

**नापास होण्याची भीती, गुणसंपादन प्रेरणेचा अभाव व मनावरील ताण यांचा विद्यार्थ्यांच्या
ठरवलेल्या गुणसंपादनावर होणारा परिणाम एक अभ्यास**

सौ. किरण प्रशांत येळणे
अनुराग महाविद्यालय, वरठी,
भंडारा,
मोबा:9372166311

प्रास्ताविक:-

प्रस्तुत संशोधनासाठी घेण्यात आलेले विद्यार्थी हे इयत्ता दहावी व बारावीचे आहेत. या इयत्तेच्या विद्यार्थ्यांचा वयोगट हा जीवनाला योग्य वळण लावण्याचा आहे. या वयोगटातील विद्यार्थी आपले मानसिक स्वास्थ्य सांभाळून कसे समायोजन साधतात याकडे लक्ष देणे फार महत्वाचे आहे. ह्या वयोगटातील मुले अंतिम परीक्षेच्या प्रसंगी कसे समतोलपणे वागतात हे अभ्यासणे महत्वाचे आहे. कारण इयत्ता दहावी व बारावी या दोन्ही इयत्तेची बोर्डाची परीक्षा असल्याने विद्यार्थ्यांना परीक्षेची अकारण भीती वाटते आणि या भीतीमुळे त्यांच्या मनावर ताण निर्माण होऊन परीक्षेच्या वेळी अभ्यासलेला भाग विसरला जातो. अती ताणामुळे विद्यार्थ्यांचे मानसिक स्वास्थ्य बिघडून त्यांचा परिणाम त्यांच्या गुणसंपादनावर झालेला दिसून येतो. यामुळे विद्यार्थ्यांना त्यांच्या अपेक्षेपेक्षा कमी गुण मिळतात. परीक्षेच्या प्रसंगी समतोलपणाने वागण्यासाठी विद्यार्थ्यांना लागणारे प्रेरणा अपुरी पडते. याचा परिणाम म्हणजे विद्यार्थ्यांचे परीक्षेत नापास होण्याचे प्रमाण वाढते. मानसिक अस्वास्थामुळे काही विद्यार्थी आत्महत्येसारखे घातक कृत्य करण्यास तयार होतात. याकरिता प्रस्तुत संशोधनात संशोधकाने विद्यार्थ्यांच्या नापास होण्याचा भीतीचा, प्रेरणेचा, मनावरील ताणाचा त्यांच्या गुणसंपादनावर होणारा परिणाम अभ्यासण्यासाठी प्रस्तुत विषयाची निवड केलेली आहे.

समस्येचे महत्व:

वरील समस्येचे पालकांच्या, शिक्षकांच्या व विद्यार्थ्यांच्या दृष्टीने फार महत्त्व आहे. परीक्षेतील गुणसंपादन कमी होण्यामागील अनेक कारणे असतात. बरेचदा त्यांना मिळणारी प्रेरणा ही सुध्दा कमी पडत असते. पालकांच्या व शिक्षकांच्या अपेक्षांचा दबाव त्यांच्यावर असतो. तेव्हा परीक्षेबद्दल विद्यार्थ्यांना भीती का वाटते? त्यामागील कारणे कोणती? त्याचप्रमाणे त्यांच्या मनावर कोणत्या गोष्टीचा ताण आहे? हे समजून घेऊन त्यांची भीती व ताण दूर करून त्यांची गुणसंपादन प्रेरणा वाढवून त्यांनी ठरवलेले गुणसंपादन प्राप्त करण्यासाठी त्यांना मदत करण्याकरिता शिक्षकांच्या व पालकांच्या दृष्टीने या समस्येचे महत्त्व आहे. आणि म्हणूनच वरील समस्या निवडण्याची आवश्यकता संशोधकाला भासते.

विषयाची आवश्यकता:

आज शिक्षणाच्या विविध शाखा उपलब्ध झालेल्या आहेत. मात्र या विविध प्रकारच्या शिक्षणासाठी दहावी व बारावीमधील योग्य गुणसंपादनाचीच गरज भासते. हे शिक्षण घेतल्यानंतरच देशाच्या प्रगतीसाठी आवश्यक ते कार्य व्यक्ती करू शकेल.

दहावी व बारावीचे विद्यार्थी जास्तीत जास्त गुणसंपादनासाठी सतत प्रयत्नशील असतात. प्रत्येक व्यक्ती ज्याप्रमाणे सारखा नसतो. त्याचप्रमाणे त्यांची बुद्धिमत्ता ही सुध्दा वेगवेगळी असते. त्या वेगळेपणाव्यतिरिक्त त्यांना इतरही काही समस्या असतात. ज्याचा परिणाम हा त्यांच्या गुणसंपादनावर होत असतो. त्यामध्येच आपण जर नापास झालो किंवा कमी गुण मिळाले तर आपल्याला कुठेच प्रवेश मिळणार नाही. अशा प्रकारची 'नापास होण्याची भिती' विद्यार्थ्यांना भेडसावत राहते. या विद्यार्थ्यांविषयी असणाऱ्या इतरांच्या अपेक्षांचा एक 'ताण' त्यांच्या मनावर सतत असतो. काही वेळा गुणसंपादनासाठी आवश्यक प्रेरणांचा अभाव असल्यानेसुध्दा विद्यार्थ्यांच्या ठरवलेल्या गुणसंपादनावर परिणाम होत असताना दिसून येतो.

एकूण दहावी व बारावीच्या विद्यार्थ्यांच्या ठरवलेल्या गुणसंपादनावर त्यांच्या नापास होण्याची भिती, मनावर असलेला ताण व गुणसंपादनाच्या प्रेरणेचा अभाव यांचा विपरीत परिणाम होत असतो. व त्यामुळे त्यांना फार मनस्ताप सहन करावा लागतो व काही मुले तर आत्महत्यासुध्दा करताना आढळून येतात. त्यामुळे प्रत्येक विद्यार्थ्याला त्याच्या बुद्धीप्रमाणे मार्गदर्शन करून त्यांच्या शिक्षणातील समस्या दूर करण्यासाठी संशोधिकेने पुढील समस्या निवडलेली आहे.

समस्येचे निवेदन:

'नापास होण्याची भिती, गुणसंपादन, प्रेरणेचा अभाव व मनावरील ताण यांचा विद्यार्थ्यांच्या ठरवलेल्या गुणसंपादनावर होणारा परिणाम एक अभ्यास.'

संशोधनाची उद्दिष्टे:

- 1) परीक्षेबद्दल विद्यार्थ्यांना वाटणाऱ्या नापास होण्याच्या भितीचा शोध घेणे.
- 2) विद्यार्थ्यांच्या मनावरील ताण याचा शोध घेणे.
- 3) विद्यार्थ्यांमधील गुणसंपादनाच्या प्रेरणेचा अभाव याचा शोध घेणे.
- 4) नापास होण्याची भिती, मनावरील ताण व गुणसंपादनाच्या प्रेरणेचा अभाव यांची कारणे शोधणे.
- 5) नापास होण्याच्या भितीचा, मनावरील ताण व गुणसंपादनाच्या प्रेरणेचा अभाव यांचा विद्यार्थ्यांच्या ठरवलेल्या गुणसंपादनावर होणारा परिणाम अभ्यासणे.
- 6) विद्यार्थ्यांना वाटणारी नापास होण्याची भिती व मनावरील ताण दूर करण्यासाठी तसेच विद्यार्थ्यांमध्ये गुणसंपादनाची प्रेरणा निर्माण करण्यासाठी उपाय सुचविणे.

समस्येची व्याप्ती व मर्यादा:-

समस्येची व्याप्ती दहावी व बारावीमध्ये शिकणाऱ्या सर्व शाखांसाठी व माध्यमांसाठी आहे. त्याचप्रमाणे खासगी, अनुदानित, कॉन्व्हेंट इत्यादी कोणत्याही शाळेतील, नापास होण्याची भिती वाटणाऱ्या, मनावर ताण असणाऱ्या व गुणसंपादन प्रेरणेचा अभाव असणाऱ्या विद्यार्थ्यांना लागू पडेल एवढी आहे.

मर्यादा:

- 1) प्रस्तुत संशोधन हे फक्त नागपूर शहरापुरतेच मर्यादित आहे.
- 2) प्रस्तुत संशोधन हे फक्त दहावी व बारावीतील विद्यार्थी यांच्यापुरतेच मर्यादित आहे.
- 3) प्रस्तुत संशोधन दहावी व बारावीच्या विद्यार्थ्यांना परीक्षेबद्दल वाटणाऱ्या भितीमुळेच मर्यादित आहे.
- 4) प्रस्तुत संशोधन विद्यार्थ्यांला मनावरील ताणापुरतेच मर्यादित आहे.
- 5) प्रस्तुत संशोधन विद्यार्थ्यांमध्ये असणाऱ्या गुणसंपादन प्रेरणेपुरतेच मर्यादित आहे.
- 6) प्रस्तुत संशोधनामध्ये विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर होणाऱ्या परिणामाचाच विचार करण्यात आलेला आहे.

प्रस्तुत संशोधनाचे वेगळेपण:-

नापास होण्याच्या भितीचा, मानसिक ताण याचा तसेच गुणसंपादन प्रेरणेचा अभाव यांचा विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक संपादनाशी संबंध यावर संशोधने झालेली आढळून आलेली नाही. भिती, चिंता व ताण यामुळे विद्यार्थ्यांची मानसिक स्थिती अस्थिर असल्यामुळे त्याचा परिणाम त्यांच्या शैक्षणिक गुणसंपादनावर होतो. हा संबंध धनात्मक की ऋणात्मक तसेच कौमार्यावस्थेत चिंता, भिती व ताण येण्याची कारणे कोणती ह्यासंबंधीचा अभ्यास प्रस्तुत संशोधनात करण्याचा प्रयत्न केला आहे.

संशोधनाची कार्यवाही संशोधन पध्दती , न्यादर्श व साधने

संशोधन पध्दती:

प्रस्तुत संशोधनामध्ये सर्वेक्षण संशोधन पध्दतीचा वापर करण्यात आलेला आहे.

न्यादर्श:

प्रस्तुत संशोधनात न्यादर्श निवडण्यासाठी सुगम यादृच्छिक न्यादर्शन पध्दतीचा अवलंब करण्यात आला आहे. प्रस्तुत संशोधनासाठी न्यादर्श म्हणून 500 विद्यार्थीसंख्या घेण्यात आलेली आहे. संशोधनासाठी घेण्यात आलेले 500 विद्यार्थी हे 14 ते 18 वयोगटातील निवडण्यात आलेले आहे. हे 500 विद्यार्थी 10 शाळांमधून निवडण्यात आलेले आहे. प्रत्येक शाळेमधून 14 ते 18 वयोगटातील 50 विद्यार्थ्यांची निवड प्रस्तुत संशोधनाकरिता करण्यात आलेली आहे. 10 शाळांपैकी वर्ग 10 वी मध्ये असणाऱ्या एकूण 10 शाळांची निवड करण्यात आली आहे. व एकूण 500 विद्यार्थी संख्येपैकी 250 विद्यार्थी हे वर्ग 10 वी चे व 250 विद्यार्थी हे वर्ग 12 वी चे निवडण्यात आले आहे.

संशोधनाची साधने:

- 1) विद्यार्थ्यांसाठी शैक्षणिक चिंतेची शलाका
- 2) शैक्षणिक ताणाची शलाका
- 3) शैक्षणिक प्रेरणेची चाचणी

सांख्यिकीय तंत्राची माहिती:

प्रस्तुत संशोधनात नापास होण्याची भिती/चिंता, मनावरील ताण व गुणसंपादन प्रेरणेचा अभाव यांचा दहावी व बारावीतील विद्यार्थ्यांच्या ठरवलेल्या गुणसंपादनावर होणारा परिणाम अभ्यासाचा असून संकलित माहितीचे विश्लेषण करण्यासाठी काय स्क्वेअर परीक्षिका (x^2) व सहसंबंध गुणक (r) या सांख्यिकीय तंत्राचा अवलंब करण्यात आला आहे.

आधार सामग्रीचे विश्लेषण व स्पष्टीकरण

प्रस्तुत संशोधनात नापास होण्याची भिती, गुणसंपादन प्रेरणेचा अभाव व मनावरील ताण यांचा विद्यार्थ्यांच्या ठरवलेल्या गुणसंपादनावर होणारा परिणाम अभ्यासायचा असून संकलित माहितीचे विश्लेषण करण्यासाठी सहसंबंध गुणक व काय स्क्वेअर(x^2) या सांख्यिकीय तंत्राचा अवलंब करण्यात आला आहे.

निष्कर्ष व सूचना

प्रस्तुत संशोधनाकरिता निश्चित केलेल्या उद्दिष्टांनुसार प्राप्त प्रयत्न व सांख्यिकीय विश्लेषणाच्या आधारे खालील निष्कर्ष काढण्यात आले व आवश्यक त्या सूचना देण्यात आल्या आहेत.

निष्कर्ष:

- 1) एकूण विद्यार्थ्यांपैकी जास्त विद्यार्थी हे मध्यम चिंतातुर असलेले दिसून आले.
- 2) उच्च ताण असणाऱ्या विद्यार्थ्यांचे प्रमाण सर्वात जास्त दिसून आले.
- 3) मध्यम गुणसंपादन प्रेरणा असणाऱ्या विद्यार्थ्यांचे जास्त प्रमाण दिसून आले..
- 4) नापास होण्याची भिती, मनावरील ताण, व गुणसंपादनाच्या प्रेरणेचा अभाव यांची कारणे.

चिंतेची कारणे

अचानक वर्गशिक्षकाकडून आपल्या कक्षेत बोलावल्यास किंवा शाळेच्या कार्यालयात जावे लागल्यास चिंता वाटायला लागते. शिक्षकांसोबत पालकांची भेट झाल्यास आपल्याबद्दल ते काही सांगतील काय? चांगले गुणसंपादन कसे मिळवता येईल? व कमी गुण मिळाल्यास घरी किंवा मित्रांना कसे सांगावे? इत्यादी गोष्टीमुळे चिंता वाटायला लागते. अचानक वर्गामध्ये उभे करून प्रश्न विचारण्यात आल्यास, परीक्षेच्या काही दिवसांपूर्वी शाळेत जाऊ न शकल्यास तसेच प्रश्नपत्रिकेतील सुरुवातीचे प्रश्न न आल्यास चिंता वाटायला लागते.

मानसिक ताणाची कारणे

आज स्पर्धेच्या युगात मुलांच्या मानसिक क्षमतेपेक्षा जास्त अपेक्षांचा बोजा असतो व आवश्यकतेपेक्षा जास्त अभ्यास करावा लागतो. हुशार मुलांशी तुलना करणे किंवा एखादा कठीण विषय न समजणे, बरेचदा सतत आजार असल्याने अभ्यास पूर्ण होत नाही व अभ्यास झालेला असल्यास योग्य वेळी त्याचे स्मरण होत नाही. असे झाल्यास मानसिक ताण येतो. गृहकार्याचे वाढते प्रमाण व अभ्यासासाठी पुरेशी पुस्तके उपलब्ध नसणे, खूप परिश्रम करूनही पास होण्याचा आत्मविश्वास नसणे, अभ्यासाचे योग्य नियोजन नसणे व लिहिण्याची गती कमी असल्यास येत असूनही वेळ अपुरा पडणे, परीक्षेला जाण्यास उशीर होणे इत्यादी कारणामुळे मानसिक ताण येतो व त्याचा परिणाम गुणसंपादनावर येतो.

गुणसंपादन प्रेरणेचा अभाव असण्याची कारणे

उद्दिष्ट मनुष्याला सतत कार्यप्रवृत्त ठेवत असते. ठरविलेले उद्दिष्ट हे साधारण दर्जाचे असल्यास व अभ्यासापेक्षा नशिबावरच विश्वास असल्यास प्रेरणेचा अभाव जाणवतो. रेडिओ व दूरदर्शनवरील शैक्षणिक कार्यक्रम न पाहणे, नियमितपणे शाळेत न जाणे, कठीण अभ्यासक्रम वाटल्यास सोडवण्याचा प्रयत्न न करणे, शिक्षकांकडून पूर्ण प्रश्नांची तयार उत्तरे उपलब्ध होणे, आपल्याला मिळालेल्या गुणदानामध्ये समाधान मानणे ते वाढविण्याचा प्रयत्न न करणे, डोळ्यासमोर विशिष्ट उद्दिष्ट न ठेवता साधारण जीवन जगण्याचा विचार करणे इत्यादी अनेक कारणामुळे गुणसंपादन प्रेरणेचा अभाव दिसून येतो.

- 1) चिंतेचा विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर कुठलाही सार्थक परिणाम दिसून येत नाही.
- 2) 0.01 स्तरावर मनावरील ताणाचा विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर कुठलाही सार्थक परिणाम दिसून येत नाही. मात्र 0.05 स्तरावर मनावरील ताणाचा विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर सार्थक परिणाम दिसून येतो.
- 3) गुणसंपादन प्रेरणेच्या अभावाचा विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर सार्थक परिणाम दिसून येतो.
- 4) चिंतेचा विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर सार्थक परिणाम होताना दिसून येतो.
- 5) मनावरील ताणाचा विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर कुठलाही सार्थक परिणाम दिसून येत नाही.
- 6) गुणसंपादन प्रेरणेच्या अभावाचा विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर सार्थक परिणाम दिसून येतो.
- 7) "विद्यार्थ्यांना वाटणारी नापास होण्याची भिती व मनावरील ताण दूर करण्यासाठी तसेच विद्यार्थ्यांमध्ये गुणसंपादनाची प्रेरणा निर्माण करण्यासाठी उपाय."

➤ नापास होण्याची भिती (चिंता) दूर करण्यासाठी उपाय

- 1) वर्गामध्ये लक्ष केंद्रित करून अध्ययन करावे.
- 2) लेखनाची समस्या असल्यास लेखनाचा अधिकाधिक सराव करावा.
- 3) प्रश्नसंचातील जास्तीत जास्त उदाहरणे अचूक सोडविण्याचा प्रयत्न करावा.

4) वारंवार सराव करून घ्यावा.

➤ **मनावरील ताण दूर करण्यासाठी उपाय**

- 1) शाळेमध्ये ताण कमी करण्याचे तंत्र असावे.
- 2) योग्य नियोजन करावे.

➤ **गुणसंपादनाची प्रेरणा निर्माण करण्यासाठी उपाय**

- 1) शिक्षकांनी नेहमी सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवावा.
- 2) गुणवत्तापूर्ण शाळांना भेटी देऊन तेथील उपक्रमांची माहिती विद्यार्थ्यांना करून देणे.
- 3) चांगल्या परीक्षाफलानंतर विकासाच्या नवनवीन क्षेत्रनिवडीच्या संधीची जाणीव करून देणे.
- 4) शाळेमध्ये मार्गदर्शन व समुपदेशन यांचे निदान दोन तास असावे.

➤ **शैक्षणिक उपयोगिता**

प्रस्तुत संशोधनामध्ये परीक्षेची चिंता व मनावरील ताण दूर करण्यासाठी व गुणसंपादन प्रेरणा वाढविण्यासाठी उपाय सुचविण्यात आले आहे. त्याचा अवलंब विद्यार्थी , शिक्षक, मुख्याध्यापक आणि पालकांनी केल्यास विद्यार्थ्यांचे गुणसंपादन वाढण्यास मदत होईल.

कुमारावस्थेतील विद्यार्थी हेच देशाच्या भवितव्याचे आधारस्तंभ आहेत. अशा अवस्थेतील विद्यार्थी कोणत्याही स्थितीत चिंताग्रस्त होणार नाही. त्यांच्या मनावर ताण राहणार नाही याची खबरदारी घेणे हे कुटूंबातील व्यक्तीचे, शिक्षकाचे व समाजव्यवस्थेचे आद्य कर्तव्य होय आणि हेच या संशोधनाचे फलित होय.

➤ **सूचना**

➤ **विद्यार्थ्यांसाठी आवश्यक सूचना**

- 1) अभ्यास करताना मोठयाने वाचन करावे. जमल्यास वाचन करताना ते टेप करून ऐकावे.
- 2) बरेच वेळा सतत अभ्यास करून आलेल्या मानसिक थकव्यामुळे विसरभोळेपणा येतो आणि अभ्यासातदेखील घृणा निर्माण होते.
- 3) अशा वेळेस आपण डोळे मिटून शांतपणे दीर्घ श्वास घेऊन हळूहळू सोडावे व सोडताना शरीराला शिथिल करावे. अशा वेळेस आपण टेप केलेले वाचन ऐकावे.
- 4) प्रश्नोत्तर संग्रहातून अभ्यास न करता पुस्तकातूनच करावा.

➤ **शिक्षकासाठी सूचना:-**

- 1) वरील गोष्टीचा गुणसंपादनावर व एकूण व्यक्तिमत्त्वावर परीणाम होतो. त्यासाठी अशा विद्यार्थ्यांकडे सतत लक्ष देऊन मार्गदर्शन करावे.
- 2) विद्यार्थ्यांना प्रश्नाचे वाटप करून स्वतः उत्तरे शोधण्यास सांगावी व उत्तराचे वाचन सांगण्यास सांगावे.

3) विद्यार्थ्यांचे गट करून त्यांच्यामध्ये एखाद्या समस्येवर चर्चा घडवून आणावी व उपाय सांगण्यास सांगावे.

➤ पालकांसाठी आवश्यक सूचना

1) मुलासमोर परीक्षेबद्दल सकारात्मक विचार मांडावे, त्यांच्या समस्यांचा त्यांना स्वतःच उलगडा करून द्यावा. त्यामुळे त्यांची कार्यक्षमता वाढेल.

2) परीक्षा ही एक परिस्थिती आहे असे समजावून त्यातून प्रत्येकाला समोर जायचे आहे. पूर्ण प्रयत्न करून मिळालेल्या यशाचे समाधान सहजरीत्या कसे होईल याची शिकवण मुलांना द्यावी.

3) परीक्षेच्या काळात सतत मुलांशी अभ्यासाबाबत चर्चा न करता इतरही विषयांवर संवाद साधावा.

4) विद्यार्थी सुरक्षिततेच्या अभावाने चिंताग्रस्त होतात यासाठी त्यांच्या जीवनात सुख, समाधान, आनंद व स्थैर्य राहिल याची काळजी घ्यावी.

➤ मुख्याध्यापकासाठी सूचना

1) गुणवत्तापूर्ण शाळांना भेटी देऊन तेथील नवीन उपक्रमाची माहिती शिक्षकांना व विद्यार्थ्यांना करून द्यावी.

2) मुख्याध्यापकांनी गुणवत्ता यादीत येणाऱ्या व अव्वल दर्जाचे संपादन मिळविणाऱ्या आपल्या विद्यालयातील माजी विद्यार्थ्यांचे चर्चात्मक मार्गदर्शन आयोजन करावे.

➤ पुढील संशोधनासाठी सूचना

1) ग्रामीण व शहरी भागातील विद्यार्थ्यांना वाटणाऱ्या भितीच्या त्यांच्या गुणसंपादनावर होणारा परिणाम हा तुलनात्मक अभ्यास करता येईल.

2) नापास होण्याची भिती, गुणसंपादन प्रेरणेचा अभाव व मनावरील ताण यांचा मुले व मुलींच्या गुणसंपादनावर होणारा परिणाम एक तुलनात्मक अभ्यास करणे गरजेचे वाटते.

3) परीक्षेची भिती व मनावरील ताण याचा विज्ञान, कला व वाणिज्य शाखेतील बारावीच्या विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर होणारा परिणाम हा तुलनात्मक अभ्यास करता येईल.

4) उच्च बुद्धिमत्ता असणाऱ्या व सरासरी बुद्धिमत्ता असणाऱ्या दहावीच्या विद्यार्थ्यांच्या गुणसंपादनावर नापास होण्याची भिती, गुणसंपादन प्रेरणेचा अभाव व मनावरील ताण याचा होणारा परिणाम अभ्यासता येईल.