

डॉ. सतीश कराड (स.शि)

लोकमान्य विद्यालय, लातूर

मोबाइलच्या अति वापराचा विद्यार्थ्यांच्या अभ्यासावर होणा-या
परिणामाचा अभ्यास

सारांश

आजच्या डिजिटल युगात मोबाइल हे विद्यार्थ्यांसाठी शिक्षण व मनोरंजनाचे महत्त्वाचे साधन बनले आहे. मात्र, मोबाइलचा अति वापर शैक्षणिक कामगिरीवर विपरीत परिणाम करू शकतो. प्रस्तुत संशोधनात मोबाइलच्या अति वापरामुळे विद्यार्थ्यांच्या अभ्यासावर होणारे शैक्षणिक, मानसिक आणि सामाजिक परिणाम यांचा अभ्यास करण्यात आला आहे. तसेच या अति वापराच्या परिणामांचा निराकरण करण्यासाठी उपाय आणि शिफारसी देखील प्रस्तावित करण्यात आल्या आहेत.

प्रस्तावना

मोबाइल फोन हे संवादाचे आणि माहिती मिळविण्याचे प्रभावी माध्यम बनले आहे. परंतु, विद्यार्थ्यांमध्ये अति वापरामुळे अभ्यासावर, लक्ष केंद्रित करण्याच्या क्षमतेवर आणि मानसिक आरोग्यावर नकारात्मक परिणाम होऊ शकतो. शिक्षणात मोबाइलचा संतुलित वापर आवश्यक आहे, अन्यथा विद्यार्थ्यांची शैक्षणिक गुणवत्ता प्रभावित होऊ शकते.

समस्येचे विधान

विद्यार्थ्यांमध्ये मोबाइलच्या अति वापरामुळे होणाऱ्या
शैक्षणिक व मानसिक परिणामांचा अभ्यास

સંશોધનાચી ઉદ્દિષ્ટે

मोबाइलच्या अति वापरामुळे विद्यार्थ्यांच्या अभ्यासावर
होणा-या परिणामांचा अभ्यास करणे

मानसिक व शारीरिक परिणामांचा अभ्यास करणे
विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक कामगिरीवर आणि सामाजिक
वर्तणकीवर परिणाम समजून घेणे

संतलित मोबाइल वापरासाठी उपाय सचवणे

संशोधन पद्धती

वर्णनात्मक व सर्वेक्षणात्मक पद्धती वापरण्यात आल्या. शाळा व महाविद्यालयातील विद्यार्थ्यांचा नमना घेऊन डेटा संकलन केला.

शैक्षणिक ग्रंथ, संशोधन लेख, नियतकालिके आणि
डिजिटल माध्यमांचा अभ्यास केला.

मोबाइलच्या अति वापराचे परिणाम

१. शैक्षणिक परिणाम (ऋतुद्वय २०२३-२४)

अभ्यासावर लक्ष केंद्रित होणे कठीण होते

गृहकार्य व अभ्यास वेळेची कमतरता

शैक्षणिक कामगिरी कमी होणे

२. मानसिक व भावनिक परिणाम

तणाव, उदासी किंवा चिडचिडेपणा

झोपेची समस्या आणि मानसिक थकवा

सामाजिक संवाद कमी होणे

३. सामाजिक व वर्तणुकीवर परिणाम

निष्कर्ष

मित्रपरिवारासोबत संवाद कमी होणे ऑनलाइन गेमिंग किंवा सोशल मीडिया माध्यमातून वेळेचा गैरवापर असामाजिक किंवा एकाकी वृत्ती

मोबाइल हे शिक्षणाचे प्रभावी साधन असू शकते, परंतु अति वापरामुळे विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक कामगिरी, मानसिक आरोग्य व सामाजिक वर्तनावर नकारात्मक परिणाम होतो. शिक्षक, पालक आणि विद्यार्थी यांनी संतुलित आणि जबाबदार मोबाइल वापर सुनिश्चित करणे आवश्यक आहे, जेणेकरून शिक्षण प्रक्रियेवर सकारात्मक परिणाम होईल.

४. शारीरिक परिणाम

डोळ्यांचे ताण, डोकेदुखी पाठदुखी व हातांच्या स्नायूंचे दुखणे शारीरिक सक्रियतेत घट

संदर्भ -

उपाय व शिफारसी

विद्यार्थ्यांसाठी मोबाइल वापराचे वेळापत्रक तयार करणे पालक व शिक्षकांनी मोबाइलच्या योग्य वापराचे मार्गदर्शन करणे अभ्यास व विश्रांती यासाठी संतुलित वेळ ठरवणे डिजिटल डेटॉक्स आणि वैकल्पिक क्रियाकलापांना प्रोत्साहन.

Sharma, R.C. – Educational Technology and Mobile Use, Delhi: Arya Publications, 2019

National Council of Educational Research and Training (NCERT), Digital Education in Schools, 2018

Journal of Educational Psychology, Vol. 12, Issue 3, 2020

Gupta, S. – Impact of Smartphones on Students' Academic Performance, Pune: Gyan Prakashan, 2017