प्रकरण पहिले

प्रकरण पहिले

प्रस्तावना

१.१ पार्श्वभूमी -

भारत हा खेडयांचा विकसनशील असा देश आहे. साडेपाच लाख खेडयांचा ग्रामीण भारत ही सुद्धा मोठी बाजारपेठ आहे याची जाणीव झाल्याने कार्पोरेट कंपन्यांचे लक्ष तिकडे वळले आहे. येत्या पाच वर्षामध्ये ग्रामीण भारतामध्ये ५० हजार कोटी रुपये गुंतवले जाणार आहेत. आय.सी.टी., महिंद्रा सारख्या कंपन्या बांधावर जावून शेतमालाची खरेदी करीत आहेत.

एकीकडे उजेडाची वाट दिसेना म्हणून शेतकरी आत्महत्येच्या काळोख्या वाटेकडे निघालेले दिसतात. तर दुसरीकडे त्याच ग्रामीण भागात बाजारपेठ शोधत कार्पोरेट कंपन्या येताना दिसत आहेत. शेतकरी आपला शेतमाल शेताच्या बांधावरच त्यांना विकेल आणि पुन्हा चकचकीत मॉलमध्ये जावून चढया भावाने खरेदीही करेल. ग्रामीण भारताला केवळ वाट सापडत नाही असे नाही तर दिशाही कळेनाश्या झाल्या आहेत. एका संक्रमण अवस्थेतून आज ग्रामीण भारत जात आहे.

भारतातील खेडयांमध्ये आजही अज्ञान, अंधश्रध्दा, जाचक रुढी परंपरा, निरक्षरता, अनारोग्य अशा अनेक समस्या आहेत. या सर्व समस्यांचे मूळ गरीबी. गरीब हे बोन्साय सारखे असतात. मोठा वृक्ष होण्याची ताकद त्यांच्यात असतेच, पण त्यांचे रोपणच कुंडीत केले जाते. हे खरे दुर्देव आहे, असे प्रतिपादन नोबेल पुरस्कार विजेते अर्थतज्ज्ञ व बांगलादेशच्या ग्रामीण बँकेचे प्रणेते प्रा. मोहम्मद युनूस यांनी केले. प्रा. मोहम्मद युनूस यांचे हे प्रतिपादन किती समर्पक, योग्य आहे, याची जाणीव भारतीय खेडयांकडे पाहिल्या नंतर होते.(एका संक्रमण अवस्थेतून भारत जात आहे. सकाळ, वर्तमानपत्र २००७.)

भारतीय कंपन्यांचा जागतिक अश्वमेघ सुरु झाल्यापासून भारत महासत्ता बनण्याच्या चर्चेला पुन्हा एकवार जोर चढला आहे. पण टाटा-बिर्लाच्या इंडियाने गरुडझेप घेतली असली तरी, सर्वसामान्यांच्या भारताचे काय ? येणारा काळ सर्वसामान्यांसाठीही चांगला असेल की त्यांच्या नशिबी पुन्हा फरफटच! कदाचित उषःकाल होता होताच काळरात्र तर होणार नाही ना ? गरीबांचं बोन्साय तर होणार नाही, असे अनेक यक्षप्रश्न आपल्या समोर उभे आहेत.

शिक्षणक्षेत्रही याला अपवाद नाही. आज उच्च शिक्षणापर्यंत केवळ ३ टक्के विद्यार्थीच पोहचू शकतात. तर बाकी ९७-९८ टक्के विद्यार्थी हे मध्येच शिक्षण सोडून देतात, याचा अर्थ भारतात फक्त ३ टक्के लोकांनाच डोकी आहेत का ? की शिक्षणव्यवस्थाच चुकीची आहे, की जी ९७-९८ टक्के विद्यार्थ्यांना शिक्षणप्रवाहात येऊच देत नाही ? शिक्षणापासून वंचित ठेवते ? किंवा फक्त ३ टक्के लोकांवरच उच्च शिक्षणाचा प्रचंड पैसा खर्च होत आहे का ? काही प्रश्नांची उत्तरे थोडयाफार फरकाने हो, अशीच असतील. (थिगळे, राजेंद्र.(२००८).लाल रेघांचा दवाखाना-शिक्षण संक्रमण, माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे.).

देशाचे, राज्याचे भवितव्य, भावी विकासाचे केंद्रस्थान म्हणून मुलांकडे, युवावर्गाकडे पाहिले जाते. राष्ट्र / समाज म्हणून जसा युवावर्गाचा - बालकांचा विकास प्राधान्याने विचारात घेतला जातो. त्याचप्रमाणे आजकालच्या आधुनिकच काय पण बहुतांश मध्यवर्गीय सुशिक्षित कुटुंबातूनही मुलांच्या शिक्षणाची, आरोग्याची, भावनिक - वैचारिक प्रगल्भतेची काळजी जाणीवपूर्वक घेतली जावू लागली आहे. बाल-मानसशास्त्र विचारात घेऊन बालककेंद्री विकासाची संकल्पना राबविण्याचा प्रयत्न अनेक ठिकाणी विचारपूर्वक सुरु झाल्याचेही आपल्याला दिसून येईल.

आज २१ व्या शतकात सर्वसामन्यपणे आपण विकासाकडे / प्रगतीकडे वाटचाल करतो आहोत, असेही चित्र अनेक क्षेत्रांकडे पाहताना दिसत असते. अशा वेळी गाडी सरळ महारस्त्यावर जाते आहे असे वाटता वाटताच अचानक एखादे वेडेवाकडे वळण लागावे अन

नुकताच कुठे गाडीला वेग येत असताना वेग कमी करुन कचकन ब्रेकच लावणे, भाग पडावे, अशी स्थिती विद्यार्थ्यांच्या आरोग्यविषयक बातमीने निर्माण झाली आहे. अर्थात ही बातमी आहे पुण्यातली - - - साऱ्या देशभर राज्यभर अशी भयंकर स्थिती असेलच असे नाही, असू ही नये - - - पण पुण्यासारख्या शहरात विद्यार्थ्यांचे आरोग्य धोक्याच्या स्थितीत असेल, तर इतर शहरांची - - - गावांची स्थिती तपासायला हवी आहे, असे म्हटले तर ते वावगे ठरु नये.

काय आहे ही बातमी ? ती बातमी आहे. पुण्यातले १०,००० शालेय विद्यार्थी दृष्टिदोष, कर्णदोष, हदयविकार, अस्थिव्यंग या आजारांनी त्रस्त असल्याची हे विद्यार्थी प्राथमिक आणि माध्यमिक शाळांतील आहेत. मात्र खाजगी शाळांतील विद्यार्थीही याला अपवाद नाहीत, ही वस्तूस्थिती आहे. महापालिकेच्या आरोग्य खात्याने पुण्यामध्ये सुमारे १ लाखाहून अधिक विद्यार्थ्यांची तपासणी, सर्व शिक्षा अभियाना अंतर्गत, संभाव्य अपंगत्व, शोध मोहिमेतून केली. या तपासणीतून मुलांमधील समोर आलेले आजारांचे प्रमाण चिंताजनक आहे आणि एकूणच भावी पिढीच्या आरोग्या समोर प्रश्नचिन्ह उभे करणारे आहे.(मुलांचे आरोग्य, आरोग्य पत्रिका, राज्य आरोग्य विभाग, पुणे-२००८.)

एका पाठोपाठ एक अशा समोर आलेल्या या वस्तूस्थितीने पालक तसेच शिक्षकांच्या डोळयात एक अंजन घातलय ते म्हणजे विद्यार्थ्यांच्या वर्तन वा प्रगती मागे आरोग्यविषयक तक्रार तर नाही ना? हा दृष्टिकोन स्वतःत रुजवण्याचे ! बहुतांश वेळा अभ्यासाची टाळाटाळ करणाऱ्या (होणाऱ्या) विद्यार्थ्यांच्या आरोग्यविषयक तक्रारींकडे पळवाट, नाटक म्हणून तिरस्कारानं, संतापानं शिक्षकच काय पण पालकांकडूनही पाहिलं जातं. हे चित्र बदलून विद्यार्थ्यांना अर्थात घर, समाज, देशाच्या भवितव्याला जर शारीरिक, भावनिक, मानसिक, बौध्दिक सर्वच पातळीवर समजून घ्या, अशी हाक पुन्हा- पुन्हा दिली जात आहे. आपण त्याकडे वेळीच लक्ष देण्याची गरज आहे, सतर्क राहण्याची गरज आहे.

खरे शिक्षण म्हणजे, बालकाचा सर्वांगीण विकास, पण दुर्देवाने आपण फक्त त्या बालकाचा अभ्यासातील मागासलेपणा बघतो, प्रगतीपुस्तकातील लाल रेघा बघतो, पण सुरुवातीलाच त्या बालकाची तपासणी करुन मुळात ते बालक कसे आहे, म्हणजे त्याची शारीरिक वाढ व क्षमता, मानसिक वाढ व क्षमता, भावनिक विकास व सामाजिकीकरण यासाठी संचित नोंद तक्ता (Cumulative card) असावा. नंतर त्या विद्यार्थ्यांचा विकास कसा शक्य आहे ? त्याचे नियोजन करावे, नियोजन पालक व शिक्षक यांना सांगितले जावे, म्हणजे पुढे होणारा अपव्यय टाळता येईल.

प्रत्येक विद्यार्थ्यांकडे जर आपण गुंतवणूक म्हणून बघितले तर पालकांचा, विद्यार्थ्यांचा, शासनाचा, शिक्षकांचा व प्रशासनाचा वेळ, श्रम, पैसा यांचा होणारा अपव्यय टाळता येईल. नंतर होणारा अपेक्षाभंग , येणारी निराशा, होणाऱ्या आत्महत्या टाळल्या जातील. पालकांच्या अवाजवी महत्वाकांक्षा, शेजारच्या मुलांशी चढाओढ, वाढते दडपण त्यातून निर्माण होणाऱ्या सामाजिक समस्या, या सर्वच गोष्टींना फाटा बसून त्या विद्यार्थ्यांच्या सुप्त गुणांच्या विकासाला वाव मिळून त्याला यश मिळेल आणि असेच यश चाखायची गोडी लागलेला विद्यार्थी आयुष्यात नक्कीच यशस्वी होईल.

विद्यार्थ्यांना हे यश मिळवून देण्याचे सामर्थ्य फक्त शिक्षणातच आहे. कारण कुठलेही राष्ट्र किती गतिमान आहे, हे त्या राष्ट्रातील शिक्षणपद्धती किती गतिमान आहे, यावरुन ठरत असते व कुठल्याही राष्ट्रातील शिक्षणपद्धती किती गतिमान आहे, हे ती शिक्षणपद्धती राबविणारा शिक्षक किती गतिमान आहे यावरुन ठरत असते. या विकासाचा अध्वर्यु असणारा शिक्षक, एक तंत्रज्ञ, भविष्याचा अचूक वेध घेणारा द्रष्टा आपल्याला राष्ट्रपती म्हणून लाभला. भारत २०२० पर्यंत महासत्ता बनविण्याचे त्यांचे स्वप्न हे गरुडभरारी घेणाऱ्या तंत्रज्ञानावर अवलंबून आहे. आज सर्वच क्षेत्रात अमूलाग्र बदल होत असून प्रत्येक क्षेत्रात नवीन तंत्रज्ञाने मोठया गतीने प्रवेश करीत आहे. त्याला कोणतेच क्षेत्र अपवाद नाही. हे बदल स्वीकारण्यासाठी भारत हा मानसिक, बौद्धीक, शारीरिकदृष्टया सक्षम असला पाहिजे, म्हणून आरोग्य शिक्षण हे

महत्त्वाचे आहे. संपूर्ण भारताचा जर सर्वांगीण विकास साधायचा असेल तर प्रथम ग्रामीण भागाचा विकास साधने हे सर्वात महत्त्वाचे आहे. आज ग्रामीण भागातही मोठया प्रमाणात तंत्रज्ञानाने प्रवेश केला आहे. त्यामुळे ग्रामीण आरोग्य शिक्षणामध्ये शैक्षणिक तंत्रज्ञानाचा वापर ही काळाचा गरज आहे.

१.२ आरोग्य शिक्षणाची संकल्पना -

| सर्वे सुखिनः संतु सर्वे संतु निरामया |

या उक्तीप्रमाणे जर सर्वांना निरामय आयुष्य लाभले, तर ही पृथ्वी जणू आरोग्याची संपत्ती ठरेल. आरोग्य संपन्न व्यक्ती आपल्या जीवनाच्या विविध क्षेत्रांमध्ये यश प्राप्त करु शकते. प्रत्येक राष्ट्राची प्रगती त्या देशातील आरोग्यसंपन्न नागरिकांवर अवलंबून असते. म्हणून आरोग्य शिक्षण हे अतिशय महत्त्वाचे आहे.

देशाच्या नवयुवकाला आरोग्य संपन्न, सर्व गुण संपन्न बनविण्यासाठी आरोग्य शिक्षणाची गरज आहे, म्हणून प्रथम आपण आरोग्य शिक्षणाचा अर्थ समजावून घेवू .

१.२.१ आरोग्य शिक्षणाचा अर्थ -

आरोग्य शिक्षणामध्ये केवळ शारीरिक विकास अभिप्रेत नाही तर आरोग्य शिक्षणामध्ये सर्वांगीण विकासाला महत्त्व आहे, म्हणून आरोग्य शिक्षणाचा अर्थ प्रथम पाहू -

रोग किंवा दुर्बलता यांचा नुसता अभाव म्हणजेच आरोग्य नव्हे, तर शारीरिक, मानसिक, सामाजिकरित्या पूर्णतः चांगले असण्याची स्थिती म्हणजे आरोग्य होय.

जागतिक आरोग्य संघटना

आरोग्य शिक्षण हे असे ज्ञानाचे भांडार आहे, की जे व्यक्ती, समुदाय आणि जाती, आरोग्या संबंधीच्या सवयी व दृष्टीकोन चांगला बनविण्यास सहाय्यभूत ठरते.

जी. पी . शेरी

१.२.२ आरोग्य शिक्षणाची क्षेत्रे

आरोग्य शिक्षणाचे क्षेत्र अत्यंत व्यापक आहे. साधारणत: या क्षेत्रामध्ये पुढील मुद्दे येतात.

१) आरोग्य संरक्षण

२) आरोग्य विरोधी तत्वांचा शोध

३) आजारांचा प्रतिबंध

४) आरोग्यसंबंधी नियमांची माहिती

५) आरोग्य संवर्धन

६) वैयक्तीक व सार्वजनिक आरोग्यसंबंधीची माहिती.

ही आरोग्य शिक्षणाची क्षेत्रे आहेत. त्यानंतर आरोग्य शिक्षणामध्ये कोणत्या घटकांचा अंतर्भाव होतो ते पुढीलप्रमाणे :

१.२.३ आरोग्य शिक्षणाचे घटक

आरोग्य शिक्षणात पुढील घटकांचा अंतर्भाव होतो .

१) विदयार्थ्यांना शारीरिक आरोग्याचे महत्त्व सांगणे.

२) आरोग्यासंबंधीचे नियम व त्यांच्या पालना संबंधीचे नियम.

३) वैयक्तीक तसेच सार्वजनिक स्वच्छतेचे महत्त्व सांगणे.

४) अन्न व त्याचे शारीरिक विकासातील महत्त्व सांगणे.

५) आरोग्यदायी शालेय वातावरण, वर्गातील स्वच्छ हवा, पुरेसा प्रकाश यांचे महत्त्व सांगणे.

६) आरोग्याचे मूल्यांकन तसेच परीक्षण करणे.

७) विविध आजारांचे निदान व उपचार करणे.

८) विकलांग मुलांची देखभाल आणि त्यांच्या शिक्षणासाठी सुविधा पुरविणे.

९) आकस्मिक अपघात प्रथमोपचार करणे.

१०) मानसिक आरोग्यासंबंधी शिक्षणाची व्यवस्था करणे.

हे आरोग्य शिक्षणाचे महत्त्वाचे घटक आहेत. या घटकांचा विचार करून आरोग्य शिक्षण देणे गरजेचे आहे, म्हणून आरोग्य शिक्षणाची आवश्यकता किंवा महत्त्व काय आहे ते आपण पुढीलप्रमाणे पाहू.

१.२.४ आरोग्य शिक्षणाची आवश्यकता व महत्त्व

आरोग्यास आपल्या जीवनात विशेष महत्त्व आहे. आरोग्यसंपन्न व्यक्तीच जीवनाच्या विविध क्षेत्रांमध्ये यश मिळवू शकते. या विषयी डॉ. धीर यांच्या मतानुसार 'आजच्या समस्यायुक्त जगामध्ये जगण्यासाठी लोखंडाचे बळ आपल्या छातीमध्ये असायला हवे. हे तेव्हाच शक्य आहे, जेव्हा शरीर आरोग्य संपन्न असेल. प्रत्येक

व्यक्तीला वेगवेगळया परिस्थितीला तोंड दयावे लागते. परंतु त्यामुळे कोणताही विशेष फरक पडत नाही. वेगवेगळया क्षेत्रांमध्ये काम करणारी कोणतीही व्यक्ती, कामगार, व्यावसायिक, डॉक्टर किंवा वकील असो किंवा कोणीही प्रत्येकाची परिस्थिती भिन्न आहे, आणि यशस्वीरित्या त्या-त्या क्षेत्रामध्ये येणाऱ्या समस्येशी सामना करण्यासाठी त्यांच्यामध्ये मानसिक आणि शारीरिकदृष्टया क्षमता असणे, अत्यावश्यक आहे. शारीरिक आरोग्याचे महत्त्व फक्त व्यक्तीगत जीवनापुरते मर्यादीत नसून ते सामाजिक तसेच राष्ट्रीय विकासाच्या दृष्टीनेही महत्त्वपूर्ण आहे. हर्बर्ट स्पेन्सर यांच्या मतानुसार —''जीवनाची श्रेष्ठता ही आपण उच्चतम जीव असण्यातच आहे आणि उच्चतम जीवावरच राष्ट्रीय संपन्नता अवलंबून आहे.'' *(आरोग्य शिक्षणाची लस, शिक्षण संक्रमण, माध्यमिक आणि उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ,पुणे. २००८.)*

१.२.५ आरोग्य शिक्षणाचे ध्येय :

बालकास आरोग्यविषयक मूल्यांची सर्वसाधारण माहिती करून देवून आरोग्यविषयक सवयी व वृत्ती अंगी बानवण्याची सवय वाढीस लागावी व त्याच्या आरोग्याचा दर्जा वाढावा, हे आरोग्य शिक्षणाचे ध्येय आहे.

थोडक्यात शिक्षणाच्या माध्यमातून बालकाचा सर्वांगीण विकास करणे हे आरोग्य शिक्षणाचे ध्येय आहे. 'उत्तम आरोग्य हे अखंड उर्जा स्त्रोत आहे.' अशा या आरोग्य शिक्षणाला शालेय स्तरावरही अनन्य साधारण महत्त्व आहे ते पुढीलप्रमाणे :

१.२.६ शालेय स्तरावर आरोग्य शिक्षणाचे महत्त्व :

शाळा ही समाजाचे लहान रुप आहे. जर शाळामध्ये विधायक, कल्याणकारी योजना राबवण्यात आल्या, तर त्याचा फायदा समाजालासुद्धा मिळू शकेल.

त्यामुळे समाजाच्या आरोग्याचा स्तर जर आपणास उंचावयाचा असेल तर शाळांमध्ये आरोग्य शिक्षणाचा कार्यक्रम प्रभावीपणे राबविणे अत्यावश्यक आहे. सुदृढ शरीरामध्ये तल्लख बुध्दी वास करते. **'Sound mind in sound body'** त्यामुळे जर बालकाच्या बुद्धीचा विकास करावयाचा असेल तर त्याच्या शरीराचा अगोदर विकास होणे आवश्यक आहे. जर मुले निरोगी आणि आरोग्यदायी असतील, तर त्यांचे मन लिहिण्या, वाचण्यामध्ये योग्य प्रकारे लागते. त्यामुळे ती मुले मानसिक, शारीरिक श्रम योग्य प्रकारे करू शकतील. या उलट विभिन्न रोगांनी ग्रस्त असणारी मुले मानसिक, शारीरिक कष्ट करू शकणार नाहीत. तसेच त्यांचे मनही कशात लागणार नाही.

नेहमी असे पाहण्यात येते की, विदयार्थी दशेमध्ये ज्या सवयी लागतात त्या आजीवन सुटत नाहीत. म्हणूनच म्हटलं जातं **Habit is second nature.** त्यामुळे जर विदयार्थीदशेत आरोग्य व आरोग्य विषयक घटकांची माहिती दिली. त्यांचे पालन करण्यासंबंधीच्या वारंवार सूचना दिल्या तर पुढील संपूर्ण आयुष्यामध्ये विद्यार्थी आरोग्यविषयक नियमांचे पालन करेल. शाळांमधील मुलांना शारीरिक आरोग्याची काळजी घेण्याविषयी प्रेरित करणे, हे शाळांचेही व पालकांचेही आद्य कर्तव्य आहे.

१.२.७ ग्रामीण भागातील आरोग्य शिक्षण :

स्वातंत्र्यपूर्व काळात भारतातील ग्रामीण विभाग फार मोठया प्रमाणात दुर्लक्षित असा होता. दैन्य व दारिद्रय यांचे विदारक स्वरुप खेडयात दिसू लागले. भारत देश हा खेडयांचा देश आहे, असे या देशाचे वर्णन केले जाते. म्हणूनच महात्मा गांधीजी नेहमी म्हणत की, भारतातील खेडी जर नष्ट झाली, तर भारत नष्ट होईल, मग भारत हा भारत राहणार नाही, म्हणूनच भारतातील खेडयांचा विकास करून स्वराज्याचं सुराज्यात रुपांतर करता येईल. भारतातील कोणत्याही बदलाच्या प्रयत्नांची दिशा ठरविताना **खेड्यांच्या** विकासाचा विचार करणे आवश्यक व अटळ ठरते आणि कोणत्याही

विकासाची सुरुवात ही शिक्षणातून होत असते. मग ते औपचारिक असो किंवा अनौपचारिक. ग्रामीण भागात बालमृत्यू, कुपोषण, अनारोग्य, जाचक रुढी परंपरा या अनेक समस्या आ वासून उभ्या आहेत. त्या समस्यामधील एक भयावह समस्या म्हणजे आरोग्यविषयक जाणीवांचा अभाव. ही भयानक समस्या दूर करून ग्रामीण भागातील लोकांना राष्ट्रीय प्रवाहात सामील करून घेण्याचे एक उत्तम व प्रभावी साधन म्हणजे आरोग्य शिक्षण होय.

आरोग्य शिक्षणामध्ये अनेक घटकांचा समावेश होतो. त्यामध्ये सद्य:स्थितीत अतिशय महत्त्वाचा असणारा असा घटक पौगंडावस्थेतील मुलांचे आरोग्य संवर्धन होय.

१.३ पौगंडावस्था व पौगंडावस्थेतील शिक्षण :

भारताच्या सद्य:स्थितीचा अभ्यास करता आज १० ते १८ या वयाची पिढी इतिहासात प्रथमच एवढया मोठया संख्येने बाल्यावस्थेतून प्रौढत्वाकडे मार्गक्रमण करीत आहे. पौगंडावस्था हा गतिमान परिवर्तनाचा वादळी कालखंड मानला जातो. शारीरिक, मानसिक, भावनिक व सामाजिक वर्तन बदल अपरिहार्यतेने घडत असतात. या अवस्थेतील मुलांना अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागते. या सर्व समस्येतून बाहेर काढण्यासाठी या वयातील मुलांना पौगंडावस्थेतील शिक्षण देणे ही काळाची गरज आहे.

१.३.१ पौगंडावस्थेतील शिक्षण

पौगंडावस्था हा मानवी जीवनातील सर्वात महत्त्वाचा कालखंड आहे. पौगंडावस्था म्हणजे 'बाल्यावस्था आणि प्रौढावस्था यांना जोडणारी अवस्था होय'. 'मूल असल्याच्या स्थितीतून मूल होवू शकणाऱ्या' स्थितीपर्यंतचे मार्गक्रमण म्हणजे पौगंडावस्था होय. या पौगंडावस्थेत निसर्ग मुलामुलींना प्रजोत्पादनक्षम बनवीत असतो.

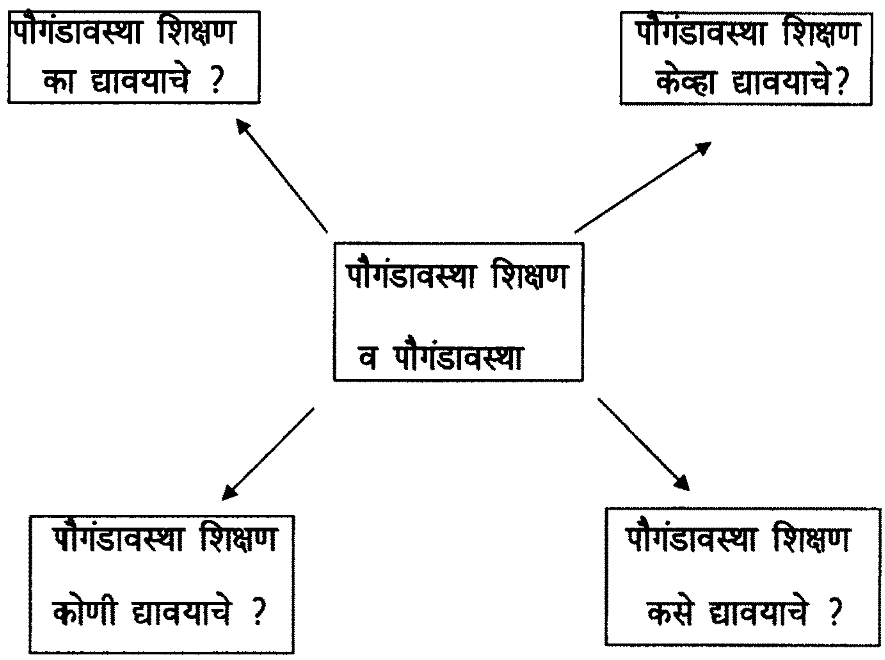
पौगंडावस्थेलाच **Adolesence** असे म्हटले जाते. **Adolesence** या शब्दाचा अर्थ 'वाढणे' असा आहे. वयात येणे म्हणजे खऱ्या अर्थाने 'वाढणे' होय. वयात येणे किंवा यौवनारंभ हा या अवस्थेपासून सुरु होत असतो. ही अवस्था म्हणजे पुनर्जन्म होय. **Adolesence is Rebirth** असे प्रसिध्द मानसशास्त्रज्ञ स्टॅन्ले हॉल (१८४४–१९२४) यांनी म्हटले आहे. मुलांच्या जीवनातील १४ ते १६ व्या वर्षापर्यंतचा काळ तर मुलींच्या जीवनात १२ ते १४ व्या वर्षापर्यंतचा काल हा यौवनारंभ मानला जातो.

तारुण्याच्या उंबरठयावर उभ्या असलेल्या मुलामुलींवर कुटुंबाकडून जाचक बंधने लादली जात असतात. समाजही त्यांच्यावर निर्बंध लादत असतोच. शरीरात होणारे हे जैविक बदल (अंत:स्त्राव) का होतात? कशामुळे होतात? कशासाठी होतात? याचे शास्त्रीय ज्ञान मुला–मुलींच्या ठिकाणी नसल्यामुळे अपराधीपणाची भावना निर्माण होते. अतिशय नाजूक, कठीण व धोकादायक अवस्थेतून ही मुले–मुली जात असतात. या अवस्थेतून मुला–मुलींना वाचविण्यासाठी, सुरक्षित आणि स्वाभाविक मार्गावर आणण्यासाठी त्यांना लैंगिक ज्ञान म्हणजे प्रजनन क्रियेचे ज्ञान सोप्या, सरळ व शास्त्रीय भाषेत देणे अत्यंत गरजेचे आहे. तसे पाहता पौगंडावस्था शिक्षण हे सर्व स्तरावरील मुला–मुलींना देण्याची गरज आहे. परंतु १२ ते १८ वयोगटातील मुला, मुलींच्या शारीरिक, भावनिक, मानसिंक विकासाचा विचार करता पौगंडावस्थेतील शिक्षण **अग्रक्रमाने या वयोगटातील मुला - मुलींनाच** देणे योग्य ठरते.

पौगंडावस्थेतील मुला–मुलींना पौगंडावस्थेतील शिक्षण देत असताना खालील आकृतीत दाखविलेले चार प्रश्न महत्त्वाचे वाटतात.

आकृतीत क्र १.१

पौगंडावस्था शिक्षण व पौगंडावस्था



१.३.१.१ पौगंडावस्था का द्यावयाचे ?

यामध्ये पौगंडावस्था शिक्षणाच्या उद्दिष्टांचा, कारणांचा विचार करता येईल.

१.३.१.२ पौगंडावस्था कोणी द्यावयाचे ?

यामध्ये सर्वप्रथम कुटुंबाचा विचार करता येईल. तद्नंतर शाळेचा विचार करता येईल.

१.३.१.३ पौगंडावस्था कसे द्यावयाचे ?

यामध्ये विविध पद्धती, उपक्रम यांचा विचार करता येईल.

१.३.१.४ पौगंडावस्था केव्हा द्यावयाचे ?

यामध्ये पौगंडावस्था शिक्षण देण्याचा योग्य कालावधी कोणता याचा विचार करता येईल.

पौगंडावस्था हा कालखंड जीवनातील अतिशय महत्त्वाचा असा कालखंड आहे. यात विकास प्रक्रियेला गती मिळून अनेक बदल घडून येतात. शालेय जीवनातील महत्त्वाचा भाग या कालखंडात येतो. पौगंडावस्था ही अस्थिर आणि प्रक्षुब्ध अवस्था आहे. हे खालील वैशिष्टयांवरुन व विकास टप्प्यांवरुन लक्षात येते.

१.३.२ पौगंडावस्थेची वैशिष्टे :

१. शारीरिक, मानसिक व भावनिक स्थित्यंतरे द्रुतगतीने होतात. या अवस्थेस वादळी अशांततेची अवस्था समजण्यात येते.
२. विषमलिंगी आकर्षणाचा प्रादुर्भाव होतो.
३. स्वतःची प्रतिमा उठून दिसावी म्हणून कुमार –कुमारी अत्यंत जागृत असतात.
४. समवयस्कांचे संघ निर्माण होतात.
५. कुमारांचे, सामाजिक संबंध, कौटुंबिक संबंधापेक्षा प्रबल असतात.
६. प्रौढ उपभोगित असलेले स्वातंत्र्य आपणास मिळावे अशी त्यांना सारखी ओढ लागलेली असते.
७. स्वायतत्तेची ओढ अपूर्ण राहिल्यामुळे मुलांच्या मनात वैफल्याची भावना वाढते.

१.३.३. पौगंडावस्थेतील मुलींच्या विकासाची अंगे

पौगंडावस्थेतील मुलींच्या विकासाची विविध अंगे आहेत, ती पुढील प्रमाणे

१.३.३.१ पौगंडावस्थेतील मुलींचा शारीरिक विकास:

उंची : प्रौढपणाच्या त्याच्या उंचीच्या शेकडा ९० इतकी.

वजन : प्रौढपणाच्या २/३ इतके वजन.

बांधा : हळूहळू रुंद होतो. मुलींचे वक्षस्थळ मांडया, नितंब यांना आकार येवू लागतो.

चेहरा : बदलतो.

अंत:स्त्राव ग्रंथी : मस्कग्रंथी, लैंगिक ग्रंथी, वृक्कस्थ ग्रंथी या अंत:स्त्राव ग्रंथीमध्ये बदल कामवासना उद्दिपित होते.

१.३.३.२ पौगंडावस्थेतील मुलींचा मानसिक विकास:

१. अभिरुचीचे क्षेत्र विस्तारते.

२. वस्तूस्थिती निर्दशक अशा कृतीकडे मन धावते.

३. माहितीचे संकलन, वर्तमानपत्रे—मासिके—कथा—कादंबरीचे वाचन यात मुले रमतात.

४. तर्कशक्तीचा विकास होत असल्यामुळे गटागटाने चर्चा करण्याचा त्यांना आनंद मिळतो.

५. मूर्त स्वरुपाचे प्रश्न सोडवण्यापेक्षा अमूर्त गोष्टी, कूटप्रश्न सोडवण्याकडे त्यांचा कल असतो.

६. मुले आपल्या कर्तुत्वाचा विचार करू लागतात. मुली आपल्या

सौंदर्याचा विचार जास्त करतात.

७. तर्काने पटवून द्या अशी मागणी असते. जुन्या व नव्या पिढीमधील संघर्ष या अवस्थामध्ये सुरु होतो.

८. त्यांचे बौध्दिक निर्णय बऱ्याच प्रमाणात भावनाधिष्ठित असतात.

१.३.३.३ *पौगंडावस्थेतील मुलींचा भावनिक विकास*:

१. ग्रंथीच्या स्त्रावामुळे जे बदल घडतात त्यामुळे त्या गोंधळून जातात.

२. मनात भिती, चिंता, दडपण येते. एकमेकांबद्दल संकोच निर्माण होतो. चिंताग्रस्त, हळव्या व काहीशा प्रमाणात भित्र्या बनतात.

३. विषमलिंगी आकर्षण वाटू लागते.

४. आपण प्रौढ आहोत का लहान मूल आहोत हेच त्यांना नीटसे समजत नाही.

५. या वयामध्ये एक प्रकारची विंवचना निर्माण होते. मनात काहूर माजते.

६. भावनिक आंदोलन सारखे चालू असते.

१.३.३.४ *पौगंडावस्थेतील मुलींचा सामाजिक विकास*:

१. गटाशी अधिक एकनिष्ठ असतात.

२. कोणी तरी "आदर्श" शोधित असतात.

३. या वयात झालेली मैत्री ही स्थिर स्वरुपाची असते.

४. भिन्नलिंगीय व्यक्तीविषयीचे आकर्षण वाढीस लागते.

५. सामाजिक गुणांचा विकास होवू शकतो.

पौगंडावस्था ही अत्यंत नाजूक अवस्था असते, हे वरील विवेचनावरुन दिसून येते. पौगंडावस्थेतील वैशिष्टयांचा विचार करूनच पालक, शिक्षक, शाळा यांनी विविध पातळीवरुन प्रयत्न करणे आवश्यक आहे. यातील अतिशय महत्त्वाचा प्रयत्न म्हणजे या मुलींचा सर्वांगीण विकास घडून येण्यासाठी या मुलींच्या ठिकाणी विविध जीवन कौशल्य विकसित करणे होय.

१.४ जीवन कौशल्य.

जीवनाच्या वाढ व विकासाच्या महामार्गावर प्रगती करण्याच्या दृष्टीने अध्ययनकर्त्याच्या क्षमतांचा योग्य विकास करणे म्हणजे जीवन कौशल्यांचे शिक्षण होय. अशा शिक्षणामुळे आनंदी, शांततापूर्ण, आरोग्यदायी व यशस्वी जीवन जगता येईल. विदयार्थ्यांमध्ये आवश्यक ती कौशल्ये सुसंगतपणे विकसित केली जावीत त्यामुळे त्याला प्रभावीपणे व कुशलतेने जीवन जगता येईल. अध्ययनकर्त्यांना भरपूर संधी उपलब्ध करून दयाव्यात की ज्यामुळे अध्ययनकर्ते ही कौशल्ये सहजगत्या शिकतील, ग्रहण करतील. त्यांच्या जीवनात या कौशल्यांचा वापर करतील. हेच जीवन कौशल्य शिक्षणाचे ध्येय आहे.

"जीवन कौशल्यांचे शिक्षण म्हणजे व्यक्तीच्या स्वत:च्या मानसिक व शारीरिक सर्वोत्कृष्ट क्षमतांचा वापर करून त्याच्या व्यक्तिमत्त्वाचा सर्वांगीण विकास करणे होय".

जागतिक आरोग्य संघटनेने **(WHO) 1997** मध्ये दहा मूलभूत जीवन कौशल्ये सांगितली आहेत. त्यांच्याविषयी अधिक माहिती खालीलप्रमाणे आहे. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या मते,

"जीवन कौशल्ये म्हणजे अशी कौशल्ये की ज्याव्दारे व्यक्ती आपली शक्ती व क्षमतांचा वापर करून दैनंदिन जीवनात येणाऱ्या समस्या सोडविते व सकारात्मकपणे आपल्या दैनंदिन गरजा प्रभावीपणे पूर्ण करते.

१.४.१ जागतिक आरोग्य संघटनेने ठरविलेली जीवन कौशल्य

१. स्वत्वाची जाणीव (Self Awareness)

२. समानानुभूती (Empathy)

३. समस्या निराकरण (Problem Solving)

४. निर्णय क्षमता (Decision Making)

५. परिणामकारक सुसंवाद (Effective Communication)

६. व्यक्ती–व्यक्तीमधील सहसंबंध (Interpersonal Relations)

७. सर्जनशील विचार (Creative Thinking)

८. चिकित्सक विचार (Critical Thinking)

९. भावनांचे समायोजन (Coping with Emotions)

१०. ताणतणावांचे समायोजन (Coping with Stress)

वरील सर्व कौशल्ये प्रत्येक व्यक्तीमध्ये कमी अधिक प्रमाणात असतात. ही कौशल्ये एक किंवा अनेक व्यक्तींच्या विचारांशी, भावनांशी आणि वर्तनाशी संबंधित असतात. जो कोणी या कौशल्यावर प्रभुत्व संपादन करण्याची काळजी घेईल त्याचे व्यक्तिमत्व विकसित होईल. इतकेच नव्हे तर त्याचे जीवन सुध्दा अधिक संपन्न होईल.

जीवन कौशल्यांचे प्रशिक्षण प्रामुख्याने अनुभवांवर आधारित असावे. निव्वळ श्रवण, वाचन किंवा निरीक्षणावर आधारित शिक्षणापेक्षा अनुभव व चर्चेतून मिळणारे शिक्षण अधिक प्रभावशाली असते. म्हणून अनुभूतीतून शिक्षण दयावे. विदयार्थी अनुभवातून शिकतात. त्या अनुभवांच्या आणि परिणामांच्या चर्चेतून त्यांना व्यावहारिक जीवन आणि जीवन कौशल्ये यांच्यातील सहसंबंध स्पष्ट करता येतो. जीवन कौशल्यांचे

शिक्षण ही केवळ मूल्यांची किंवा सद्‌विचारांची शिक्षण देणारी शिक्षणप्रणाली नसून विदयार्थ्यांच्यातील बलस्थानांना जागृत करणारी, व्यावहारिक जीवनात प्रकर्षाने उपयोगी पडणारी व मूल्ये जोपासणारी शिक्षण प्रणाली आहे. ती विदयार्थ्यांमधील अव्यक्त सामर्थ्याला जागृत करते.

युनेस्कोच्या १९९६ च्या अहवालात नमूद केलेले आहे की चार आधार स्तंभांवरच शिक्षणाची इमारत उभी आहे ते आधारस्तंभ पुढीलप्रमाणे –

१. कसे शिकावे हे शिकणे – **learning to learn.**

२. संपादित ज्ञानाचे उपयोजन करणे – **learning to do.**

३. वर्तमानाचे भान ठेवणे – **learning to be.**

४. एकोप्याने राहणे – **learning to live together.**

या चार आधारस्तंभांना जीवनकौशल्यामुळे बळकटी मिळते. जीवनकौशल्यांच्या आधारे विदयार्थ्यांना देशाचे जबाबदार, काळजी घेणारे आणि नवनिर्मिती करणारे नागरिक तयार करण्याची जबाबदारी शाळांनी स्वीकारावी, म्हणजे आजचे विदयार्थी देशाच्या विकासाचे भागीदार होतील. *(जीवन कौशल्य मार्गदर्शिका,एस.सी.ई.आर.टी, पुणे.)*

१.५ संशोधन समस्या

आरोग्य जाणीवविषयक उपक्रमांचा ग्रामीण भागातील पौगंडावस्थेतील मुलींच्या जीवनविषयक कौशल्य संपादनावर होणाऱ्या परिणामांचा अभ्यास

"Effect of the Health Awareness Programmes on Achievement of the Life Skills of Adolescent Girls in Rural Area

१.६ संशोधन समस्येची गरज

आपला देश स्वतंत्र होवून ६१ वर्षे झाली त्या निमित्ताने आपण स्वातंत्र्याचा सुवर्ण महोत्सवही साजरा केला. परंतु वस्तुस्थिती पाहता आपण शैक्षणिक क्रांतीचा सुदिन कधी पाहणार? आपल्या देशाने लोकशाही राज्यपद्धतीचा स्वीकार करूनही आपल्या देशातील संपूर्ण समाजाला शिक्षणाची शिदोरी मिळत नाही. या देशाचे मालक म्हणजे या देशातील संपूर्ण समाज जर सुधारला नाही, तर देशाचा विकास कसा होणार? स्वातंत्र्योत्तर काळात देशाचा सर्वांगिण विकास होण्याच्या दृष्टीने शासनाने खूप मोठी कामगिरी बजावली आहे. तरी तळागाळातील लोक त्याच जागेवर आहेत. त्यांच्यात मोठया प्रमाणावर बदल झालेला दिसून येत नाही. स्वातंत्र्य मिळून आज सुद्धा खेडयातल्या समस्या कमी होण्यापेक्षा अधिक गंभीर होत चालल्या आहेत. गरीबी व्यसनाधिनता, अंधश्रद्धा, अनारोग्य अशा अनेक भयावह समस्यांचे समाजावर वर्चस्व वाढत चालले आहे. हे वर्चस्व केवळ शिक्षणाच्या माध्यमातूनच कमी करता येईल.

संशोधिकेने प्रस्तुत संशोधनासाठी आरोग्य जाणीवविषयक उपक्रमांचा ग्रामीण भागातील पौगंडावस्थेतील मुलींच्या जीवनाविषयक कौशल्यसंपादनावर होणाऱ्या परिणामांचा अभ्यास हा विषय संशोधनासाठी निवडला आहे. या विषयामध्ये ५ घटक हे महत्त्वाचे आहेत ते पुढीलप्रमाणे –

१. आरोग्य शिक्षण.

२. ग्रामीण भाग.

३. पौगंडावस्था (१२ ते १८ वयोगट)

४. मुली

५. जीवनकौशल्य

हे ५ घटक संशोधनाच्या दृष्टीने अतिशय महत्त्वाचे आहेत. प्रस्तुत संशोधनासाठी वरीलच विषय निवडण्याची संशोधिकेला का गरज भासली ते खालीलप्रमाणे :

१.६.१ आरोग्य शिक्षणच का?

''व्यक्ती व्यक्तीचा विकास करून विकसित समाजाचे साध्य गाठणे हे शिक्षणाचे उद्दिष्ट आहे, म्हणजेच प्रथम व्यक्तीचा शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक विकास झाला पाहिजे. व्यक्तीचा शारीरिक विकास योग्य झाला तर साहजिकच त्या व्यक्तीचा मानसिक, बौद्धिक विकास योग्य गतीने होतो म्हणूनच म्हटलं जातं 'शरीरम् आद्यं खलु धर्मसाधनम्' आणि व्यक्तीचा सर्वांगीण विकास होण्यासाठी आरोग्य शिक्षण हे खूप महत्त्वाचे माध्यम आहे.

''माध्यमिक शिक्षण आयोगानुसार देशाचा नवयुवक शारीरिकदृष्टया सक्षम नसेल तर अनेक आजारांचा बळी ठरत दवाखान्यांच्या बिलांच्या पावत्यांची पात्रता ग्रहण करेल. शारीरिक तंदुरुस्ती अभावी त्याची योग्यता घटेल आणि परिणामस्वरुप तो आपल्या परिवाराचे पालनपोषण करण्यास असमर्थ ठरेल. त्यामुळे देशाच्या आर्थिक स्थितीवर वाईट प्रभाव पडण्याची भीती आहे. त्यामुळे जोपर्यंत भौतिक व शारीरिक विज्ञानाचे सामान्य ज्ञान शाळांमध्ये देण्यात येत नाही. तोपर्यंत देशाचा भावी नवयुवक राष्ट्रीय कल्याणाच्या क्षेत्रामध्ये आपले मूल्यवान योगदान देऊ शकत नाही.'' *(*आरोग्य शिक्षणाची लस *(*२००७*)* शिक्षण संक्रमण माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शिक्षण मंडळ, पुणे*).* हे माध्यमिक आयोगाचे म्हणणे अगदी सार्थ आहे. व्यक्तीच जर सुदृढ, निरामय, निरोगी असेल तर साहजिकच समाज ही तसाच तयार होईल आणि व्यक्तीचा विकास म्हणजेच पर्यायाने देशाचा विकास होय. उत्तम आरोग्यासाठी शरीर व मन यांचा सुसंगत विकास होणे आवश्यक आहे. त्यामुळे जर या देशाच्या नवयुवकाला आरोग्य संपन्न, सर्व गुण संपन्न बनवायचे असेल तर आरोग्य शिक्षण ही काळाची गरज आहे.

१.६.२ ग्रामीण भागच का?

आज या क्षणाला भारतीय खेडयांचा विचार करता भारतीय खेडयांची वाटचाल ही प्रगतीच्या दिशेने चालू आहे. १९८९ पासून १९९९ पर्यंतच्या संशोधनाचा आढावा पाहता आजची ग्रामीण भागातील परिस्थिती नक्कीच बदलली आहे. एकविसाव्या शतकाकडे वाटचाल करणारे जग तंत्रज्ञानाच्या आधारे मानवी जीवनाचा चेहरा मोहराच बदलू पाहात आहे. माहिती दूरसंचार तंत्रज्ञान केवळ शहरी भागासाठीच नसून ग्रामीण जनतेलाही त्याचे फायदे अधिकाधिक उपलब्ध व्हावे यासाठी व्यापक प्रयत्न सुरु आहेत. एज्युसॅट **(Edu-sat)** सारखा शैक्षणिक उपग्रह हा केवळ विज्ञान व तंत्रज्ञानासाठी नाही तर त्याचे कार्यक्षेत्र कुटुंबकल्याण, आरोग्य, प्रौढशिक्षण, ग्रामविकास, **कृषीविकास** या बाजूंनीही विस्तारले आहे. **I.C.T.**ने गरीबांच्या उपचारासाठी टेलिमेडिसिनची निर्मिती केली आहे. येत्या पंचवार्षिक योजनेत ३५०० ग्रामीण रुग्णालये संगणकाव्दारे नेटवर्कने जोडली जातील, यात हद्‌यरोग व नेत्ररोग या संदर्भात ई—वैद्यकीय ही सल्ला सेवा दिली जाईल.

सर्वोत्तम आरोग्यसेवा सर्वसामान्यांपर्यंत वेगाने पोहचविण्यासाठी माहिती तंत्रज्ञानाचा कसा प्रभावी वापर करता येतो याचे प्रभावी **प्रतिमानच** बारामतीमधील 'आरोग्यजाल' उपक्रमाने उभे केले आहे. ''टेलिमेडिसीन'' संकल्पनेतून ही अशक्यप्राय वाटणारी बाब बारामतीत प्रत्यक्षात उतरली आहे. माहिती तंत्रज्ञान क्षेत्रातील अग्रेसर कंपनी 'इटेल आणि महाराष्ट्र शासनाच्या आरोग्य विभागाच्या संयुक्त **विद्यमाने** 'आरोग्यजाल' हा कार्यक्रम प्रत्यक्ष उतरला आहे. इंटरनेटच्या माध्यमातून तज्ञ **डॉक्टरांचा** सल्ला घेणे आणि काही अवघड प्रकरणांत व्हिडिओ कॉन्फरन्सिंगव्दारे परस्परांची चर्चा **करणे,** अशी दुहेरी कामे बारामती, एम.आय.डी.सी.तील ''रुई ग्रामीण रुग्णालयात होत आहेत. २ नोव्हेंबर २००६ रोजी इस्त्रो या संस्थेने 'ग्रामसॅट' या ग्रामीण भागासाठीच्या विशेष उपग्रहाव्दारे आरोग्य सेवा आणि आरोग्य शिक्षणाच्या क्षेत्रात जम्मू—काश्मीर, लेट, ईशान्येकडील राज्ये, अंदमान, लक्षव्दीप आदी भागातील अनेक दुर्गम ठिकाणी काम सुरु

केलेले आहे. **Isro** ने **Health Sat** या नावाचा एक खास उपग्रह गरीबांच्या टेलिमेडिसीन करीता राखून ठेवला आहे असे असले तरी या सगळयाची दुसरी बाजू ही तेवढीच खरी आहे. ज्या ग्रामीण भागातील लोक आपल्या अन्न, वस्त्र, निवारा या मूलभूत गरजा भागवू नाहीत, तेथे तंत्रज्ञान पोहोचणार तरी कसे, हा प्रश्न पडणे योग्यच आहे.

आज ही भारतातल्या खेडयांमध्ये अनारोग्य, जाचक रुढी परंपरा, व्यसनाधिनता, स्त्रियांना दुय्यम स्थान या समस्या आवासून उभ्या आहेत. एकीकडे भारत २०२० पर्यंत महासत्ता होण्याचे स्वप्न पाहात आहे. पण दुसरीकडे आजही खेडयांची अतिशय विदारक स्थिती आहे. भारत हा खेडयांचा देश असल्याने खेडयांचा विकास झाला तरच पर्यायाने भारताचा विकास होईल. हा खेडयांचा विकास करण्यासाठी तंत्रज्ञानाबरोबरच शिक्षण व त्याच बरोबर जाणीवजागृततीची गरज आहे म्हणून संशोधिकेने संशोधनासाठी ग्रामीण भागाची निवड केली आहे.

१.६.३ पौगंडावस्थाच (१२ ते १८ वयोगटच) का?

वय वर्षे १२ ते १८ वर्षापर्यंतचा कालखंड म्हणजे पौगंडावस्था. हा कालखंड म्हणजे वादळी कालखंड मानला जातो. शारिरिक, मानसिक, भावनिक, सामाजिक वर्तनबदल हे अपरिहार्यतेने घडत असतात. त्यामुळे विविध समस्यांना किशोरवयीन मुला–मुलींना सामोरे जावे लागते. आज अनेक स्वप्ने उराशी बाळगून तारुण्याच्या उंबरठयावर उभी असलेली तरुण पिढी बहुतांश संशयग्रस्त, भयभीत व न्यूनगंडाने पछाडलेली दिसते आहे. आजच्या या बहुतांश तरुण पिढीला निष्क्रियता, समस्यांधता व दिशाहीनता प्राप्त झाली आहे. या संदर्भात संशोधिका आपले लक्ष वेधू इच्छिते, कारण हा विषयच तसा अधिकाधिक चिंताजनक होत चालला आहे. आजकाल मुला–मुलींच्या शैक्षणिक समस्यांपेक्षा त्यांच्या मानसिक, भावनिक, सामाजिक, नैतिक इ. व्यावहारिक स्वरुपाच्या समस्या उग्र रुप धारण करीत आहेत. मानसिक स्वास्थ्य संघटनेचे अध्यक्ष, डॉ.

शिवगौतम यांनी म्हणूनच या शतकास मानसिक रोगांचे शतक मानले आहे. याची आपणास नोंद घ्यावी लागेल.

विदयार्थी जीवनात पौगंडावस्थेचे महत्त्व अनन्य साधारण आहे. पौराणिक दाखल्यावरुन ते अधिक स्पष्ट होते. उदाहरण पाहायचे झाले तर ज्ञानदेवांनी सबंध ब्रह्मांडाला गवसणी घालणारा ज्ञानेश्वरी हा ग्रंथ केवळ १६ व्या वर्षीच लिहिला. त्याचप्रमाणे महाराष्ट्राचे आराध्यदैवत छत्रपती शिवराय यांनी ही वयाच्या केवळ १४ व्या वर्षीच स्वराज्य स्थापनेचा संकल्प सोडला व तो पूर्ण करून दाखविला. एवढे अमोघ सामर्थ्य या मुलांमध्ये असते.

संशोधिकेला आपल्या संशोधनासाठी पौगंडावस्थेचा विचार करण्याची गरज भासली ती पुढील मुद्दयांच्या आधारे स्पष्ट केली आहे.

१. सध्याच्या जागतिक लोकसंख्येच्या २० टक्के मुले—मुली ही पौगंडावस्थेतून जात आहेत.

२. भारताच्या लोकसंख्येच्या २१ टक्के मुले—मुली ही पौगंडावस्थेतून जात आहेत.

३. इ.स.२०२० पर्यंत ११ टक्के वाढ यामध्ये अपेक्षित आहे.

४. शारीरिक व मानसिक विकासातील जाच महत्त्वाचा कालखंड.

५. प्रतिवर्षी १० लाख मुले व मुली मृत्यूमुखी पडतात कशाने ? अपघात, हिंसाचारात सापडल्याने, आत्महत्या, गरोदर अवस्था व त्यामधील गुंतागुंत, व्यसनाधीनता.

६. आरोग्य संघटनेच्या मते अंदाजे ७० टक्के मृत्यू या वयातील गैरवर्तनुकीवर आधारीत आहेत.

७. भारतात सुमारे १/३ मुलींची लग्ने कमी वयात होतात व गरोदरपणा येवू शकतो.

या सर्व समस्यांना किशोर अवस्थेतील मुला–मुलींना सामोरे जावे लागते. जगातील आजची युवाशक्ती उज्ज्वल भविष्याच्या उंबरठयावर उभी आहे. संख्येने कोटयावधीच्या पुढे असलेली आजची पिढी, त्यातील विशेषत: १० ते १९ वयाची पिढी इतिहासात प्रथमच एवढया मोठया संख्येने मार्गक्रमण करीत आहे. किशोरावस्था हा गतिमान परिवर्तनाचा वादळी कालखंड मानला जातो. शारीरिक, मानसिक, भावनिक व सामाजिक वर्तनबदल अपरिहार्यतेने घडत असतात. पण त्या संबंधीची माहिती किशोरांना पुरेसी व योग्य नसते. त्यामुळे विविध समस्यांना किशोरवयीन मुला–मुलींना तोंड द्यावे लागते. समायोजनात अडथळे निर्माण होतात. योग्य वेळी योग्य मार्गदर्शन न मिळाल्याने ही मुले मार्ग चुकतात, भटकली जातात, व्यसनांच्या आहारी जातात. आज जगामध्ये ज्या काही गंभीर स्वरुपात समस्या दिसतात त्या सर्व समस्यांचे मूळ हा पौगंडावस्था आहे. पौगंडावस्थेत मुलांमध्ये अनेक शारीरिक, मानसिक, भावनिक बदल घडून येतात. हेच बदल अनेक समस्यांना कारणीभूत ठरतात. याचं अलीकडील ज्वलंत उदाहरण म्हणजे रेव्ह पार्टी.

असे म्हटले जाते, की **Prevention is better than cure** एखादी समस्या निर्माण झाल्यानंतर ती समस्या दूर करण्यासाठी अशा प्रकारचे उपचार करण्यापेक्षा समस्याच निर्माण होवू नये म्हणून प्रयत्न करणे हे अधिक हितावह म्हणूनच संशोधकाने प्रस्तुत विषयांची निवड संशोधनासाठी केली आहे.

१.६. ४ मुलीच का ?

राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण १९८६ अनुसार मुलींच्या शिक्षणाला अभ्यासक्रमाच्या गाभाघटकांमध्ये दिलेले स्थान, प्रोत्साहनात्मक इतर योजना आणि अनेक स्तरांवरुन झालेले जाणीवजागृतीचे प्रयत्न यामुळे आज आपल्याला मुलींच्या शिक्षणाच्या बाबतीत काही सुधारणा निश्चितपणे दिसताहेत. मुलींच्या पटनोंदणी व उपस्थितीचे प्रमाणे वाढलेय. नोकरी आणि व्यवसायाच्या जवळजवळ सर्व क्षेत्रात मुली प्रवेश करताहेत,

आत्मविश्वासाने वावरताहेत. हे चित्र पाहिल्यावर आपण चार पावले पुढे टाकल्याचे समाधान मिळते खरे ----- पण या समाधानाला एका फटक्यात गिळंकृत करीत आपल्याला कित्येक शतके मागे नेवून ठेवणाऱ्या घटना महिलांच्या/मुलींच्या संदर्भात सर्रास घडताहेत. आधुनिक तंत्रज्ञानाचा दुरुपयोग करून गर्भातच मुलींची हत्या करण्याचा प्रवृत्तीमुळे वरचेवर कमी होत चाललेले स्त्रियांचे दरहजारी प्रमाण हे एकच उदाहरण हे समजून घेण्यासाठी पुरेसे आहे. शिवाय मुलींच्या प्राथमिक स्तरावरच्या पटनोंदणींचे आणि उपस्थितांचे प्रमाण वाढत असले तरी अजूनही शिक्षणापासून वंचित असणाऱ्या मुलींचे प्रमाण लक्षणीय आहे. दहावी – बारावीच्या गुणवत्ता यादीत मुली पुढे असल्या तरी प्रत्येक १०० मुलींमधल्या फक्त ४८ मुली दहावीपर्यंत पोहोचताहेत. नोकरी आणि उद्योग व्यवसायात प्रवेश मिळालेल्या मुली/स्त्रिया कर्तुव्य गाजवत असल्या तरी त्यांचे प्रमाण खूपच कमी आहे. स्वत: कर्तुत्त्वाने आकाश ठेंगणे करणाऱ्या कल्पना चावला, सुनिता विल्यम या सुद्धा याच मातीतील आहेत. पण त्यातरी आहेत किती ? महत्त्वाचे म्हणजे आवश्यक क्षमता शिक्षणाचे पाठबळ असूनही संधीच्या अभावामुळे बऱ्याच स्त्रिया एकतर गृहजा गृहकृत्यदक्ष म्हणून जगताहेत किंवा हे गृहकृत्यदक्षत्व सांभाळून जमेल तीच नोकरी किंवा व्यवसाय करताहेत. 'संधीची समानता' या लोकशाही व्यवस्थेच्या मुळाशी असलेल्या दृष्टिकोनाच्या अभावाचेच हे दृश्य परिणाम आहेत.

ही परिस्थिती पाहिल्यानंतर नोबेल पुरस्कार विजेते अर्थतज्ञ अमर्त्य सेन यांच्या गुरुचे मत अगदी योग्य वाटते. अमर्त्य सेन यांच्या गुरु जोन रॉबिन्सन, भारताविषयी असे म्हणत, की कोणतीही गोष्ट भारताच्या संदर्भात एका बाजूने जितकी खरी असते तितकीच त्या गोष्टीची दुसरी बाजूही दुर्दैवाने खरी असते. हा भारतातील विरोधाभास सगळयाच क्षेत्रात दिसतो. भारतात अशिक्षित आणि गरीब बहुसंख्य असून देखील ६२ वर्षे लोकशाही कशी जीवंत राहू शकते, हा पाश्चात्यांना पडणारा यक्ष प्रश्न.

आपण भारत २०२० सालापर्यंत महासत्ता बनण्याचे स्वप्न पाहात आहोत पण त्यात भारतातील ग्रामीण भागाचा विचार केला तर फार गंभीर परिस्थिती आहे. ग्रामीण भागात आजही जाचक रुढी परंपराला ग्रामीण भागातील मुलींना सामोरे जावे लागत आहे. आजही ग्रामीण भागात मुलींना दुय्यम स्थान आहे. १८ वर्षाच्या आधी मुलीचे लग्न कायदयाने गुन्हा मानले असले तरी ग्रामीण भागात मुलींची लग्न लवकर करतात. जास्त शिकून तरी घरातील धुणी, भांडीच करायचीना मग शिकायच तरी कशाला ही विचारसरणी ग्रामीण भागात काही प्रमाणात आजही टिकून आहे. ज्या कुटुंबाची आर्थिक परिस्थिती चांगली नसते. त्या कुटुंबातील मुलींना घरातील कामे, लहान भावंडांना सांभाळणे, शेतात जाणे ही काम करावी लागतात. त्यामुळे साहजिकच या मुलींची शाळेबाबतची ओढ कमी होवून त्याची परिमिती शाळा सोडण्यामध्ये होते.

म्हणूनच जर भारताचा विकास साधायचा असेल तर प्रथम स्त्रीच्या विकासाचा विचार करणे महत्त्वाचे कारण असं म्हटलं जात की **The hand that Rocks the cradle Rules the World** म्हणजेच "जीच्या हाती पाळण्याची दोरी ती जगा उध्दारी " आणि **A Good Mother is better than hundred teachers** म्हणजेच एक माता ही शंभर शिक्षकां बरोबर असते. छत्रपती शिवराय, सर्वपल्ली राधाकृष्णन, ए.पी.जे. अब्दुल कलाम ही जाज्वल्य व्यक्तीमत्व घडविणारी त्यांची आई एक स्त्रीच होती ना? मग एवढं अमोघ सामर्थ्य ज्या स्त्रीच्या ठिकाणी आहे तीच स्त्री विकासापासून वंचित का? या प्रश्नाचं जर उत्तर हवं असेल तर प्रथम मुलांच्या बरोबरीत मुलींना शिक्षण प्रवाहात आणलं पाहिजे ती काळाची गरज आहे. म्हणूनच संशोधिकेने या संशोधनासाठी मुली हा घटक निवडला आहे.

१.६.५ जीवन कौशल्यच का?

जीवनाच्या वाढ व विकासाच्या महामार्गावर प्रगती करण्याच्या दृष्टीने अध्ययनकर्त्याच्या क्षमतांचा योग्य विकास करणे म्हणजे जीवन कौशल्यांचे शिक्षण होय. जागतिक आरोग्य संघटनेने जीवन कौशल्यांची पुढीलप्रमाणे व्याख्या केली आहे.

जीवन कौशल्यांचे शिक्षण म्हणजे व्यक्तीच्या स्वत:च्या मानसिक व शारीरिक सर्वोत्कृष्ट क्षमतांचा वापर करून त्याच्या व्यक्तिमत्वाचा सर्वांगीण विकास करणे होय. म्हणजेच जीवन कौशल्य शिक्षण देताना केवळ विकासाच्या कुठल्याही एका अंगाचा विचार न करता सर्वांगीण विकासाचा विचार केला आहे. आज पौगंडावस्थेतील मुला–मुलींचा विचार करता त्यांना अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागते. जगातील आजची युवाशक्ती उज्ज्वल भविष्याच्या उंबरठयावर उभी आहे. संख्येने कोटयावधीच्या पुढे असलेली आजची पिढी, त्यातील विशेषत: १० ते १९ वयाची पिढी इतिहासात प्रथमच एवढया मोठया संख्येने बाल्यावस्थेतून प्रौढत्वाकडे मार्गक्रमण करीत आहे. या मुलांच्या समस्यांचे मूळ त्यांच्या सर्वांगीण विकासात असते त्यांचा सर्वांगीण विकास योग्य पद्धतीनेझाल्यास त्यांच्या समस्या दूर होतील. आपण कोण आहेत यांचीच जाणीव या वयातील मुलांना नसल्याने त्यांच्या उभा असणाऱ्या समस्या त्यांना सोडविता येत नाही, योग्य निर्णय घेता येत नाही. याच वयात जर सर्व कौशल्य मुलांमध्ये रुजली तर त्याचे व्यक्तिमत्व बहरुन येईल म्हणून संशोधिकेने संशोधनासाठी जीवनकौशल्य हा घटक निवडला आहे.

आजची तरुण पिढी अतिशय गुंतागुंतीच्या जगात राहात आहे. त्यामुळे वाढलेला तणाव त्यांच्या आरोग्यावर सरळ परिणाम करतो. या मुलांच्या ठिकाणी वेळीच जर योग्य जीवनकौशल्य रुजली तर ही कौशल्य या पौगंडावस्थेतील मुलींना तणावाशी आणि जीवनातील आव्हानांशी झुंज करायला तयार करतात.

१.६.७.१ जीवन कौशल्यांच्या आवश्यकतेची कारणे ?

१. तारुण्यात तरुणांमध्ये एक मोठा बदल होत असतो जेव्हा ते धोकादायक वागणूक करत असतात. कारण त्यांना मानसिकरित्या आपल्या परिवारापासून एकटे व वेगळे वाटत असते आणि ते स्वातंत्र्य मिळविण्यासाठी उत्सुक असतात.

२. ते आपल्या मित्रांकडून त्यांच्या प्रजोत्पादक आणि लैंगिक आरोग्याबद्दल चुकीची माहित मिळवितात. त्याचा परिणाम असा होतो की ते असे काही निर्णय घेतात आणि अशा काही गोष्टी करतात की त्याचे दुष्परिणाम त्यांना व इतरांना भोगावे लागतात. त्यांना त्यामुळे इतरांकडून मार खावा लागतो आणि त्यांच्यावर जबरदस्ती केली जाते.

३. मिडियाचा (वर्तमानपत्र,टी.व्ही.,चित्रपट) परिणामामुळे त्यांचे जीवनाचे दृष्टीकोन तयार होतात. त्यांच्या अपेक्षा नीति, संधी सर्व त्यांच्या आई–वडिलांपेक्षा वेगळया होतात. त्यामुळे पिढीमध्ये अंतर तयार होते.

४. एकत्र कुटुंबपद्धती हळूहळू संपत आल्यामुळे जे पारंपारिक जीवनकौशल्य पुढल्या पिढीला शिकविण्यात यायचे, त्याची आता गरज वाटत नाही.

५. आज वाढत चाललेल्या स्पर्धेमुळे बेकारीचे प्रमाण वाढत आहे. त्यामुळे साहजिकच तरुणांचा आत्मविश्वास कमी होवून ते भरकटत जातात. याच वयात जर त्यांना जीवन कौशल्याचे शिक्षण मिळाले तर मूलांच्या आयुष्याला योग्य वळण मिळेल.

किशोरवयीन मुलींना अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागत असल्याने त्यांना विकास टप्प्याचे योग्य शिक्षण द्यावे व आरोग्या संबंधीची माहिती द्यावी असे आवाहन कैरो येथील १९९४ च्या लोकसंख्या आणि विकास या संबंधीच्या आंतरराष्ट्रीयपरिषदेत करण्यात आले. या आवाहनाला अनुसरुन 'शालेय किशोरवयीनांसाठी जीवन कौशल्य शिक्षण कार्यक्रम युनिसेफने सुरु केला' हा कार्यक्रम सध्या महाराष्ट्र सरकार महाराष्ट्रातील ११ जिल्हयामध्ये २००४–२००५ पासून राबवित आहे. त्या ११ जिल्हयामध्ये सातारा जिल्हयाचा समावेश केला आहे.

या कार्यक्रमामध्ये १२ ते १८ या वयोगटातील मुलांच्या सर्वांगीण विकासाला दिशा देणाऱ्या कौशल्यांचा विकास करण्यासाठी विविध उपक्रमआयोजीत करण्यात आले आहेत. या उपक्रमांचे भागीदार राज्य शिक्षण विभाग, महाराष्ट्र राज्य एडस् नियंत्रण संस्था, मुंबई जिल्हे एडस् नियंत्रण संस्था, युनिसेफ हे आहे. या विभागांनी
किशोरवयीनांसाठी पुढीलप्रमाणे जीवन कौशल्य सांगितली आहेत. पाठीमागे उल्लेखलेलया १० जीवन कौशल्यांचा **अंर्तभाव** येथे युनिसेफने केला आहे. त्यातील ५ जीवन कौशल्यांची संशोधिकेने प्रस्तुत संशोधनासाठी निवड केली आहे. ती कौशल्ये पुढील प्रमाणे.

१. स्वत्वाची जाणीव **(Self Awareness)**

२. परिणामकारक सुसंवाद **(Effective Communication)**

३. निर्णय क्षमता **(Decision Making)**

४. समस्या निराकरण **(Problem Solving)**

५. सर्जनशील विचार **(Creative Thinking)**

ही पाच कौशल्य संशोधिकेने प्रस्तुत संशोधनासाठी निवडली आहेत.

वरील जीवन कौशल्य ही पौगंडावस्थेतील आरोग्य संवर्धनासाठी निश्चित केलेली आहेत. म्हणून संशोधकाने पौगंडावस्थेतील जीवन कौशल्य हा विषय संशोधनासाठी निवडला आहे.

डॉ. रघुनाथ माशेलकरांनी २००४ मध्ये पुणे येथे भरलेल्या राष्ट्रीय विज्ञान परिषदेत अध्यक्षीय भाषणात म्हटले होते. राष्ट्रीची प्रगती ही ज्ञान केंद्रीत समाज, बालकेंद्रीत शिक्षण, स्त्री केंद्रीत कुटुंब, मानव केंद्रीत विकास आणि संशोधन केंद्रीत भारत असेल तर होईल एकंदर मानवी जीवन प्रगतीशील व समृध्द करण्याकरिता संशोधन हे महत्त्वाचे साधन आहे.

व्यक्तीव्यक्तीचा विकास करून विकसित समाजाचे साध्य गाठणे हे शिक्षणाचे उद्दिदष्ट. व्यक्ती विकासात तिच्या ज्ञानाचा, भावनांचा, शरीराचा विकास अपेक्षित आहे. संस्कार संपन्न सुजाण व सामर्थ्य संपन्न नागरिक देशाला देणे व देश सामर्थ्य संपन्न बनविणे हे शिक्षणाचे राष्ट्रीय उद्दिष्ट आहे. हे उद्दिष्ट साध्य करण्यासाठी विकासामध्ये अडथळे निर्माण करणाऱ्या समस्यांचा शोध घेवून त्या समस्या दूर करण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे.

प्रस्तुत संशोधनामध्ये पौगंडावस्थेतील मुलींच्या समस्यांचा अभ्यास केला जाणार आहे. त्याचा परिणाम म्हणून पुढील पिढीतील मुलींचा योग्य पद्धतीने विकास होण्यास हे संशोधन सहाय्यभूत होईल. त्यांच्या कौशल्यांचा उपयोग भावी पिढीला अधिक उत्तम प्रकारे होईल व तो ती पिढी अधिक त समंजस्य व संस्कार संपन्न घडेल असा विश्वास वाटतो.

१.७. संशोधनाची उद्दिष्टे

१.७.१ मुख्य उद्दिष्ट

आरोग्य जाणीव विषयक उपक्रमांच्या ग्रामीण भागातील पौगंडावस्थेतील मुलींच्या जीवन कौशल्य संपादनावर होणाऱ्या परिणामांचा अभ्यास करणे.

१.७.१.२ उप उद्दिष्ट

१. शालेय स्तरावर आरोग्यासंबंधी कोणती माहिती दिली जाते ते अभ्यासणे.

२. आरोग्यासंबंधी शालेय स्तरावर कोणत्या प्रकारे माहिती दिली जाते ते अभ्यासणे.

३ आरोग्यासंबंधी ग्रामीण भागातील पौगंडावस्थेतील मुलींच्या ठिकाणी आरोग्य विषयक जाणीवा कितपत आहेत, याचा शोध घेणे.

४. आरोग्य जाणीव विषयक विविध जीवन कौशल्याशी संबंधीत उपक्रम विकसीत करणे.

५. आरोग्य जाणीव विषयक उपक्रमांचा ग्रामीण भागातील पौगंडावस्थेतील मुलींच्या जीवन कौशल्य संपादनावर होणाऱ्या परिणामांचा अभ्यास करणे.

१.८ गृहिते

१. पौगंडावस्थेतील आरोग्य संवर्धन कार्यक्रम हा ९ वी व ११ वी या वर्गासाठी माध्यमिक व उच्च माध्यमिक या स्तरावर राबविला जात आहे.

२.पौगंडावस्थेतील आरोग्य संवर्धन कार्यक्रम अंतर्गत पौगंडावस्थेतील मुला – मुलींच्या ठिकाणी विविध आरोग्यविषयक जाणीवा विकसीत करण्यासाठी विविध उपक्रमांचे आयोजन करण्यात येते.

३. आरोग्य विषयक कौशल्य ही संपादित आहेत आणि त्यांचा विकास करता येतो.

४. मुलींच्या जीवनातील पौगंडावस्थेतील कालखंड समस्या मूलक असतो.

५. ग्रामीण भागातील व शहरी भागातील पौगंडावस्थेतील मुलींच्या समस्या भिन्न असतात.

१.९ परिकल्पना

१. H.१ स्वत्वाची जाणीव विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.१ मध्ये प्रयोगिक गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

२. H.२ स्वत्वाची जाणीव विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.१ मध्ये नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

३. H.३ स्वत्वाची जाणीव विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.१ मध्ये प्रायोगिक व नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

४. *H.*४ परिणामकारक सुसंवाद या जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.२ मध्ये प्रयोगिक गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

५. *H.*५ परिणामकारक सुसंवाद या जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.२ मध्ये नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

६. *H.*६ परिणामकारक सुसंवाद या जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.२ मध्ये प्रायोगिक व नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

७. *H.*७ निर्णय क्षमता विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.३ मध्ये प्रयोगिक गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

८. *H.*८ निर्णय क्षमता विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.३ मध्ये नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

९. *H.*९ निर्णय क्षमता विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.३ मध्ये प्रायोगिक व नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

१०. *H.*१० समस्या निराकरण विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.४ मध्ये प्रयोगिक गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

११. *H.११* समस्या निराकरण विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.४ मध्ये नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

१२. *H.१२* समस्या निराकरण विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.४ मध्ये प्रायोगिक व नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

१३. *H.१३* सर्जनशील विचार विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.५ मध्ये प्रयोगिक गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

१४. *H.१४* सर्जनशील विचार विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.५ मध्ये नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या पूर्व चाचणी व उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

१५. *H.१५* सर्जनशील विचार विषयक जीवन कौशल्यावर आधारीत चाचणी क्र.५ मध्ये प्रायोगिक व नियंत्रित गटातील विद्यार्थिनींच्या उत्तर चाचणीतील संपादणूकीमध्ये लक्षणीय फरक आढळत नाही.

१.१०. व्याप्ती व मर्यादा

१. प्रस्तुत संशोधन हे ग्रामीण भागापुरतेच मर्यादीत आहे.

२. प्रस्तुत संशोधन सातारा जिल्हयातील ग्रामीण भागातील जानाईदेवी शिक्षण संस्थेचे न्यू इंग्लिश स्कूल, चिंचणेर या विद्यालयात इ.९ वी च्या वर्गात शिकणाऱ्या, आरोग्य जाणीवविषयक उपक्रमामध्ये सहभागी झालेल्या ५६ मुलींच्या पुरतेच मर्यादीत आहे.

३. या संशोधनात आरोग्य जाणीव विषयक उपक्रम निर्माण करून त्यांचा जीवन कौशल्य संपादनावर होणारा परिणाम अभ्यासण्यासाठी जीवन कौशल्य विषयक चाचण्या, मतावली,

प्रश्नावली, मुलाखत आणि श्रेणी या साधनांचा माहिती संकलनासाठी उपयोग करण्यात आला.

४. ग्रामीण भागातील ज्या शाळामध्ये पौगंडावस्थेतील आरोग्य संवर्धन कार्यक्रम आयोजीत केला जातो. त्या शाळांनाच हे निष्कर्ष उपयुक्त पडतील.

१.११. शीर्षकातील संज्ञा व संकल्पनांच्या व्याख्या

१. ***ग्रामीण भाग*** – ज्या ठिकाणची लोकसंख्या साधारणपणे पाच हजारांच्या आत असते, ज्या भागात भौतिक सुविधांचा अभावा असतो, व जो भाग
शहरापासून दूर आहे, अशा भागाला ग्रामीण भाग म्हणतात.

२. ***आरोग्य*** - रोग किंवा दुर्बलता यांचा नुसता अभाव म्हणजेच आरोग्य नव्हे, तर शारीरिक, मानसिक, सामाजिकरित्या पूर्णतः चांगले असण्याची स्थिती म्हणजे आरोग्य होय.

जागतिक आरोग्य संघटना

आरोग्य - आरोग्य शिक्षण हे असे ज्ञानाचे भांडार आहे, की जे व्यक्ती, समुदाय आणि जाती, आरोग्यासंबंधीच्या सवयी व दृष्टिकोन चांगला बनविण्यास साहाय्यभूत ठरते.

जी.पी.शेरी

आरोग्य- सुदृढ शरीरामध्येच तल्लख बुध्दी वास करीत असते.

डॉ. लॉक

आरोग्य - आरोग्य म्हणजे केवळ शारीरिक आरोग्य नव्हे, तर शारीरिक,मानसिक, भावनिक, सामाजिकरित्या पूर्णतः चांगले असण्याची स्थिती म्हणजे आरोग्य होय.

३. ***पौगंडावस्था*** -

वय वर्षे १२ ते १८ पर्यंतचा कालखंड म्हणजे पौगंडावस्था होय.

४. जीवन कौशल्य -

जीवन कौशल्य म्हणजे अशी कौशल्य, की ज्याद्वारे व्यक्ती आपली शक्ती व क्षमतांचा वापर करून दैनंदिन जीवनात येणाऱ्या समस्या सोडविते व सकारात्मकपणे आपल्या दैनंदिन गरजा प्रभावीपणे पूर्ण करते.

जागतिक आरोग्य संघटना

जीवन कौशल्य - जीवन कौशल्यांचे शिक्षण म्हणजे व्यक्तीच्या स्वतःच्या मानसिक व शारीरिक सर्वोत्कृष्ट क्षमतांचा वापर करून त्याच्या व्यक्तिमत्वाचा सर्वांगिण विकास करणे होय.

जीवन कौशल्य - जीवनाच्या वाढ व विकासाच्या महामार्गावर प्रगती करण्याच्यादृष्टीने अध्ययनकर्त्यांच्या क्षमतांचा योग्य विकास करणे म्हणजे जीवन कौशल्यांचे शिक्षण होय.

संपादन -

जीवन विषयक कौशल्य कसोटयामध्ये विद्यार्थ्यांने प्राप्त केलेले गुण म्हणजे संपादन.

१.१२ संशोधन अभ्यासाचे महत्त्व.

१. पौगंडावस्थेतील मुलींच्या दृष्टीने संशोधनाचे महत्त्व-

हे संशोधन ग्रामीण भागातील पौगंडावस्थेतील मुलींच्या आयुष्याला दिशा देणारे ठरणार आहे. कारण या आरोग्य संवर्धन कार्यक्रमातून हया मुलींच्या ठिकाणी विविध कौशल्य विकसीत होतील. त्यामुळे त्यांच्या आयुष्याला एक प्रकारचे वळण मिळेल. त्यामुळे या मुलींच्या मार्गातील अडथळे दूर होवून यशाचे मार्ग खुले होतील.

२. *शिक्षक व मुख्याध्यापकांच्या दृष्टीने संशोधनाचे महत्त्व -*

"कुठलेही राष्ट्र किती गतिमान आहे, हे त्या राष्ट्रातील शिक्षण पद्धती किती गतिमान आहे, यावरुन ठरत असते आणि कुठल्याही राष्ट्रातील शिक्षण पद्धती किती गतिमान आहे, हे ती शिक्षण पद्धती राबविणारा शिक्षक किती गतिमान आहे, यावरुन ठरत असते. या संशोधनामुळे शिक्षक, मुख्याध्यापक हे पौगंडावस्थेतील मुलींना योग्य मार्गदर्शन करून त्यांच्या समस्या सोडविण्यास मदत करतील, पर्यायाने शिक्षणातील गळती व स्थगन यासारख्या समस्या सोडविण्यास मदत होईल.

३. *कुटुंबाच्या दृष्टीने संशोधनाचे महत्त्व-*

कुटुंबातील मुलांचा विकास योग्य रितीने होण्यास "पौगंडावस्थेतील आरोग्य संवर्धन हा कार्यक्रम" उपयोगी पडणार आहे. किशोरवयीन मुलांचा शारीरिक, मानसिक, बौध्दिक, सामाजिक विकास योग्य पद्धतीने होवून त्यांच्या ठिकाणी विविध जीवन कौशल्य विकसीत झाल्यास कुटुंबातील अनेक समस्या दूर होतील. मुलींच्या आयुष्याला योग्य दिशा मिळाल्याने एक महत्त्वाचा घटक म्हणून तिला कुटुंबात स्थान मिळेल. एक निरोगी, निरामय, यशस्वी कुटुंब बनविण्यास हे संशोधन उपयोगी पडेल.

५. *समाजाच्याच्या दृष्टीने संशोधनाचे महत्त्व-*

आजचा विद्यार्थी हा पुढे जावून देशाचा आदर्श नागरिक बनणार असतो. १२ ते १८ हयाच वयात मुलांच्या ठिकाणी योग्य जीवन कौशल्य विकसीत झाल्यास मुले—मुली अपप्रवत्तींना बळी पडणार नाहीत. प्रत्येक मुलाच्या ठिकाणी जीवन कौशल्य रुजली तर समाजामध्ये अराज्यकता निर्माण होणार नाही, यासाठी हे संशोधन नक्कीच उपयोगी पडेल.

१.९३ संशोधन अभ्यासाचे संघटन व प्रकरण योजना -

प्रस्तुत संशोधनासाठी 'आरोग्य जाणीवविषयक उपक्रमांचा ग्रामीण भागातील पौगंडावस्थेतील मुलींच्या जीवनविषयक कौशल्य संपादनावर होणाऱ्या परिणामांचा अभ्यास'' हा संशोधन विषय म्हणून निवडला आहे. आरोग्य शिक्षणाचा ग्रामीण भागातील पौगंडावस्थेतील मुलींच्या जीवनविषयक कौशल्य संपादनावर होणारा परिणाम पाहण्यासाठी प्रायोगिक व नियंत्रित असे दोन गट केले. प्रायोगिक गटावरच जीवन कौशल्य उपक्रम राबविले आहेत. प्रायोगिक व नियंत्रित गटाला प्रकल्प पूर्व चाचणी व प्रकल्पोत्तर चाचणी देवून मूल्यमापन केले व संख्याशास्त्रीय परिमाणांनी अचूक निष्कर्ष काढेल. त्यांचे पद्धतशीर अहवाल लेखन खालील प्रकरणामध्ये केले आहे.

१ ***प्रकरण पहिले***. संशोधकाने प्रकरण एकमध्ये संशोधन समस्येची पार्श्वभूमी स्पष्ट करताना आरोग्यविषयक जाणीव जागृतीची भूमिका मांडली आहे. संशोधकाने संशोधन अभ्यासाची उद्दिष्टे, गृहीते, परिकल्पना, व्याप्ती, मर्यादा, स्पष्ट करून शेवटी संशोधन अभ्यासाचे संघटन व प्रकरण योजना मांडली.

२. ***प्रकरण दुसरे*** - संशोधन विषय व त्याची उद्दिष्टे निश्चित झाल्यानंतर प्रस्तुत विषयाशी संबंधीत असलेल्या इतर संशोधनाचा आढावा प्रकरण दोनमध्ये घेतला आहे. संबंधित साहित्याचा अभ्यास करताना पूर्वसंशोधनाची, उद्दिष्टे कार्यपद्धती, नमुना निवड, शैक्षणिक साधने व निष्कर्ष या बाबींची नोंद घेतली आहे.

३. ***प्रकरण तिसरे*** – संशोधीकेने संशोधनाची कार्यपद्धती या प्रकरणामध्ये सर्वेक्षण पद्धती व प्रायोगिक पद्धती या दोन पद्धती, प्रकल्पपूर्व चाचणी, प्रकल्पोत्तर चाचणी,

संशोधनाची पूर्वतयारी, आरोग्य जाणीव विषयक उपक्रमांचे नियोजन, संशोधनाची साधने, नमुना निवड इत्यादींचा आढावा घेतला आहे.

४. ***प्रकरण चौथे*** – या प्रकरणामध्ये प्रायोगिक गटावर राबविलेल्या उपक्रमांची कार्यवाही दिलेली आहे. उपक्रमांच्या कार्यवाहीच्या स्वरुपात उपक्रमाची उद्दिष्टे, उपक्रमांच्या पायऱ्या, उपक्रमांची प्रत्यक्ष कार्यवाही या स्वरुपात माहिती दिलेली आहे

५. ***प्रकरण पाचवे*** –या प्रकरणामध्ये माहितीचे संकलन विशदीकरण व अर्थनिर्वचन यांच्याशी संबंधीत आहे. प्रकल्पपूर्व व प्रकल्पोत्तर चाचणीमध्ये मिळालेल्या गुणांवरुन नियंत्रित व प्रायोगिक गटाचे मध्यमान, प्रमाण विचलन काढून त्यांचे मूल्य काढलेले आहे. संशोधन परिकल्पनांचे परीक्षण दिले आहे आणि त्यावरून नियंत्रित व प्रायोगिक गटाच्या मिळालेल्या गुणांकावरुन त्याचे निष्कर्ष दिले आहेत.

६. ***प्रकरण सहावे*** - या प्रकरणामध्ये सर्व प्रकरणांचा सारांश, निष्कर्ष व शिफारशी दिल्या असून संशोधनासाठी नवीन विषय सुचविले आहेत.