्राथमिक व माध्यमिक शाळेतील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास."

ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal

OPEN ACCESS

VOLUME-X, ISSUE- II

MARCH - APRIL 2023

Original Research Article

कार्यात्मक व्याख्या ः

(Operational definitions of terms and concepts) :-

- **मानसिक स्वास्थ्य:-** 'मानसिक स्वास्थ्य वा मानसिक आरोग्य म्हणजे, स्वत:ची अशी स्थिती ज्यामध्ये व्यक्तीला स्वत:च्या क्षमतेची जाणीव होते. जीवनातील सामान्य ताणतणावांना तोंड देता येते. उत्पादक आणि फलदायीपणे काम करता येते आणि समाजासाठी योगदान देण्यास सक्षम असते.' वेब्स्टर यांच्या मते, 'मानसिक आरोग्य वा स्वास्थ्य म्हणजे मनाची नैसर्गिकरित्या झालेली निकोप, सुदृढ वाढ व विकास होय.'
- **प्राथमिक शाळा:-** 'इयत्ता १ली ते ५वी पर्यंतचे प्राथमिक व इयत्ता ६वी ते ८वी पर्यंतचे उच्च प्राथमिक स्तरावरील औपचारिक शिक्षण म्हणून संबोधण्यात येईल.'
- **माध्यमिक शाळा:-** ' इयत्ता ९वी ते १० वी पर्यंतचे माध्यमिक स्तरावरील औपचारिक शिक्षण म्हणून संबोधण्यात येईल.'
- **शिक्षक:-** 'अध्यापनाचे वा शिकविण्याचे कार्य करून विद्यार्थ्यांच्या वर्तनात इष्ट बदल घडवून आणण्यासाठी प्रयत्न करणारी व्यक्ती.'

संशोधन ध्येय व उद्दिष्टये (Research Aim and Objectives):-

संशोधनाचे ध्येय (Research Aim):-

"प्राथमिक व माध्यमिक शाळेतील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास."

संशोधनाची उद्दिष्टये (Research Objectives):-

१) प्राथमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास करणे.

२) माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास करणे.

३) प्राथमिक व माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा तुलनात्मक अभ्यास करणे.

४) ग्रामीण भागातील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास करणे.

५) शहरी भागातील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास करणे.

६) ग्रामीण व शहरी भागातील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा तुलनात्मक अभ्यास करणे.

संशोधन परिकल्पना व संशोधनामधील चले

१ **संशोधन परिकल्पना (Hypothesis of the study) :-**

संशोधन अहवाल पर्याप्त व आकर्षक होण्यासाठी तसेच संशोधन निष्कर्ष काढण्यासाठी परिकल्पना महत्त्वाची भूमिका बजावतात. या सर्व गोष्टींचा विचार करून संशोधन समस्येशी निगडीत खालील परिकल्पना मांडल्या आहेत.

1. H0 : प्राथमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य आणि माध्यमिक शाळांमधील

ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal

OPEN ACCESS

VOLUME-X, ISSUE- II

MARCH - APRIL 2023

Original Research Article

महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य यांतील परस्पर संबंध यांबाबतीत सार्थक फरक नाही.

2. H0 : प्राथमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य आणि माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य यांत शाळेच्या प्रकारा संदर्भात सार्थक फरक नाही.
3. H0 : प्राथमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य आणि माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य यांत शाळेच्या स्थाना संदर्भात सार्थक फरक नाही.

२ **संशोधनामधील चले (Research Variables) :-**

कर्लिंगर या विचारवंताने चलाविषयी म्हटले आहे की, 'चल म्हणजे असा एक गुण असतो की, ज्यामध्ये अनेक मूल्ये सामावलेली असतात.'

संख्यात्मक वा गुणात्मक मूल्यामध्ये व्यक्त करता येऊ शकणारी कोणतीही संकल्पना याला चल असे म्हणतात. प्रस्तुत संशोधनासाठी खालील चलांचा वापर करण्यात आला आहे:-

- **स्वतंत्र किंवा स्वाश्रयी चल :- मानसिक स्वास्थ्य**
- **जनसंख्यात्मक चल**

  :- १. शाळेचा विभाग – प्राथमिक व माध्यमिक

  :- २. शाळेचे स्थान- ग्रामीण व शहरी क्षेत्र

संशोधनाची व्याप्ती व मर्यादा (Scope and Delimitations of the Study):

१ **संशोधनाची व्याप्ती (Scope of the Study) :-**

प्रस्तुत संशोधन कार्याची व्याप्ती ही महाराष्ट्र शासनाच्या 'ग्राम विकास व पंचायतराज विभाग' या विभागाच्या अंतर्गत चालविल्या जाणा-या जिल्हा परिषदेच्या सरकारी शाळांमध्ये आणि 'महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळाशी' संलग्न असलेल्या फक्त ठाणे जिल्हयातील ग्रामीण व शहरी क्षेत्रातील मराठी माध्यमाच्या खाजगी माध्यमिक शाळांमध्ये नोकरी करणा-या महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास करणे अशी आहे.

२. **संशोधनाच्या मर्यादा (Delimitations of the Study):-**

1. प्रस्तुत संशोधन कार्य हे महाराष्ट्र राज्याच्या फक्त ठाणे जिल्हयापुरतेच मर्यादित आहे.
2. प्रस्तुत संशोधन कार्य हे महाराष्ट्र शासनाच्या 'ग्राम विकास व पंचायतराज विभाग' या विभागाच्या अंतर्गत चालविल्या जाणा-या जिल्हा परिषदेच्या सरकारी प्राथमिक शाळांपुरतेच आणि 'महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळाशी' संलग्न असलेल्या मराठी माध्यमाच्या खाजगी माध्यमिक शाळांपुरतेच मर्यादित आहे.
3. प्रस्तुत संशोधन कार्य हे ठाणे जिल्हयातील ग्रामीण व शहरी क्षेत्रातील महिला शिक्षकांच्या पुरतेच मर्या दित आहे.
4. प्रस्तुत संशोधन कार्य हे प्राथमिक व माध्यमिक शाळेतील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा

ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal

OPEN ACCESS

VOLUME-X, ISSUE- II

MARCH - APRIL 2023

Original Research Article

अभ्यास करण्यापुरतेच मर्यादित आहे.

5. प्रस्तुत संशोधनाचे निष्कर्ष प्रतिसादकांनी दिलेल्या माहितीवर अवलंबून आहेत.

संशोधन आराखडा (Research Design) :-

१. संशोधन पद्धती (Research Methods) :-

प्रस्तुत संशोधन विषय हा वर्तमान परिस्थितीशी संबंधित आहे म्हणून संशोधन समस्या निराकरणासाठी वर्णनात्मक पद्धतीच्या अंतर्गत असलेल्या सर्वेक्षण पद्धतीचा अवलंब करण्यात आला आहे.

२.संशोधनाची जनसंख्या (Sampling Size) :-

संशोधकाने नमुना ज्यातून निवडला आहे असा संपूर्ण भाग म्हणजे 'जनसंख्या' होय. प्रस्तुत संशोधनासाठी प्रस्तुत संशोधन कार्याची व्याप्ती ही महाराष्ट्र शासनाच्या 'ग्राम विकास व पंचायतराज विभाग' या विभागाच्या अंतर्गत चालविल्या जाणा-या जिल्हा परिषदेच्या सरकारी शाळांमध्ये आणि 'महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळाशी' संलग्न असलेल्या फक्त ठाणे जिल्हयातील ग्रामीण व शहरी क्षेत्रातील मराठी माध्यमाच्या खाजगी माध्यमिक शाळांमध्ये नोकरी करणा-या महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास करणे, अशी प्रस्तुत संशोधनाची जनसंख्या आहे.

३. नमुना निवड वा न्यादर्शन (Sampling Size or Technique):-

प्रस्तुत संशोधनासाठी संभाव्यता नमुना निवड पद्धतीचा अवलंब केला आहे. महाराष्ट्र शासनाच्या 'ग्राम विकास व पंचायतराज विभाग' या विभागाच्या अंतर्गत चालविल्या जाणा-या जिल्हा परिषदेच्या सरकारी शाळांमधील ठाणे जिल्हयातील एकूण शाळांपैकी १० ग्रामीण क्षेत्रातील आणि 'महाराष्ट्र राज्य माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळाशी' संलग्न असलेल्या ठाणे जिल्हयातील मराठी माध्यमाच्या खाजगी माध्यमिक शाळांपैकी ५ ग्रामीण व १० शहरी क्षेत्रातील शाळांमधील नोकरी करणा-या एकूण १०० (५० ग्रामीण क्षेत्रातील व ५० शहरी क्षेत्रातील) महिला शिक्षिका साध्या यादृच्छिक निवड पद्धतीने निवडल्या आहेत. निवडलेल्या या शाळांमधील फक्त महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास सदर नमुन्याद्वारे केलेला आहे.

४.तथ्य संकलनाची साधने (Tools of Data Collection) :-

प्रस्तुत संशोधनासाठी जास्तीत जास्त प्राथमिक व दुय्यम स्वरूपातील तथ्य वा माहिती गोळा करण्यावर भर दिला आहे. "प्राथमिक व माध्यमिक शाळेतील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास" करण्याच्या संदर्भात आवश्यक माहितीचे प्रत्यक्ष भेटी देऊन व ई मेलद्वारे तसेच मोबाईलद्वारे गुगल फॉर्मच्या माध्यमातून संकलन करण्यात आले आहे.

प्रस्तुत संशोधनासाठी महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य शोधण्यासाठी मानसिक आरोग्य निर्देशांक (MHI) चा वारप केला आहे. ज्यामध्ये अत्यंत वैधता व विश्वासार्ह ता आहे. तसेच आनंदा (1989), दास (2008)

ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal

OPEN ACCESS

VOLUME-X, ISSUE- II

MARCH - APRIL 2023

Original Research Article

यांच्या विविध आरोग्य स्केलचा आधार घेतलेला आहे. तसेच मानसिक स्वास्थ्यावरील स्वतःच तयार केलेली प्रश्नावली (Questionnaire) या साधनांचा वापर केला आहे. प्रस्तुत संशोधनासाठी संशोधकाने वस्तुनिष्ठ, विश्वसनीय व उपयुक्त अशी माहिती मिळावी म्हणून विविध मापन साधनांचा व परिमाणांचा उपयोग केलेला आहे.

५. संकलित माहितीचे विश्लेषण आणि अर्थनिर्वचन [Analysis & Interpretation of Data] :-

प्रस्तुत संशोधनासाठी निश्चित केलेल्या उद्दिष्टांचा विचार करून आवश्यक त्या विविध मापन साधनांचा व परिमाणांचा उपयोग करण्यात आलेला आहे. त्यासाठी केंद्रीय प्रवृत्तीच्या माध्य (Mean), तसेच विचरणाच्या मानक विचलन (Standard Deviation)यांचा वापर करून माहितीचे वर्णनात्मक विश्लेषण करून त्याचे अर्थ निर्वचन केले आहे. तर ‘t’ test द्वारे प्राप्त माहितीचे ‘t’ मूल्य काढून माहितीचे विश्लेषण करून त्याचे अर्थ निर्वचन केले आहे.

निरीक्षणे व निष्कर्ष :-

१. निरीक्षणे व परिणाम (Findings & Results)

प्राथमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य हे वाढती कौटुंबिक व सामाजिक तसेच व्यावसायिक जबाबदारी, नोकरीत वारंवार होणारी बदलीची चिंता, संस्थाचालकांची अधिकची असणारी मनमानी, अधिकारी वर्गाकडून कामांबाबत घातली जाणारी भीती, मनोरंजनाच्या व शैक्षणिक साधनांची अपूर्णता, शासनाकडून अध्यापनाच्या कार्याव्यतिरिक्त अनेक कामांचे लादले जाणारे ओझे, निवासस्थानापासून नोकरीचे ठिकाण दूर अंतरावर असल्याने करावा लागणारा खडतर अशा विविध कारणांनी धोक्यात आल्याचे दिसून येते.

तर समाजात पूर्वीसारखा मिळणारा सन्मान न मिळणे, शाळेत विद्यार्थ्यांकडून पुरेसा आदर व प्रेम न मिळणे, वर्गातील विद्यार्थ्यांचा वाढता बेशिस्तपणा व वाढते गैरवर्तन, विद्यार्थ्यांच्या प्रगतीसाठी पालकांकडून सहकार्य न मिळणे, एकापेक्षा अधिक वर्गांचे व विषयांच्या अध्यापनाचे अतिरिक्त काम सोपविले जाणे, आवडीचे विषय अध्यापनास न मिळणे,शासनाकडून अध्यापनाच्या कार्याव्यतिरिक्त अनेक कामांचे ओझे लादले जाणे न मिळणे, निवासस्थानापासून नोकरीचे ठिकाण दूर अंतरावर असल्याने प्रवास करणे खडतर झाले आहे. त्यामानाने अपुरे वेतन व भत्ते मिळत आहेत. निवासस्थानापासून नोकरीचे ठिकाण दूर अंतरावर असल्याने करावा लागणारा खडतर अशा विविध कारणांनी धोक्यात शहरी भागातील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य धोक्यात आल्याचे दिसून येते.

ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal

VOLUME-X, ISSUE- II MARCH - APRIL 2023

Original Research Article

Table 1 :- Shows descriptive statistics for the overall data

Variabale	N	Mean	SD	Skewness	Kurtosis
Mental Health	100	99.92	38.18	.266	-1.051

सारणी १ वरून स्पष्ट होते की, मानसिक आरोग्यासाठी सरासरी मूल्य हे वरील बाजूला झुकताना दिसून येते .

Table 2 :- Mental Health of primary & Secondary school women teachers

School Type	N	Mean	SD	't' - Value	Level of Significance
Primary	50	108.86	39.01	2.39	0.02
Secondary	50	90.98	35.49		

सारणी २ वरून 't' चाचणी द्वारे प्राप्त माहितीचे 't' मूल्य काढून माहितीचे विश्लेषण करता असे लक्षात येते की, प्राथमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य हे माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्यापेक्षा अधिक उत्तम प्रकारचे आहे . फरक ('t' = 2.29; $p \leq .02$)

Table 3 :- Mental Health of Rural & Urban school women teachers

Locality	N	Mean	SD	't' - Value	Level of Significance
Rural	50	79.16	33.32	-6.46	0.001
Urban	50	120.68	30.91		

't' चाचणी द्वारे प्राप्त माहितीचे 't' मूल्य काढून माहितीचे विश्लेषण करता असे लक्षात येते की, ग्रामीण आणि शहरी क्षेत्रातील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्यामध्ये लक्षणीय फरक आहे . ग्रामीण क्षेत्रातील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्यापेक्षा शहरी क्षेत्रातील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य अधिक उत्तम प्रकारचे आहे . फरक (**'t' = -6.46**; $p \leq$ **0.001**)

निष्कर्ष (Conclusion):

प्राथमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य आणि माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य यांत शाळेच्या स्थाना संदर्भात व शाळेच्या प्रकारा संदर्भात फरक जाणवतो .

प्राथमिक व माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा तुलनात्मक अभ्यास करता असे दिसून येते की,

प्राथमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य हे माध्यमिक शाळांमधील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्यापेक्षा अधिक उत्तम प्रकारचे आहे .

ग्रामीण क्षेत्रातील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्यापेक्षा शहरी क्षेत्रातील महिला शिक्षकांचे मानसिक स्वास्थ्य अधिक उत्तम प्रकारचे आहे .

थोडक्यात, भौतिक सुख प्राप्त करून घेताना भगवद्गीतेत सांगितल्याप्रमाणे राग आणि विराग त्याज्य करून सुख आणि दु:खाच्या प्रसंगी मनाला स्थिर ठेवले

पाहिजे. ही स्थितप्रज्ञाची भूमिका जर महिला शिक्षकांनी मनात ठेवली तर मानसिक आरोग्य बिघडण्याची शक्यता नाही. ‘जगी सर्व सुखी असा कोण आहे, विचारी मना तूचि शोधूनि पाहे’ या चरणाचा आशय महिला शिक्षकांनी समजून घेतला तर संघर्षावर मात करून मानसिक स्वास्थ्य टिकवता येईल.

मानसिक स्वास्थ्य हे मानसोपचाराचे एक विशेष क्षेत्र आहे. त्याचा उद्देश मानसिक रोगांच्या विकासावर प्रभाव टाकणारे जे घटक आहेत ते नियंत्रित करणे. तसेच विकृत मानसिक स्वास्थ्यावर प्रतिबंधात्मक उपाय करून मानसिक विकृती नष्ट करणे व उत्तम मानसिक स्वास्थ्य टिकवून ठेवणे. यासाठीच हे संशोधन कार्य पुढील संशोधकांना दिशादर्शक ठरू शकेल.

संदर्भग्रंथ सूची (References) :-

पुस्तके:

- करंदीकर, एस., (2009). *अध्ययन-अध्यापनाचे मानसशास्त्र.* फडके प्रकाशन,कोल्हापूर.
- करंदीकर, एस., मीना मंगरूळकर (2010). *उदयोत्सुक भारतीय समाजातील शिक्षण* . फडके प्रकाशन,कोल्हापूर.
- भारत सरकार, शिक्षण मंत्रालय., (2020). *राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२०* . भारत सरकार
- भिंताडे, वि.रा.,(2010). *शैक्षणिक संशोधन पद्धती.* नित्यनूतन प्रकाशन, पुणे.
- घोरमोडे, के.यु.,इतर सर्व., (2008).*शैक्षणिक संशोधनाची मूलतत्त्वे.* विद्या प्रकाशन, नागपूर.
- दांडेकर वा.ना., (2007).*शैक्षणिक व प्रायोगिक मानसशास्त्र.* श्रीविद्या प्रकाशन, पुणे.
- कुलकर्णी के.वि., (2007).*शैक्षणिक मानसशास्त्र.* श्रीविद्या प्रकाशन, पुणे.

शासकीय दस्ताऐवज,

- महाराष्ट्र शासन शालेय शिक्षण व कीडा विभाग, प्राथमिक शिक्षणाची व्याख्या व स्तरमध्ये सुधारणा, शासन निर्णय कमांकः प्राशातु-1112(258/2012)/प्राशि-3 दि.13 फेबुवारी2013.

Webliography:

- https://shodhganga.inflibnet.ac.in.
- https://en.wikipedia.org/wiki/mental health
- Anand (1989). Buch, M.B., 1983-88, Fourth Survey of Research In Education, Vol -1. New Delhi: NCERT.
- Das, C. (2008). Need for health education in the 21st century with special reference to reproduction health of adolescents. *Journal of Community Guidance and Research*, 25(2), p-26-32
- Kaur, H. (2007). Mental health of Post Graduate Students in relation to their Value-Conflict. M.Ed. Dissertation, Punjab University.

ISSN: P-2455-0515
E- 2394-8450

Educreator Research Journal

OPEN ACCESS

VOLUME-X, ISSUE- II

MARCH - APRIL 2023

Original Research Article

- The world health report 2001 - Mental Health: New Understanding, New Hope (PDF). WHO. Retrieved 4 May 2014.

Cite This Article:

* **म्हसकर स. व ** डॉ .वाधवानी ह .,** *(2023).*प्राथमिक व माध्यमिक शाळेतील महिला शिक्षकांच्या मानसिक स्वास्थ्याचा अभ्यास , ***Educreator Research Journal, Volume–X, Issue– II***, *March –April 2023, 260-270.*