



ISSN: 3107-8591

International Interdisciplinary E-Research Journal

(Volume 1, Issue 1, Jul – Sep 2025)

- Editor -
Dr. Santosh K. Khirade

Published by:
Prime Publishing House, Jalgaon (MS)





International Interdisciplinary E-Research Journal

A Scholarly, Peer-Reviewed Research Journal

(Multilingual – English | Hindi | Marathi)

ISSN: 3107-8591

Volume 1 | Issue 1 | Jul – Sep 2025

Frequency: Quarterly

- Editor-in-Chief -

Dr. Santosh K. Khirade

M.A.(Eco), M.Ed., Ph.D (Education),

Assistant Professor,

School of Interdisciplinary Studies,

Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon - 425001



Swatantrya Chowk, Mohite Complex Basement, Jalgaon - 425001.

Mobile : 89992 34556, 96656 26717, E-Mail : primepublishinghouse@gmail.com

Website: www.eduwadi.in, Email: wadijournal@gmail.com

© Copyright: WADI Journal. All rights reserved.
No part of this publication may be reproduced without permission.

Editorial Board & Review Committee

- Editor-in-Chief -

Dr. Santosh Khirade

Assistant Professor in Education,
School of Interdisciplinary Studies,

Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon - 425001
Email: skkhirade@nmu.ac.in Mob. 9960772604

- Editorial Board Members –

Dr. Anil Dongre

Dean, Faculty of Commerce & Management, Former
Director, School of Management & Professor, Kavayitri
Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon
Email: dean_commgmt@nmu.ac.in
Mob. 9890513314

Dr. Jagatram Uttam Dhangar

Assistant Professor in Economics,
Department of Economics,
C.C.Sheth College of Commerce Navgujarat Campus,
Opp. Gujarat Vidhyapith Ashram Road, Ahmedabad- 380014
Email: jagat.dhangar@gmail.com
Mob. 9823581374

Dr. A. P. Gingine

Assistant Professor in Education,
School of Educational Sciences,
Swami Ramanand Teerth Marathwada University,
Nanded 431706
Email: apgingine@gmail.com
Mob. 9822268485

Mrs. Dr. Manisha Indani

Director,
School of Inter-disciplinary Studies, Kavayitri Bahinabai
Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon – 425001
(M. S.) India
Email: mvindani@nmu.ac.in
Mob. 942154203

Dr. Mahesh Koltame

Associate Professor,
PVDT College of Education for Women,
SNDT Women's University, Mumbai.
Email: mahesh.koltame@pvdt.sndt.ac.in
Mob. 9923917066

Dr. Kailas P. Dandge

Associate Professor,
Department of Environmental Science School of
Environmental and Earth Sciences, Kavayitri Bahinabai
Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon – 425001
(M. S.) India
Email: kpdandge@nmu.ac.in
Mob. 9764956058

Dr. Shrihari Dashrath Darade

Lecturer,
District institute of education & Training, Jalna
P.No.488, Motibag near, Jalna - 431203
Email: daradeas82@gmail.com
Mob. 7588161814

Dr. Amol Mandekar

Professor,
K.K. Sanskrit University, Ramtek, Dist. Nagpur
Email: amol77mandekar@gmail.com
Mob. 8788212377

Prof. Dr. Arabinda Saha

Professor,
Department of Accounting and Information Systems,
Islamic University, Kustia, Bangladesh
ID: 040193,
Email : drarabinda@ais.iu.ac.bd

Prof. Dr. Md Zakaria Rahman

Professor,
Department of Management,
Islamic University, Bangladesh
ID: 050203,
Email: zakaria@mgt.iu.ac.bd

- Review Committee Members –

Dr. Sunil Anna Gorde

Professor in Economics,
Shivaji Arts Commerce and Science College, Kannad
Tq. Kannad, Dist. Aurangabad, - 431103
Email: sunilgorde1982@gmail.com
Mob. 9860714744

Dr. Namdev V. Telore

Professor in Geography,
Raja Shripatrao Bhagawantrao Mahavidyalaya, Aundh,
Dist. Satara
Email: nvtelore@gmail.com
Mob. 9423863623

Dr. Jitendra Subhash Shinde

Assistant Professor in Economics
Department of Education,
Dr. Babasaheb Ambedkar Marathwada University sub-
campus Osmanabad - 413501
Email: jeetshinde1@gmail.com
Mob. 9860809408

Dr. Bharat Sureshrao Kadbe

Assistant Professor (Marathi)
Nabira Mahavidyalaya, Katol, Maharashtra
Email: kabirkadbe@gmail.com
Mob. 8208877254

Dr. Vinod Ajabrao Nitale

Assistant Professor (MCJ)
Indian Institute of Mass communication, (IIMC)
Western Regional Center, Amravati.
SGB Amravati University campus, Amravati - 444602
Email: nitalevinod@gmail.com
Mob. 9860046706

Dr. Aparna Rahul Ukale

Assistant Professor in Education
Dnyanganga College of Education, Pune
Hingne Khurd, Sinhgad Road, Pune - 411051
Email: aparnaukale@gmail.com
Mob. 9405875091

Dr. Ashok Kolambikar

Assistant Professor (Library and information Science),
S. S. S. Pawar College Purna (jn.),
Dist. Parbhani
Email: ashokkolambikar@gmail.com
Mob. 9421295828

Dr. Mahadeo Sadashiv Disale

Associate Professor in Education,
College of Education, Barshi, Shivaji Nagar,
Barshi, Tal. Barshi Dist Solapur - 413411
Email: sdisale4@gmail.com
Mob. 9503637817

Dr. Takshashila Hargovind Motghare

Assistant Professor, (MSW)
Mahatma Jyotiba Fule of Social Work, Yavatmal
Rajratan Nagar, Dhamangao Road,
Yavatmal - 445001
Email: takshumotghare@gmail.com
Mob.

Dr. Chatrabhuj Balasaheb Kadam

Jr.Lecturer,
Dept.of Marathi,
Mahatma Fule Arts,Commerce & Sitaramaji Choudhari
Science College Warud, Dist.Amravati(Maharashtra) -
444906.
Email: drchatrabhujkadam2017@gmail.com
Mob. 9421344013

Dr. Shivaji R. Kakade

Associate Professor (Economics)
Arts, Science and Commerce College, Shivajinagar
Gadhi Tq. Georai, Dist. Beed - 431143
E-mail: skakde15@gmail.com
Mob. 9096698269

Mr. Gokul Ramesh More

Assistant Professor (Education)
Samarth Shikshanshtra Mahavidyalaya,
Samarth Sankul, Katkade Nagar,
Ashok Nagar Road, Satpur, Nashik – 422012
Email: gokulmore92@gmail.com
Mob. 9226955334

Dr. Dayaram Dudharam Pawar

Assistant Professor in Education,
School of Education,
Y.C.M. Open University, Nashik - 422222
Email: pawar.pawar92@gmail.com
Mob. 9045335627

Prof. Dr. Sunanda Kisanrao Reose

Professor in Marathi,
Shri Shivaji Education Society Amravati's
Shri Pundalik Maharaj Mahavidyalaya,
Ta.Nandura Rly.Dist.Buldana 443404.
Email: drsunandareose@gmail.com
Mob. 9421746975

Dr. Namdev Tukaram More

Lecturer in Political Science

Yashwant Jr. College Umri, Dist. Nanded,
Maharashtra

Mob. 7588427854

Email: namdevmore1985@gmail.com

Mob. 7588427854

Welcome Message from the Editor-in-Chief

WADI: International Interdisciplinary Research Journal (IIRJ)

Dear Scholars, Researchers, and Readers,

It is with great pride and enthusiasm that I welcome you to the WADI: International Interdisciplinary Research Journal (WADI-IIRJ)—a platform born out of the vision to bridge disciplines, inspire innovation, and promote inclusive academic dialogue.

In today's world of complex challenges and rapid change, knowledge can no longer exist in silos. Our journal is committed to encouraging interdisciplinary research that crosses conventional boundaries, embraces multilingual expression, and reflects the diverse intellectual traditions of India and the global academic community.

Whether your focus is in education, social science, humanities, environmental studies, tribal culture, development studies, or any emerging interdisciplinary area, WADI-IIRJ is dedicated to nurturing original ideas, bold inquiries, and impactful findings.

We particularly encourage contributions in English, Hindi, and Marathi, upholding our belief that language should not be a barrier to the dissemination of knowledge. Our rigorous double-blind peer review, open access policy, and affordable processing model ensure that quality and accessibility go hand in hand.

I extend my heartfelt thanks to the editorial board, peer reviewers, and contributors who have laid the foundation for this academic journey. I invite researchers, practitioners, and students to submit their valuable work and be part of this evolving academic conversation.

Let us walk together in the spirit of inquiry, ethics, and excellence.

Warm regards,

Dr. Santosh Khirade

Editor-in-Chief

WADI: International Interdisciplinary Research Journal

Email: wadijournal@gmail.com.

INDEX

Research Papers Presented In Online / Offline Mode

1. **Cybersecurity Awareness among University Students: A Case Study of KBC North Maharashtra University** 7
Digambar Parkash Savakare
2. **An Analytical study of Ph.D. Researches in Education Faculty of Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon** 10
Jayashri Ramrao Patil
Dr. Santosh K. Khirade
3. **An Analysis of the Review of Related Research including English and Other subjects at the different levels** 13
Jayashri Ramrao Patil
Dr. Santosh K. Khirade
4. **Case Study of Students in Children's Homes: A Study of Familial, Educational, and Emotional Conditions with Special Reference to Lilai Children's Home, Jalgaon** 16
Utkarsha Namdev Patil
5. **Leveraging the National Service Scheme (NSS) for Digital Civic Engagement: A Framework for 21st-Century Youth Empowerment** 19
Dr. Pankajkumar Shantaram Nannavare
6. **Comparative Study of Ego Attitude among B.Ed. Student-Teachers in Jalgaon City** 21
Sayalee Kamlakar Patil
7. **प्राथमिक स्तरावर समाविष्ट जीवन कौशल्यांचा चिकित्सक अभ्यास** 25
डॉ. मनिषा इंदाणी
श्री. दत्तात्रेय सोनवणे
8. **ऑनलाईन शिक्षणातील अध्ययन-अध्यापनातील नाविन्यता : एक नवोपक्रम** 29
श्रीमती पद्मश्री शिवराम राजगुरु
9. **माध्यमिक स्तरावरील स्काऊट गाईड उपक्रमांतर्गत राबविल्या जाणाऱ्या कृती कार्यक्रमांतून जीवन कौशल्यांचा विकास – एक अभ्यास** 31
श्री. संदीप नथ्यु सोनवणे
10. **समाधि विद्या और योग विज्ञान का रहस्य** 34
गितांजली किरण भंगाले

Cybersecurity Awareness among University Students: A Case Study of KBC North Maharashtra University

Digambar Parkash Savakare

Muktinagar,

Dist. Jalgaon, Maharashtra, Indi.

Abstract :

In the digital era, cybersecurity awareness is crucial for protecting sensitive information and ensuring safe online practices, particularly among university students who extensively use digital resources for academic and personal purposes. This study examines the level of cybersecurity awareness among undergraduate (UG) and postgraduate (PG) students at KBC North Maharashtra University, Jalgaon. Using a survey method, data were collected from 100 students through a structured questionnaire. The study investigates differences in cybersecurity awareness based on academic level, gender, and rural-urban backgrounds. Statistical analyses, including t-tests, revealed significant differences in awareness between UG and PG students, but no significant differences based on gender or rural-urban background. Key findings indicate that while students have basic awareness, gaps exist in understanding specific threats like phishing and secure password practices. Recommendations include implementing mandatory cybersecurity training and workshops to enhance awareness.

Keywords : Cybersecurity Awareness, University Students, Digital Safety, Phishing, Password Security, Higher Education, Rural-Urban Divide, Undergraduate, Postgraduate, Information Security Training.

Introduction :

The rapid proliferation of digital technologies has transformed education, with university students increasingly relying on online platforms, social media, cloud storage, and digital transactions. However, this digital dependency exposes students to cyber threats such as hacking, phishing, malware, and identity theft. Cybersecurity, defined as the protection of computer systems, networks, and digital data from unauthorized access or damage, is critical in safeguarding academic and personal information (Shinde, 2023). Despite the growing importance of cybersecurity, studies suggest that university students often lack adequate knowledge of cyber threats and protective measures, increasing their vulnerability (Patil, 2023).

This research focuses on assessing cybersecurity awareness among university students at KBC North Maharashtra University, Jalgaon. By analyzing awareness levels across academic levels, gender, and geographic backgrounds, the study aims to identify gaps and propose strategies for enhancing cybersecurity education. The findings are expected to inform educational policies and training programs to foster a secure digital environment.

Significance of the Study :

Cybersecurity is not merely a technical issue but a critical component of daily life in the digital age. For university students, who heavily utilize digital tools for academic and personal activities, cybersecurity

awareness is essential to protect sensitive data, maintain academic integrity, and ensure personal safety.

This study is significant as it :

- Highlights the level of cybersecurity awareness among university students.
- Identifies gaps in knowledge and practices that increase vulnerability to cyber threats.
- Provides insights for educational institutions to develop targeted cybersecurity training programs.
- Contributes to the formulation of policies to enhance digital safety in academic settings.

Objectives :

The study aims to :

1. To Assess the level of cybersecurity awareness among UG and PG students at KBC North Maharashtra University.
2. To Analyze differences in cybersecurity awareness between UG and PG students at UG and PG levels.
3. To Compare cybersecurity awareness between male and female students at UG and PG levels.
4. To Analyze differences in cybersecurity awareness between rural and urban students at UG and PG levels.

Hypotheses : The following null hypotheses were tested:

1. There is no significant difference in cybersecurity awareness test scores between UG and PG students.
2. There is no significant difference in cybersecurity awareness test scores between male and female students at UG and PG levels.
3. There is no significant difference in cybersecurity awareness test scores between rural and urban students at UG and PG levels.

Sample and Sampling Technique :

The study involved a sample of 100 students from KBC North Maharashtra University, Jalgaon, comprising 37 UG and 64 PG students. The sample was selected using a purposive sampling technique to ensure representation from both academic levels, genders, and rural-urban backgrounds. The sample included :

Category	Count
UG Students	37
PG Students	64
Rural Students	75
Urban Students	32
Male Students	90
Female Students	11

The sampling was limited to university department in KBC North Maharashtra University campus.

Tools Used :

A structured questionnaire was developed to assess cybersecurity awareness among students. It comprised questions related to basic cybersecurity concepts such as password security and the use of antivirus software. Additionally, it included items measuring awareness of cyber threats like phishing, malware, and ransomware. The questionnaire also addressed safe online practices, including avoiding suspicious links and using two-factor authentication. To ensure the tool's reliability and relevance, it was designed based on findings from prior studies and validated by subject matter experts. This validation process ensured that the questions were appropriate, clear, and capable of effectively capturing cybersecurity awareness levels.

Analysis and Interpretation of Data :

The analysis focused on the distribution of cybersecurity awareness test scores and comparisons across groups. The results are presented in the following tables:

Table 1 : Distribution of Cybersecurity Awareness Test Scores (PG Students)

Group	N	Mean (M)	Median (Md)	Mode (Mo)	SD	Kurtosis (Ku)	Skewness (Sku)
PG	64	94.60	95.5	100	15.37	-0.32	-0.13

Table 2 : Distribution of Cybersecurity Awareness Test Scores (Rural Students)

Group	N	Mean (M)	Median (Md)	Mode (Mo)	SD	Kurtosis (Ku)	Skewness (Sku)
Rural	75	92.45	92	100	17.01	2.26	-0.74

Table 3 : Distribution of Cybersecurity Awareness Test Scores (Urban Students)

Group	N	Mean (M)	Median (Md)	Mode (Mo)	SD	Kurtosis (Ku)	Skewness (Sku)
Urban	320	88.30	91	100	19.65	1.27	-0.77

Table 4: t-Test Results for UG vs. PG Students

Group	N	Mean (M)	SD	df	Obtained t-value	Table t-value	Significance
UG	37	83.51	23.77	99	-2.85	1.98	Reject
PG	64	94.60	15.37				

Interpretation: The obtained t-value (-2.85) exceeds the table t-value (1.98) at df=99 and p<0.01, leading to the rejection of the null hypothesis. This indicates a significant difference in cybersecurity awareness between UG and PG students, with PG students demonstrating higher awareness (M=94.60) compared to UG students (M=83.51).

Table 5: t-Test Results for Male vs. Female Students

Group	N	Mean (M)	SD	df	Obtained t-value	Table t-value	Significance
Male	90	91.80	18.98	99	0.46	1.98	Accept
Female	10	89.00	18.38				

Interpretation: The obtained t-value (0.46) is less than the table t-value (1.98) at df=99 and p<0.01, leading to the acceptance of the null hypothesis. There is no significant difference in cybersecurity awareness between male and female students.

Major Findings :

1. PG students exhibit significantly higher cybersecurity awareness ($M=94.60$) compared to UG students ($M=83.51$), suggesting that advanced academic exposure enhances awareness.
2. No significant difference was found in cybersecurity awareness between male ($M=91.80$) and female ($M=89.00$) students, indicating similar knowledge levels.
3. Rural ($M=92.45$) and urban ($M=88.30$) students showed comparable cybersecurity awareness, suggesting geographic background does not significantly influence awareness.
4. Approximately 25% of students require additional training on basic cybersecurity concepts, and 33% do not regularly change passwords, increasing vulnerability.
5. Awareness of specific threats like phishing (e.g., spear phishing, smishing) is low, with many students unaware of these risks.
6. Over 83% of students support mandatory cybersecurity training programs at universities.

Recommendations :

1. Implement mandatory cybersecurity training in university curricula, focusing on password security, phishing prevention, and safe online practices.
2. Organize regular workshops and seminars to enhance awareness, particularly targeting specific threats like phishing and malware.

3. Increase female participation in cybersecurity training to address gender-specific needs.
4. Promote awareness of cybercrime reporting procedures and legal frameworks like the IT Act, 2000.
5. Encourage the use of two-factor authentication (2FA) and regular software updates through awareness campaigns.

References :

1. Patil, M. P. (2023). *Cybersecurity education in academic institutions*. Nashik: Academic Press.
2. Shinde, K. M. (2023). *Cyber threats in educational institutions*. Aurangabad: University Press.
3. Khandge, S. R. (2022). *Cybercrime and youth*. Pune: Scholarly Publications.
4. Deshmukh, U. (2021). *Cybersecurity awareness among college students* [Doctoral dissertation]. Mumbai University.
5. Mane, A. T. (2023). *Cybersecurity in teacher training*. Kolhapur: Educational Research Journal.
6. Shikarpur, D., & Bhagwat, V. (2015). *Cybercrimes: The threat of 21st-century technology*. Mumbai: Tech Publications.
7. Lokhande, R. N. (2015). *Cyber culture*. Pune: Digital Press.
8. JazIndia. (2023). Assessment of students' cybersecurity awareness and strategies to safeguard against cyber threats. *Journal of Cybersecurity Education*, 12(3), 45-60.
9. Semarak Ilmu. (2023). Cybersecurity awareness among secondary school students post Covid-19 pandemic. *Educational Technology Review*, 8(2), 22-35.

An Analytical study of Ph.D. Researches in Education Faculty of Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon

Jayashri Ramrao Patil

Ph.D. Research Fellow, Department of Education,
Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon.

Dr. Santosh K. Khirade

Assistant Professor, Department of Education,
Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon.

Abstract :

This study presents an analytical overview of Ph.D. research conducted in the Faculty of Education at Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon. It examines the trends, thematic areas, research methodologies, and scholarly contributions of doctoral work from 2010 to 2023. The analysis highlights shifts in research focus, the relevance of topics to contemporary educational challenges, and the academic rigor of submitted theses. Findings reveal an increasing inclination toward interdisciplinary studies and qualitative approaches. The study aims to inform future researchers, academicians, and policy-makers about the progress, gaps, and emerging opportunities in educational research within the university framework.

Keywords : Social Science, Technology, Philosophy, Languages, Survey, Experimental, Historical Research Method, Educational Stages, New Trends.

Introduction :

Ph.D. means Doctor of Philosophy. Ph.D. is a highest degree in the educational field. Ph.D. is not in a specific subject but we do Ph.D. in all subjects in the university level. We are all familiar with the process of getting the degree of Ph.D. In the education faculty there are many research areas including Social Science, Technology, Science, Languages, Philosophy, Psychology, and Methods of Teaching for different subjects. Like this in the Education faculty many research methods are used for the research they are Survey Research method, an Experimental Research method, Historical Research method etc.

In the thesis the second chapter is related on the review. Review are related to the material and related researches. Taking of review is important and beneficial for the researchers'. Because of taking review we know about the previous researches and how the study was conducted, and then the main objectives and major findings were studied by the researcher. Also which method was used, how the data was collected for the particular study, which design was used, how the sampling technique was used? All these things we saw and studied from the review of researches.

In the present research paper researchers are made an attempt to focus on the research areas and methods and stages of researches in the education faculty in the

Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon.

Significance of Review of related researches :

Review of related literature is important for the research study. There is a traditional method and well known belief that while taking a review of related researches to give a summary of the research study and other sources of related research. Review of related researches gave the proper direction for the own research study. When we read the researches we are aware of about the fields, areas of researches and much more. We understand how the particular research topic has been studied by a researcher; then we can find a gap between the old researches and current issues related to the topic of research study. The review of related researches establishes the researcher's knowledge and the understanding level regarding to the particular field. Through review of related researches we observe that which particular field more researches have been already done. Review of related researches gives the proper background of the research study through this we observe that which area is neglected and in which field research is needed. Review of related researches provides the facility and helps to understand the strong and weak points of the particular research work and gives a proper direction for adopting a proper research methodology. From the review of related researches we found the similarity and uniqueness of the research study.

We can found the new emerging trends and approaches. By reading review of related researches which problems are unsolved, which field is neglected and what the need of society is. Review of related researches saves time and money of the researcher because the researcher chooses the proper methodology, how to collect data properly and accurately for his own research study. So the problem of plagiarism is prevented by the researcher through the review of related researches; the other's original work is not repeated in the field of research. So review of related researches is important.

Review of Related Researches :

The Importance of Literature Review in Research Writing-Publica.com. In the present research article the researcher told about the importance of literature review for research writing. Researcher also focused on the previous research work in the different field and different sources like articles, scientific journals etc. The review of literature is different from the field to field. In the present article author also gave the reasons for the importance of review of literature in research writing. Other researcher found the gap so they search for new topic, new facts, new theories that adds price to the research work.

How to write the literature review of your research paper-Dr. Rishibha Sachdev's article in Study Background and Introduction, in the present article author told about the types of literature review; they are surveying and critically reading the existing literature and theoretical review.

Five Reasons the Literature Review is Crucial to Your Paper-getproofed.com. In this article several reasons for the review of literature. But 5 reasons are most important they are to demonstrate understanding, to justify your research because the review of literature plays a vital role in the research procedure. Then setting a theoretical framework and developing a methodology. In this part the researcher adopt the suitable research method, data collection process and techniques for analysis, lastly to support your own findings. These are the five reasons for literature review is crucial to your paper.

Objectives :

The present research study was considered to achieve the following objectives-

1. To study the Educational Ph.D. researches under KBCNMU Jalgaon.
2. To study the Educational Ph.D. researches as per the field of Research.

3. To study the Educational Ph.D. researches as per the Research Methods.
4. To study the Educational Ph.D. researches as per the Educational Stages.

Tools :

In the present research study the data has been collected by visiting Knowledge Resource Centre of KBCNMU, Jalgaon. Then collected all the information including title of the research, name of guide, name of researcher, year etc.

Research Methodology :

In the present research study the Document Analysis Research Method was used.

Sample :

In the present research study the sample was taken as all available titles of theses in Education faculty in the Knowledge Resource Centre of KBCNMU, Jalgaon.

Scope and Limitations :

The scope of the present research study was limited for the KBCNMU, Jalgaon. Only the available theses in the Education Faculty, in the Knowledge Resource Centre KBCNMU, Jalgaon included for the study. So the study was limited only for the KBCNMU, Jalgaon.

Data Analysis :

In the present research study the data was collected by visiting Knowledge Resource Centre of KBCNMU Jalgaon. The researcher has been collected total one hundred seventeen researches titles and then made a chart of serial no, student's name, title, year, guide's name etc. After this researcher has been classified the collected information into the Fields of Research, Stages of Education, Methods of Researches etc.

Findings of the study :

1. There are no researches in the field of research i.e. Guidance and Counselling, Curriculum, Factors of Achievement, Educational Evaluation and Examination, Comparative Education, Economics of Education, Informal Education, Productive Work, Education of Social Science, Education of Mathematics, Women's Education etc. So there is more scope for research in these fields of research.
2. Very few researchers use Historical Research Method and an Experimental Research Method for the research.
3. Most of the researchers use Survey Research Method for the Research.
4. Very few researches are done at the stages of Pre-primary, Primary, Higher Secondary, and Higher Education.

5. Most of the researches are done at the stages of Secondary and Teacher Education.

References :

1. Best, J. W., & Kahn, J. V. (2017). *Research in education* (10th ed.). Pearson Education.
2. Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research methods in education* (8th ed.). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781315456539>
3. Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
4. Kothari, C. R. (2004). *Research methodology: Methods and techniques* (2nd ed.). New Age International.
5. Government of India. (2020). *National Education Policy 2020*. Ministry of Education.
<https://www.education.gov.in>
6. Kaul, L. (2009). *Methodology of educational research* (4th ed.). Vikas Publishing House.
7. Patankar, P. S. (2015). A critical study of the doctoral research in the faculty of education in NMU Jalgaon. *Indian Journal of Educational Research and Administration*, 4(1), 45–53.
8. UGC. (2016). *Minimum standards and procedure for award of Ph.D. degrees regulations*. University Grants Commission.
<https://www.ugc.ac.in>
9. Sharma, R. A. (2010). *Fundamentals of educational research*. R. Lall Book Depot.
10. Thorat, B. D. (2021). *A bibliometric study of Ph.D. theses in education submitted to North Maharashtra University: 1990–2020* [Unpublished doctoral dissertation]. Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University.

An Analysis of the Review of Related Research including English and Other subjects at the different levels

Jayashri Ramrao Patil

Ph.D. Research Fellow, Department of Education,
Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon.

Dr. Santosh K. Khirade

Assistant Professor, Department of Education,
Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University, Jalgaon.

Abstract :

In the present research paper, the researcher studied the review of research on English and other subjects. The main objective of the study was to analyse the review of the research. So the researcher took the 44 kinds of research for the study. All the researches were related to the English subject and other subjects. From the review of the researches the researcher used the different methods, techniques, approaches, developed programmes and saw their effectiveness on the different levels. Some researches were surveys and mostly Experiment research. The researcher analysed the collected data by preparing a self-prepared analysis chart. The researcher collected the data from the internet and Buch Volume Research in Education.

Keywords : Research, Technology, Constructivism, Methods, Approach, Techniques, CAI, Memory Model, Collaborative Learning Technique, CIRC Technique, CLM, Co-Operative Learning.

Introduction :

In the field of Education and other areas, we find new ideas, techniques, tools, methods and much more. We find these because of many problems faced in many societies and all relevant fields. On the remedy to these problems, we thought about the solution the problems systematically and significantly. So we are called this research. Research means to find out again and again. Research is important in the world of technology and knowledge in every field. There are many types of research. Some research is fundamental some are action research, some are survey research and experimental. In this paper, researchers have studied the review of researches of different research methods used by researchers in the different universities for teaching and learning of English language, skills in the textbook, grammar etc. In this review of research, some research related methods of teaching the English language some related to computer-assisted Instructional material some

place of the teacher changes as per the situation. In the fields of Education many methods, models, techniques, strategies, and approaches, were searched and developed by educationalists and researchers. The review of research is on the theories of teaching and learning some are on the comparison of teaching and learning methods. Some are on the development of LSRW skills in the English language by using different techniques some researches are related to the reading writing of students some researches are related to the problems of reading and writing in English. Some research is related to communication skills. Researchers found out that some researches are on the primary level. Some are on the secondary level and some are educators. Some researchers developed an instructional programme for the English language. Some researchers studied the problems of teaching and learning English in Zilha Parishad schools. Some researchers saw the effectiveness of multimedia. Some researchers found errors in written English grammar. So the study is important for the researcher to study the previous research work in different universities from the websites Shodhganga.inflibnet.ac.in and M.B.Buch Volume third, a fourth and sixth survey in Education.

Need & Importance of the Study :

In this process of teaching and learning teacher is important. In constructivism, the teacher plays a vital role. He/ she performs a different role in the teaching and learning process. The teacher becomes a friend, facilitator, guide, supervisor, counsellor and source of knowledge. These changes occurred because of the technology and research in the field of education. Today's Education system is ' Child Centred '. So the

Review of Related Research :

1. **A young researcher's guide to writing a literature review, Kakoli Majumder**, In this article author focused on what is a literature

review? She also discussed the best approach to writing a literature review Chronological, thematic. Then how a literature review is structured and gave the steps- Introduction, Methods, Body, Discussion and Conclusion and Reference List.

2. **Secondary Research-the basics of narrative reviews, systematic reviews and meta-analysis, Dr. Shivanee Shah,** in this article the author discussed the primary research and what is the secondary research? It is important the highlighting the future directions and helps to identify the gaps in the current knowledge. She gave the research article types 1-Narrative reviews- include an introduction, main text, conclusion, and reference list etc.2-Systematic reviews-more detailed.3-Meta analysis-this is a type of systematic review. These reviews are helpful to understand the results.
3. **A young researcher's guide to a systematic review, Kakoli Majumder,** in this article author told about what is a systematic review because it includes grey literature. This grey literature is important for the study. Qualitative, Quantitative and meta-analysis are the types of the systematic review. Writing a protocol is most important. Campbell collaboration and Cochrane collaboration PROISPERO are the available protocol registries for systematic review. A systematic review article follows the following steps it includes a title, abstract, introduction, methods, results, discussion and references.
4. **Six article types that journals publish: A guide for early career researchers, Kakoli Majumder,** in this article author discussed the different types of scholarly literature and the types of publication in different fields –like the field of Medicine, the field of Social Science. Original research, Review articles, Clinical Case studies, Clinical trials, Perspective, Opinion and Commentary, and Book reviews are the possible types of scientific publications.
5. **Meta Analysis of the findings of the Researches Carried on Teaching Methods of Various Subjects, Dr. M.V. Indani,** in the present paper the researcher found out the research carried out on the research methodology. The researcher also compared the researchers; sample type, research methods and

findings of the researches and subjects. The data was collected from the internet. The researcher prepared the data analysis chart of 43 kinds of research for classification. All 43 researches found their teaching methods more effective than the conventional method.

Objectives :

1. To search the research on English and other subjects.
2. To find out which method was used for research.
3. To find out the research on the Primary level.
4. To find out the research on the Secondary level.
5. To find out the research on the Higher Secondary level.
6. To find out the research on the student teachers' level.
7. To find out the used methods, techniques, models, and approaches for teaching English and English grammar and other subjects.

Tools :

In the present research study, the researcher used a self-prepared chart for data analysis.

The researcher includes the Sr. No., The Researchers Name, Title of the Research Study, Year, Method used for the Research, Technique/Approach/Method used for Research, Subject, Level/class, Result /Conclusion.

The procedure of Data Collection :

In the research study the data has been collected from the website Shodhganga, inflibnet.ac.in and M.B.Buch Volume Research in Education. The research is related to the English language & grammar.

Research Methodology :

In the research study, the Document Analysis research method was used.

Sample :

In the present research study 44 titles were included from the M.B.Buch research volume, Shodhganga.inflibnet.ac.in, Knowledge Resource Centre of KBCNMU Jalgaon.

Findings :

1. In the present research study total of 40 kinds of research on the English subject (91%) and 4 on the other subject (9%).
2. 11 kinds of research are on the Survey Research Method (25%), 2 kinds of research on the Mixed Research Method (5%), and 31 on the Experimental Research Method (70%).
3. There are 9 kinds of research on the Primary level. (20%)

4. There are 25 kinds of research on the Secondary level. (57%)
5. There are 4 kinds of research on the Higher Secondary level. (9%)
6. There are 2 kinds of research on the Student teachers level (5%), 1 on the pre-degree students (2%) and 1 on the Polytechnique students (2%) and 2 on the teachers(5%).
7. All 33 kinds of research proved positive results for the research study.
8. Structural Approach, Discussion Method & Lecture Method, Programmed Learning Material, Concept Attainment Model, Teams-games – Tournaments technique under Cooperative Learning Method ,Synthetic Phonic Method, Collaborative Technique, Memory Technique &Memory Model, Communicative approach, Concept attainment Model and Inductive thinking Model, Functional Communicative Approach, CIRC Technique, CLM, Multimedia Teaching Programme, Constructivist Instructional Model, Programmed Learning & Computer Assisted Instruction Techniques Multimedia strategy, Digitalized Self Learning Material find out the positive results and effective for teaching English and other subjects.

References :

1. Buch, M. B. (Ed.). (1988). *Fourth survey of research in education: 1983–1988* (Vol. I). National Council of Educational Research and Training.
2. INFLIBNET Centre. (n.d.). *Shodhganga: A reservoir of Indian theses*. <https://shodhganga.inflibnet.ac.in>
3. Majumder, K. (n.d.). *A young researcher's guide to writing a literature review*. Editage Insights. <https://www.editage.com/insights/a-young-researchers-guide-to-writing-a-literature-review>
4. Majumder, K. (n.d.). *Six article types that journals publish: A guide for early career researchers*. Editage Insights. <https://www.editage.com/insights/six-article-types-that-journals-publish-a-guide-for-early-career-researchers>
5. Shah, S. (n.d.). *Secondary research – The basics of narrative reviews, systematic reviews, and meta-analysis*. Editage Insights. <https://www.editage.com/insights/secondary-research-the-basics-of-narrative-reviews-systematic-reviews-and-meta-analysis>
6. Indani, M. V. (n.d.). *Meta-analysis of the findings of the researches carried on teaching methods of various subjects* [Unpublished doctoral dissertation]. KBCNMU, Jalgaon

...

Case Study of Students in Children's Homes: A Study of Familial, Educational, and Emotional Conditions with Special Reference to Lilai Children's Home, Jalgaon

Utkarsha Namdev Patil

M.Ed., Students,

Department of Education, School of Interdisciplinary Studies,
KBCNMU, Jalgaon

Abstract :

This research paper examines the familial, educational, and emotional conditions of students residing in children's homes, with a specific focus on Lilai Children's Home in Jalgaon, Maharashtra. The study employs a case study methodology to investigate the challenges faced by these students, who are often orphaned, neglected, or from economically disadvantaged backgrounds. Data were collected from 32 students across two children's homes in Jalgaon using a self-designed questionnaire, analyzed through descriptive and inferential statistics, including the Chi-Square test. Key findings reveal that students experience significant emotional and social challenges, including feelings of isolation and a desire for familial bonds, despite satisfactory institutional services. The study highlights the need for enhanced counseling, skill-building workshops, and improved institutional support to foster the holistic development of these students. Recommendations include regular counseling sessions, career guidance, and creative activities to nurture their emotional and social well-being.

Keywords : Children's Home, Case Study, Familial Conditions, Educational Status, Emotional Well-being, Lilai Children's Home, Jalgaon

Introduction :

Children's homes serve as critical institutions for providing shelter, education, and emotional support to vulnerable children, including orphans, neglected, or economically disadvantaged individuals. These children often face unique challenges that impact their emotional, social, and intellectual development. The present study focuses on understanding the familial, educational, and emotional conditions of students in children's homes, with a specific reference to Lilai Children's Home in Jalgaon, Maharashtra. The research aims to provide insights into the lived experiences of these students and propose actionable recommendations for improving their well-being.

Background :

The concept of children's homes in India has historical roots, evolving significantly since the British colonial period. Industrialization led to economic disparities, pushing rural populations toward urban areas, resulting in increased poverty and neglect of children (?). Social reformers like Mahatma Phule established institutions such as the Bal Hatya Pratibandh Griha in 1863 to address these issues (?). Today, children's homes like Lilai Children's Home provide shelter, education, and rehabilitation services to children aged 6 to 16, aiming to prepare them for independent and dignified lives.

Need and Importance :

Understanding the challenges faced by children in institutional care is crucial for their holistic development. These children, often deprived of familial support, face emotional, social, and educational barriers that can lead to inferiority complexes or despair (?). This study addresses the need to explore their familial environment, educational progress, and emotional health to inform better institutional practices and policies. The research is significant as it sheds light on the lived experiences of these children, fostering empathy and informing stakeholders about necessary interventions.

Research Objectives :

The study pursues the following objectives :

1. To examine the familial conditions of students in children's homes.
2. To assess the educational status of students in children's homes.
3. To analyze the emotional well-being of students in children's homes.

Research Questions :

1. What are the familial conditions of students in children's homes?
2. What is the educational status of students in children's homes?
3. What is the emotional condition of students in children's homes?

Hypotheses :

1. The familial conditions of students in children's homes are of a low level.
2. The educational status of students in children's homes is excellent.

Scope and Limitations :

The study focuses on students in children's homes in Jalgaon district, specifically Lilai Children's Home. It examines their familial, educational, and emotional conditions. The research is limited to Jalgaon district and does not cover other regions or aspects beyond the specified domains.

Review of Literature :

The literature review encompasses studies on children's homes, their role in child welfare, and the challenges faced by resident children. It highlights the historical evolution of child welfare in India, emphasizing the role of institutions in providing care for neglected children. Notes that children's homes offer essential services like food, shelter, and education but often lack adequate emotional support. Discusses the psychological and social challenges faced by institutionalized children, including feelings of isolation and low self-esteem. Previous research primarily focuses on juvenile delinquents or observation homes, with limited studies on the personal experiences of children in children's homes, making this study unique in its case study approach.

Methodology :

Research Design :

The study adopts a case study methodology to gain in-depth insights into the lives of students in children's homes. This qualitative approach allows for a comprehensive understanding of individual experiences.

Population and Sample :

The population comprises 100 students from 10 children's homes in Jalgaon district. A random sampling method was used to select two children's homes, including Lilai Children's Home, with a sample of 32 students.

Data Collection :

Data were collected using a self-designed questionnaire covering familial, educational, and emotional aspects. The questionnaire included both closed-ended and open-ended questions to capture quantitative and qualitative data.

Data Analysis :

Descriptive statistics (frequencies and percentages) and inferential statistics (Chi-Square test) were used to

analyze the data. The Chi-Square test assessed the variation in responses across different dimensions, with a p-value threshold of 0.05 for significance.

Findings :

Familial Conditions :

- 46.875% of students belong to single-parent families, while 31.25% are orphans or destitute.
- 59.375% reported a loving family environment within the institution, but 31.25% identified as orphans with no familial ties.
- 50% of students' parents are engaged in manual labor, and 65.625% reported that family income sufficiently covers household expenses.

Educational Status :

- 62.5% of students are in higher primary education, indicating a focus on foundational learning.
- 90.625% aim to stay in the children's home until completing their education, reflecting a commitment to academic progress.
- Students expressed satisfaction with educational facilities, but additional support like remedial coaching is needed.

Emotional Well-being :

- Students experience occasional mental stress and anxiety, with many selecting "sometimes" or "rarely" for stress-related questions.
- Social isolation and self-centeredness were observed, with limited strong interpersonal relationships.
- A strong desire for family and social contribution was evident, with 59.375% valuing a loving environment and 62.5% reporting positive treatment from caregivers.

Statistical Analysis :

The Chi-Square test yielded a value of 26.54 with a p-value of 0.0328, indicating significant variation in student responses ($p < 0.05$). This suggests that while some institutional services are satisfactory, improvements are needed in specific areas like emotional support and social integration.

Discussion :

The findings highlight the complex interplay of familial, educational, and emotional factors in the lives of children in homes. The predominance of adolescents (60% aged 13–16) underscores the need for targeted interventions during this sensitive developmental phase. The high percentage of students admitted through parental consent (85%) suggests a need for stronger emotional connections with caregivers to mitigate

feelings of insecurity. The reliance on manual labor by parents (50%) and the prevalence of loving yet inconsistent family environments indicate economic and emotional stressors impacting these children. Educationally, the commitment to completing education (90.625%) is promising, but additional academic support is crucial. Emotionally, the presence of stress and social isolation calls for enhanced counseling and social engagement programs. The interest in cricket (78.125%) and drawing (85%) reflects untapped creative potential that can be harnessed for holistic development.

Conclusions :

The study reveals that students in children's homes face significant emotional and social challenges, despite satisfactory institutional services. They exhibit a strong desire for familial bonds and social contribution but require better guidance, counseling, and positive interactions to address mental stress and social isolation. The findings validate the hypothesis that familial conditions are of a low level but challenge the assumption of excellent educational status, indicating a need for enhanced academic support.

Recommendations :

Based on the findings, the following recommendations are proposed :

1. Organize regular counseling sessions to address emotional and social needs, particularly for adolescents.

2. Conduct workshops on communication skills, self-motivation, and emotional intelligence to boost confidence.
3. Foster stronger connections between students, caregivers, and institutional staff to create a supportive environment.
4. Implement remedial coaching and tailored teaching strategies to enhance educational outcomes.
5. Promote creative activities like sports, drawing, and music to nurture students' talents and emotional well-being.
6. Enhance hygiene and health awareness programs to support physical well-being.
7. Develop programs to instill social responsibility and self-discipline among students.
8. Future Research Directions.

Future research could explore :

- The impact of counseling on the mental health of children's home students.
- The relationship between self-confidence and decision-making in adolescents.
- Comparative studies on educational progress in institutional versus familial settings.
- The effect of socio-economic backgrounds on problem-solving abilities.

...

Leveraging the National Service Scheme (NSS) for Digital Civic Engagement: A Framework for 21st-Century Youth Empowerment

Dr. Pankajkumar Shantaram Nannavare

Associate Professor,

CES's B.P. Arts, S.M.A. Science and K.K.C. Commerce College,
Chalisgaon, Dist. Jalgaon

Abstract :

The National Service Scheme (NSS) in India has been a cornerstone of youth-led community service since its inception in 1969. As digital technologies reshape civic participation, this paper proposes an innovative framework to integrate digital tools into NSS activities to enhance civic engagement, digital literacy, and social impact. By analyzing the historical evolution of NSS and its current challenges, such as administrative burdens and limited funding, this study introduces a model for "Digital NSS" that leverages social media, mobile applications, and virtual volunteering to amplify the program's reach and effectiveness. The research employs a mixed-methods approach, combining surveys of NSS volunteers and program officers at Kavayitri Bahinabai Chaudhari North Maharashtra University (KBCNMU) with case studies of digital civic initiatives globally. The findings suggest that digital integration can address NSS's operational challenges, enhance volunteer engagement, and align the program with contemporary societal needs.

Keywords : National Service Scheme (NSS), Digital Civic Engagement, Community Service, *Digital NSS*.

Introduction :

The National Service Scheme (NSS), launched in 1969, has been instrumental in fostering social responsibility and leadership among Indian youth. As highlighted in Dr. Pankajkumar Shantaram Nannavare's thesis, NSS has evolved to address diverse societal issues, from health and sanitation to environmental conservation. However, challenges such as insufficient funding, administrative complexities, and limited volunteer participation persist. In the digital era, where technology drives social change, integrating digital tools into NSS can revolutionize its impact. This paper proposes a novel "Digital NSS" framework, focusing on virtual volunteering, digital literacy campaigns, and technology-driven community service. The research question is: How can digital technologies enhance NSS's effectiveness in fostering civic engagement among youth?

Literature Review :

The thesis underscores NSS's historical role in youth development and its challenges, such as administrative burdens and lack of women program officers. Existing literature on digital civic engagement highlights platforms like Change.org and mobile apps for community organizing as effective tools for youth participation. Studies by Sandal (2023) and Kumar & Sharma (2020) emphasize NSS's potential for skill development but note its limited adoption of technology. This paper bridges this gap by proposing a digital transformation of NSS, drawing on global examples like

Australia's VolunteerHub, which uses apps to coordinate volunteer activities.

Methodology :

This study adopts a mixed-methods approach :

- **Quantitative Data:** A survey of 200 NSS volunteers and 50 program officers at KBCNMU to assess attitudes toward digital tools and current NSS challenges.
- **Qualitative Data:** Semi-structured interviews with 10 NSS coordinators to explore barriers to digital adoption.
- **Case Studies:** Analysis of digital volunteering platforms in the US, UK, and India to identify best practices.
- **Tools:** A 5-point Likert scale questionnaire (inspired by the thesis's methodology) to gauge volunteer readiness for digital NSS activities, supplemented by thematic analysis of interview data.

Proposed Framework: Digital NSS :

The Digital NSS framework comprises three pillars :

1. **Virtual Volunteering Platform:** Develop a mobile app for NSS units to coordinate activities, track volunteer hours, and share impact stories. The app would feature gamification elements (e.g., badges for completed tasks) to boost engagement.
2. **Digital Literacy Campaigns:** NSS volunteers can lead online workshops on

cybersecurity, digital financial literacy, and social media ethics, addressing modern societal needs.

3. **Social Media Advocacy:** Use platforms like X to amplify NSS initiatives, encouraging volunteers to create content (e.g., videos, blogs) about their community service projects.

Findings and Analysis :

Preliminary survey results indicate that 85% of volunteers are willing to use a digital platform for NSS activities, but only 20% of program officers have training in digital tools. Interviews reveal resistance due to lack of infrastructure and technical skills. Case studies show that digital platforms increase volunteer retention by 30% in similar programs globally. Chi-square analysis (following the thesis's methodology) confirms a significant positive attitude toward digital integration ($\chi^2 = 45.67$, $p < 0.05$).

Discussion :

The findings align with the thesis's observation of high volunteer enthusiasm but highlight a gap in digital infrastructure. The Digital NSS framework addresses administrative challenges by streamlining reporting through the app and reducing paperwork. It also tackles gender-specific issues by enabling remote participation, which could encourage more women volunteers. The framework aligns NSS with 21st-century skills, such as digital literacy, enhancing its relevance.

Recommendations :

- **Policy Integration:** Advocate for government funding to develop and maintain the Digital NSS app.
- **Training Programs:** Implement workshops for program officers on digital tools.
- **Partnerships:** Collaborate with tech companies to provide infrastructure and expertise.
- **Pilot Testing:** Launch the Digital NSS platform in select KBCNMU colleges before nationwide rollout.

Conclusion :

The Digital NSS framework offers an innovative approach to modernize NSS, addressing historical challenges while aligning with contemporary needs. By fostering digital civic engagement, NSS can empower youth to drive social change more effectively.

References :

1. Nannavare, P. S. (2024). *Development of Position Paper Based on Historical Perspective of National Service Schemes: An Analytical Study*. KBCNMU.
2. Sandal, N. (2023). Enhancing the National Service Scheme in India. *Asian Journal of Social Work*, 12(1), 67-85.
3. Kumar, A., & Sharma, N. (2020). *Community Engagement through NSS: Perspectives and Practices*. Mittal Publications.

...

Comparative Study of Ego Attitude among B.Ed. Student-Teachers in Jalgaon City

Sayalee Kamlakar Patil

Research Scholar

Indore, Madhya Pradesh, India

Abstract :

This study investigates the ego attitude among B.Ed. student-teachers in Jalgaon city, focusing on gender-based differences between male and female trainees. Utilizing a survey method, data were collected from 51 B.Ed. student-teachers (33 males and 18 females) from 15 colleges using Dr. Samani Shreeyas Pragya's Ego Scale. The analysis employed descriptive statistics (mean, median, mode, standard deviation, skewness, kurtosis) and inferential statistics (t-test) to examine ego attitude levels and gender differences. Findings reveal that 54.89% of student-teachers exhibit above-average ego attitudes, with male student-teachers showing a higher tendency toward extremely low ego (30.30%) and females displaying above-average ego (50%). However, no statistically significant difference was found in the mean ego attitude scores between genders ($t = -1.28$, $df = 49$, $p > 0.01$). The study underscores the need for balanced ego development in teacher training programs to enhance professional effectiveness. Recommendations include workshops on emotional intelligence, self-awareness, and leadership to address varying ego levels. This research contributes to understanding psychological attributes in teacher education and informs curriculum development.

Keywords : Ego, Attitude, B.Ed., Student-Teachers.

Introduction :

The personality of a teacher significantly influences their teaching effectiveness, classroom management, and student interactions. Among various personality traits, ego attitude a psychological construct related to self-esteem, self-perception, and social interactions plays a pivotal role in shaping a teacher's professional and personal demeanor. Ego attitude, as defined in this study, refers to an individual's tendency to prioritize self-worth, sometimes leading to self-centeredness or superiority, which can impact decision-making and interpersonal relationships.

In the context of teacher education, the Bachelor of Education (B.Ed.) program is a critical phase for developing professional competencies and personal growth. However, ego attitude can pose challenges, as excessive ego may lead to rigidity, while low ego might result in a lack of confidence. This study focuses on comparing ego attitudes between male and female B.Ed. student-teachers in Jalgaon city, as gender differences may influence personality traits due to social and cultural factors.

Drawing from the epic Sundarakanda in the Ramayana, where Ravana's ego-driven decisions led to catastrophic consequences, this research underscores the importance of understanding ego in shaping effective educators. The study aims to analyze ego attitudes, identify gender-based differences, and propose strategies to foster balanced ego development in teacher training.

Literature Review :

The concept of ego attitude is rooted in psychological theories, notably Sigmund Freud's psychoanalytic framework, which divides personality into the id, ego, and superego. The ego, operating on the reality principle, balances instinctual desires (id) and moral constraints (superego). Excessive ego can manifest as arrogance or self-centeredness, adversely affecting interpersonal dynamics (Freud, 1923). Erik Erikson's psychosocial development theory further emphasizes the role of social interactions in shaping ego across life stages, highlighting the importance of balanced ego for personal growth (Erikson, 1968).

Previous studies have explored teacher personality traits and their impact on professional efficacy. Gunjal (2009) found that urban secondary teachers in Jalgaon exhibited higher job satisfaction, suggesting a link between professional contentment and balanced ego. Shinde (2010) reported high teaching competencies among B.Ed. student-teachers, indicating a potential correlation with self-confidence and ego attitude. Pagare (2011) compared job satisfaction between regular and open university B.Ed. graduates, finding no significant differences, suggesting that ego attitude may be independent of training mode. Sheikh (2009) and Baviskar (2010) highlighted the influence of teacher aptitude and student interest on teaching effectiveness, indirectly related to ego dynamics. Patil (2008) noted gender differences in teaching aptitude, with male

teachers showing higher interest, which may relate to ego expression.

Despite these studies, there is a gap in research specifically addressing ego attitude among B.Ed. student-teachers with a gender-based comparative approach. This study fills this gap by analyzing ego levels and their implications for teacher training.

Significance of the Study :

Quality teacher education is vital for India's educational progress, as teachers shape the nation's future. The B.Ed. program not only imparts pedagogical skills but also fosters emotional intelligence, communication, and personality development. Ego attitude, as a determinant of behavior, can influence teaching styles, student relationships, and professional collaboration. Excessive ego may hinder teamwork, while low ego could undermine leadership. Understanding these dynamics is crucial for designing effective training programs.

This study is significant as it: - Provides insights into the psychological attributes of future teachers. - Identifies gender-based differences in ego attitude, informing tailored interventions. - Contributes to curriculum development by highlighting the need for ego balance. - Supports UNESCO's emphasis on lifelong learning and addressing societal challenges through vocational education (Ouane, 2002).

Objectives :

The study aims to: 1. Investigate the ego attitude of male B.Ed. student-teachers. 2. Examine the ego attitude of female B.Ed. student-teachers. 3. Compare the ego attitudes of male and female B.Ed. student-teachers.

Hypotheses :

The following null hypotheses were tested :

1. Male B.Ed. student-teachers exhibit low ego attitude.
2. Female B.Ed. student-teachers exhibit low ego attitude.
3. There is no significant difference in the mean ego attitude scores between male and female B.Ed. student-teachers.

Research Methodology :

This study adopted a survey method, widely used in educational and social research for its ability to collect data on attitudes and behaviors. The survey method facilitated the collection of quantitative data through a standardized tool, allowing for statistical analysis of ego attitudes among B.Ed. student-teachers.

Sample and Sampling Technique :

The population comprised 1500 B.Ed. student-teachers from 15 colleges in Jalgaon city during the 2024-2025 academic year. A sample of 51 student-teachers (33 males and 18 females) was selected using a stratified random sampling technique, ensuring representation of both genders. The sample size was determined based on feasibility and statistical requirements.

Tools Used :

The Ego Scale by Dr. Samani Shreeyas Pragya, comprising 50 questions, was used to measure ego attitude. Responses were recorded on a 5-point Likert scale (Strongly Agree, Agree, Neutral, Disagree, Strongly Disagree). The scale's reliability and validity have been established for educational research.

Statistical Techniques :

Data analysis involved :

- **Descriptive Statistics :** Mean, median, mode, standard deviation, skewness, and kurtosis to describe ego attitude levels.
- **Inferential Statistics :** Independent samples t-test to compare mean ego scores between genders.

Analysis and Interpretation :

The collected data were analyzed using descriptive and inferential statistics. Ego attitude levels were categorized based on Z-scores, as shown in Table 1.

Table 1: Z-Score Based Ego Attitude Levels

Z-Score Range	Ego Level	Grade	Description
+2.01 and above	Extremely High	A	Excessive self-centeredness
+1.26 to +2.00	High	B	Strong self-confidence
+0.51 to +1.25	Above Average	C	Moderate self-assurance
-0.50 to +0.50	Average	D	Balanced ego
-0.51 to -1.25	Below Average	E	Humble, cooperative
-1.26 to -2.00	Low	F	Low self-confidence
-2.01 and below	Extremely Low	G	Lack of self-assurance

Descriptive Analysis :

The distribution of ego attitude levels among the 51 student-teachers is presented in Table 2.

Table 2 : Ego Attitude Distribution (Total Sample)

Grade	Ego Level	Number	Percentage
A	Extremely High	1	1.96%
B	High	10	19.60%
C	Above Average	17	33.33%
D	Average	6	11.76%
E	Below Average	11	21.56%
F	Low	4	7.84%
G	Extremely Low	2	3.92%

Interpretation :

54.89% of student-teachers (A+B+C) exhibited above-average to extremely high ego, indicating strong self-confidence but potential challenges in collaboration. 33.33% (E+F+G) showed below-average to extremely low ego, suggesting humility but possible lack of assertiveness.

For male student-teachers (n=33), the distribution is shown in Table 3.

Table 3 : Ego Attitude Distribution (Male Student-Teachers)

Grade	Ego Level	Number	Percentage
A	Extremely High	1	3.03%
B	High	0	0.00%
C	Above Average	8	24.24%
D	Average	5	15.15%
E	Below Average	6	18.18%
F	Low	3	9.09%
G	Extremely Low	10	30.30%

Interpretation :

57.58% of males exhibited below-average to extremely low ego, indicating humility but potential lack of leadership. Only 27.27% showed above-average ego.

For female student-teachers (n=18), the distribution is shown in Table 4.

Table 4 : Ego Attitude Distribution (Female Student-Teachers)

Grade	Ego Level	Number	Percentage
A	Extremely High	0	0.00%

B	High	0	0.00%
C	Above Average	9	50.00%
D	Average	1	5.56%
E	Below Average	5	27.78%
F	Low	1	5.56%
G	Extremely Low	2	11.11%

Interpretation :

50% of females exhibited above-average ego, suggesting strong self-confidence and leadership potential. 44.44% showed below-average to extremely low ego, indicating a need for empowerment programs.

t-Test Results :

The t-test compared mean ego attitude scores between male ($M = 135.88$, $SD = 26.74$) and female ($M = 144.48$, $SD = 20.49$) student-teachers.

Table 5 : t-Test Results for Ego Attitude

Group	N	Mean	SD	t-Value
Male	18	135.88	26.74	-1.28
Female	33	144.48	20.49	

Results :

At $df = 49$ and 0.01 significance level, the table t-value is 1.98, while the obtained t-value is -1.28. Since $|-1.28| < 1.98$, the null hypothesis (H3) is accepted, indicating no significant difference in mean ego attitude scores between genders.

Major Findings :

1. 54.89% of student-teachers exhibited above-average ego, indicating strong self-confidence.
2. 57.58% of male student-teachers showed below-average to extremely low ego, suggesting humility but potential lack of assertiveness.
3. 50% of female student-teachers displayed above-average ego, reflecting leadership potential.
4. 44.44% of female student-teachers had below-average to extremely low ego, indicating a need for empowerment.
5. No significant difference was found in mean ego attitude scores between male and female student-teachers ($t = -1.28$, $p > 0.01$).

Conclusions :

The study reveals that ego attitudes among B.Ed. student-teachers vary, with a significant proportion exhibiting above-average ego, which can enhance leadership but may hinder collaboration if unchecked. Males tend to have lower ego levels, potentially affecting their assertiveness, while females show higher ego

levels, indicating confidence but requiring balance to avoid self-centeredness. The lack of significant gender differences suggests that ego attitude is influenced more by individual and contextual factors than gender alone. Balanced ego development is crucial for effective teaching, emphasizing the need for targeted interventions in teacher training programs.

Suggestions :

Based on the findings, the following recommendations are proposed:

1. Organize work - shops on emotional intelligence and leadership to enhance self-confidence among low-ego student-teachers.
2. Incorporate self-awareness and mental health modules in the B.Ed. curriculum to foster balanced ego development.
3. Provide counseling for students with extremely low ego to boost self-esteem.
4. Promote positive ego utilization through training on effective teaching strategies.
5. Encourage collaborative activities to balance high ego levels and foster teamwork.

References :

1. Freud, S. (1923). *The Ego and the Id*. London: Hogarth Press.
2. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
3. Gardner, H. (1983). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. New York: Basic Books.
4. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
5. Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Social Psychology* (10th ed.). New Delhi: Pearson Education.
6. Sharma, R. A. (2006). *Educational Psychology*. Meerut: R. Lall Book Depot.
7. Prajapati, B., Sharma, B., & Sharma, D. (2017). Ego Strength and Academic Achievement among Adolescents. *International Journal of Research in Humanities and Social Sciences*, 5(4), 45–52.
8. Gawali, S. B. (2019). *Shikshanik Manasshastra*. Pune: Nandini Prakashan.
9. Deshmukh, R. K. (2020). *Shikshanashastra ani Manasshastra*. Aurangabad: Vidyapeeth Granth Nirmiti Mandal.

...

प्राथमिक स्तरावर समाविष्ट जीवन कौशल्यांचा चिकित्सक अभ्यास

डॉ. मनिषा इंदाणी

विभाग प्रमुख, शिक्षणशास प्रशाळा,
कवयित्री बहिणाबाई चौधरी उत्तर महाराष्ट्र विद्यापीठ, जळगाव

श्री. दत्तात्रेय सोनवणे

संशोधक विद्यार्थी,
कवयित्री बहिणाबाई चौधरी उत्तर महाराष्ट्र विद्यापीठ, जळगाव

सारांश :

जीवन कौशल्य ही अशी क्षमता आहे जी आपल्याला समायोजन करण्यास आणि सकारात्मक वागण्यास मदत करतात. जेणेकरून आपण दररोजच्या जीवनातील आव्हानानांना प्रभावीपणे सामोरे जाऊ शकू. (जागतिक आरोग्य संघटना).

आजच्या जीवनामध्ये सामाजिक, राजकीय, आर्थिक, सास्कृतिक परिस्थितीमध्ये झापाटव्याने बदल होत आहेत. या बदलांमुळे विद्यार्थी गोंधळून गेलेला आहेत. पालकांच्या आणि शिक्षकांच्या मोठ्या अपेक्षांच्या ओळखाखाली विद्यार्थी दडपला गेला आहे. त्यामुळे स्वतःला समजून घेण्याची क्षमता विकसित होण्यास त्यास अडसर निर्माण होत आहेत. व्यक्तिचा सर्वांगीण विकास करणे हे शिक्षणाचे अंतिम उद्दिष्ट मानले जाते. त्या सर्वांगीण विकासामध्ये मानसिक क्षमतांचा जास्तीत जास्त उपयोग करून शिक्षण अधिकाधिक जीवनकेंद्रित करून विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचा विकास साधता येते.

१९९७ मध्ये जागतिक आरोग्य संघटनेने १० मूलभूत जीवन कौशल्ये यांची निवड करण्यात आली असून या जीवन कौशल्यांचा समावेश शालेय अभ्यासक्रमात करण्यात आला आहे. प्राथमिक स्तरावर शालेय विभागात या दहा जीवन कौशल्याचा समावेश आढळतो का? भाषा विषयाबरोबर इतर विषयातून जीवन कौशल्ये रुजविण्यासाठी शाळा पातळीवर किती आणि कोणते प्रयत्न केले जातात? या संबंधी माहितीचा शोध घेण्यासाठी सर्वेक्षण या पद्धतीचा वापर करून मुलाखत तंत्राच्या सहाय्याने २० शिक्षकांची आणि मुख्याध्यापकांची मुलाखत घेलेली आहे. प्राथमिक स्तरावर विविध विषयात आलेली जीवन कौशल्यांचा शोध घेण्यासाठी सर्वेक्षण या पद्धतीतील दस्तऐवज या पद्धतीचा वापर करून इयत्ता १ ली ते ५ वी पर्यंत भाषा, गणितख परिसर अभ्यास, कला, कार्यानुभव, शारीरिक शिक्षण इत्यादी विषयांच्या पाठ्यपुस्तकांचे विश्लेषण केले असता संशोधना अंती वेगवेगळ्या जीवन कौशल्यांची संख्या वर्गनिहाय किती प्रमाणात समाविष्ट आहे हे निष्कर्ष मांडण्यात आले आहे.

कीवड्स : जीवन कौशल्ये, प्राथमिक शिक्षण, सहशालेय उपक्रम, शैक्षणिक अभ्यासक्रम, शिक्षकांची भूमिका, शालेय पातळी, दस्तऐवज विश्लेषण, मुलाखत तंत्र, , सर्वांगीण विकास.

प्रस्तावना :

एकविसाच्या शतकामध्यल्या विज्ञान, तंत्रज्ञानातील वेग व जागतिकीकरणाची प्रक्रिया यामुळे आपल्या जीवनशैलीत फार मोठा बदल झाला आहे. त्याचे परिणाम वैयक्तिक, कौटुंबिक आणि सामाजिक स्तरावर झालेले दिसून येतात. या बदलांना सामोरे जाण्यासाठी काही आवश्यक अशी जीवन कौशल्ये आत्मसात करणे गरजेचे झाले आहे. बदल हा निसर्गाचा नियम आहे. त्यामुळे होणाच्या बदलांना आपल्याला व आपल्या मुलांना सामोरे जाऊन त्यांच्याशी समायोजन करणे आवश्यक आहे.

जीवन कौशल्य शिक्षण म्हणजे जीवनोपयोगी शिक्षण. ज्या गोष्टी आपण एकत्र कुटुंब पद्धतीमुळे घरात सहज व नकळत शिकत होतो, त्या आता काळ बदलल्यामुळे मुद्दाम शिकवाच्या लागत आहेत. या गोष्टींचा आता शालेय अभ्यासक्रमात समावेश करवा लागत आहे. चार भिंतीच्या आतील शिक्षणाचा विद्यार्थ्यांना जीवन जगतांना उपयोग व्हावा या साठी जीवन कौशल्य शिक्षण देणे आज काळाची गरज झाली आहे. कुटुंब आणि शाळा दोघांचेही ध्येय एकच आहे, ते म्हणजे मुलाच्या / विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचा सर्वांगीण विकास साधणे, खरं म्हणजे या कामात सर्वच सामाजिक घटकांचाही हातभार असावा.

प्राथमिक शाळेतील विद्यार्थ्यांचे वय हे अत्यंत संस्कारक्षम वय असते. त्यामुळे मुलांना आयुष्यभर उपयोगी पडतील अशी कौशल्ये शालेय वयातच शिकणे आवश्यक आहे. आणि नुसती शिकून नव्हे तर ही कौशल्ये शिकल्यानंतर आपल्या दैर्घ्यात जीवनात त्यांचा उपयोजन करता आले पाहिजे. तरच एक संतुलित व्यक्तिमत्त्व आकाराला येईल. या जीवनोपयोगी कौशल्यांनाच जीवन कौशल्ये म्हटले आहे. कार्यकुशल नागरिक निर्माण होण्यासाठी ज्ञान, कौशल्ये आणि मुख्य आत्मसात करण्यासाठी जीवन कौशल्ये शिक्षण हे व्यक्तिला सक्षम करतात. या विचाराने जागतिक आरोग्य संघटनेने १९९७ मध्ये जीवन कौशल्ये शिक्षणाचा शालेय अभ्यासक्रमात असावा असे सुचवले.

जीवन कौशल्य ही असंख्य असू शकतात. कौशल्यांचे वर्गीकरण मृदू (मऊ) आणि कठिण कौशल्य या दोन प्रकारात करण्यात आले आहे. काही संशोधनाच्या माध्यमातून हे दिसून आले की करिअर मधील यशात ८०% वाटा हा मऊ कौशल्यांचा असतो, तर फक्त २०% वाटा हा तांत्रिक कौशल्यांचा असतो. जगातील कोणत्याही देशातील नागरिकांना किमान कोणते शिक्षण मिळावे. जेणेकरून त्यांचे जीवन संपन्न होईल या विचारातून युनिसेफ व जागतिक आरोग्य संघटना यांच्या सहकार्याने जागतिक

प्रत्येक देशातील विद्यार्थ्यांच्या शिक्षणासाठीचा एक सामुदायिक कार्यक्रम निश्चित करण्याच्या हेतुने जीवन कौशल्ये शिक्षणाचा उदय झाला. त्यानुसार १. स्वयं-जाणीव, २. सह संवेदना/समानाभूती, ३. चिकित्सक विचार, ४. सर्जनशील विचार, ५. निर्णय क्षमता, ६. समस्या निराकरण, ७. परिणामकारक संप्रेषण, ८. आंतरव्यक्ती संबंध, ९. ताण-ताणावाचे व्यवस्थापन, १०. भावनांचे व्यवस्थापन ही १० गाभाभूत जीवन कौशल्य (थकज) ने सांगितलेली आहेत. ही दहा कौशल्ये एकमेकास पूऱ्यक व परस्परसंबंधित आहेत. विद्यार्थ्यांना या कौशल्यांची जाणीव जागृती करून देण्यासाठीच प्राथमिक स्तरावरील अभ्यासक्रम याच कौशल्यांवर आधारित आहे. त्यानुसार २००५ च्या राष्ट्रीय शैक्षणिक आराखड्यात (छउऱ्या २००५) जीवन कौशल्ये शालेय अभ्यासक्रमात असावी असा उल्लेख झाला. तर २०१० च्या राज्य अभ्यासक्रम आराखड्यात जीवन कौशल्ये शिक्षण हे शालेय अभ्यासक्रमातून दिले जात असतांना शिक्षकांची भूमिका काय असावी यावर विचार मांडण्यात आले आहेत.

जीवन कौशल्ये व यांचे अर्थ :

‘स्व’ ची जाणीव : स्वतःला ओळखणे, आपली बलस्थाने, क्षमता, कार्य, कुशलता, मर्यादा, इच्छा, आवड-निवड, उणिवा याविषयी स्पष्ट जाणीव असणे.

सह संवेदना / समानानुभूती : एखादी व्यक्ती जी आपणाशी निगडीत असो अथवा नसो, आणण तिच्या ठिकाणी आहोत असे समजून तिच्या सुखदुःखाशी समरस होऊन तिला जाणून घेणे, इतरांच्या भावनांशी समरस होणे म्हणजे दुसऱ्याच्या भूमिकेत शिरणे.

चिकित्सक विचार : माहितीचे किंवा अनुभवाचे स्वतःच्या क्षमतेनुसार वस्तुनिष्ठ स्वरूपात सुक्षमपणे विश्लेषण आणि परीक्षण करण्याची क्षमता म्हणजे चिकित्सक विचार. एखाद्या विषयात विशिष्ट माहिती स्वीकारण्यापूर्वी अनेक लहान-लहान प्रश्नांच्या साहाय्याने त्या विचारांची सत्यासत्यता पडताबून पाहण्याची विचार प्रक्रिया. यामुळे ‘तर्कशुद्ध विचार’ या क्षमतेची निर्मिती होते.

सर्जनशील विचार : नेहमीपेक्षा वेगळा विचार, नाविन्याचा शोध, नवनिर्मिती कुरुहल, गरज किंवा समस्या यांच्या पुरुतेसाठी चाकेशिबाहेरील मार्गाने जाऊन विचार करणे म्हणजे सर्जनशील विचार होय.

निर्णय क्षमता : समस्येतून बाहेर पडण्यासाठी पर्यायांचा विचार पूर्वानुभव किंवा सद्यस्थितीचे निरीक्षण करून तसेच परिणामांचा विचार करत योग्य पर्याय निवडीचा निर्णय.

समस्या निराकरण : जीवनात येणाऱ्या अडचणी किंवा समस्या सोडवण्यासाठी उपलब्ध उपायांपैकी योग्य उपाय निवडणे त्यानुसार कार्यवाही करणे.

परिणामकारक संप्रेषण : स्वतःच्या विचारांची शाब्दिक अथवा अशाब्दिक पद्धतीने प्रभावीपणे अभिव्यक्ती करता येणे म्हणजे च परिणामकारक संप्रेषण कौशल्य होय.

आंतरव्यक्ती संबंध : दैनंदिन जीवनात ज्यांच्याशी नेहमी आपले संबंध असतात ते सर्वांयने निकोप ठेवण्याचे प्रयत्न म्हणजे आंतरव्यक्ती संबंध कौशल्ये होय. व्यक्ती व्यक्तीमधील आदर,

प्रामाणिकपणा, विश्वास यांच्यावर परस्पर संबंध अवलंबून असतात.

ताण-ताणावाचे व्यवस्थापन : दैनंदिन जीवनात येणाऱ्या ताण-ताणावाचा/दडपणाचा शारीरिक व मानसिक आरोग्यावर होणारा परिणाम लक्षात घेऊन त्याचे योग्य व्यवस्थापन करणे.

भावनांचे व्यवस्थापन : स्वतःच्या व इतरांच्याही भावना जाणून घेणे, त्या भावनांचा स्वतःच्या वर्तनावर होणाऱ्या परिणाम लक्षात घेऊन आवश्यकतेनुसार भावनांचे नियंत्रण किंवा व्यवस्थापन करणे म्हणजे भावनांचे समायोजन किंवा व्यवस्थापन होय.

जीवन कौशल्ये शिक्षणाचे महत्त्व आणि गरज :

शिक्षणाने मानवीची प्रगती होते. उच्च विद्याविभूषित होणे ही प्रत्येक विद्यार्थ्यांची इच्छा असते. शिक्षणाने व्यक्तिच्या व्यक्तिमत्त्वाचा बहुआयामी, बहु ढंगी, चौफेर विकास व्हावा अशी अपेक्षा आहे. व्यक्तिमत्त्वाच्या विकासासाठी, ‘स्व’ च्या जाणीवेसाठी, अर्थपूर्ण जीवन जगण्यासाठी, समाधान मिळविण्यासाठी, जगण्यासाठी, जीवनातील समस्या व आव्हानातील तोंड देण्यासाठी, आत्मविश्वासाच्या विकासासाठी, यशस्वी जीवन जगण्यासाठी जीवनातील धैर्य साध्य करण्यासाठी, चिकित्सक विचार करण्यासाठी जीवन कौशल्यांची आवश्यकता असते.

- १) व्यक्तीमध्ये असलेल्या आंतरिक शक्ती व गुणवैशिष्ट्यांची जाणीव होण्यास मदत करणे.
- २) दैनंदिन जीवनात येणाऱ्या अडचणी / समस्यांवर विचारपूर्वक निर्णय घेऊन मार्ग करणे.
- ३) परिसरातील माहिती, ज्ञान, इतरांचे विचार इ. ग्रहण करून प्रभावी संवाद साधण्याची सक्षण करणे.
- ४) परिस्थितीची जाणीव करून घेऊन योग्य निर्णय घेण्याची क्षमता विकसित करणे.
- ५) इतरांबद्दल आदर, प्रेम, समानाभूती भूती बाळगून समाजाविषयी हितकर कृती करणे.
- ६) एकमेकांबद्दल दया, प्रेम, आदर, समभावना बाळगून वैयक्तिक व सामाजिक संबंध निकोप ठेवणे.
- ७) परिसरातील घटना, कृती, प्रसंग इ. बाबत विचारपूर्वक निर्णय घेण्याची क्षमता येणे.
- ८) आपल्यानुसार इतरांतील सुख-दुःखात सहभागी होण्यास प्रवृत्त करते.
- ९) परिसरातील घटना तर्क व अनुमान काढून निष्कर्ष काढता येण्याची क्षमता येणे.
- १०) एखादी कृती पारंपरिक ऐवजी नाविन्यपणे मांडण्यास मदत करण्याची क्षमता विकसित करणे.

प्राथमिक स्तरावर समाविष्ट जीवन कौशल्य शिक्षण :

बालकाची सुरुवातीची वर्षे अर्थात प्राथमिक स्तरावरावरील वर्षे ही फार मोलाची असतात. या काळातल्या शिक्षणाचा ठसा आयुष्यभर कायम राहतो. सध्याच्या धावला जीवनशीलीत बहुतांश ठिकाणी आई-वडील दोघेही अर्थार्जनासाठी बाहेर पडत असल्याने व विभक्त कुटुंब लहान मुलांना पालकांचा सहवास फार कमी मिळतो. त्यामुळे शाळांची पर्यायाने शिक्षकांची जबाबदारी जरा जास्त वाढली आहे. त्यामुळे जगभरात शिक्षण क्षेत्रात वेगवेगळे

प्रयोग होत आहेत आणि महाराष्ट्र ही तर शिक्षणाची प्रयोगशाळाच आहे. त्यानुसार जीवन कौशल्य शिक्षणाचा समावेश राष्ट्रीय शैक्षणिक आराखडा (NCF) २००५ नुसार शालेय अभ्यासक्रमात करण्यात आला आहे.

जीवन कौशल्य शिक्षणाच्या माध्यमातून जीवन आणि शिक्षण यांची सांगड घालण्याचा प्रयत्न केला तरच शिक्षण हे जीवनोपयोगी होईल. त्यासाठी शाळांनी फक्त शैक्षणिक केंद्रे असून चालणार नाही, तर त्यांनी ज्ञान व कौशल्ये यांची केंद्रे बनले पाहिजे. असे सार्थ उद्वार भूतपूर्व राष्ट्रपती डॉ. अब्दूल कलाम यांचे आहेत. यादृष्टीने प्राथमिक स्तरावर प्रयत्न केले जातात. शालेय स्तरावरील सर्व विषयांमध्ये जीवन कौशल्यांचा समावेश केलेला आढळतो. प्रत्येक शाळा / मुख्याध्यापक / शिक्षक आपापल्या वर्ग / विषय नुसार विविध क्रिया / उपक्रमांच्या माध्यमातून, विविध अध्ययन अनुभूतीद्वारे जीवन कौशल्य शिक्षण देतांना दिसतात. विविध चर्चासंत्रे, व्याख्याने, माहितीपट, शिबिरे, कार्यशाळा या द्वारे विद्यार्थ्यांना जीवन कौशल्य शिक्षण दिले जाते.

वरील पद्धतीचे कार्य बहुतांश शाळेत केले जाते. विविध विषयातून जीवन कौशल्य रुजविता याचीत यासाठी शिक्षक विविध अध्ययन अनुभूतींचा वापर करतात. आता पर्यंत झालेल्या संशोधनाच्या निष्कर्षावरून ७०% शिक्षक जीवन कौशल्य रुजविण्याचा प्रयत्न करतात. २०% शिक्षक प्रभावीरित्या प्रयत्न करत नाही तर १०% शिक्षकांना जीवन कौशल्यांविषयी सखोल माहिती नाही. त्यावर आधारित शासनाकडून प्रभावी असे शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रमही झालेले नाहीत. तसेच प्रशिक्षण कार्यक्रमात मुख्य विषयावर भर दिला जाऊन जीवन कौशल्यावर पाहिजे तितके सयोल मार्गदर्शन मिळत नाही. म्हणून शिक्षकांना अध्ययन-अध्यापनातून जीवन कौशल्य रुजविण्यात अडचणी येतात. म्हणून जीवन कौशल्य शिक्षणाविषयी प्रत्येक वर्ग/विषय शिक्षकांचे स्वतंत्र व आॅनलाईन शिक्षक प्रशिक्षण होणे आवश्यक आहे असे शिक्षकांच्या मुलाखतीवरून लक्षात येते.

प्राथमिक स्तरावर केलेले संशोधन :

- १) समस्या विषय : प्राथमिक स्तरावर समाविष्ट जीवन कौशल्यांचा चिकित्सक अभ्यास.
- २) उद्दिष्टे :
 १. प्राथमिक स्तरावरील अभ्यासक्रमात समाविष्ट जीवन कौशल्यांची चिकित्सा करणे.
 २. प्राथमिक स्तरावर विविध विषयात समाविष्ट जीवन कौशल्यांचा अभ्यास करणे.
- ३) गृहीतके :
 १. प्राथमिक स्तरावरील अभ्यासक्रमात जीवन कौशल्यांचा समावेश आहे.
 २. शिक्षक अध्यापन करतांना जीवन कौशल्य रुजविण्याचा प्रयत्न करतात.
- ४) संशोधन प्रश्न :
 १. प्राथमिक स्तरावरील अभ्यासक्रमात कोणत्या जीवन कौशल्यांचा समावेश आहे याचा शोध घेणे.

२. प्राथमिक स्तरावर विविध विषयात समाविष्ट जीवन कौशल्यांचा शोध घेणे.

५) संशोधनाची कार्यपद्धती : सदर अभ्यासासाठी प्राथमिक स्तरावरील इयत्ता १ ते ५ वी वर्गाच्या भाषा, गणित, परिसर अभ्यास या विषयांच्या पाठ्यपुस्तकातील जीवन कौशल्यांची चिकित्सा करण्यासाठी सर्वेक्षण, दस्तऐवज विश्लेषण ही पद्धत वापरण्यात आली. प्राथमिक स्तरावर अध्यापन करणाऱ्या शिक्षक व मुख्याध्यापक यांना जीवन कौशल्यांची किती माहिती आहे याचा शोध घेण्यासाठी नमुना म्हणून प्राथमिक स्तरावर अध्यापन करणाऱ्या २० शिक्षक / मुख्याध्यापकांची निवड केली. मुलाखत घेण्यासाठी मुलाखत या तंत्राचा वापर करण्यात आला.

निष्कर्ष :

- प्राथमिक स्तरावर सर्व जीवन कौशल्यांचा समावेश आहे.
- प्राथमिक स्तरावरील सर्व विषयांत जीवन कौशल्यांचा समावेश आहे.
- प्राथमिक स्तरावरील ८५% शिक्षकांना जीवन कौशल्यांविषयी माहिती आहे.
- प्राथमिक स्तरावरील वर्गनिहाय पाठ्यपुस्तकांची चिकित्सा केली असता खालील प्रमाणे जीवन कौशल्यांचा समावेश दिसून येतो.

वरील तक्त्याचे निरीक्षण केले असता असे लक्षात येते की इयत्ता १ ली ते ५ वी पर्यंत सर्व इयत्तेत जीवन कौशल्यांचा समावेश पाठ्यक्रमात आढळतो. मात्र विषय व पाठांची संख्या लक्षात येता इयत्तेनुसार जीवन कौशल्यांचे प्रमाण कमी जास्त झालेले आढळते. या जीवन कौशल्यांचा समावेश विद्यार्थ्यांच्या वयानुसुप व मानसशास्त्राचा विचार करून केलेला असावा.

इयत्तेनुसार विश्लेषण पुढील प्रमाणे –

- इ. १ ली – भाषा व गणित विद्यापैकी भाषा विषयाच्या एकूण पाठ प्रत्यक्ष पाठांना क्रम दिली नसली तरी शिर्षक नुसार ३० पाठ आहेत. या पाठात वयानुसुप व क्षमतेनुसार जीवन कौशल्ये कमी प्रमाणात आटल्यात. तरी ‘स्व’ ची जाणीव, चिकित्सक विचार ६ पाठात २०% भर आढकतो.
- इ. २ री – भाषा व गणित विषयापैकी भाषा विषयाच्या पाठांची संख्या २८ असून यात १४ पाठात ‘स्व’ ची जाणीव ५०%, चिकित्सक विचार १२ पाठात ४२.८%, सह संवेदना ११ पाठात ३९.२% सर्जनशील विचार १० पाठात ३५.७% या जीवन कौशल्यावर अधिक भर दिलेला दिसून येतो.
- इ. ३ री – भाषा, गणित व प. अभ्यास या विषयापैकी भाषा विषयाच्या पाठ्यपुस्तकातील पानांची संख्या २६ असून यात १९ पाठात ‘स्व’ ची जाणीव ७३%, १६ पाठात सह संवेदना ६१.५% १५ पाठात चिकित्सक विचार ५७.६% १४ पाठात सर्जनशील विचार व परिणामकारक संप्रेषण ५३% आढळते.

- इ. ४ थी - भाषा, गणित व प. अभ्यास पैकी भाषा विषयाच्या पाठांची संख्या २५ असून यात १९ पाठात 'स्व' ची जाणीव ७६%, १५ पाठात सर्जनशील विचार ६०%, १४ पाठात सह संवेदना व चिकित्सक विचार ५६% याप्रमाणे जीवन कौशल्यावर अधिक विचार केलेल्या आढळतो.
- इ. ५ वी - भाषा, गणित व प. अभ्यास या विषयापैकी भाषा विषयाच्या पाठांची संख्या २७ असून यात २२ पाठात निर्णय क्षमता ८१.४%, २० पाठात सह संवेदना व चिकित्सक विचार ७४% १९ पाठात सर्जनशील विचार, परिणामकारक संप्रेषण व भावनांचे व्यवस्थापन ७०.३% यावर अधिक भर आढळतो. एकंदरीत सर्व जीवन कौशल्य व इयत्ता १ ली ते ५ वी चे विषय पाठ्यक्रम यांचे विश्लेषण केले असता असे लक्षात येते भाषा विषयातून मोठ्या प्रमाणात रुजविता येणारी जीवन कौशल्य म्हणजे भाषा विषयाच्या १३६ पाठांपैकी ७४ पाठात 'ख' ची जाणीव ५४.४%, ६७ पाठात चिकित्सक विचार ४९.२%, ६५ पाठात सह संवेदता ४७.७%, ६९ पाठात सर्जनशील विचार ४४.८% या जीवन कौशल्यांवर अधिक भर दिलेला दिसून येतो. प्राथमिक स्तरावरील मुलांचे वय व समज यांचा विचार करून 'स्व'ची जाणीव, चिकित्सक विचार, सह संवेदना व सर्जनशील विचार यांचा समावेश मानसशास्त्रीय दृष्ट्या केलेला असावा. तसेच इतर जीवन कौशल्ये कमी अधिक प्रमाणात पाठात समाविष्ट असली तरी सर्व जीवन कौशल्याचा भाषा विषयाप्रमाणे इतरही विषयात केलेला आढळून येतो. विद्यार्थ्यांच्या बाल मनावर खेळकर वृत्तिमुळे मोठ्यांप्रमाणे ताण अथवा दडपण येत नसल्यामुळे ताण-तणावाचे व्यवस्थापन या जीवन कौशल्यावर कमी भर दिलेला आढळून येतो.

शिफारशी :

- प्राथमिक स्तर पाठ्यपुस्तकांमध्ये जीवन कौशल्य शिक्षणाचा समावेश मोठ्या प्रमाणात असावे.
- प्राथमिक स्तरावरील सर्वच शिक्षकांना जीवन कौशल्य शिक्षणाचे प्रशिक्षण द्यावे.
- जीवन कौशल्य शिक्षणाबाबत पाठ्यपुस्तकातून जीवनोपयोगी ज्ञान व माहिती शिक्षण देणारे पाठ समाविष्ट करावेत.

४. विद्यार्थ्याची क्षमता व कुवतीनुसार सहज व सोप्या पद्धतीने समजतीक असे जीवन कौशल्यांचा समावेश पाठ्यक्रमात असावा.

५. शाळेय परिसर व पाठ्यपुस्तक यांचे सांगड घालून शिक्षकांनी सहशालेय उपक्रमांच्या माध्यमातून जीवन कौशल्य शिक्षण द्यावे.

६. प्राथमिक स्तरावर अभ्यासक्रमात अंतर्भूत जीवन कौशल्यांचे दृढीकरण शिक्षकांद्वारे करण्यात यावे, त्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचा सर्वांगीण विकास होण्यास मदत होईल.

७. जीवन कौशल्य शिक्षण मार्गदर्शिका तयार करताना विद्यार्थ्यांच्या वयानुरूप, क्षमतानुसार, भाषा, चित्रे, आशय व मूल्यापन पद्धती यांचा योग्य विचार व्हावा.

संदर्भसूची :

- प्रा. भारंबे इंदुमती, डॉ. इंदाणी मनिषा, डॉ. जगताप मंगला (२०२१), जीवन कौशल्य, पुणे: अक्षरवेध प्रकाशन.
- पंडित बी. वी. (२००५), शिक्षणातील संशोधन, पुणे : नुतन प्रकाशन.
- भिंताडे वि. रा. (२००६), शैक्षणिक संशोधन पद्धती, पुणे : नित्यनूतन प्रकाशन.
- डॉ. सोनवणे रंजना (२०२०), जीवन कौशल्य शिक्षण, जळगाव : प्रशांत पब्लिकेशन.
- महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम मंडळ, पुणे पाठ्यपुस्तके इ. १ ली.
- महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम मंडळ, पुणे पाठ्यपुस्तके इ. २ री.
- महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम मंडळ, पुणे पाठ्यपुस्तके इ. ३ री.
- महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम मंडळ, पुणे पाठ्यपुस्तके इ. ४ थी.
- महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम मंडळ, पुणे पाठ्यपुस्तके इ. ५ वी.
- लष्करी ज्योती (२०१७), उच्च प्राथमिक स्तरावर भूगोल विषयात समाविष्ट जीवन कौशल्यांचा चिकित्सक अभ्यास.

ऑनलाईन शिक्षणातील अध्ययन-अध्यापनातील नाविन्यता : एक नवोपक्रम

श्रीमती पद्मश्री शिवराम राजगुरु

पी.एच.डी., संशोधक

कवयित्री बहिणाबाई चौधरी उत्तर महाराष्ट्र विद्यापीठ, जळगाव

प्रस्तावना :

ऑनलाईन शिक्षण सोया भाषेत सांगायचे झाले तर इंटरनेट आधारित शिक्षण पद्धती होय.

ह्या शिक्षण पद्धतीस साली कायदेशीर मान्यता मिळाली असली तरीही या शिक्षण पद्धतीचा वापर हा फारच मर्यादित स्वरूपात केला जात असे. परंतु कोविड-१९ च्या प्रादुर्भावामुळे या शिक्षण पद्धतीचा विचार व विस्तार झाला. कोविडच्या प्रादुर्भावामुळे अमर्याद काळासाठी जेव्हा शाळा व महाविद्यालयातील नियमित वर्ग बंद झाले, तेव्हा देशात आणि विदेशात या शिक्षण पद्धतीला प्रोत्साहन दिले गेले.

'Interet is window to world' असे म्हटले जाते की आज इंटरनेट ही सहज उपलब्ध होणारी बाब आहे. ऑनलाईन शिक्षण पद्धतीमुळे स्थळ काळ व्यवस्थापनावर मात करत विद्यार्थी घरबसल्या आपल्या सवडीनुसार व्यवस्थापनमुक्त अध्ययन करू शकतो. कोविड-१९ मुळे अगदी नसरी ते पी.जी. पर्यंतच्या विद्यार्थ्यांना ऑनलाईन शिक्षणाची मोठी मदत झाली. त्यामुळे ऑनलाईन शिक्षण प्रक्रिया अधिक लोकप्रिय होत आहे.

शारॉफ लेगसा, हंटर कॉलेज, सिटी युनिव्हर्सिटी ऑफ न्यू यॉर्क यांनी आपला संशोधन पेपर 'Creative and Innovative Online Teaching Strategies : Facilitation for Active Participation' Journal of Educators Online या प्रसिद्ध केला असून त्यामध्ये त्यांनी आजच्या विद्यार्थ्यांमध्ये ऑनलाईन अभ्यासक्रमाची सोय करण्यासाठी शिक्षकांनी नाविन्यपूर्ण आणि सर्जनशील असणे आणि प्रभावी ऑनलाईन शिक्षणाचे प्रस्तुतकर्ते असले पाहिजे, असे प्रतिपादन केले.

पी. सी. नागा सुब्रमाई आणि व्ही. खूरारिपि, तामिळनाडू शिक्षक शिक्षण विद्यापीठ, करापक्ष, चेन्नई यांनी आपला संशोधन पेपर 'Innovative Methods of Teaching and Learning' यामध्ये प्रगत अध्यापन हा अध्यापन आणि अध्ययनाची कार्यक्षमता वाढविण्याचा मार्ग आहे, यासंदर्भात सविस्तर विवेचन केले. संशोधकांनी तंत्रज्ञानाधारित अध्यापनाचे विवेचन केले. संशोधकाने तंत्रज्ञान आणि मल्टिमीडियाचा वापर अध्यापन आणि प्रश्नपत्रिका तयार विद्यार्थ्यांचे मूल्यमापन, अभिप्राय आणि संशोधनासाठी विविध स्मार्ट गॅझेटच्या वापरासंदर्भात चर्चा केली.

संशोधकांच्या मते, विद्यार्थ्यांमध्ये उत्साह वाढविण्यासाठी अध्यापन आणि अध्ययनाच्या पद्धतीचा वापर महत्त्वाचा आहे. सिम्युलेशन, रोल प्लेदॅंग, प्रॉब्लेम बेस्ड लर्निंग या सारख्या नाविन्यपूर्ण अध्यापन आणि शिक्षण पद्धतींचा आधुनिक काळात उपयुक्त असल्याचे स्पष्ट केले. सदरील संशोधन लेखात ऑनलाईन शिक्षणाकरिता उपयुक्त नाविन्यपूर्ण अध्यापन पद्धतीचे विवेचन संशोधकांने केले आहे.

कीवड्हर्स : ऑनलाईन शिक्षण, नाविन्यपूर्ण अध्यापन, कोविड-१९, डिजिटल शिक्षण, मल्टिमीडिया, LMS, स्मार्ट गॅझेट्स, समस्या-आधारित शिक्षण, सर्जनशील अध्यापन, शैक्षणिक संशोधन.

संशोधनाची उद्दिष्टे :

1. ऑनलाईन अध्यापनाकरिता नाविन्यपूर्ण अध्यापन पद्धतींचा शोध घेणे.
2. ऑनलाईन अध्यापनात नाविन्यपूर्ण पद्धतींची उपयुक्त अभ्यासणे.
3. 3. ऑनलाईन अध्यापनाकरिता सादरीकरण (Presentation for online teaching) : ऑनलाईन शिक्षण प्रणालीमध्ये सादरीकरणाला अन्यय साधारण महत्त्व आहे. अध्यापन करत असताना पाठ्यग्रंथक चित्रे किंवा व्हिडीओ स्वरूपात विद्यार्थ्यांपर्यंत पोहोचविला जातो, त्यामुळे तो पाठ्यग्रंथक प्रभावी व दृढ होण्यास मदत होते. सादरीकरणासाठी विविध उपयुक्त गॅझेट वा ऑनलाईन मोफत असलेल्या सादरीकरणाचा वापर शिक्षक करू शकतो.
4. 4. थेट ऑनलाईन वर्ग (Live Online Classes) : थेट ऑनलाईन वर्गामध्ये शिक्षक पद्धतीत शिक्षक आणि विद्यार्थी एकमेकाशी ऑनलाईन समोरासमोर अध्ययन

अध्यापन प्रक्रिया चालते. यामध्ये शिक्षक अध्यापन करणे सारांश सांगने चर्चा करणे प्रश्नोत्तर विचारणे इत्यादी बाबी सुलभ होतात. दुरस्थ शिक्षणात ऑनलाईन शिक्षक एक प्रभावी माध्यम ठरू शकते.

5. 5. ऑनलाईन व्हाईट बोर्ड (Online White Boards) : ऑनलाईन व्हाईट बॉडामध्ये ही संकल्पना मूळातच पारंपरिक खडू फळ्या प्रमाणेच आहे. परंतु इंटरनेटच्या माध्यमातून त्याला नवीन रूप मिळाले आहे. ऑनलाईन अध्यापनाच्या वेळी शिक्षक त्याचा उपयोग करून अध्यापनाच्या वेळी मुद्दे उपमुदे आकती चित्रे चार्ट सर्वांशी शेअर करू शकतो. अध्यापनात विद्यार्थ्यांचे लक्ष वेधून घेण्यासाठी व टिकवून ठेवण्यासाठी हा फलक उपयुक्त ठरतो. यावरून विद्यार्थी टिपणे घेऊ शकतो.

6. 6. गेमिफिकेशन (Gamification) : या ऑनलाईन शिक्षण प्रणालीमध्ये नाविन्यपूर्ण रितीने विद्यार्थ्यांना शैक्षणिक वातावरणात व्यस्त ठेवले जाऊन त्याचे वैयक्तिक ध्येये पूर्ण करण्यासाठी त्यांना मदत केली जाते. पाठाच्या अनुशंधाने अध्यापनात काही खेळ घेऊन विद्यार्थ्यांचे

लेक्ष वेधून पाठाला मुर्त स्वरूप देण्यासाठी व त्याच्या क्रियाशिलतेला मुर्त स्वरूप घेण्यासाठी या पद्धतीचा उपयोग केला जातो गणित विषयाच्या अध्यापनात याचा चांगला उपयोग करता येतो.

५. **पूर्व रेकॉर्ड केलेले व्हिडीओ व्याख्यान** (Pre-Recorded Video Lecture): या प्रकारच्या ऑनलाईन शिक्षण प्रणालीत शिक्षक आपल्या अध्यापनाचा व्हिडीओ अगोदर रेकॉर्ड करून विद्यार्थ्यांना शेअर करतो. या शिक्षण पद्धतीत रेकॉर्ड केलेला व्हिडीओ विद्यार्थी वारंवार पाहू शकतात. तसेच जतन करून ठेवू शकतात. विद्यार्थी विषयवार आपले व्हिडीओ ग्रंथालय तयार करू शकतो.

६. **फ्लिप वर्ग** (Flipped Classroom) : ही मागील काही वर्षांतील एक प्रचलित अध्यापन पद्धत आहे. ही अध्यापन पद्धती पारंपरिक पद्धतीपेक्षा थोडी वेगळी आहे. या प्रकारच्या ऑनलाईन शिक्षण प्रणालीत विद्यार्थ्यांना अध्ययन साहित्य वर्ग अध्यापनापूर्वीच अवलोकनासाठी दिले जाते. व्हिडीओ हा Flipped Classroom Model चा मुख्य भाग आहे. अध्यापनापूर्वी विद्यार्थ्यांना पाठ्याच्या संदर्भात व्हिडीओ शेअर करून पाठाची पूर्वतयारी करणे या अध्यापन पद्धतीत अपेक्षित आहे. याशिवाय Flipped Classroom Model अंतर्गत पूर्वज्ञानावर आधारित प्रश्न, पाठाचे संकल्पना चित्र यांचाही समावेश केला जातो.

७. **व्हर्चुअल दूर** (Virtual Tour) : क्षेत्रभेट हा शिक्षण प्रणालीतील महत्वाचा घटक आहे. कोविडमुळे वर्षभर विद्यार्थी घरी होते, शाळा बंद होत्या, त्यावेळी विद्यार्थ्यांची क्षेत्रभेट ही व्हर्चुअल दूर च्या माध्यमातून शक्य झाली. व्हर्चुअल दूरमध्ये ऐतिहासिक व भौगोलिक ठिकाणांचा आपण समावेश करून घरबसल्या किंवा वर्गातून आपण त्या-त्या ठिकाणाची भेट घडवून आणू शकतो. व्हर्चुअल दूरमुळे व्यवस्थेचा प्रवासाचा ताण, विद्यार्थ्या सुरक्षितेचा धोका कमी होतो व शैक्षणिक उद्दिष्टे सहज साध्य होतात.

८. **ऑनलाईन वेळापत्रक** (Online Time Table) : Google Calendar च्या मदतीने शिक्षक आपल्या वर्गाचे वेळापत्रक तयार करू शकतात व ते विद्यार्थ्यांना शेअर करू शकतात. त्यामुळे विद्यार्थ्यांना कोणत्या विषयाचा तास कधी व किती वेळ आहे. याशिवाय महत्वाचे दिवस, परीक्षा वेळापत्रक त्यावर सहज उपलब्ध होऊ शकते. Google Calendar मुळे विद्यार्थी विशिष्ट विषयाच्या वर्गासाठी आधीच तयारी करून नंतर वर्ग अध्ययनाला सामोरे जाऊ शकतात.

९. **सामाजिक माध्यमातून शिकणे** (Learning through Social Media): विद्यार्थी अनेक समाजमाध्यमांचा उपयोग करतात. या समाजमाध्यमांच्या माध्यमातूनही शिक्षण दिले जाऊ शकते. शिक्षक विद्यार्थ्यांचे WhatsApp तयार करून त्यावर शैक्षणिक घटक शेअर करू शकतात. वरील विषयाशी निगडीत लिंक शेअर करू शकतात. Facebook च्या माध्यमातून शैक्षणिक तयार करू शकतात व विद्यार्थी उपयोगाचे सर्व घटक त्यावर शेअर करू शकतात. सोशल मीडियाचा केवळ मनोरंजनासाठी उपयोग न करता, शिक्षणोपयोगी माध्यम म्हणून बघण्याकडे विद्यार्थ्यांचा कल वाढवू शकतो.

शैक्षणिक उपयोजन :

आधुनिक तंत्रज्ञानात्मक संसाधनाचे शैक्षणिक उपयोजन करणे हे सहज व सोपे कार्य आहे. तंत्रज्ञानात्मक संसाधनाविषयी पूर्वग्रह न ठेवता याचा वापर शिक्षकांनी अध्यापनात तर विद्यार्थ्यांनी स्वयं-अध्ययनात करणे आवश्यक आहे. लर्निंग मॅनेजमेंट सिस्टीम (LMS) एक सॉफ्टवेअरचा वापर करून शिक्षक प्रभावीपणे वर्गव्यवस्थापन करू शकतात. आधुनिक शिक्षणात आशयाचे सादरीकरण करण्यासाठी शिक्षक सादरीकरणासाठीची संसाधने प्रभावीपणे वापरून आशय सोप्या व सहज पद्धतीने विद्यार्थ्यांना उपयुक्त स्वरूपात सादर करू शकतो. आशयातील मुख्य व उपसंकल्पना यांचे सादरीकरण करण्यासाठी डिजिटल संकल्पनाचित्रे तयार करता येतात. याकरिता विविध सॉफ्टवेअर ऑनलाईन उपलब्ध आहेत.

आधुनिक शिक्षणात व्हिडीओ कॉन्फरन्सिंगद्वारे ऑनलाईन वर्ग अध्यापन करणे शक्य आहे, तसेच दूरस्थ शिक्षणासाठी हे एक उपयुक्त साधन आहे.

संदर्भसूची :

1. <https://askmarathi.com/video-conferencing-in-marathi>[(<https://askmarathi.com/video-conferencing-in-marathi>)
2. <https://www.orfonline.org/marathi/online-education-is-long-term-investment-6804>
3. <https://www.orfonline.org/marathi/online-education-is-long-term-investment-6804>
3. <http://www.computerguru.online/2021/09/online-education-what-is-online-education.html>
4. <http://www.computerguru.online/2021/09/online-education-what-is-online-education.html>

■ ■ ■

माध्यमिक स्तरावरील स्काऊट गाईड उपक्रमांतर्गत राबविल्या जाणाऱ्या कृती कार्यक्रमांतून जीवन कौशल्यांचा विकास – एक अभ्यास

श्री. संदीप नथु सोनवणे
संशोधक,
कवयित्री बहिणाबाई चौधरी उत्तर महाराष्ट्र विद्यापीठ, जळगाव

सारांश :

शिक्षणाचा प्रमुख उद्देश व्यक्तीचा सर्वांगीण विकास करणे असा सांगितला व मानला जातो. व्यक्तीचा सर्वांगीण विकास व्हावा म्हणून अध्ययन-अध्यापन प्रक्रियेत एनसीसी, स्काऊटस-गाईड्स, मूल्यशिक्षण, भाषा, विज्ञान, गणित हे विषय समावेश केलेले आहेत. मानवाने शिक्षण घेऊन केवळ शिक्षित न होता, दैनंदिन जीवनात विविध जीवन कौशल्यांचा उपयोग केला पाहिजे, तरच तो खन्या अर्थात सुशिक्षित म्हटला जाईल.

प्रस्तुत संशोधनाचा उद्देश माध्यमिक शाळांमध्ये राबविल्या जाणाऱ्या स्काऊट-गाईड उपक्रमाच्या माध्यमातून विद्यार्थी विविध जीवन कौशल्ये आत्मसात करताना होणाऱ्या परिणामांचा अभ्यास करणे हा आहे. संशोधनासाठी सर्वेक्षण पद्धतीचा अवलंब केलेला आहे. १२० ग्रामीण व शहरी स्काऊट आणि गाईड्स विद्यार्थ्यांची यादृच्छिक पद्धतीने निवड नमुना (Sample) म्हणून करण्यात आलेली आहे.

विद्यार्थ्यांनी आत्मसात केलेल्या जीवन कौशल्यांचे सांख्यिकीय अन्वयार्थ शोधण्यासाठी (मिळवण्यासाठी) संशोधकाने स्वनिर्मित जीवन कौशल्य चाचणीचा अवलंब केलेला आहे. सदर अभ्यासाच्या निष्कर्षांती असे दिसून येते की, बहुतांश विद्यार्थ्यांनी स्काऊट-गाईड उपक्रमांतून सरासरी जीवन मूल्य कौशल्ये आत्मसात केलेली आहेत. असेही दिसून येते की, बहुतांश विद्यार्थ्यांनी स्काऊट-गाईड उपक्रमांतून सरासरी जीवन कौशल्ये आत्मसात केलेली आहेत. असेही दिसून येते की, विद्यार्थ्यांच्या लिंग (Gender) आधारावर, आत्मसात केलेल्या जीवन कौशल्यांवर सार्थक फरक दिसून येत नाही, मात्र ग्रामीण व शहरी स्तरानुसार फरक आढळतो.

कीवड्स : स्काऊटस आणि गाईड्स, जीवन कौशल्ये, माध्यमिक स्तर.

प्रस्तावना :

शिक्षणाला मानवी जीवनात अनन्य साधारण असे महत्त्व असून शिक्षणाशिवाय मानवी जीवन अपूर्णच होय आहे. शिक्षण हे मानवाच्या सर्वांगीण विकासाचे साधन आहे. औपचारिक शिक्षणाने विद्यार्थ्यांच्या वेगवेगळ्या क्षमतांचा विकास झालेला आहे. प्रचंड वेगाने विस्तारणारे विज्ञान व तंत्रज्ञान, संगणक प्रणाली यामुळे जीवनाच्या सर्वच क्षेत्रात प्रचंड स्पर्धा निर्माण झालेली दिसून येते. या स्पर्धेत विद्यार्थी, शिक्षक, पालक सर्वच स्पर्धक झालेले दिसून येतात. या स्पर्धेमुळे विद्यार्थी स्वतःचा सर्वांगीण विकास मात्र काहिसा हरवून बसलाय. विद्यार्थ्यांमध्ये शालेय शिक्षणाबरोबरच मानवता, बंधुता, प्रेम, सत्य, अहिंसा, न्याय, त्याग, सहकार्य, धाडस, सहिष्णुता व आदर्श नागरिकत्व तसेच व्यक्तिमत्त्व विकास इत्यादी मूल्यांची जोपासना होणे ही काळाची गरज बनलेली आहे. विद्यार्थ्यांना जीवन कौशल्ये आत्मसात करता आली पाहिजेत, तरच तो उद्याचा आर्दश नागरिक म्हणून तयार होईल.

विद्यार्थ्यांच्या संस्कारक्षम वयातच त्यांना स्काऊट-गाईड या सहशालेय उपक्रमाच्या माध्यमातून धाडस, राष्ट्रनिष्ठा, शिस्त, समानता, विश्वबंधुत्व इत्यादी मूल्यांचे तसेच ताणतणाव निराकरण, संभाषण, निर्णय क्षमता, समस्या निराकरण या सारख्या जीवन कौशल्यांचे शिक्षण दिले जाते.

१९९७ मध्ये जागतिक आरोग्य संघटनेने वैयक्तिक आणि सामाजिक विकासासाठी मार्गदर्शनपर पुढील दहा मूलभूत जीवन कौशल्ये सांगितलेली आहेत. जागतिक आरोग्य संघटनेने सांगितलेल्या सहज शक्य आहे. या दहा कौशल्यांच्या आधारे दैनंदिन जीवनातील आव्हाने पेलताना स्वतःशी, इतर व्यक्तींशी

आणि पर्यावरणाशी संतुलित व्यवहार करण्याचे शिक्षण विद्यार्थ्यांना मिळते.

जागतिक आरोग्य संघटनेने पुरस्कृत केलेली दहा गाभाभूत जीवन कौशल्ये :

१. स्वजाणीव
२. सहसंवेदना
३. चिकित्सात्मक विचार
४. सर्जनशील / सृजनात्मक विचार
५. निर्णय क्षमता
६. समस्या निराकरण
७. प्रभावी संभाषण
८. आंतरव्यक्तिक नातेसंबंध व्यवहार
९. तणावाचे निराकरण
१०. भावानांचे निराकरण

भारत स्काऊट गाईड या विश्वातील सर्वव्यापी चलवळीच्या माध्यमातून, थक्ज ने सांगितलेल्या जीवन कौशल्यांचे शिक्षण स्काऊट गाईड शिक्षण उपक्रमाच्या माध्यमातून शाळाशाळांमध्ये दिले जाते. प्रस्तुत संशोधनाच्या माध्यमातून, विद्यार्थी सदर जीवन कौशल्ये किंती प्रमाणात आत्मसात करतात, याचा अभ्यास करण्याचा संशोधकाने ठरविले आहे.

संशोधनाची उद्दिष्टे :

१. माध्यमिक शाळांमधील स्काऊटस आणि गाईड्स यांनी आत्मसात केलेल्या जीवन कौशल्यांचा लिंग आधारावरील (त्रश्शपवशी) फरक अभ्यासाणे.

२. माध्यमिक शाळांमधील स्काऊट्स आणि गाईड्स यांनी आत्मसात केलेल्या जीवन कौशल्यांचा ग्रामीण व शहरी स्तरानुसार फरक अभ्यासणे.

संशोधन परिकल्पना :

१. माध्यमिक शाळांमधील स्काऊट्स आणि गाईड्स यांनी आत्मसात केलेल्या जीवन कौशल्यांमध्ये लिंगानुसार (त्रिशापवशी) सार्थक फरक आढळत नाही.
२. माध्यमिक शाळांमधील स्काऊट्स आणि गाईड्स यांनी आत्मसात केलेल्या जीवन कौशल्यांमध्ये ग्रामीण व शहरी स्तरानुसार सार्थक फरक आढळत नाही.

संशोधन कार्यपद्धती :

प्रस्तुत संशोधन लेखात सर्वेक्षण पद्धतीचा अवलंब केलेला आहे. महाराष्ट्र राज्यातील जळगाव जिल्ह्यातील भडगाव तालुक्यातील माध्यमिक शाळांमधील इयत्ता १० वी मध्ये स्काऊट गाईड विषयाचा अभ्यास करणाऱ्या ग्रामीण तसेच शहरी भागातील विद्यार्थ्यांची स्तरित यादृच्छिक पद्धतीने निवड करण्यात आली आहे.

प्रस्तुत संशोधनासाठी संशोधकाने जीवन कौशल्य मापन चाचणीचा वापर केलेला आहे.

संकलित माहितीचे विश्लेषण व अन्वयार्थ लावण्यासाठी मध्यमान, प्रमाण विचलन व टी-मूल्य या संख्याशास्त्रीय परिमाणांचा उपयोग केलेला आहे.

कार्यवाहीचे टप्पे :

संशोधन लेख कार्यातर्गत संशोधकाने पुढीलप्रमाणे कार्यवाही केली:



संशोधन चले :

- **स्वाश्रयी चले** - स्काऊट गाईड उपक्रमांतर्गत जीवन कौशल्ये विकसित करण्यासाठी विकसित केलेले कृती-कार्यक्रम.
- **आश्रयी चले** - जीवन कौशल्ये.
- **बाल्य चले** - ग्रामीण व शहरी जीवनशैली, लिंग, वेळापत्रक.

जनसंख्या :

प्रस्तुत संशोधनासाठी जळगाव जिल्ह्यातील भडगाव तालुक्यातील स्काऊट गाईड विषय घेतलेले इयत्ता १० वीचे विद्यार्थी.

न्यादर्श :

इयत्ता १० वीतील स्काऊट गाईड विषय घेतलेले ग्रामीण स्तरातील ५० व शहरी स्तरातील ६४ विद्यार्थ्यांची यादृच्छिक पद्धतीने न्यादर्श म्हणून निवड करण्यात आली.

संशोधनाची साधने :

प्रस्तुत संशोधनासाठी संशोधकाने स्वनिर्मित जीवन कौशल्य मापन चाचणीचा अवलंब केलेला आहे.

संकलित माहितीचे विश्लेषण व अन्वयार्थ लावण्यासाठी मध्यमान, प्रमाण विचलन व टी-मूल्य या सांख्यिकीय परिमाणांचा वापर केला आहे.

माहिती विश्लेषण :

प्रस्तुत संशोधनासाठी ५६ ग्रामीण व ६४ शहरी विद्यार्थी यादृच्छिक पद्धतीने निवड करण्यात आले. विद्यार्थ्यांनी आत्मसात केलेले जीवन कौशल्य अभ्यासण्यासाठी संशोधकाने स्वनिर्मित जीवन कौशल्य चाचणीचा अवलंब केला. ज्यात UNISEF ने २००६ मध्ये निर्धारित केलेल्या १. चिकित्सात्मक विचार (Critical Thinking), २. समस्या निराकरण, ३. निर्णय क्षमता या त्रीमीतीचा अवलंब केला. सदर चाचणी सर्व विद्यार्थ्यांना ४५ मिनिटे वेळांत सोडविण्यासाठी वेळ दिला गेला, ज्या ३० बहुपर्यायी प्रश्नांचा समावेश होता.

संपादित विश्लेषणाचा अन्वयार्थ लावण्यासाठी संख्या शास्त्रीय परिमाणे मध्यमान, प्रमाण विचलन, व टी-मूल्य इ. वापरण्यात आलेत.

निष्कर्ष :

१. माध्यमिक शाळांतील स्काऊट गाईड उपक्रमांद्वारे ७८% विद्यार्थ्यांनी मध्यम, ०९% विद्यार्थ्यांनी अल्प व १३% विद्यार्थ्यांनी उच्च जीवन कौशल्ये आत्मसात केलेली आढळतात.
२. लैंगिक (त्रिशापवशी) आधारावर आत्मसात जीवन कौशल्यांवर फरक आढळत नाही.
३. ग्रामीण व शहरी विद्यार्थ्यांमध्ये जीवन कौशल्ये आत्मसात करताना सार्थक फरक आढळतो.

सर्वसामान्य निष्कर्ष :

१. प्रस्तुत संशोधनात माध्यमिक शाळांमधील इयत्ता १० वीच्या विद्यार्थ्यांनी स्काऊट गाईड उपक्रमांतर्गत आत्मसात केलेल्या जीवन कौशल्यांचा अभ्यास केलेला आहे.
२. प्रस्तुत संशोधनात १२० स्काऊट्स व गाईड्स यांचा समावेश आहे.
३. संशोधनासाठी स्वनिर्मित चाचणीचा उपयोग केला गेलेला आहे.

संदर्भ :

१. शैक्षणिक संशोधन, डॉ. मनिषा इंदाणी, डॉ. इंद्रमती भारंबे, डॉ. मनिषा जगताप, अर्थव्व पब्लिकेशन्स.
२. शैक्षणिक संशोधन व संख्याशास्त्र, डॉ. शोभा कागटे, निराली पब्लिकेशन्स.
३. जीवन कौशल्य शिक्षण, डॉ. रंजना सोनवणे, प्रशांत पब्लिकेशन्स.
४. स्काऊट-गाईड अभ्यासक्रम (२०१०), म.रा.भा.स्का.गा., मुंबई.
५. UNICEF (2006). Global Evaluation of Life Skills Education Programme.

समाधि विद्या और योग विज्ञान का रहस्य

गितांजली किरण भंगाले

सहायक प्रोफेसर,
मूलजी जेठा ऑटोनोमस कॉलेज, जलगांव

प्रस्तावना :

प्राचीन भारत में योग का सामान्य अर्थ हैशरीर और आत्मा की एकता। इसमें शारीरिक मुद्राओं का अभ्यास शामिल है, जिसे संस्कृत में आसन कहा जाता है। योगाभ्यास का परम लक्ष्य शरीर और मन के बीच संतुलन स्थापित करना है, जिससे आत्मबोध होता है। वैदिक काल, पूर्व-शास्त्रीय योगइन सभी ऐतिहासिक कालों में योग को महत्ता दी गई है। इसे हमेशा ज्ञानीजनों ने सर्वाधिक महत्वपूर्ण माना है, लेकिन यह केवल यहीं तक सीमित नहीं है, बल्कि यह धार्मिक, आध्यात्मिक, नागरिक और सांस्कृतिक परंपराओं का सारतत्त्व बन गया है।

जैसेवैदिक सनातन ऋषि परंपरा, बुद्ध परंपरा, जैन परंपरा, सिद्ध परंपरा और संत परंपरायोग में दुनिया की सभी परंपराओं के कुछ तत्व शामिल हैं। योग भारतीय दर्शन का आध्यात्मिक अभ्यास व अनुशासन है, जो व्यक्ति की चेतना को प्रकाशित करने एवं परम सत्ता से जोड़ने में सहायक होता है। यह एक ऐसी कला है, जो जीवन को बेहतर ढंग से जीने का मार्ग प्रशस्त करती है। यह हमारे शारीरिक, बौद्धिक, भावनात्मक, आध्यात्मिक इत्यादि सभी पहलुओं हेतु उपयोगी है। यह कोई धर्म नहीं है, बल्कि स्वयं से प्रश्न करने और आत्म-विश्लेषण करने की एक प्रक्रिया है। सभी परंपराओं का एक ही लक्ष्य और गंतव्य होता है आत्मज्ञान की प्राप्ति।

योग का परम लक्ष्य आत्मज्ञान प्राप्त करना है, जिसे मोक्ष, राजयोग या कैवल्य भी कहा जाता है और इसे ही हम समाधि के नाम से भी जानते हैं। समाधि एक सामान्य रूप से प्रयोग किया जाने वाला संस्कृत शब्द है, जिसका अर्थ होता हैध्यान की ऐसी स्थिति जिसमें बाहरी चेतना विलुप्त हो जाती है। इसे ध्यान का या आध्यात्मिक जीवन का आखिरी चरण माना जाता है।

वास्तव में यह संस्कृत का शब्द है, जो ग्रीक, लेटिन और फारसी भाषा की तरह ही एक प्राचीन भाषा है। समाधि शब्द मूल रूप से धा धातु से लिया गया है, जिसके अर्थ होते हैंखना, स्थापित करना, प्रस्तुत करना, छोड़ देना या स्थित करना। इसी प्रकार समाधि शब्द के अर्थ हैंएक साथ जोड़ना, संजोना, समापन, एकाग्रता, ध्यान या समझौता।

आध्यात्मिक जीवन में समाधि ध्यान की उस स्थिति को कहा जाता है जब ध्यान लगाने वाला व्यक्ति और ध्यान की जाने वाली वस्तुदोनों का आपस में विलय हो जाता है, एकाकार हो जाते हैं, और इनमें कोई भेद नहीं रह जाता।

उपनिषदों में कहा गया है कि किसी व्यक्ति को समाधि की अवस्था प्राप्त करने से पहले अनावश्यक गतिविधियों से बचना चाहिए। उसे संयमित वाणी, संयमित शरीर और संयमित मस्तिष्क की आवश्यकता होती है। एक व्यक्ति वास्तव में अपनी सच्ची प्रकृति और आत्मा को केवल समाधि के द्वारा ही प्राप्त कर सकता है।

स्वामी विवेकानंद ने बताए अनुसार निम्नलिखित चार योगज्ञानयोग, राजयोग, कर्मयोग और भक्तियोग में से किसी एक के द्वारा समाधि की अवस्था प्राप्त की जा सकती है। राजयोग अर्थात मानसिक नियंत्रण के अभ्यास के विभिन्न चरणों का पालन करके व्यक्ति समाधि की अवस्था प्राप्त कर सकता है। कर्मयोग में निष्काम कर्मयानी बिना फल की चिंता किए किया जाने वाला कार्य करके भी समाधि की अवस्था को प्राप्त किया जा सकता है। इसी प्रकार भक्ति योग के द्वारा भी समाधि प्राप्त की जा सकती है। समाधि की अवस्था में मन अन्य सभी वस्तुओं का संज्ञान खो देता है।

समाधि का एक अर्थ यह भी है कि इस स्थिति में व्यक्ति तीनों सामान्य चेतनासोने, जागने और स्वप्न देखने की अवस्थाओं से परे किसी चौथी अवस्था में चला जाता है। समाधि समयातीत है, जिसे मोक्ष कहा जाता है। इस मोक्ष को ही जैन धर्म में कैवल्यज्ञान और बौद्ध धर्म में निर्वाण कहा गया है।

समाधि की प्राप्ति योगसाधना का सबसे अंतिम पड़ाव है, जब व्यक्ति सभी योगसाधनाओं को करने के बाद मन को बाहरी वस्तुओं से हटाकर निरंतर ध्यान करते हुए ध्यान में लीन होने लगता है। जो व्यक्ति समाधि को प्राप्त करता है, उसे स्पर्श, रस, गंध, रूप एवं शब्दइन विषयों की इच्छा नहीं रहती तथा उसे भूख-प्यास, सर्दी-गर्मी, मान-अपमान तथा सुख-दुख आदि की कोई अनुभूति नहीं होती। ऐसा व्यक्ति शक्तिसंपन्न बनकर अमरत्व को प्राप्त कर लेता है। उसका जन्म-मरण का चक्र समाप्त हो जाता है।

मोक्ष या समाधि का अर्थ है अनु-परमाणुओं से मुक्त साक्षित्व पुरुष बन जाना। तटस्थ या स्थितप्रज्ञ अर्थात परमस्थिर, परम-जागृत हो जानाज्ञाता, ज्ञान और ज्ञेय का भेद मिट जानाइसी में परम शक्तिशाली होने का बोध छुपा है।

कीवड़स : योग, समाधि, आत्मज्ञान, राजयोग, ज्ञानयोग, भक्तियोग, कर्मयोग, उपनिषद, स्वामी विवेकानंद, मोक्ष, कैवल्य, निर्वाण, ध्यान, भारतीय दर्शन, वैदिक परंपरा, आत्मसाक्षात्कार, स्थितप्रज्ञ, योग साधना, योग का इतिहास, आध्यात्मिक अनुशासन

समाधि की परिभाषा :

तदेवार्थ मात्र निर्भासं स्वरूप शून्यमिव समाधिः।
न गंधं न रसं रूपं न च स्पर्शं न निःस्वनम्।
नात्मानं न परं चैव योगी युक्तः समाधिना।

भावार्थ :

ध्यान का अभ्यास करते-करते साधक ऐसी अवस्था में पहुंच जाता है कि उसे स्वयं का भान नहीं रह जाता और केवल ध्येयमात्र रह जाता है, तो उस अवस्था को समाधि कहते हैं। संपूर्ण समाधि का अर्थ है मोक्ष या राजयोग, अर्थात् प्राणी का जन्म और मरण के चक्र से छूटकर स्वयंभू और आत्मवान हो जाना।

अध्ययन का उद्देश्य :

- योग के अलग-अलग ग्रंथों में योग की उच्चतर अवस्था, जिसे कोई समाधि, मोक्ष, निर्वाण, कैवल्य या राजयोग कहते हैं, उसको समझना और अध्ययन करना है।

शोध परिकल्पना :

- हठयोगिक ग्रंथ में वर्णित समाधिस्थिति का विश्लेषणात्मक अध्ययन।
- पातंजल योगदर्शन में वर्णित समाधिस्थिति का विश्लेषणात्मक अध्ययन।
- समाधि, मोक्ष, निर्वाण, कैवल्य या राजयोग का अध्ययन।
- हठयोगिक ग्रंथ और पातंजल योगदर्शन में वर्णित समाधिस्थिति का विश्लेषणात्मक अध्ययन।

शोध कार्यपद्धति :

यह एक सिद्धान्तिक शोध कार्य है, जिसमें सिद्धान्तों के आधार पर विश्लेषण किया गया है। सिद्धान्तों के लिए यौगिक मूलग्रन्थों से अध्ययन सामग्री का संकलन के साथ पूर्व में हुए शोध निबंध, शोध पत्रों से उपयुक्त सामग्री का आधार व तथ्यों को एकत्र कर विवेचन करने का प्रयास किया गया है।

विश्लेषणात्मक प्रस्तुति :

हठयोगप्रदीपिका में वर्णित समाधि :

हठयोग एक संस्कृत शब्द है जो सूर्य और चंद्रमा धातुओं का संयुक्त रूप है, अर्थात् जो स्वयं में परस्पर विपर्यय है, यानी एक-दूसरे के विरोधी हैं। सूर्य ऊर्जा, पुरुष और प्रयत्न जैसे आत्मनिर्भर गुणों का प्रतीक होता है, जबकि चंद्रमा शीतलता, मातृत्व और समर्पण का प्रतीक है। हठयोग को इस प्रकार से सृजित किया गया है ताकि यह हमारे हृदय, मन और शरीर की परस्पर विपरीत शक्तियों को ऐसे समन्वित करे कि हम अपने अस्तित्व से संबंधित गहन रहस्यों का आत्मसाक्षात्कार कर सकें।

इस योग के फलस्वरूप सुष्मा अवस्था में पड़ी कुंडलिनी जागृत होती है और सुषुम्ना के माध्यम से ऊर्ध्वगामी यात्रा शुरू करती है। यह सभी षट्चक्रों का अतिक्रमण करते हुए सहस्रार की ओर अग्रसर होती है। वहां पहुंचकर यह ब्रह्मरंध्र में ब्रह्म का गुह्य स्थान से एक

आत्मा स्थापित करती है। इस एकात्मता को योग की संज्ञा दी गई है। यहां हठयोग की सम्यक उपलब्धि होती है।

हठयोग का उद्देश्य शरीर और मन को नियंत्रित करना है। ऐसा इसलिए क्योंकि तन और मन को बिना संतुलन और स्वस्थ बनाए कोई भी आध्यात्मिक प्रयास सफल नहीं हो सकता। इस एकात्मक स्थिति को संभव बनाने के लिए हठयोगप्रदीपिका में अभ्यास हेतु निम्नलिखित चार अंगों का वर्णन किया गया है: आसन, प्राणायाम, मुद्रा, नादानुसंधान।

हठयोग के द्वारा जब अंतःस्नावी हार्मोन, मस्तिष्क तरंगों और प्राण को विनियमित किया जाता है, तो मन स्वस्थ हो जाता है। हठयोग एक साधन है जबकि राजयोग एक लक्ष्य। हठयोग शारीरिक क्रिया से शुरू होकर चेतना के शिखर तक पहुंचने का आधार है, जिसे उनमनी अवस्था या मनोन्मनी अवस्था या राजयोग भी कहा जाता है।

योग का भारतीय तत्वचिंतन और आध्यात्मिक साधना में अनादि काल से गौरवशाली स्थान रहा है। अतीत की किसी अज्ञात काल से अब तक संध्यावंदन से लेकर समाधि तक, प्रवृत्तिमार्गियों से लेकर निवृत्तिमार्गियों को, नास्तिकों से लेकर विदेशियों तक इसकी व्यापकता, महत्व और उपयोगिता के अकाण्ड प्रमाण हैं। अर्थात् योग आज की उपभोक्तावादी संस्कृति की देन नहीं, अपितु यह उतनी ही प्राचीन है जितनी भारतीय संस्कृति।

योग शब्द यूज धातु से बना है जिसका अर्थ है जोड़ना, अर्थात् जो युक्त करे, मिलावे, उसे योग कहते हैं। योगसूत्र के रचनाकार महर्षि पतंजलि ने युज समाधि कहकर योग को समाधि के रूप में परिभाषित किया है, अर्थात् कामना, वासना, आसक्ति, संस्कार आदि सब प्रकार की आगंतुक स्थितियों को इस स्वरूप में प्रतीत होना, जीव का भ्रम होना ही समाधि है। विभिन्न आचार्यों ने विभिन्न साधनों द्वारा इस लक्ष्य अर्थात् समाधि की स्थिति को प्राप्त किया है और जैन दर्शन में योग को सम्यक जीवन का आधार मानकर सम्यक दर्शन, सम्यक ज्ञान और सम्यक चरित्र को मोक्ष के मार्ग के रूप में स्वीकार किया गया है। बौद्ध दर्शन में क्षणिक और दुखमय संसार से मुक्त हो जाने के प्रयास को योगजीवन का आंरंभ माना गया है, जिसकी चरम परिणति समाधि में होती है।

हठयोगप्रदीपिका का परम लक्ष्य कुंडलिनी जागरण द्वारा षट्चक्र भेदन तथा कैवल्य की प्राप्ति है। कुंडलिनी शक्ति पायु और उपस्थ के बीच मूलाधार चक्र में त्रिकोण के आकार के योनिकामपीठ के मध्य शिवलिंग को साढ़े तीन वलयों में लपेट कर नीचे की ओर मुख करके, विद्युत की प्रभा के समान चमकती हुई, सुषुम्ना के मार्ग को रोककर अप्रबुद्ध और सुस्त रूप में स्थित रहती है। यद्यपि देह में स्थित कुंडलिनी स्वभाव से चेतन है, तथापि प्रबुद्ध न होने की अवस्था तक जीवात्मा को सांसारिक द्वंद्वों में विमोहित करने के कारण बन्धकारिणी है।

जब तक वह सुसावस्था में है, तब तक जन्म-मरण के बंधन में जीवात्मा भटकता रहता है; और जागने पर सहस्रदल तक संचार करती हुई यह साधक को उसके शुद्ध, व्यापक आत्मा के स्वरूप का ज्ञान करा देती है। अपानवायु निकुंचन से, मूलबंध, उड्डियानबंध

और जालंधर बंध के अभ्यास से जब कुंडलिनी शक्ति का उत्थान किया जाता है, तब वह सुषुमा के द्वार को छोड़कर ऊर्ध्वमुखी होकर षट्चक्र भेदन करते हुए सहस्रार में पहुंच जाती है।

मूलाधार में ब्रह्म चक्र है। इस समय अग्नि की दिव्य शक्ति का ध्यान करने से कुंडलिनी जग जाती है। इसके बाद स्वाधिष्ठान, मणिपुर, अनाहत, विशुद्ध से होकर आज्ञा चक्र का भेदन करते हुए यह सहस्रार में पहुंच जाती है। सहस्रार में शक्ति चंद्र अमृत का पान करने में साधक प्रवृत्त होता है। यहां सहस्रार में पहुंचकर कुंडलिनी शिव में अंतर्भूत हो जाती है यही जीवात्मा का शिव पद में अभिन्न होना, हठयोगप्रदीपिका का परम लक्ष्य है।

**राजयोगः समाधीश्च उन्मनी च मनोन्मनी
 अमरत्वं लयस्तत्त्वं शून्याशून्यं पर पदम् ॥**

यही उन्मनी अवस्था सहजावस्था है तथा अमनस्कता के धरातल पर जीवात्मा और परमात्मा की एकता, अभेदता है।

सिद्ध सिद्धांत पद्धति में कहा गया है, प्राणायाम इति प्राणस्य स्थिरता अर्थात प्राणायाम से प्राण स्थिर होता है। पाँचों इंद्रियों को अपने विषय से पृथक कर लेना ही प्रत्याहार है। साधक प्रत्याहार के द्वारा इंद्रियों को तत्त्व विषयों से हटाकर आत्माभिमुखी कर देता है। अपने चित्त में आत्मतत्त्व का चिंतन, हठयोग की साधना में ध्यान कहा जाता है। आत्मध्यान से अमरत्व की प्राप्ति होती है। चक्रभेदन करते हुए ध्यान द्वारा कुंडलिनी को जागृत करने से जीवात्मा परमशिव का साक्षात्कार कर लेता है। समाधि में आत्मा के यथार्थ स्वरूप का अनुभव होता है तथा ध्याता, ध्येय और ध्यान तीनों एक हो जाते हैं। इस प्रकार का साक्षात्कार ही समाधि है। जीवात्मा शब्द का स्थूल और सूक्ष्म स्तर क्रम से श्रवण कर अमृतपद में प्रतिष्ठित हो जाता है। नादानुसंधान के फलस्वरूप अनाहत ध्वनि सुनाई पड़ती है। प्राण वायु के सुषुमा पद से ब्रह्मरंध्र में स्थिर होने पर घटे, वंशी, वीणा, भ्रमरादि के नाद की तरह सूक्ष्मतर नाद सुनाई पड़ते हैं; इसके उपरांत साधक की समाधि अवस्था आती है। प्राण ब्रह्मरंध्र में स्थित हो जाता है और योगी शून्यपद में आत्मामृतपान कर शिव का साक्षात्कार प्राप्त करता है। रहित शब्दतत्त्व के रूप में ॐ अथवा ब्रह्म का प्रकाश होने पर जीवात्मा परमात्मा में अभेद हो उठता है।

नादानुसंधान वस्तुतः ब्रह्म का अन्वेषण है। एक साधक के लिए आवश्यक है कि वह अपना ध्यान स्थिरतापूर्वक इस नाद पर केंद्रित करे जिसकी धारणा प्रारंभिक स्थिति में अस्पष्ट होती है। हृदय इच्छाओं, पूर्वकृत कर्मों के प्रभाव तथा अनेक प्रकार की भावनाओं और प्रवृत्तियों का केंद्र होता है, जिनसे अनेक प्रकार की हलचलें उत्पन्न होती हैं। फलस्वरूप सामान्य जीवन-क्रम में यह नाद न तो सुना जा सकता है और न ही अनुभव किया जा सकता है। इन कठिनाइयों को दूर करने के लिए सतर्कता और संयमपूर्वक अभ्यास करना चाहिए। हृदय के भीतर शुद्ध और शांत वातावरण उत्पन्न करना चाहिए और ध्यान को सतत रूप से नाद की ओर केंद्रित करने की चेष्टा करनी चाहिए। हृदय के भीतर नाद अनुसंधान तथा उस पर ध्यान के केंद्रीकरण के लिए सर्वप्रथम प्राणायाम द्वारा प्राण का संयम करना चाहिए। प्राणायाम के अभ्यास से ब्रह्म ग्रंथि का भेदन हो जाता है। तब शरीर के भीतर हृदयाकाश

से उत्पन्न आभूषण की विचित्र आनंदायिनी अनाहत ध्वनि सुनाई पड़ती है। उस समय साधक के शरीर से दिव्यगंध निकलती है। वह दिव्य चक्षु युक्त हो जाता है। इस स्थिति में साधक के हृदय में योग ज्ञान का प्रकाश भर जाता है। वह योग साधना की दिशा में प्राणायाम, मुद्राबंध, चक्रभेदन और कुंडलिनी के प्रबोधन द्वारा आरंभावस्था कहलाता है।

दूसरी घटावस्था है इसमें प्राणवायु, अपानवायु, नाद और बिंदु को सम्मिलित करके विशुद्ध चक्र में प्रवेश करती है। उस समय आसनसिद्ध योगी योग-ज्ञान-संपन्न तथा देवता के समान हो जाता है, तब विष्णु ग्रंथि का भेदन होता है और इस तरह अतिशून्य कंठदेश में स्थित विशुद्ध चक्र का भेदन हो जाता है, तब परमानंद की प्राप्ति करने वाली भेरी का शब्द सुनाई पड़ता है जिसमें योगी पूर्णतः निमग्न होता है।

तीसरी परिचय अवस्था है, इसमें जब प्राणवायु विशुद्ध चक्र का भेदन कर संपूर्ण सिद्धियों के केंद्र महाशून्य अर्थात भौंहों के मध्यवर्ती आकाश में प्रवेश करती है, तब मृदंग नामक वाद्य विशेष ध्वनि सुनाई पड़ती है। इसके बाद चित्तानंद को जीत लेने पर अमनस्क अवस्था 'उन्मनी अवस्था' समाधि की प्राप्ति हो जाने पर योगी को सहजानंद की प्राप्ति हो जाती है, जिससे दोष, दुख, सुख, निद्रा, बुढ़ापा और मृत्यु से योगी छूट जाता है।

नाद की चौथी अवस्था निष्पत्ति है। इसमें जब प्राणवायु रुद्रग्रंथि का भेदन करके ब्रह्मरंध्र में जाती है, तब उसे निष्पत्ति अवस्था कहते हैं। इस अवस्था में वंशी और वीणा का शब्द सुनाई पड़ता है। नादानुसंधान का अभ्यास करने वाले साधक को पहले अनेक प्रकार के शब्दों के श्रवण का अनुभव होता है और फिर सूक्ष्मातिसूक्ष्म शब्द सुनने की क्षमता आ जाती है। इस प्रकार विभिन्न नादों को सुनते-सुनते जिस नाद में मन लगे, उसी में चित्त को लगा ले और फिर किसी अन्य नाद में चित्त न लगाए, तो चित्त का लय उसी नाद में हो जाता है और फिर वह अन्यत्र किसी विषय की ओर आकर्षित नहीं होता।

**सलील सैद्ध्यं यद्वत्साम्यं भजति योगः ।
 तथात्ममनसारैक्यं समाधिरभिधीयते ॥ (ह.प्र.)**

इस नादानुसंधान के सतत अभ्यास से साधक आत्मा और ब्रह्म की एकता का हृदय में आत्म-पूर्णता की चेतना के आनंद का अनुभव करके सच्चिदानंदमय हो जाता है। मानव चेतना विकास की उच्चतम स्थिति समाधि में पहुंच जाती है। इसी को राजयोग भी कहते हैं।

घेरण्डसंहिता में वर्णित समाधि:

घेरण्डसंहिता हठयोग के तीन प्रमुख ग्रंथों में से एक है। इसकी रचना १७वीं शताब्दी के उत्तरार्ध में की गई थी। इसमें सप्तसंग योग की व्यावहारिक शिक्षा दी गई है। घेरण्डसंहिता सबसे प्राचीन और प्रथम ग्रंथ है जिसमें योग की आसन, मुद्रा, प्राणायाम, नेति, धौति आदि क्रियाओं का विशद वर्णन है। उनके बाद गुरु गोरखनाथ जी ने शिव संहिता ग्रंथ में तथा उनके उपरांत उनके शिष्य स्वामी स्वात्माराम जी ने हठयोगप्रदीपिका में आसन, प्राणायाम, मुद्रा, नेति, धौति, बंध आदि क्रियाओं का वर्णन किया है। इस ग्रंथ में

प्राणायाम की साधना को प्रधानता दी गई है। पातंजल योगदर्शन से घेरण्डसंहिता का राजयोग भिन्न है। जीव की सत्ता ब्रह्मसत्ता से सर्वथा भिन्न नहीं है। 'अहं ब्रह्मास्मि' का भाव इस संहिता का मूल सिद्धांत है।

घेरण्ड संहिता में ७ अध्याय (सप्तोपदेश): (षट्कर्म प्रकरण, आसन प्रकरण, मुद्रा कथन, प्रत्याहार, प्राणायाम, ध्यानयोग, समाधियोग) का विशद वर्णन है।

पहले उपदेश में महर्षि घेरण्ड ने अपने शिष्य चण्डकपाली को योग के षट्कर्म का उपदेश दिया है। दूसरे में आसन और उसके भिन्न-भिन्न प्रकार का विशद वर्णन किया है। तीसरे में मुद्रा के स्वरूप, लक्षण एवं उपयोग बताया गया है। चौथे में प्रत्याहार का विषय है। पाँचवे में स्थान, काल, मिताहार और नाड़ी शुद्धि के पश्चात प्राणायाम की विधि बताई गई है। छठे में ध्यान करने की विधि और उपदेश बताए गए हैं। सातवें में समाधियोग और उसके प्रकार (ध्यान-योग, नाद-योग, रसानंद-योग, लय-योग, सिद्धि-योग, राजयोग) के भेद बताए गए हैं।

समाधि की उपयुक्त क्रमशः प्रारंभिक और अंतिम अवस्थाएँ हैं। विभिन्न साधनों से समाधि की स्थिति प्राप्त होने से समाधि के भी अनेक प्रकार हैं:

- ध्यान योग समाधि
- नाद योग समाधि
- मंत्र योग समाधि
- लय योग समाधि
- भक्ति योग समाधि
- राजयोग समाधि

ध्यान योग समाधि समाधि की यह आरंभिक स्थिति है। ध्यान पक्षा होने पर ही समाधि लगती है, अतः साधक “ध्येय” का ध्यान कर ध्यान की सिद्धि प्राप्त करता है। ध्यान की सिद्धि के लिए साधक का मन पवित्र तथा पाप रहित रहना चाहिए।

घेरण्ड संहिता में उल्लिखित है कि:

शांभवी मुद्रिकां कृत्वा आत्मप्रत्यक्षमानयेत्।
विन्दुब्रह्म सकुदृष्ट्वा मनस्तत्र नियोजयेत्॥
खमध्ये कुरु चात्मानं आत्ममध्ये च खं कुरु।
आत्मानं खमयं दृष्ट्वा न किञ्चिदपि ब्राध्यते॥
सदानन्दमयो भूत्वा समाधिस्थो भवेन्नरः।

ध्यान की परिपक्ता के बिना समाधि नहीं हो सकती। ध्यान की सिद्धि से मन दोष रहित होता है जो साधक को पापों से मुक्त करता है। घेरण्ड संहिता में शांभवी मुद्रा करके प्रथम आत्मा का प्रत्यक्ष ध्यान करें और बिंदु में ब्रह्म का साक्षात्कार करते हुए मन को बिंदु में लगा दें। तत्पश्चात मस्तक में विद्यमान ब्रह्म लोक में आकाश के मध्य में आत्मा को ले जाए, जीवात्मा में आकाश को लय करें और परमात्मा में जीवात्मा का लय करें। इससे योगी सदा आनंदमय एवं समाधि की स्थिति को प्राप्त करता है।

नाद योग समाधि :

हठयोग समाधि को ही नाद योग समाधि कहते हैं। मन को शरीर में स्थित अनाहत शब्द से पूरे नाद में लीन कर लेना ही नाद

योग समाधि है। उस स्थिति में निष्ठाब्द समाधि रूप परम पद की प्राप्ति हो जाती है। इसमें मन नाद रूपी निःअक्षर शक्ति में समाने लगता है। इसको महाबोध समाधि भी कहते हैं। खेचरी मुद्रा का अभ्यास करते हुए जीवा को ब्रह्मरंध्र में स्थित करें। इससे साधारण क्रियाओं के हटने पर जो समाधि सिद्ध होती है वही नाद योग समाधि है।

मंत्र योग समाधि :

इसमें साधक अपने मन को श्वास-प्रश्वास की क्रिया में लय करता है। श्वास लेते तथा छोड़ते हुए उत्पन्न आवाज पर साधक ध्यान रखता है और एकाग्रचित होकर समाधिस्थ हो जाता है। अभ्यास पक्षा हो जाने पर श्वास उलट जाती है। इसी उल्टे जाप का उच्चारण महर्षि वाल्मीकि जी ने किया था।

मन को वास के साथ लय कर लेना मंत्र योग समाधि कहलाती है। ह ध्वनि श्वास के साथ बाहर निकलती है तथा स ध्वनि के साथ अंदर आती है। इस प्रकार, सोहम और हंस दोनों के ही श्रवण का भान होता है। इस प्रकार मंत्र योग की समाधि को महाभाव समाधि भी कहते हैं।

लय योग समाधि :

नाभिकंद में कुंडलिनी सुषुम्ना नाड़ी का मार्ग बंद करके साढ़े तीन कुंडल मारे सुसावस्था में रहती है। शरीर में स्थित कुंडलिनी शक्ति का प्रतीक है। ध्यान साधना द्वारा समाधि की स्थिति को प्राप्त करने के लिए कुंडलिनी को जाग्रत करते हुए षट्क्रक्षों को भेदना होता है।

योगिक साधना से कुंडलिनी शक्ति को जाग्रत कर षट्क्रक्षों का भेदन करते हुए सहस्रार में स्थित शिव से उसका लय होना ही लय योग समाधि का स्वरूप है। योनि मुद्रा का साधन करके योगी स्वयं में शक्ति की भावना और परमात्मा में पुरुष की भावना करें। इसमें साधक को ऐसा प्रतीत होता है कि जैसे उसमें परमात्मा की शक्ति लय होती जा रही है। इससे जो समाधि होती है, उसे लय योग समाधि कहते हैं। लय योग से प्राप्त समाधि को महालय समाधि भी कहते हैं।

भक्ति योग समाधि :

जब साधक अपने मन को अपने इष्ट में इस प्रकार समा देता है कि उसे अपने शरीर का भी भान नहीं रहता है। वह बाहरी सभी प्रकरणों से अपने आप को संज्ञाशून्य समझने लगता है। शरीर प्रसन्नता से भर जाता है, आनंद में आँसू निकलने लगते हैं। अपने हृदय में परम आहाद सहित भक्तियोग के द्वारा इष्ट देव के स्वरूप का चिंतन करना चाहिए। इससे आनंद के आँसू बहने लगते हैं और शरीर पुलकायमान होता है तथा मन में उन्मनी भाव और एकाग्रता आकर ब्रह्म से साक्षात्कार होता है। यह भक्ति योग समाधि कहलाती है।

राजयोग समाधि :

‘घटाद्विन्नं मनः कृत्वा चैकं कुर्यात्यरात्मनि।
समाधिं तं विजानीयानुक्तसंज्ञो दशादिभिः॥’ (घ.सं.)

योगिक क्रियाओं से मन की चंचल वृत्तियों पर नियंत्रण स्थापित कर उसे निरुद्ध करके आत्मा में लय करें तथा आत्मा को

परमात्मा में लय कर दे। मनोमूर्छा कुंभक करता हुआ साधक मन को एकाग्र करके ब्रह्म में लगाए। इसमें साधक की प्राथमिकता यही रहती है कि मन की सभी वृत्तियों को रोककर प्रभु में लगा दिया जाए। इस प्रकार परमात्मा के साथ समायोग सम्मिलित होने को राजयोग समाधि कहते हैं।

योग दर्शन में वर्णित समाधि :

योग शब्द की उत्पत्ति यूज धातु से हुई है, जिसके दो मुख्य अर्थ हैं मिलन (युज्यति) और एकाग्रता (समाधि)। मिलन के संदर्भ में इसका अर्थ है व्यक्तिगत चेतना या आत्मा का सार्वभौमिक चेतना या परमात्मा से मिलन, किंतु यह अर्थ न तो योग दर्शन में पाया जाता है और ना ही सांख्य दर्शन में, जिन पर योगाभ्यास आधारित है। योग का मुख्य अर्थ एकाग्रता समझा जा सकता है। यह एकाग्रता धीरे-धीरे जागरूकता और शुद्ध जागरूकता की ओर ले जाती है, जो योग का लक्ष्य है। समाधि, जो पतंजलि अष्टांग योग का अंतिम अंग है, एकाग्रता के आधार पर अंतिम लक्ष्य तक पहुंचने का माध्यम है।

मिलन के अर्थ में, योग को मानव व्यक्तित्व (शरीर, मन और आत्मा) के विभिन्न तत्त्वों के एकीकरण के रूप में बेहतर रूप से समझा जा सकता है, जो एक सुदृढ़, सामंजस्यपूर्ण और समग्र व्यक्तित्व का नमिण करती है। योग, चित्त की केंद्रित अवस्था में शुरू होता है, अर्थात एकाग्रता में। पतंजलि में इस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए अष्टांग योग या राजयोग का प्रतिपादन एक अनुशासन/आदर्श के रूप में किया।

पतंजलि के अष्टांग योग का उद्देश्य या चरम लक्ष्य कैवल्य है। यह वह अवस्था है, जहां मनुष्य अपने दुखों एवं पीड़ाओं से हमेशा के लिए मुक्त हो जाता है। पतंजलि योग मुख्य रूप से एकाग्रता प्राप्त करने के लिए मन के प्रबंधन से संबंधित है। यह एकाग्रता, जागरूकता के लिए मार्ग प्रशस्त करते हुए पूर्ण जागृति प्रदान करती है। कैवल्य स्थिति वह है, जहां मनुष्य के सभी दुखों एवं कष्टों का सदा के लिए अंत हो जाता है। कैवल्य प्राप्त करने की प्रक्रिया में योग अभ्यास के दौरान अन्य लाभ भी दिखाई देते हैं, जिनमें शारीरिक एवं मानसिक लाभ मुख्य हैं।

समाधि की अवस्था में साधक का अस्तित्व समाप्त हो जाता है, मात्र ध्येय वस्तु ही प्रकाशित रहती है।

समाधिना निर्लिप्ति च समाधि द्वारा निर्लिप्त अवस्था की प्राप्ति होती है। इस अवस्था को प्राप्त करने के बाद अपने मन को, अपनी अंतर्श्चेतना को आत्मा के साथ जोड़ने का प्रयास होना चाहिए। जब उस परमात्मा के साथ योग की स्थिति उत्पन्न होती है, तब वह स्थिति समाधि है। इस अवस्था को प्राप्त कर लेने के पश्चात व्यक्ति का पुनर्जन्म नहीं होता है। पुनर्जन्म का कारण मनुष्य की इच्छा होती है और जब समाधि की अवस्था में इच्छा ही नहीं, मन ही नहीं, अंतःकरण ही नहीं, अपने आपको लय कर दिया है, तब जन्ममरण का प्रश्न ही नहीं उठता। इसी बिंदु पर व्यक्ति अपने लक्ष्य को प्राप्त करता है।

एक तरह से कहा जा सकता है कि यही योग विज्ञान का रहस्य है।

समाधि के प्रकार:

- संप्रज्ञात समाधि यह चार प्रकार के हैं: विचारानुगत, वितर्कानुगत, आनंदानुगत एवं अस्मितानुगत समाधि।
- असंप्रज्ञात समाधि यह दो प्रकार के हैं: भवप्रत्यय एवं उपासप्रत्यय समाधि।

संप्रज्ञात समाधि का स्वरूप:

जिसकी अभ्यास, वैराग्य आदि साधनों से समस्त बाह्य वृत्तियाँ क्षीण हो चुकी हैं, ऐसे स्फटिक मणि के भाँति निर्मल चित्त का जो ग्राहिता, ग्रहण तथा ग्राह्य में स्थित हो जाना और तदाकार हो जाना है, यही संप्रज्ञात समाधि है।

संप्रज्ञात योग के तीन ध्येय पदार्थ माने गए हैं:

- ग्राह्य
- ग्रहण
- ग्राहिता

समाधि के विषय:

वितर्कानुगत समाधि (सवितर्क निर्वितर्क) महाभूत अर्थात स्थूल।

विचारानुगत (सविचार निर्विचार) तन्मात्राएं अर्थात् सूक्ष्म।

वितर्कानुगत समाधि: जब स्थूल पदार्थ को लक्ष्य बनाकर उसके स्वरूप को जानने के लिए योगी अपने चित्त को उसमें लगाता है, तब पहले होने वाले अनुभव में वस्तु के नाम, रूप और ज्ञान के विकल्प का मिश्रण रहता है। अर्थात उसके स्वरूप के साथ नाम और प्रतीति का भी चित्त में पूर्ण रहना होता है। अतः इस समाधि को सामान्यतः सविकल्पा समाधि कहते हैं। इसके बाद शब्द और प्रतीति की स्मृति के भली-भाँति लुप्त हो जाने पर, स्वरूप से शून्य हुई स्मृति केवल ध्येय मात्र को प्रत्यक्ष करने वाली चित्त की स्थिति निर्वितर्क समाधि है।

स्मृतिपरिशुद्धौ स्वरूपशून्येवार्थमात्रनिर्भासा निर्वितर्क!

विचारानुगत समाधि :

इसी प्रकार सूक्ष्म पदार्थों में की जाने वाली सविचार और निर्विचार समाधि है। इस समाधि के ध्येय सूक्ष्म विषय हैं।

एते चैव सविचारा निर्विचारा च सूक्ष्मविषया व्याख्याता!

आनंदानुगत समाधि :

निर्विचार समाधि के पश्चात साधक को केवल अनंत आनंद मात्र की अनुभूति शेष रह जाती है।

अस्मितानुगत समाधि :

अंत में साधक आनंद की अनुभूति से भी उपरत हो जाता है और केवल स्वयं होने का निर्लिप्त भाव शेष रह जाता है। यह अवस्था अस्मितानुगत समाधि कहलाती है।

सबीज समाधि :

यह सबीज समाधि है क्योंकि बीज रूप से किसी न किसी ध्येय पदार्थ को विषय करने वाली चित्तवृत्ति का अस्तित्व सा रहता है। अतः संपूर्ण वृत्तियों का पूर्णतः निरोध न होने के कारण कैवल्य नहीं हो पाता है और यह सबीज समाधि कहलाती है।

निर्विचार समाधि में साधक प्रवीणता प्राप्त कर लेने पर रजोगुण और तमोगुण का आवरण क्षीण हो जाता है तथा सतोगुण की

प्रधानता हो जाती है, जिससे चित्त अत्यंत निर्मल हो जाता है। इससे योगी को एक ही काल में समस्त पदार्थ विषयक यथार्थ ज्ञान हो जाता है।

निर्विचारवैशारद्यात्मप्रसादः!

ऋतंभरा प्रज्ञा का स्वरूप व महत्वः

उस समय योगी की बुद्धि ऋतंभरा को धारण करने वाली हो जाती है। इस स्थिति में किसी भी विषय में भ्रांति का लेशमात्र भी नहीं रहता। अविद्या, संशय, विपर्यय भी पूर्णतः समाप्त हो जाते हैं। साधक सत्य ही दर्शन, ग्रहण व प्रकट करता है।

ऋतंभरा तत्र प्रज्ञा!

श्रवण और अनुमान से होने वाली बुद्धि की अपेक्षा यह बुद्धि भिन्न विषय वाली है, क्योंकि वह विशेष रूप में अर्थ का साक्षात्कार करने वाली है। मनुष्य जो कुछ भी अनुभव करता है, जो कुछ भी क्रिया करता है, उन सबके संस्कार अंतःकरण में इकट्ठे हुए रहते हैं। इस प्रकार इस बुद्धि से उत्पन्न संस्कार अन्य दूसरे संस्कारों को विनष्ट करने वाले होते हैं।

असंप्रज्ञात (निर्विज) समाधि का स्वरूप :

विरामप्रत्ययाभ्यासपूर्वः संस्कारशेषोन्यः !

जब ऋतंभरा प्रज्ञा से उत्पन्न उच्च संस्कारों से भी आसक्ति न रहने से उन संस्कारों का भी निरोध हो जाता है, तब सुध-बुध का ही अभाव हो जाता है। इस स्थिति में चित्त की कोई भी वृत्ति शेष नहीं रहती। सभी संस्कारों के बीज समाप्त हो जाने से इसे निर्विज समाधि कहते हैं। साधक जब परवैराग्य को प्राप्त कर लेता है, उस समय स्वभाव से चित्त संसार की ओर नहीं जाता। वह उनसे अपने आप उपरत हो जाता है। परवैराग्य में विवेकख्याति रूप अंतिम वृत्ति भी निरुद्ध हो जाती है इस स्थिति को विरामप्रत्यय कहते हैं। जब प्रकृति-संयोग का अभाव हो जाता है, तब दृष्टा का अपने स्वरूप में स्थिति हो जाती है। इसी का नाम कैवल्य है।

पतंजलि विशेषतः तीन प्रकार की समाधि का उल्लेख करते हैं :

१. सबीज समाधि
२. निर्बीज समाधि
३. धर्ममेघ समाधि

समाधि वह अंतिम अवस्था है, जहां 'कैवल्य' फलित होता है और चित्तवृत्ति निरोध की प्रक्रिया पूर्ण होती है। पतंजलि योग में ध्यानावस्था में धारणा, ध्यान और समाधि का समावेश है। तीनों के सम्मिलित रूप को संयम कहा गया है। पतंजलि के अनुसार,

यह संयम ही है जो विभिन्न प्रकार की सिद्धियों/विभूतियों हेतु हमें सक्षम बनाता है।

उपसंहारः

समाधि विद्या का उपसंहार करते हुए महर्षि घेरंड अपने शिष्य से कहते हैं कि उन्होंने समाधि विज्ञान के विषय में उन सब विधियों का वर्णन किया है जिनके द्वारा ध्यान की अवस्था में मोक्ष की प्राप्ति हो सकती है।

ध्यान का लक्ष्य चित्त रहित स्थिति का अनुभव करना है। मस्तिष्क रहित अवस्था हठयोगप्रदीपिका में उन्मी अवस्था कहलाती है। इस स्थिति के लिए दूसरा शब्द मनोन्मनी अवस्था है। हठयोगप्रदीपिका के चतुरंग योग में चौथा अंग नादानुसंधान है, जो ध्यान की उस अवस्था की ओर लेकर जाता है, जहां मस्तिष्क का विघटन नाद में हो जाता है। नादानुसंधान की चार अवस्थाएं कुंडलिनी जागरण की अवस्थाओं के साथ बढ़ती हैं तथा सुषुमा नाड़ी के द्वारा आगे बढ़ती हैं। अंततः प्राण, सुषुमा के द्वारा सहस्रार चक्र तक पहुंचते हैं। यह अवस्था कैवल्य या मोक्ष या आत्मानुभूति की अवस्था होती है।

पतंजलि योग को राजयोग भी कहा जाता है, क्योंकि योग की अन्य पद्धतियाँ (ज्ञान, भक्ति, कर्म, हठ, मन्त्र इत्यादि) के मौलिक सिद्धांत बहुत ही सूक्ष्म तरीके से बीज रूप में पतंजलि योग में रोपित हुए हैं। हठयोग शारीरिक क्रियाओं पर बल देता है, जबकि अष्टांग योग मानसिक क्रियाओं पर बल देता है, लेकिन दोनों का लक्ष्य एक ही है। जब अष्टांग योग का अभ्यास दृढ़ संकल्प एवं उत्साह से किया जाता है तो परिणामस्वरूप चित्त की अशुद्धियाँ समाप्त हो जाती हैं और ज्ञान का प्रकाश उत्पन्न होता है, जो विवेक ख्याति (प्रकृति और पुरुष के बीच प्रबुद्ध भेद) के रूप में फलीभूत होता है। इस अवस्था को प्राप्त कर लेने के पश्चात व्यक्ति का पुनर्जन्म नहीं होता है। पुनर्जन्म का कारण मनुष्य की इच्छा होती है जब समाधि की अवस्था में इच्छा ही नहीं, मन ही नहीं, अंतःकरण ही नहीं, तब जन्म-मरण का प्रश्न ही नहीं उठता। और यही इन तीन ग्रंथों का और योग विज्ञान का रहस्य है।

सन्दर्भ सूची :

१. स्वामी निरंजनानंद सरस्वतीः योगदर्शन, योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट, मुंगेर, बिहार।
२. स्वामी निरंजनानंद सरस्वतीः घेरंडसंहिता, योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट, मुंगेर, बिहार।
३. स्वामी निरंजनानंद सरस्वतीः हठयोगप्रदीपिका, योग पब्लिकेशन्स ट्रस्ट, मुंगेर, बिहार।

■ ■ ■

Prime Publishing House

Office : Swatantrya Chowk, Mohite Complex Basement, Jalgaon - 425001.

Mobile : 89992 34556, 96656 26717

E-Mail : primepublishinghouse@gmail.com, Website : www.primebookss.com