Peer Reviewed Refereed Journal ISSN : 2278 – 5639
Global Online Electronic International Interdisciplinary Research Journal (GOEIIRJ)
{Bi-Monthly} Volume – XIV Issue – II March - April 2025

प्राथमिक शाळेतील विद्यार्थ्यांची मानसिक स्वास्थ्य विकासासाठी कार्यक्रम निर्मिती व त्याच्या परिणामकारकते अभ्यास करणे

संशोधकाचे नाव
श्री. परशराम माधव ठाकरे
मातोश्री आसराबाई दराडे महिला शिक्षणशास्त्र महाविदयालय
यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठ
अभ्यासकेंद्र येवला 54499

मार्गदर्शकाचे नाव
डॉ. श्री. संतोष रुकारी
मातोश्री आसराबाई दराडे महिला शिक्षणशास्त्र महाविदयालय
यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठ
अभ्यासकेंद्र येवला 54499

सारांश—:

जीवनाचा निर्भेळ आस्वाद योग्य प्रकारे घेता येण्यासाठी जसे शरीर स्वास्थ्य आवश्यक असते त्याप्रमाणे मानसिक स्वास्थ्य देखील आवश्यक असते. शरीर माध्य खलू धर्म साधनम.. या वचनाने शारीरिक सुदृढ असले म्हणजे जीवनाचा आनंद निरामय घेता येतो.या दृष्टीने मानसिक स्वास्थ्य शारीरिक स्वास्थ्य इतकेच किंबहुना त्याहून अधिक महत्त्वाचे आहे. यशस्वी आणि सुखी जीवनासाठी मानसिक आणि शारीरिक अशा दोन्ही प्रकारच्या स्वास्थ्याची गरज असते. आजच्या स्पर्धेच्या युगात बालकांपासून ते वृद्धांपर्यंत सर्वांना छोट्या छोट्या गोष्टीमुळे ताण येतो याला विद्यार्थी वर्ग ही अपवाद नाही. कोविड–19 च्या काळात ताळेबंदीमुळे पालक, विद्यार्थी, शिक्षक हे चिंताग्रस्त झाले आहेत. परीक्षा पद्धती, मूल्यमापन पद्धतीत झालेल्या बदलामुळे पालक विद्यार्थी हवालदिल झाले आहेत. या बदलाचा झालेला परिणाम संपूर्ण शिक्षण व्यवस्थेवर झालेल्या दिसून येतो, म्हणूनच संशोधकाने संशोधनासाठी प्राथमिक शाळेतील विद्यार्थ्यांचे मानसिक स्वास्थ्य विकासासाठी कार्यक्रम निर्मिती व त्याचा परिणाम हा विषय निवडला आहे.

Global Online Electronic International Interdicipilinary Research Journal's licensed Based on a work at http://www.goeiirj.com

महत्त्वाचे शब्द— प्राथमिक स्तर, मानसिक स्वास्थ्य किंवा आरोग्य, कार्यक्रम निर्मिती

अ) **प्राथमिक स्तर –** नवीन राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण 2020 च्या 5+3+3+4 या आकृती बंधानुसार स्तरीय रचनेतील प्राथमिक स्तरावर क्रमाने येणारे वर्ग होय.

ब) **मानसिक स्वास्थ्य किंवा आरोग्य—** मानसिक आरोग्य ही एक अशी स्थिती आहे, ज्यात एखादी व्यक्ती त्याच्या स्वतःच्या क्षमतेची जाणीव करते. जीवनातील सामान्य ताण–तणावांना सामोरे जाऊ शकते व उत्पादकतेने काम करू शकते आणि आपल्या समाजासाठी योगदान

देऊ शकते. आरोग्य ही संपूर्ण शारीरिक, मानसिक आणि सामाजिक कल्याणाची अवस्था आहे आणि केवळ रोग किंवा अशक्तपणाची अनुपस्थिती नाही.

क) **कार्यक्रम निर्मिती**– विद्यार्थ्यांचे मानसिक स्वास्थ्य विकासासाठी विविध उपक्रमांचे नियोजन, व्याख्यान यातून विद्यार्थ्यांना सुप्त गुणांना चालना मिळण्यास मदत होते.

संशोधन विषयाची सद्यस्थिती–:

जागतिक आरोग्य संघटनेच्या अहवालानुसार भारतात दर पाच महिलांपैकी एक महिला तर दर बारा पुरुषांमागे एक पुरुष मानसिक आजाराला बळी पडतो यावरून मानसिक आजाराचे स्वरूप चिंताजनक असल्याचे जाणवते.

देशातील ह्या मानवी संसाधनाचा विचार केला तर मानसिक आरोग्य हे एकविसाव्या शतकातील चिंतेचे बाब होत चालली आहे. सध्याच्या बदलत्या जीवनशैलीमुळे शारीरिक आजाराबरोबर प्रत्येक व्यक्ती ही नैराश्य, ऑटिझम या समस्यातून जात आहे.या पार्श्वभूमीवर संशोधकाला प्राथमिक स्तरावरील विद्यार्थ्यांचे मानसिक स्वास्थ्य विकासासाठी कार्यक्रम निर्मितीची गरज वाटली.देशातील ५० टक्के वर अधिक लोकसंख्या ही 20 वर्षे वयाच्या आतील आहे. 2045 पर्यंत एक आर्थिक महासत्ता म्हणून भारताचा उदय झाला असेल अशी स्वप्न पाहिले जात आहेत. ती साकार करायचे असतील तर बालकांच्या हक्काकडे अधिक लक्ष देण्याची गरज आहे, परंतु तसे होताना दिसत नाही. भारत सरकार 22 वा केंद्रीय अर्थसंकल्पात राष्ट्रीय टेली मेंटल हेल्थ प्रोग्राम ऑफ इंडिया व टेली मेंटल हेल्थ असिस्टंट नेटवर्क स्टेटस ची घोषणा केली. त्याप्रमाणे राष्ट्रीय पातळीवर राष्ट्रीय मानसिक आरोग्य कार्यक्रम यांसारखे उपक्रम सद्यस्थितीत पातळीवर घेतले जाते.. वरील सर्व मुद्द्यांच्या आधारे आपणास संशोधन विषयाची सद्यस्थिती समजते.

समारोप –

विद्यार्थ्यांना आपल्या जीवनात प्रगतीच्या दिशेने वाटचाल करणे गरजेचे आहे. त्यासाठी स्वप्न पाहिली जातात. उच्च स्वप्न साकार करण्यासाठी संयम व सातत्याची गरज असते. जीवनात यशस्वी होण्यासाठी शारीरिक आरोग्याबरोबर मानसिक स्वास्थ्य महत्त्वाचे आहे. राष्ट्र विकास साधण्यासाठी अथवा सर्वश्रेष्ठ विकसित भारताचे स्वप्न साकार करण्यासाठी सक्षम नागरिक घडवणे ही काळाची गरज आहे.

त्यासाठी भावी पिढीचे शारीरिक व मानसिकता स्वास्थ्य टिकवणे ही आपणा सर्वांची जबाबदारी आहे..

संदर्भसूची–:

1) अभिनव शैक्षणिक मानसशास्त्र अरुंदकर जयकुमार ना.(1967)
2) शैक्षणिक व प्रयोग मानसशास्त्र जगताप ह.ना. (2005)
3) ताण आणि आरोग्य–विद्या प्रकाशन नागपूर बर्वे बी.एन. (2016)
4) शैक्षणिक संशोधनाची मूलतत्वे पुणे विद्या प्रकाशन घोरमोडे के. यु. (2008)