शोध निबंध - संशोधक विद्यार्थ्यांमध्ये आजीवन कौशल्ये विकसन एक प्रयोग

डॉ. महाले संजीवनी राजेश
प. संचालक सहयोगी प्राध्यापक,
शिक्षणशास्त्र विद्याशाखा
यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठ, नाशिक

बर्वे प्रकाश वि
सहायक ग्रंथपाल
यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठ, नाशिक

सारांश

एकविसावे शतक हे तंत्रविज्ञानाचे आहे. विभक्त कुटुंब पद्धती, एक अपत्य, एक पालकत्व, आईवडील दोघेही अर्थजनासाठी घराबाहेर पडतात. त्यामुळे मुलांमध्ये एकटेपणा, आत्मप्रौढी, समायोजन करण्याची क्षमता कमी आहे. उच्च शिक्षित व्यक्तींमध्ये ही वरील क्षमता कमी प्रमाणात दिसून येतात. त्यामुळे आजीवन शिक्षण हे शालेय पातळीवरच न राहता त्याचा समावेश उच्च शिक्षणातही होणे काळाची गरज आहे.

मुक्त विद्यापीठात विद्यावाचस्पती (पीएच.डी) नियमित पद्धतीने सुरु करण्यात आलेले आहे. विद्यार्थी वेगवेगळ्या विद्याशाखेतील होते. त्यांच्यात परस्परसंबंध कसे वाढविता येतील? त्यांच्यातील निर्णयक्षमता, सृजनशीलतेला वाव देण्यासाठी विविध कृती कशा करता येतील? असे विविध प्रश्न होते. या प्रश्नांचे उत्तरे शोधण्यासाठी पाच दिवसांची संशोधन पद्धतीबाबत कार्यशाळा घेण्यात आली. चर्चात्मक व्याख्यान आणि गटकार्यातून विद्यार्थ्यांमध्ये विविध जीवन कौशल्ये विकसित करण्याचा जाणीवपूर्वक प्रयत्न करण्यात आला. विविध साधनांद्वारे मिळालेल्या सामाग्रीतून त्यांच्यात सहकार्यात्मक भावना वाढीस लागली. निर्णयक्षमता, चिकित्सक विचार, स्व ची जाणीव निर्माण झाली.

प्रस्तावना:-

प्रत्येक व्यक्ती ही समाजाचा घटक आहे. सामाजिक नियमांनुसार प्रत्येकाला राहावे लागते. भारतामध्ये विविधतेत एकता आहे. परंतु तरीही विभक्त कुटुंबपद्धती, शहरीकरण, एक पालक, आईवडील दोघेही नोकरी, व्यवसायाच्या निमित्ताने दिवसभर घराबाहेर असतात. मुलांना संस्कार करण्यासाठी त्यांच्याकडे वेळेची कमतरता जाणवते. त्यातूनच मुले एकलकोंडी, कमी संवाद क्षमता असलेली दिसून येतात. माहिती संप्रेषण तंत्रज्ञानामुळे त्यांना अनेक माध्यमांद्वारे अनेकविध प्रकारांची माहिती तात्काळ उपलब्ध होते. सामाजिक माध्यमांमुळे प्रत्यक्ष संवाद कमी झालेला आहे. त्यामुळे समाजात मानसिक आरोग्याबाबत अनेक प्रश्न आढळून येतात. हे प्रश्न कमी करण्यासाठी शालेय पातळीवर जीवन कौशल्यांचा समावेश करण्यात आलेला आहे. विद्यार्थ्यांमध्ये विविध शालेय विषयांतून जीवनकौशल्ये रुजविण्यासाठी शिक्षकांना प्रशिक्षणही दिले जाते. परंतु हा प्रश्न फक्त शालेय पातळीवरच मर्यादित नसून महाविद्यालयीन, विद्यापीठीय विद्यार्थ्यांमध्येही जीवन कौशल्यांचा विकास झालेला दिसून येत नाही.

मुक्त विद्यापीठाने सन २०१५ साली नियमित पद्धतीने पीएच.डी. शिक्षणक्रम सुरु केला. विद्यार्थीही विविध विषयांतील होते. कोर्सवर्कच्या निमित्ताने ते एकत्र आले, व्हाट्सॲपच्या माध्यमातून ते एकमेकांशी संपर्क ठेवून होते. परंतु त्यांच्यात संघभावना विकसित झालेली नव्हती. हा विकास जाणीवपूर्वक करण्याची गरज होती.

जीवन कौशल्य संकल्पना - जागतिक आरोग्य संघटनेने सन १९९७ मध्ये जीवन कौशल्याची व्याख्या पुढीलप्रमाणे केली आहे.

जीवन कौशल्याची रचना ही सांस्कृतिक आणि सामाजिक विकसनासाठी आवश्यक कौशल्यांची अंमलबजावणी तत्परतेने होण्यासाठी सुयोग्य तऱ्हेने करण्यात आलेली आहे. वैयक्तिक आणि सामाजिक विकासामध्ये हातभार लावण्याचा एक प्रयत्न होत असतानाच आरोग्य आणि सामाजिक समस्यांच्या प्रतिबंध व मानवी घटकांचे जतन करता येणार आहे. साळुंके श्री (२०११)

दैनदिन जीवनातील गरजा आणि आव्हानांना सामोरे जाण्यासाठी प्रत्येक व्यक्तीला क्षमता संपन्न करणाऱ्या सामाजिक मानसिक क्षमता म्हणजेच जीवन कौशल्य क्षमता आहेत. इतरांशी आणि परिस्थितीशी आतरक्रिया करीत असताना व्यक्तीला मानसिकदृष्ट्या स्थिरता देऊन अनुकुलता आणि सकारात्मकता कायम राहण्यासाठीच्या क्षमता या कौशल्यांमुळे समृद्ध होतात.

भारतातील जीवनविषयक दृष्टीकोन आणि जीवनकौशल्ये यात साम्य आहे. काळानुरूप समाजात झालेल्या वेगवेगळ्या परिवर्तनामुळे भारतातही जीवन कौशल्य रुजविण्यासाठी प्रयत्नांची आवश्यकता आहे.

जीवन कौशल्य तीन क्षेत्रात विभाजन

जागतिक आरोग्य संघटनेने दहा जीवन कौशल्ये सांगितलेली आहेत. त्यांचे तीन भागात विभाजन करता येते.

जीवन कौशल्य विभाजन

बौद्धिक विकास
- स्वतःची जाणीव
- समस्या निराकरण
- निर्णय क्षमता
- सर्जनशील विचार
- चिकित्सक विचार

सामाजिक विकास
- समानानुभूती
- परिणामकारक संप्रेषण
- आंतरव्यक्तिक संबंध

भावनिक विकास
- भावनांचे समायोजन
- ताणतणावांचे समायोजन

आकृती क्र. १ जीवन कौशल्यांचे विभाजन

United Nations Children's Funds (UNICEF) 2005 reported that

Conclusions and follow up from UNESCO's Report on the Inter-Agency working group on Life Skills in EFA[25]

There is further clarification of life skills-based education as a process, i.e. involving development of knowledge, attitudes (and values etc) and skills to be able to cope with new challenges throughout life,-as such life skills-based is a process to be applied to various learning areas, not a domain or subject in itself.

Life skills education is closely linked to sustainable human development through its objective of fostering human capabilities in present & futures generations

A skills-based approach to education should cover four dimensions:

1) The individual dimension;
2) The social dimension;
3) The cognitive/reflective dimension; and
4) The instrumental dimension.

The four pillars of learning was seen as a possible platform for a life skills approach to quality education.

The conceptual framework for a "life skills approach" to quality education should focus on operationalizing and monitoring the approach.

Life skills are psychosocial skills which can be applied to specific learning domains and socio-cultural contexts.

'Life skill Education' can be briefly described as having the following elements:content that includes a balance of knowledge, values, attitudes and skills uses interactive and learner - centered teaching methods.

Includes behavior change/development as part of its objectives is based on participant needs. (i.e. based on situation analysis and relates to real life) is (therefore) gender-sensitive and rights based throughout.

Quality education curricula need to be context-specific, and competency-based.

Assessment of life-skills-based education (LSBE) at the local level and individual level must be based on observed changes in a learner's acquisition and use of knowledge, the expression of values and attitudes, development of skills, and interactions with the social and physical environment.

It is important to realize that proxy indicators are not necessarily comprehensive descriptors on their own. Ultimately, multiple sources of information should be used and triangulated.

Emphasis should be given to assisting countries in setting up measurable life skills education programmes related to specific learning areas/ domains. e.g. That aim both at improving the general quality of education as well as enabling the learner to cope with new challenges.

जीवन कौशल्यांबाबत युनेस्कोच्या निष्कर्षांचा आधार घेऊन मुक्त विद्यापीठातील विद्यावाचस्पती विद्यार्थ्यांमध्ये जीवन कौशल्ये कशी रुजविता येतील. यासाठी प्रयोग करण्यात आला आणि त्याची परिणामकारकता अभ्यासण्यात आली.

संशोधन शीर्षक

मुक्त विद्यापीठातील विद्यावाचस्पती विद्यार्थ्यांमध्ये जीवन कौशल्ये विकसनासाठी आयोजित केलेल्या कार्यक्रमाच्या परिणामकारकतेचा अभ्यास.

संशोधन उद्दीष्टे

१) विद्यावाचस्पती विद्यार्थ्यांमध्ये असणाऱ्या जीवन कौशल्यांचा शोध घेणे.

२) विद्यावाचस्पती विद्यार्थ्यांमध्ये जीवनकौशल्ये विकसनासाठी विविध कार्यनीती विकसित करणे.

३) विद्यावाचस्पती विद्यार्थ्यांमध्ये जीवन कौशल्ये विकसनासाठी वापरण्यात आलेल्या विविध कार्यानिर्तीची परिणामकारकता अभ्यासणे.

संशोधन कार्यपद्धती सदर संशोधनासाठी प्रायोगिक पद्धतीतील एकलगट अभिकल्पातील पूर्व उत्तर चाचणी अभिकल्पाचा वापर करण्यात आला.

न्यादर्श:- यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठातील २८ विद्यावाचस्पती विद्यार्थी नमुना म्हणून घेण्यात आले.

संशोधन साधने

१)संशोधन क्षमता शोधिका २) गटकार्य सहभाग मूल्यमापन श्रेणी

३) स्व विमर्षण ४)सहभागी निरीक्षण

विद्यार्थी वैशिष्ट्ये

१) बहुतांशी विद्यार्थ्यांना संशोधनाबाबत फारशी माहिती नव्हती.

२) विशिष्ट विषयात त्यांनी पदव्युत्तर पदवी घेतलेली होती. इतर विषयांबाबतचे ज्ञान त्यांच्याकडे नव्हते.

३) विविध क्षेत्रात कार्य करणाऱ्या व्यक्तींना प्रवेश घेतलेला होता.

४) विद्यार्थ्यांचे संशोधन मार्गदर्शकही विविध क्षेत्रातील तज्ज्ञ होते.

संशोधन कार्यवाही:-

पाच दिवसांचे संशोधन कार्यपद्धती कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आले. त्यासाठी तीन तज्ञांना मार्गदर्शनासाठी बोलविण्यात आले. सकाळच्या सत्रात चर्चात्मक व्याख्यान आणि दुपारच्या सत्रात घटकासदर्भात गटकार्य अशा कृतींचे नियोजन केलेले होते. प्रत्येक दिवसाच्या सुरुवातीला त्या दिवसाच्या संशोधन आशयाबाबत विद्यार्थ्यांना कितपत ज्ञान आहे. याबाबत आशय ज्ञान चाचणी घेण्यात येत असे त्याचे विश्लेषण करून तज्ञांना व्याख्यानादरम्यान माहिती दिली जात असे.

१) संशोधन कार्यशाळा सुरु होण्यापूर्वी विद्यार्थ्यांमध्ये संशोधन क्षमता किती आहे ह्याचा पडताळा होण्यासाठी पंचबिंदू संशोधन क्षमता शोधिका विकसित करण्यात आलेली होती ती विद्यार्थ्यांकडून भरून घेण्यात आली.

२) प्रत्येक दिवसाच्या शेवटी विद्यार्थ्याने पुढील प्रश्नांची उत्तरे लिहून समन्वयकांकडे द्यावयाची होती.

२.१) आज मला नेमके काय समजले?

२.२) आज मी काय चांगले केले?

२.३) आज मला काय चांगले करता आले नाही?

२.४) आज मला कोणते घटक/आशयाबाबत अजून माहिती मिळणे अपेक्षित होते.

२.५) आज मला काय शिकायला/करायला आवडेल?

३) अर्धा दिवस गटकार्य करण्यासाठी ७-८ विद्यार्थी आणि त्या त्या क्षेत्रातील १-२ संशोधन मार्गदर्शक असे विभाजन करण्यात आले. सकाळी झालेल्या व्याख्यानातील घटकाबाबत विद्यार्थ्यांनी स्वतःच्या संशोधनासाठी उपयोजन करावयाचे होते. गटात सादरीकरण करून मार्गदर्शक आज इतर संशोधक विद्यार्थ्यांकडून प्रत्याभरण घ्यावयाचे होते.

४) समन्वयकांनी सहभागी निरीक्षण म्हणून नोंदी केलेल्या होत्या.

कृतीसत्रातील दिवसनिहाय कृती पुढीलप्रमाणे.

क्र.	दिवस	कृती
१	पहिला दिवस	संशोधन संकल्पना, संशोधन आराखडा, विकसन
२	दुसरा दिवस	विविध संशोधन पद्धती
३	तिसरा दिवस	संशोधन साधने
४	चवथा दिवस	सामग्री विश्लेषणाची सांख्यिकी तंत्रे
५	पाचवा दिवस	संदर्भ स्त्रोतांचा शोध व त्याचे उपयोजन

संपर्क कृतीसत्राच्या आयोजनाची जबाबदारी विद्यार्थ्यांना देण्यात आलेली होती. प्रत्येक विद्यार्थ्याला स्टेजवर येण्याची संधी होती. या कृतीसत्रातून विद्यार्थ्यांमध्ये आजीवन कौशल्ये विकसित होण्यासाठी जाणीवपूर्वक प्रयत्न करण्यात आले. जीवन कौशल्यातील घटकनिहाय प्रगतीचा शोध घेण्यासाठी वरीलपैकी एक किंवा अनेक साधनांचा वापर करण्यात आला. त्याचे विश्लेषण आणि निष्कर्ष पुढे मांडलेले आहेत.

'स्व' ची जाणीव:- कौशल्याचे मापन करण्यासाठी संशोधन क्षमता शोधिका, गटकार्य सहाभाग मूल्यमापन श्रेणी, स्व-विमर्षण आणि सहभागी निरीक्षणाद्वारे मिळालेली सामग्री.

कोष्टक क्र.१ : स्व ची जाणीव

क्र.	विधान	०-२०		२१-४०		४१-६०		६१-८०		८१-१००	
		पू	उ.	पू	उ.	पू.	उ.	पू	उ.	पू.	उ.
१	नवनवीन अध्ययन तयारी	१०	०	२४	१०	३४	१७	२१	५२	३	७
२	प्रेरणा व सहभाग	३	०	७	३	१७	०	४५	५२	२१	२८
३	गटकार्यात काम करण्याची क्षमता	-	३	-	७	-	१४	-	३९	-	२०

मुक्त प्रश्नांमधून विद्यार्थ्यांनी स्व ची जाणीव बाबत देलेली वैशिष्टपूर्ण उत्तरे

१) व्याख्यान मराठीतून असल्यामुळे आकलन कमी झाले.
२) सूत्रसंचालनाची तयारी कमी होती.
३) तज्ज्ञांसमोर विषय मांडण्यात अक्षम झालो.
४) पूर्ण वेळ उपस्थिती राहून लक्षपूर्वक ऐकणे आवश्यक आहे.

निष्कर्ष - संशोधन कार्यपद्धती चर्चासत्रातून विद्यार्थ्यांना स्व चा शोध घेता आला. स्वतःची बलस्थाने आणि कमतरतांची माहिती झाली.

कोष्टक क्र. २ : समस्या निराकरण

क्र.	विधान	०-२०		२१-४०		४१-६०		६१-८०		८१-१००	
		पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.
१	संशोधन प्रश्न विकसन क्षमता	७	३	१४	७	४८	१०	२१	४१	३	१४

निष्कर्ष - कृतीसत्रातून विद्यार्थ्यांमध्ये संशोधन समस्येचा शोध घेण्याची क्षमता विकसित झाली.

कोष्टक क्र. ३ : सर्जनशील विचार

क्र.	विधान	०-२०		२१-४०		४१-६०		६१-८०		८१-१००	
		पू	उ.	पू.	उ.	पू	उ.	पू	उ.	पू.	उ.
१	सर्जनशीलता	३	०	७	३	४१	१४	३४	५२	७	१४

निष्कर्ष - संशोधन विद्यार्थ्यांमध्ये सर्जनशील विचारांमध्ये वाढ झाली.

कोष्टक क्र. ४ : चिकित्सक विचार

क्र.	विधान	०-२०		२१-४०		४१-६०		६१-८०		८१-१००	
		पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.
१	स्व मूल्यनिर्धारण क्षमता	३	०	३	३	३४	०	४१	५५	१०	१७
२	इतरांचे मूल्यनिर्धारण क्षमता	३	०	७	७	३१	१४	५२	४१	०	१७
३	इतर संशोधकांच्या संशोधनाचा विचार	-	०	-	२	-	६	-	१२	-	९

निष्कर्ष - संशोधन

१) कार्यशाळेमुळे संशोधन विद्यार्थी स्वतःचे मूल्यनिर्धारण, इतरांचे मुल्यनिर्धारण करू लागले.
२) स्वतःच्या, इतर संशोधकांच्या संशोधनात विषयाबाबतही चिकित्सक पद्धतीने पाहू लागले.

निष्कर्ष - निर्णय क्षमता

सर्व संशोधन विद्यार्थ्यांमध्ये स्वतःचा संशोधन विषय निश्चित करण्याची क्षमता विकसित करता झाली.

सर्वसामान्य निष्कर्ष :-

संशोधन कार्यपद्धती कृतिसत्रातून संशोधन विद्यार्थ्यांमध्ये 'स्व' ची जाणीव, समस्या निराकरण, निर्णयक्षमता, सर्जनशील विचार, चिकित्सक विचार करण्याची क्षमता विकसित झाली.

सामाजिक विकास

कोष्टक क्र. ५ : समानानुभूती

क्र.	विधान	०-२०	२१-४०	४१-६०	६१-८०	८१-१००
१	एकमेकांशी चांगली ओळख	-	७	२५	३६	३६
२	एकमेकांना संशोधनासाठी आनंदाने मदत	-	११	२९	३९	२५
३	इतरांच्या चांगल्या कामाची प्रशंसा	-	४	२१	४६	३२
४	गटकार्यात लिंगसमभाव	७	११	७	३२	४६

निष्कर्ष - संशोधन कार्यशाळेतून संशोधन विद्यार्थी इतरांना समजून घेण्यास शिकले.

कोष्टक क्र. ६ परिणामकारक संप्रेषण

क्र.	विधान	०-२०		२१-४०		४१-६०		६१-८०		८१-१००	
		पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.
१	संप्रेषण कौशल्य विकास	३	३	३	०	३८	१०	४५	४५	३	२१
२	भाषिक कौशल्य विकास	१४	०३	१०	-	३८	२४	३४	३८	३	७
३	गटात बोलण्याची समान संधी	-	४	-	११	-	१८	-	४६	-	२५
४	गटात इतर सदस्यांसोबत संवाद	-	४	-	११	-	१४	-	५६	-	२१
५	स्वतःचा विचार स्पष्टपणे आणि नि:संदिग्धपणे मांडणे	-	४	-	४	-	३६	-	३६	-	२५

निष्कर्ष-

१) संशोधन कार्यशाळेमुळे विद्यार्थ्यांमध्ये इतरांसमोर स्वतःचे विचार स्पष्टपणे व नि:संदिग्धपणे मांडण्याची क्षमता विकसित झाली.

२) गटात संवादाची समान संधी प्राप्त झाली.

कोष्टक क्र. ७ : आंतरव्यक्तिक संबंध

क्र.	विधान	०-२०		२१-४०		४१-६०		६१-८०		८१-१००	
		पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.	पू.	उ.
१	गटात कार्य करण्याच्या क्षमतेत वाढ	३	३	-	-	१४	७	६२	३८	१४	३१
२	गटात संघभावना निर्माण	-	४	-	७	-	११	-	५०	-	३२
३	गटातील सदस्यांच्या चांगल्या गुणांचा शोध	-	०	-	७	-	२९	-	३९	-	२९
४	गटकार्यामुळे सतत शिकण्यात मग्न	-	४	-	४	-	२९	-	२१	-	३६

निष्कर्ष - संशोधन विद्यार्थ्यांमधील कार्यशाळेमुळे आंतरव्यक्तिक संबंध सुधारले.

भावनिक विकास

कोष्टक क्र. ८ : ताणतणावांचे समायोजन

क्र.	विधान	०-२०	२१-४०	४१-६०	६१-८०	८१-१००
१	गटकार्यामुळे संशोधन विषय निश्चिती आराखडा विकसनबाबतचा ताण कमी झाला.	०	१४	३९	३६	१४

निष्कर्ष- गटकार्यामुळे स्वतःच्या ताणतणावांच्या कारणांचा शोध घेता आला. चर्चेतून तो कमी झाला.

कोष्टक क्र. १ भावनांचे समायोजन

क्र	विधान	०-२०	२१-४०	४१-६०	६१-८०	८१-१००
१	गट व्यवस्थापन क्षमता विकसन	०	४	२१	४६	३२

निष्कर्ष- गटकार्यामुळे स्वतःच्या आणि इतरांच्या भावना जाणून घेण्याच्या क्षमतेत वाढ झाली त्यामुळे गटव्यवस्थापन करण्याच्या क्षमतेत वाढ झाली

पूर्व आढाव्याशी संबंध - युनेस्कोने जीवन कौशल्यासदर्भात कार्य करणाऱ्या संस्थासाठी Education For All सर्वांसाठी शिक्षणासदर्भात निष्कर्ष मांडलेले आहेत त्यातील बहुतांशी ज्ञान वृत्ती, मूल्य मदत संशोधनातून विकसित झालेले आहे आजीवन कौशल्य विकसनासाठी एकात्मिक पद्धतीने रावविल्यास त्यातून विषयाचे ज्ञान तसेच विशेष जीवनकौशल्यातही सुधारणा होते

सारांश

जीवन कौशल्यांच्या कृती ह्या सहभागी व्यक्तीच्या गरजांवर आधारित असाव्यात. विद्यार्थी केंद्रित अध्ययन प्रक्रियेद्वारे त्या राबविण्यात याव्यात. लिंग समभाव निर्माण होण्यासाठी विविध कृती करण्यात याव्यात. आशय निश्चित करताना ज्ञान, मूल्य, अभिवृत्ती आणि कौशल्य ह्यांचा समतोल असल्यास जीवन कौशल्यांचा विकास होतो. ही कार्यशाळा राबविल्यानंतर विद्यार्थ्यांमध्ये एकजिनसीपणा निर्माण झाला ते एकमेकांना मदत करण्यास जाणून घेण्यास शिकले

संदर्भ

(१) Life skills-Based Education in South Asia (2005) United Nations Children Fund (UNISEF)
(२) साळुंके श्री (२०११) जीवन कौशल्य शिक्षण शिक्षक मार्गदर्शिका जीवन कौशल्य आणि नमुना पाठ. पुणे महाराष्ट्र राज्य शैक्षणिक संशोधन व प्रशिक्षण परिषद.
(३) डोळ्के अ आणि इतर (२०१२) जीवन कौशल्ये, नाशिक, कुलसचिव, यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठ

खुन या अर्थाने शिक्षणातून ' माणूस ' घडविणे, समाजाभाती समृक्त पुरक असलेले व्यक्ती घडविणे, अध्यात्म व कलात्मक मानसिक घडविणे, राष्ट्रहितेचे संस्कार प्रणालीचा हस्तांतरणाबाबती शालेय स्तरापासून योगशिक्षणाची सुरुवात करणेस महत्वाचे व आवश्यक आहे

संदर्भसूची :-

i २६ जानेवार २०१०, योगशिक्षण - शिक्षणशास्त्र, प्रकाशक - निरामय योगप्रसार व संशोधन केंद, परभणी
ii २४ डिसेंबर २०१५, योगसिद्धांत , प्रकाशक - निरामय योगप्रसार व संशोधन केंद, परभणी
iii डॉ गिरीधर करजगावकर, फेब्रुवारी २०१३, प्राणायाम ज्ञान व विज्ञान, अथर्व प्रकाशन, विश्वातिकेतन कॉलनी, औरंगाबाद
iv श्री विश्वास मंडलिक , योगशिक्षक
v डॉ सुरेश करंदीकर, डॉ ए ना जगताप, अध्ययन अध्यापनाचे मानसशास्त्र
vi डॉ अरविंद दुनाखे, एप्रिल २००९, शिक्षक प्रशिक्षण , नित्य नूतन प्रकाशन, पुणे
vii २४ एप्रिल २०११, योगशिक्षण शरीरशास्त्र, प्रकाशक - निरामय योगप्रसार व संशोधन केंद, परभणी