

CALL FOR BOOK CHAPTER

Certificate

This is to certify that Dr./Shri./Smt. निलीमा पी. माहारे has successfully published his/her call for book chapter titled महिलांची परीवर्तनशील भूमिका (कोरोना काळातील परिस्थितीवर आधारित) through Research Ink Publication with ISBN 97978-1-6780-4773-3 in the Year 2021.

Published By

LULU Book Publication

Hisborough St, Raleigh
United States of America (USA)

Printed By

Research Ink Publication

258/34, Raviwar Peth, Solapur - 413005
Maharashtra, India.

researchink2020@gmail.com | www.ibp.world
+91 7796563363 | +91 9595359435

Authorized Signature



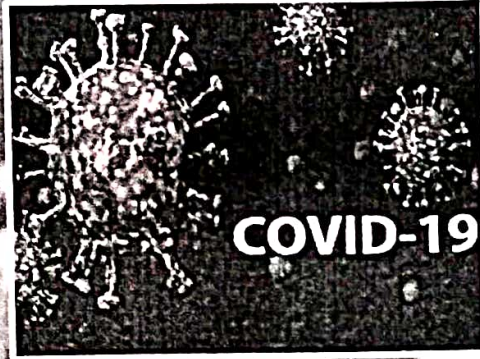
Research Ink Publication

2021-2022

महिलांची परीवर्तनशील भुमिका (कोरोना काळातील परिस्थितीवर आधारीत)



प्रा. डॉ. मंजिरी मिंग्लिंद चेपे
डॉ. सुनिता बाळापुरे



अनुक्रमणिका

प्रकरण	विषय	पृष्ठ क्रमांक
१	मी, ती आणि कोविड - 19 प्रा. डॉ. मंजिरी चेपे	१ - ८
२	महिलांचे परिस्थितीजन्य भूमिका प्रो. डॉ. सुनिता एस. बाळापूरे	९ - २३
३	कोरोना काळातील बालसंगोपन विषयक समस्या प्रा. डॉ. निलीमा पी. माहोरे	२४ - ३०
४	कोविड 19 व भारतीय संस्कृती प्रा डॉ ज्योती वि हावरे	३१ - ३७
५	सामाजिक व्यवस्थेतील परिवर्तन डॉ सारीका एस. बोदडे	३८ - ५०
६	कौटुंबिक स्वास्थ्य प्रा. डॉ. शामली जा. दिघडे	५१ - ६४
७	टाळेबंदी काळात अर्थव्यवस्थेवर झालेला परिणाम प्रा. डॉ. मोनाली वि. इंगळे	६५ - ७६
८	कोरोना काळातील किशोरांच्या समस्या प्रा. प्राची भांबुरकर	७७ - ८१
९	कोविड-19 - स्त्रियांची मानसिक स्थिती डॉ. संध्या अनिल काळे	८२ - ८९

नीवर

ced
rior
zed
inal
the
ior.

प्रकरण — ३

कोरोना काळातील बालसंगोपन विषयक समस्या

प्रा. डॉ. निलीमा पी. माहोरे
गृहअर्थशास्त्र विभाग प्रमुख,
युवाशक्ती कला व विज्ञान महाविद्यालय, अमरावती.

विज्ञानाच्या जोरावर संपूर्ण अवकाशाला गवसणी घालू पाहणाऱ्या आज आपल्या मानवजातीला एका निर्जिव व्हायरस ने चारही मुंड्या चित करून, संपूर्ण विकाशाला, संपूर्ण प्रगतीला, संपूर्ण जगाला आपल्या कवेत सामावून घेण्याच्या जिज्ञासेला जबरदस्त चपराक दिली, आणि संपूर्ण मानवजीवन बंदिस्त करून टाकले. कोरोना व्हायरसचे आगमण होण्यापूर्वी जर अशी परिस्थिती ओढवू शकते. असे आपल्याला कोणी सांगितले असते, तर आपण कदापी ते मान्य केले नसते.

विज्ञानाच्या जोरावर आज सर्वच क्षेत्रामध्ये मानवाने आमुलाग्र क्रांती घडवून आणली हे निःसंशय. परंतू ही प्रगती साधत असतांना निसर्गाची किती अधोगती झाली हे पाहायला आपण मानव जात विसरलो आणि त्याचे जे व्हायला नको तेच दूष्परिणाम झाले.

निसर्गाला डिवचले नैसर्गिक असणाऱ्या गोष्टी कृत्रिम लॅब मध्ये तयार होऊ लागल्या आणि प्रगती च्या नावाखाली मानव त्यातच धन्यता मानू लागला. जगाच्या एका ठिकाणी तयार होणारा व्हायरस काही समाजण्याच्या आतच सर्वदूर पसरू लागला आणि पाहता पाहता कोरोना व्हायरसने संपूर्ण जगाला विळखा घातला. एका संसर्गजन्य आजाराने संपूर्ण जगाला हालवून सोडले. कोणतीही लस नाही आणि कोणतेही नेमके औषध नाही, अशा परिस्थितीत कोरोना व्हायरस सोबत लढा देणे भाग पडले. आणि अशा परिस्थितीत देशाच्या आर्थिक, सामाजिक कोणत्याच नुकसानाची तमा न बाळगता कोरोना व्हायरस ची साखळी तोडण्यासाठी लॉकडाऊन हा एकमेवर पर्याय समोर आला.

‘लॉकडाऊन या एका शब्दाने संपूर्ण जगात उलथापालथ झाली आली प्रत्येक कुटुंबाला आपल्या घरातच बंदिस्त राहण्याची वेळ आपल्यावर आणि त्यामुळे लॉकडाऊनचे परिणम समाजाच्या सर्वच स्तरावर झालेले आपल्या निदर्शनात आले.

घरातील लहान मुले, घरातील कर्ता सवरता पूरूष, उद्योजक किंवा नोकरदार महीला, घरातील आबाल, वृध्द सर्वांनाच आपआपल्या घरात बंदिस्त राहावे लागले. जाणत्या वयातील माणसांनी या गोष्टी समजूनही घेतल्या पण ज्या घरात लहान मुले आहेत ज्या मुलांना ना लॉकडाऊनचा अर्थ समजतो ना कोरोना व्हायरसचा अर्थ समजतो, खाणे —पिणे आणि खेळणे एवढेच ज्यांचे विश्व आहे अश्या चिमूकल्यांची समजूत घालून त्यांना घरातच राहावयास भाग पाडतांना पालकवर्गाचे विशेषतः आईचे कौशल्य मात्र पणास लागले हे निश्चित!

लॉकडाऊन मुळे ज्या घरात लहान मुले आहेत अशा घरातील मातांना आपल्या मुलांना सांभाळतांना नेमक्या कोणकोणत्या समस्या आल्यात हे जाणून घेण्यापूर्वी बाल्यावस्थेतील वैशिष्ट्यांवर आपण विचार करणे क्रमप्राप्त ठरते

समवयस्कांकडे ओढः

बालक लहान असतांना आपले आई वडील आणि आपल्यावर प्रेम करणाऱ्या व्यक्ती एवढेच मुलांचे विश्व असते. मात्र जसजशी मुले मोठी होत जातात तसतसे मुलांचे भावविश्व व्यापक होत जाते आणि आपले मित्र आपल्या मैत्रिणी यामध्ये मुले रममाण होत जातात. समवयस्क मुलामुलींसोबत खेळतांना मुलांना आनंद मिळतो. मित्रांसोबत खेळतांना मुले आपली तहान—भुक सुध्दा विसरतात

प्रबळ जिज्ञासू वृत्तीः

या वयात मुलांमधली जिज्ञासू वृत्ती वाढीस लागते हे असे का? ते तसे का? अशा सारखे प्रश्न विचारून मुले भंडावून सोडतात कारण या वयामध्ये मुलांमध्ये प्रबळ जिज्ञासू प्रवृत्ती दिसून येते त्यामुळे मुलांच्या जिज्ञासू प्रवृत्तीला खतपाणी घालणे आणि त्यांच्या जिज्ञासेची समाधान करणे आई वडीलांचे कर्तव्य ठरते. आणि मुलांच्या जिज्ञासेचे समर्थन करतांना पालकांची दमछांक होते

आत्मनिर्भरतेची भावना :

बाल्यावस्थातील मुलांमध्ये आत्मनिर्भरतेची भावना निर्माण होते. आपले पालक करणारे कोणतेही काम आपणही करू शकतो

अशी भावना मुलांमध्ये निर्माण होते आणि त्या दृष्टीने मुले पाऊले देखील उचलतात. यावेळी मुलांना इजा न पोहोचता आणि त्यांच्या आत्मनिर्भरतेला देखील तडा न जाऊ देता पालकांना मुलांना प्रोत्साहन देऊन मुलांच्या कलाकलाने त्यांना घरातील सर्वच गोष्टींमध्ये सहभागी करून घ्यावे लागते.

प्रबल सामाजिक प्रवृत्ती :

या वयात मुलांमध्ये प्रबळ सामाजिक प्रवृत्तीचा विकास होतो. मुलांना इतरांमध्ये रमायला आवडते. घरात पाहूणे आल्यास आणि त्यात समवयस्कमुळे असल्यास मुले आनंदी होतात आणि लगेच मैत्री करतात.

अनुकरण आणि खेळण्यातूनच विकास :

बाल्यावस्थेमध्ये मुले अनुकरणातून शिकतात मोठ्यांचे अनुकरण करणे, मुलांना आवडते. याशिवाय खेळल्यामुळे मुलांचा शारीरिक, मानसिक आणि सामाजिक विकास योग्य दिशेन होतो. त्यामुळे या वयात मुलांनी खेळणे अत्यावश्यक ठरते.

कोरोना काळातील बालसंगोपनातील अडचणी:

जन्मापासून साधारण १ ते १॥ (दिड) वर्षापर्यंत आपले कुटुंबच मुलांचे विश्व असते बाहेरील कुणी व्यक्ती घरात आली तरी मुलं भांबावतात आणि आईच्या पदरामध्ये लपून बसते. मात्र जसजसे मुलं मोठे होते तसतसे ते इतरांमध्ये रमायला लागते घराचे जरा दार उघडले की सर्वांची नजर चूकवून मुले घराबाहेर पडतात आणि खेळायला लागतात कोणत्याही वस्तूला स्पर्श करतात केव्हाही हात तोंडात घालतात. एकदंरीत काय तर मुलांच्या या बालसुलभ वैशिष्ट्यावरच कोरोनामुळे अटकाव निर्माण झाला. आणि त्यामुळे कोरोना काळामुळे बालसंगोपनात पुढील प्रमाणे अडचणी निर्माण झाल्या.

मात्र कोरोना काळामध्ये लहान मुलांची फारच कोंडी झाली. मुलांना सतत बंद दरवाज्याआड राहावे लागते त्यामुळे मुलांच्या शारीरिक आणि मानसिक स्वास्थावर विपरित परिणाम झाला आणि मुलांना सतत घरात ठेवतांना पालकांसमोर देखील असंख्य समस्या निर्माण झाल्या.

लॉकडाऊन दरम्यान पालकांसमोर सर्वात मोठे आव्हान म्हणजे मुलांनी बाहेर जाऊन खेळू नये सामाजिक अंतर राखले पाहिजे आणि सतत हात धुतले पाहिजे. जंतू संसर्ग नावाचा विषय मुलांच्या मनालाही सुध्दा शिवत नाही. उलट दिलेली वस्तू किंवा

खाद्यपदार्थ आधी खाली सांडवून मगच ती खाण्यात मुलांना आनंद मिळतो आणि मुलांच्या अशा अवस्थेत मुलांना कोरोना नियम पटवणे व शिकविणे हे पालकांसमोर एक सर्वात मोठे आव्हान आहे.

गार्डन बंद, स्विमींग टॅक बंद, मुलांचे खेळणे बंद, फिरणे बंद, अशा अवस्थेमध्ये लहान मुलांमध्ये निर्माण होणारी उर्जा आणि शक्तीला कसे वळण लावावे हा महत्वाचा प्रश्न पालकांसमोर आहे.

मुलांची खाण्यापिण्याची समस्या :

बाल्यावस्थेमध्ये पालक मुलांना बाहेरचे फारसे काही खायला देतच नाही. परंतु असे असले तरी एखादे वेळी दिले जाणारे वेफर्स, चॉकलेट, मॅगी, हा गोष्टी देण्यात देखील पालकवर्गाच्या मनामध्ये संभ्रम होता. बाहेरचे कच्चे काही खावू नये, फळे आणि भाज्या देखील आधि निर्जंतूक करूनच खाव्यात यामुळे मुलांना बाहेरचे काही खायला देतांना पालकवर्गाची दमछाक झाली. घरातल्या घरातच मुलांच्या आवडी निवडी सांभाळतांना पालकवर्गाला विशेषतः आईला पौष्टिक आणि चवदार पदार्थ तयार करण्यासाठी आपले कौशल्यपणाला लावावे लागले.

बालसल्लागार आणि पालक प्रशिक्षक संगोपण आर्ट ऑफ पॅरेटिंगच्या डॉ. अंजली चौधरी यांच्या म्हणण्यानुसार लॉकडाऊन सुरू झाल्यापासून पालकांचे फोन येण्याचे प्रमाण दृष्ट झाले आहे. मुलांना घरातल्या घरात ठेवून आनंदी कसे ठेवावे याबाबत पालकांना मार्गदर्शन हवे आहे घरातल्या घरात राहून मुले चिडचिड झाली आहेत. पालकांना मुलांचा मूड, राग आणि मुलांशी संबंधित इतर समस्यांचा सामना करावा लागतो. त्यामुळे पालकत्व अधिक कठीण झाले आहे. आणि या समस्येला चांगल्या प्रकारे सामोरे जाण्यासाठी पालकांना मार्गदर्शनाची नितांत गरज भासली.

मुलांच्या आरोग्याबाबत आणि हॉस्पिटल बाबतच्या समस्या:

मुलांच्या खाण्यातून आणि खेळण्यांतूनच मुलांचा शारीरिक विकास होतो खेळतांना मुलांचा व्यायाम होतो आणि व्यायामातून मुलांचे शरीर मजबूत होते. लॉकडाऊन दरम्यान मुलांच्या खेळण्यावरच बंदी आली त्यामुळे मुलांची चिडचिड झाली आणि मुलांमध्ये शारीरिक निष्क्रीयता निर्माण झाली. याशिवाय बाल्यावस्थेमध्ये वातावरणातील बदलामुळे सर्दी, ताप यासारख्या

समस्येला मुलांना सतत सामारे जावे लागते. याशिवाय मुलांचे लसीकरणही या वयात सुरू असते.

मात्र लॉकडाऊन च्या काळामध्ये दवाखाने बंद नसले तरीही डॉक्टरांमध्ये देखील भितीचे वातावरण असल्यामुळे मुलांच्या औषधोपचारवर देखील आणि लसीकरणावर विपरित परिणाम झाला आणि मुले आजारी पडू नयेत यासाठी पालकवर्ग सतत मानसिक तणावाखाली राहिला.

मुलांच्या ऑनलाईन शाळा :

मोठ्या प्रयत्नांनी टि.व्ही. आणि मोबाईलच्या प्रलोभणापासून मुलांना दूर ठेवण्याच्या पालकवर्गाला नाईलाजास्तव तोच मोबाईल अभ्यासासाठी मुलांच्या हातात द्यावा लागला. ज्या मोबाईलला अभ्यासामध्ये व्यत्यय म्हणून शाळा आणि महाविद्यालयामधून हद्दपार केले होते. त्याच मोबाईलच्या माध्यमातून शिक्षण सुरू झाले. यासाठी स्वतःचा मोबाईल मुलांना द्यावा लागला किंवा मुलांसाठी वेगळा मोबाईल काही पालकांना द्यावा लागला दोनही पर्याय पालकांसाठी त्रासदायक ठरले. याशिवाय मोबाईलवरून मुलांना अभ्यासाचा सराव नसल्याने मुलांकडून अभ्यास करून घेणे पालकांसाठी फारच डोकेदुखीचा विषय ठरला.

पालकांच्या ऑनलाईन कामाच्या वेळा :

जोपर्यंत नोकरदार पालकवर्ग घरी होता, तो पर्यंत केवळ मुलांना घरच्या घरी सांभाळण्याचीच समस्या होती, मात्र जेव्हापासून नोकरदार पालकवर्गाच्या ऑनलाईन ड्यूटीची कामे सुरू झाली तेव्हापासून पालकांना आपल्या कामाच्या वेळा आणि मुलांना सांभाळणे या गोष्टीची सांगड घालणे अधिकच आव्हानात्मक ठरू लागले.

लॉकडाऊन ने पालक आणि मुलांच्या नात्याला नवीन प्रकारे परिभाषित केले पालकांना नेहमीच मुलांसोबत जास्त वेळ घालवायचा असतो, उलट कोणताही नित्यक्रम नसतांना जेवणाची, खेळण्याची वेळ, यासर्व गोष्टींबरोबरच मुलांच्या मागण्यापूर्ण करण्यात पालकवर्ग व्यस्त आणि आनंदी होता. मात्र जेव्हा पासून घरगृती कामाचा अतिरिक्त ताण, आणि नोकरीच्या कामाचे दडपण व वेबीनार, व्हीडीओ कॉल, ऑडीओ कॉल, ऑनलाईन मिटींग असे ओझे पालकांवर आले तेव्हापासून पालकांची खरी गूतागूत सुरू झाली.

टि.व्ही. आणि मोबाईलचा अतिरिक्त वापर :

शालेय अभ्यासक्रम पूर्ण करण्याच्या प्रक्रियेमुळे मुलांना पाच ते सहा तास मोबाईल किंवा लॅपटॉपच्या समोर बसून राहावे लागले त्यासाठी स्मार्टफोन आणि नेट या दोन्ही गोष्टी मुलांसाठी अनिवार्य झाल्या पाच ते सहा तास सतत मोबाईल किंवा लॅपटॉप समोर बसून डोळ्यांवर देखील या नाजूक वयात ताण निर्माण होतो. अनेक पालकांना लॉकडाऊनच्या आधीच आर्थिक ओढाताणीच्या काळात मुलांना स्मार्टफोन घेऊन द्यावा लागला.

वेळेचे नियोजन :

घरातील सर्वच सर्व सदस्य घरात असल्यामुळे गृहीणीचे आणि नोकरदार महीला वर्गाचे देखील कामाचे वेळापत्रक पार कोलमडले आहे. घरातील सर्वांची मर्जी सांभाळतांना वेळेचे नियोजन करणे महिलांसाठी मोठी समस्या निर्माण झाली आहे. त्याचबरोबर मुलांच्या देखील खाण्यापिण्याच्या, खेळण्याच्या, झोपण्याच्या वेळा सांभाळतांना पालकांना तारेवरची कसरत करावी लागत आहे.

कोरोनाकाळातील समस्यांवर उपाययोजना :

समस्या कितीही जटील असल्या तरी कोणत्याही समस्येशी दोन हात करण्याची तयारी आपण भारतीय लोक करतोच. त्याचप्रमाणे लॉकडाऊन चा कालावधी टप्प्याटप्प्याने वाढत होता, आणि पाहता पाहता सर्वजण परिस्थितीशी समायोजन करणे शिकले. घराच्या उंबरठ्याच्या आतच सगळा दिवस घालविणे ही अशक्यप्राय वाटणारी गोष्ट आपण संगळ्यांनी सहज अंगिकारली परिस्थितीशी समायोजन साधेपर्यंतचा काल सर्वांनाच कठीण गेला. मात्र येणाऱ्या संकटाचे भान ठेऊन मोठ्यांनी परिस्थितीवर मात केली. परंतु लहान मुलांना परिस्थितीची समज नसल्याने मुलांना मात्र परिस्थितीशी जूळवून घेणे कठीण गेले. परंतु तरीही घरातल्या प्रत्येकासाठी लॉकडाऊन दरम्यान दैनंदिन कार्यक्रमांमध्ये सुसंबंधता असायला हवी.

पालकांनी आपल्या प्रत्येक कार्यात आपल्या मुलांना सामिल करून घेतले पाहिजे आणि घरातील काम, ऑफीसचे काम, अभ्यासाची वेळ, टि.व्ही. पाहण्याची वेळ, कौटुंबिक खेळांसाठी वेळ याचे नियोजन करणे अतिशय आवश्यक आहे.

यासाठी पालकांनी घरातल्या घरातच चित्रकला स्पर्धा आयोजित करणे, गाणी म्हणणे, यासारखे उपक्रम राबविले पाहिजे.

घरातल्या घरातील खेळ मुलांबरोबर खेळून मुले जिंकल्यास त्यांना प्रोत्साहनपर पार्टीचे आयोजन करणे, की जेणे करून मुलांना त्यातून आनंद मिळेल असे आयोजन करायला हवे.

मुलांना घरातल्या प्रत्येक गोष्टीत सहभागी करून घ्यायला हवे घरामध्ये खेळकर आनंदी, उत्साही मुलांना प्रेरणा देणारे, त्याला विविध कामामध्ये संधी उपलब्ध करून देणारे, आत्मविश्वास वाढविणारे वातावरण उपलब्ध करून दिले पाहिजे. मुले काही काम करीत असल्यास त्यांना मार्गदर्शन करावे. पालकांचे मार्गदर्शन आणि प्रेम यामुळे मुलांमधला आत्मविश्वास वाढतो आणि आनंदी राहण्याची प्रवृत्ती मुलांमध्ये निर्माण होते.

मुलांना सर्जनशिलपणे नेहमी व्यस्त ठेवले पाहिजे. मुलांना छंदानां प्रोत्साहित करावे. त्याच्याजवळ बसून गोष्टी कराव्या मुलांच्या शंकाचे निरसन करावे.

लॉकडाऊन मुळे आपल्याला मिळालेला वेळ ही आपल्यासाठी एक सूर्वर्णसंधी आहे असे समजून या संधीचे सोने करावे.