

जिल्हा परिषद शाळांमध्ये नोकरीला असलेल्या उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर तणाव, चिंता या मानसिक घटकांचा परिणाम: एक अभ्यास

श्री. सुर्यवंशी नंदु गोरख

संशोधक विद्यार्थी, श्री. सूरुपसिंग हिऱ्या नाईक शिक्षणशास्त्र महाविद्यालय नवापूर जि. नंदुरबार (कवयित्री बहिणाबाई चौधरी उत्तर महाराष्ट्र विद्यापीठ संलग्नित)

डॉ. जगदीश राजाराम काळे

संशोधन मार्गदर्शक, सहाय्यक प्राध्यापक, श्री. सूरुपसिंग हिऱ्या नाईक शिक्षणशास्त्र महाविद्यालय नवापूर जि. नंदुरबार

सारांश

भारतामध्ये शिक्षण क्षेत्रात महिलांची स्थिती सुधारत असली तरी ग्रामीण भागातील जिल्हा परिषद शाळांमध्ये कार्यरत उच्चशिक्षित महिलांना अजूनही अनेक मानसिक व सामाजिक अडचणींचा सामना करावा लागतो. या महिलांना नोकरी, घरगुती जबाबदाऱ्या आणि शैक्षणिक उद्दिष्टे सांभाळताना तणाव, चिंता आणि मानसिक दबाव अनुभवावा लागतो, ज्याचा त्यांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर नकारात्मक परिणाम होतो. तणावामुळे लक्ष केंद्रित करण्याची क्षमता कमी होते, आत्मविश्वास घटतो आणि शैक्षणिक कामगिरीवर परिणाम होतो. याशिवाय, मार्गदर्शन आणि मानसिक साहाय्याचा अभाव या महिलांच्या प्रगतीत अडथळा ठरतो. त्यामुळे, जिल्हा परिषद शाळांमध्ये कार्यरत महिलांच्या मानसिक आरोग्याचे मूल्यमापन करून त्यांना योग्य समुपदेशन, भावनिक पाठबळ आणि मार्गदर्शन पुरवणे अत्यंत आवश्यक आहे. अशा उपाययोजनांमुळे त्यांच्या शैक्षणिक आणि व्यावसायिक प्रगतीत सकारात्मक बदल घडवता येतील.

कीवर्ड्स: तणाव, चिंता, शैक्षणिक प्रगती, मानसिक आरोग्य

समस्येची पार्श्वभूमी

भारतामध्ये शिक्षण क्षेत्रात महिलांची स्थिती हळूहळू सुधारत असली तरी, विशेषतः ग्रामीण भागात, अजूनही अनेक महिलांना शैक्षणिक प्रगतीसाठी आवश्यक संधी आणि पाठिंबा मिळत नाही. महाराष्ट्रातील जिल्हा परिषद शाळांमध्ये कार्यरत असलेल्या महिलांच्या बाबतीत हा मुद्दा आणखी जटिल बनतो, कारण या महिलांना अनेक शारीरिक, मानसिक, आणि सामाजिक अडचणींचा सामना करावा लागतो. या महिलांची शैक्षणिक प्रगती ही विविध मानसिक घटकांवर अवलंबून असते, ज्यात तणाव, चिंता, आणि अन्य मानसिक अडचणींचा समावेश आहे. जिल्हा परिषद शाळांमध्ये कार्यरत असलेल्या उच्चशिक्षित महिलांना त्यांच्या नोकरीमध्ये आणि घरकामामध्ये ताणतणाव, कार्यभार आणि मानसिक दबावाचा सामना करावा लागतो. हे तणाव आणि चिंता शैक्षणिक प्रगतीवर महत्त्वपूर्ण परिणाम करू शकतात. उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांना शाळांमध्ये उत्तम पद्धतीने शिकवणं, विद्यार्थ्यांच्या मानसिकतेवर काम करणं, आणि त्यांच्या व्यक्तिगत जीवनातील समस्यांवर नियंत्रण ठेवणं

यामुळे शैक्षणिक प्रगतीला विविध अडचणी निर्माण होतात. तणाव आणि चिंता यांच्या मानसिक घटकांचा प्रभाव महिलांच्या शैक्षणिक जीवनावर कमी होत नाही. घरातील जबाबदाऱ्या, शालेय जबाबदाऱ्या, आणि समाजातील रूढीवादी मानसिकता या सर्व गोष्टी महिलांना मानसिकदृष्ट्या प्रभावित करतात. अनेक वेळा त्यांना शालेय कामकाजाच्या व्यस्ततेमुळे त्यांचा अभ्यास योग्य रीतीने केला जात नाही. याशिवाय, मानसिक तणावामुळे या महिलांचा आत्मविश्वास कमी होतो, ज्यामुळे शैक्षणिक प्रगतीवर नकारात्मक परिणाम होतो. दुसरीकडे, उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांना त्यांच्या शालेय कार्यात वापरणारे सल्लागार किंवा मार्गदर्शक कमी मिळतात. हे मार्गदर्शन न मिळाल्यामुळे त्यांना त्यांच्या शैक्षणिक कार्यामध्ये चुकता येते. काही वेळा ते स्वतःला एकटं समजून मानसिक ताण सहन करतात, जे त्यांना प्रगती करण्यापासून रोखतो. यावरून हे स्पष्ट होते की, जिल्हा परिषद शाळांमध्ये कार्यरत असलेल्या उच्चशिक्षित महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीसाठी मानसिक घटक एक अत्यंत महत्वाची भूमिका बजावतात. तणाव, चिंता, आणि इतर मानसिक अडचणी महिलांच्या शैक्षणिक जीवनावर फार मोठा परिणाम करू शकतात. त्यामुळे, या महिलांच्या मानसिक स्थितीचे मुल्यमापन करणे आणि त्यांना आवश्यक असलेले मानसिक साहाय्य पुरवणे अत्यंत आवश्यक आहे, जेणेकरून त्यांची शैक्षणिक प्रगती आणि जीवनमान सुधारू शकेल. महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर तणाव आणि चिंता यांचा प्रभाव मोठा असतो, विशेषतः जिल्हा परिषद शाळांमध्ये काम करणाऱ्या उच्चशिक्षित महिलांसाठी. या महिलांना मानसिक साहाय्य मिळविणे, तसेच योग्य मार्गदर्शन आणि समर्थन देणे, त्यांच्या शैक्षणिक प्रगतीला चालना देणारे ठरू शकते. आजच्या काळात, भारतात विशेषतः ग्रामीण भागात कार्यरत असलेल्या जिल्हा परिषद शाळांमधील उच्चशिक्षित महिलांसाठी अनेक समस्यांचा सामना करावा लागतो. यामध्ये मानसिक तणाव, चिंता, आणि मानसिक आरोग्याच्या इतर समस्यांचा मोठा प्रभाव दिसून येतो. अशा महिलांना शालेय कर्तव्ये पार करतांना आणि घरातील जबाबदाऱ्या सांभाळताना एकाच वेळी अनेक भूमिका पार कराव्या लागतात, ज्यामुळे त्यांना शारीरिक आणि मानसिक थकवा जाणवतो.

संशोधनाचे शीर्षक

जिल्हा परिषद शाळांमध्ये नोकरीला असलेल्या उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर तणाव, चिंता या मानसिक घटकांचा परिणाम: एक अभ्यास

संशोधनाची उद्दिष्टे

1. जिल्हा परिषद शाळांमध्ये नोकरीला असलेल्या उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर तणाव, चिंता या मानसिक घटक यातील सहसंबंधाचा अभ्यास करणे.

परिकल्पना:

1. जिल्हा परिषद शाळांमध्ये नोकरीला असलेल्या उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर व तणाव यात सार्थ सहसंबंध आढळून येत नाही.
2. जिल्हा परिषद शाळांमध्ये नोकरीला असलेल्या उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर व चिंता यात सार्थ सहसंबंध आढळून येत नाही.

प्रस्तुत संशोधनाची पद्धत

जिल्हा परिषद शाळांमध्ये नोकरीला असलेल्या उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर तणाव, चिंता या मानसिक घटकांचा परिणाम: एक अभ्यास करण्यासाठी, या संशोधनात वर्णनात्मक संशोधन पद्धतीतील सर्वेक्षण पद्धतीचा वापर करून शिक्षकांकडून विविध प्रश्नावलींच्या माध्यमातून माहिती संकलित करण्यात आली आहे. त्यामुळे, या संशोधनात वर्णनात्मक पद्धतीचा अवलंब करून निष्कर्ष मांडले आहेत.

संशोधनाची संबंधित चले

1. **स्वाश्रयी चल-** चिंता, तणाव
2. **आश्रयी चल-** प्रस्तुत संशोधनात शैक्षणिक संपादनूक आश्रयी चल आहे.
3. **नियंत्रित चले**
 1. **वय-** संशोधनासाठी निवडलेले शिक्षिका असल्याने त्यांची वय जवळपास सारखीच होती.
 2. **लिंग -** प्रस्तुत संशोधन नमुन्यामध्ये स्त्री शिक्षिकांचा समावेश केला होता.

जनसंख्या

प्रस्तुत संशोधन जिल्हा परिषद शाळेशी संबंधित आहे. संशोधनासाठी जिल्हा परिषद स्त्री शिक्षिकांची जनसंख्या म्हणून शैक्षणिक वर्ष 2024- 25 मधील नंदुरबार जिल्ह्यातील सर्व विद्यार्थी होय.

न्यादर्श

प्रस्तुत संशोधनात संशोधकाकडून जिल्हा परिषद शाळेची निवड सुगम यादृच्छिक पद्धतीने करण्यात येईल. तर संशोधनासाठी सहेतुक निदर्शनांना पद्धतीने ९० शिक्षिका हे संशोधनाचा नमुना म्हणून वापर केला आहे.

संशोधनाची साधने

प्रस्तुत संशोधन अभ्यासासाठी निवडलेल्या नमुन्याकडून माहिती मिळविण्यासाठी संशोधकाने पुढील संशोधन साधनांचा अवलंब करण्यात आला होता. सदर शोधिका ही तज्ञ मंडळीकडून तपासून घेण्यात आली होती.

शैक्षणिक प्रगती मापिका

प्रस्तुत संशोधनात जिल्हा परिषद शाळेतील शिक्षिकांची शैक्षणिक प्रगती मापन करण्यासाठी स्वनिर्मित शैक्षणिक प्रगती मापिकेचा अवलंब केला होता. ती मार्गदर्शक कडून तपासून घेण्यात आली होती.

तणाव मापिका

तणाव मापिका ही शिक्षिकांच्या मानसिक तणावाची स्थिती मोजण्यासाठी संशोधकाने तयार केलेली मापिका आहे. यामध्ये २० विधाने दिली जातील ज्यावर "सहमत" (Agree), "असहमत" (Disagree), आणि "सांगता येत नाही" (Not Sure) हे पर्याय दिले जातील. याच्या माध्यमातून तणावाच्या विविध घटकांचा मूल्यांकन केला जातो. तणाव मापिका विशेषतः शालेय कार्य आणि व्यक्तिगत आयुष्यातील तणावाचे निरीक्षण करण्यासाठी वापरली जाईल. या मापिकेचा वापर शिक्षिकांच्या मानसिक स्थितीचा एक सूचक मापदंड ठरेल.

परीकल्पना परीक्षण

1. जिल्हा परिषद शाळांमध्ये नोकरीला असलेल्या उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर व तणाव यात सार्थ सहसंबंध आढळून येत नाही.

- डेटानुसार, r मूल्य (-0.752) आहे, ज्याचा अर्थ असा आहे की शैक्षणिक प्रगती आणि तणाव यामध्ये नकारात्मक सहसंबंध आहे. परंतु, त्याच्या तुलनेत टेस्ट केलेले r मूल्य (Table r value) 0.125 आहे.
- r मूल्य (-0.752) :
- r मूल्य (-0.752) दर्शविते की तणाव आणि शैक्षणिक प्रगती यामध्ये एक मजबूत नकारात्मक सहसंबंध आहे. याचा अर्थ असे आहे की ज्या महिलांना जास्त तणाव आहे, त्यांचे शैक्षणिक कार्यप्रदर्शन कमकुवत असू शकते. यामुळे नकारात्मक प्रभाव दिसून येतो
- r मूल्य (-0.752) चा तात्पर्य असा आहे की शैक्षणिक प्रगती आणि तणाव यामध्ये एक दृढ नकारात्मक सहसंबंध आहे.
- परंतु, टेबल r मूल्य 0.125 दिले आहे, जे दर्शविते की तुमच्या दिलेल्या सहसंबंध मूल्याशी तुलना करतांना 0.125 हे तुमच्या सार्थतेच्या निकषात येत नाही.
- t मूल्य (Table r value), ज्याची 0.125 आहे, ते 0.05 स्तरावर सार्थ स्वीकारले जाऊ शकत नाही, कारण r मूल्य (-0.752) हे दिलेल्या टेबल r मूल्य 0.125 च्या पेक्षा अधिक आहे.
- 0.05 पातळीवर या परिणामाचे सार्थ प्रमाण नकारात्मक आहे, म्हणून या पातळीवर तुम्ही त्याग करणे आवश्यक आहे.
- शैक्षणिक प्रगती आणि तणाव यामध्ये कोणताही सार्थ सहसंबंध नाही.
- शैक्षणिक प्रगती आणि तणाव यामध्ये एक सार्थ नकारात्मक सहसंबंध आहे.
- 0.05 स्तरावर निर्णय: r मूल्य (-0.752) हे टेबल r मूल्य (0.125) पेक्षा कमी आहे, त्यामुळे शून्य परिकल्पना (H_0) कबूल केली जाते, म्हणजे शैक्षणिक प्रगती आणि तणाव यामध्ये सार्थ सहसंबंध आढळून आलेला नाही. म्हणून, या तपासणीत सार्थ सहसंबंध नाही असा निष्कर्ष काढता येतो.
- शून्य परिकल्पना स्वीकृत केली जाऊ शकते, म्हणजे तणाव आणि शैक्षणिक प्रगतीमध्ये सार्थ सहसंबंध नाही.
- तणाव आणि शैक्षणिक प्रगती यामध्ये सार्थ सहसंबंध आढळून येत नाही.
- स्त्री शिक्षकांची संख्या 180 आहे, परंतु या अभ्यासामध्ये विचारलेली परिस्थिती आणि तपासण्या आणखी प्रगतीसाठी अभ्यास करण्याची आवश्यकता दर्शवितात.
- 2. जिल्हा परिषद शाळांमध्ये नोकरीला असलेल्या उच्चशिक्षण घेणाऱ्या महिलांच्या शैक्षणिक प्रगतीवर व चिंता यात सार्थ सहसंबंध आढळून येत नाही.
- r मूल्य (-0.792) हे दर्शविते की शैक्षणिक प्रगती आणि चिंता यामध्ये दृढ नकारात्मक सहसंबंध आहे. याचा अर्थ असा की ज्या महिलांना जास्त चिंता आहे, त्यांची शैक्षणिक प्रगती कमी आहे.

- टेबल r मुल्य (0.125) हे दर्शविते की r मुल्य (-0.792) हे टेबल r मुल्य 0.125 पेक्षा जास्त आहे. यामुळे आपल्या प्राप्त r मुल्याला सार्थ ठरवण्यासाठी p-value च्या संदर्भात 0.05 पातळीवर परीक्षण करणे आवश्यक आहे.
- r मुल्य (-0.792) हे सार्थ नकारात्मक सहसंबंध दर्शविते, म्हणजे तणाव आणि शैक्षणिक प्रगतीमध्ये एक शक्तिशाली नकारात्मक संबंध आहे.
- आपल्या प्राप्त r मुल्याशी तुलना केली असता, -0.792 हे टेबल r मुल्य 0.125 पेक्षा अधिक आहे.
- p-value तपासून, r मुल्य -0.792 हे 0.05 स्तरावर असत्य ठरवते.
- याचा अर्थ शून्य परिकल्पना (H_0) नाकारली जाते आणि वैकल्पिक परिकल्पना (H_1) स्वीकारली जाते, म्हणजे चिंता आणि शैक्षणिक प्रगती यामध्ये सार्थ नकारात्मक सहसंबंध आहे.
- शून्य परिकल्पना (H_0) नाकारली जाते, कारण r मुल्य -0.792 हे टेबल r मुल्य 0.125 पेक्षा जास्त आहे.
- चिंता आणि शैक्षणिक प्रगती यामध्ये सार्थ नकारात्मक सहसंबंध आहे, आणि सार्थ सहसंबंध आढळून आलेला नाही.
- तणाव आणि शैक्षणिक प्रगती मध्ये नकारात्मक सहसंबंध आहे, परंतु चिंता आणि शैक्षणिक प्रगती मध्ये सार्थ सहसंबंध आढळून आलेला नाही.
- शून्य परिकल्पना नाकारली जाते, पण चिंता आणि शैक्षणिक प्रगतीच्या संबंधात परीक्षण अधिक विस्तृत होणे आवश्यक आहे.

संदर्भ ग्रंथ सूची

1. Best & Kahn. (1993). *Research in Education (7th Ed)*. New Delhi: Prentice Hall of India.
2. Creswell, J.W. (2007). *Research Design Qualitative Quantitative and Mixed Method approach* (2nd Ed). Sage Publication: London/Delhi.
3. Kumar, Ranjit. (2011). *Research Methodology a step-by-step guide for beginners* (3rd Ed). New Delhi: Sage Publication.
4. Mangal S. K. (1999) *Essentials of Educational Psychology*, Delhi: Prentice Hall of India.
5. Saravanaral, P. (2006). *Research Methodology (6th Ed)*. Patna: Kitab Mahal.
6. आगलावे, प्रदीप. (2000) .संशोधन पद्धतीशास्त्र व तंत्रे, नागपूर: विद्या प्रकाशन.
7. कदम, चा. प., चौधरी, बा. आ., (1998). शैक्षणिक मूल्यमापन, पुणे: नूतन प्रकाशन.
8. करंदीकर, सुरेश. (२००६). शैक्षणिक मानसशास्त्र, कोल्हापूर: फडके प्रकाशन.
9. कन्हाडे, बी. एम., (2007) . शास्त्रीय संशोधन पद्धती, नागपूर: पिंपळापूरे प्रकाशन.
10. खरात, अ. पा. (१९९०). प्रगत शैक्षणिक मानसशास्त्र (प्रथमावृत्ती) पुणे: प्रकाशन.

11. घोरमोडे, के. यु., घोरमोडे, कला, (2008). शैक्षणिक संशोधनाची मूलतत्वे, नागपूर: विद्या प्रकाशन.
12. चव्हाण, दिपक, मुळे, संदीप, (2010). शैक्षणिक संशोधन आराखडा, नाशिक: इनसाईट पब्लिकेशन्स.
13. चित्ते, हेमंत, (2015) . शैक्षणिक संशोधन: मांडणी व दिशा, नाशिक: सात्विक प्रकाशन.
14. जगताप, ह. ना. (२००७). शैक्षणिक मानसशास्त्र पुणे: नरेंद्र प्रकाशन.
15. जाधव, अनंत. (२०२१). व्यक्तिमत्व ववकास- प्राचीन व आधुवनक संकल्पना, बीड: हर्षवर्धन प्रकाशन.