



विद्यार्थी आणि पालकांना समुपदेशनाचा मंत्र देणारे एकमेव ऑनलाईन मासिक

मंत्र समुपदेशनाचा

एक काळाची गरज
अंक २ रा
१ फेब्रुवारी, २०२२



मराठी माध्यमात शिक्षण पूर्ण करून परदेशात स्वतःच्या कर्तृत्वाचा ठसा उमटविलेल्या दोन मराठी युवकांचे प्रेरणादायी अनुभव आणि नेहमीप्रमाणे समुपदेशकांचे मार्गदर्शन

महाराष्ट्रातील शिक्षक समुपदेशकांनी विद्यार्थाना मार्गदर्शन तथा समुपदेशन करण्यासाठी समर्पित केलेले एकमेव ऑनलाईन मासिक 'मंत्र समुपदेशनाचा.' शिक्षक समुपदेशकांचे लेखातील विचार हे त्यांनी स्वतः व्यक्त केलेले आहेत. सदरहू लेखांचे पुनर्मुद्रण करताना लेखकांची परवानगी घेणे अनिवार्य आहे.

संपादक मंडळ

- सुदाम कुंभार,
निवृत्त प्राचार्य तथा समुपदेशक
- शरद शिंपी, शिक्षक समुपदेशक
- जयवंत कुलकर्णी, शिक्षक समुपदेशक

प्रकाशन स्थळ :

ए/६०१ हर्षगिरी, शिवल्लभ क्रॉस रोड,
दहिसर (पूर्व) मुंबई ४०००६८
येथून प्रकाशित करण्यात आले.
संपर्क : 9833414992



विशेष आभार : सर्व चित्रमय व शैक्षणिक संदेश डॉ. उमेश दे. प्रधान



लेखक/शिक्षक/सर्व शिक्षण प्रेमी/समुपदेशकांना आवाहन

या मासिकासाठी समुपदेशक तथा लेखक म्हणून आपण स्वेच्छेने आपले योगदान देऊ इच्छित असाल तर-

- १) आपले लेख शिक्षक, विद्यार्थी आणि पालकांना अनुलक्षून वर्ड फाइनमध्ये असावेत.
- २) विविध व्यवसायाभिमुख अभ्यासक्रम किंवा समुपदेशन यावर आधारित किंवा आपले मुपदेशन, मार्गदर्शनपर शाळेत राबविलेले उपक्रम आणि अध्ययनाचे अनुभव यावर आधारित किमान ६००/७०० शब्दांपर्यंतचे लेख पुढील मेलवर प्रत्येक महिन्याच्या १० तारखेपूर्वी careerinfosjk2022@gmail.com पाठवावेत.
- ३) व्यवसाय मार्गदर्शनपर माहितीचे (OI) मुद्देसूद लिखाण करावे.
- ४) माहितीची खरातजमा केलेली आणि अभ्यासपूर्णच असावी.
- ५) अनावश्यक शब्दसंभार, विषयांतर, पाल्हाळीकता नसावी.
- ६) लेखासोबत व्हॉट्सअप मोबाइल नंबर, स्वतःचा मेल आयडी, आपल्या शाळेचे नाव आणि आपला पासपोर्ट साईजचा फोटो पाठवावा.
- ७) लेख प्रसिद्धी तसेच त्यातील नाममात्र सुधारणांचा हक्क संपादक मंडळाकडे राखीव राहिल.
- ८) आपले ऑनलाईन मासिक समुपदेशन आणि शिक्षण क्षेत्रातील असंख्य अभ्यासू तज्ज्ञ व्यक्तींच्या वाचनास पाठविले जाते. त्या दृष्टीने आपले लेखन दर्जेदार आणि वस्तुनिष्ठ राहिल याची काळजी घ्यावी.

संपादक मंडळ,

मंत्र समुपदेशनाचा ऑनलाईन मासिक

नमस्कार,

काही दिवसांवरच माध्यमिक आणि उच्च माध्यमिक शालांत परीक्षा येऊन ठेपलेल्या आहेत. गेल्या १९ महिन्यांपासून संपूर्ण जग कोविड विषाणूमुळं हैराण झालेलं आहे. तरीही प्रत्येक देश त्यावर आपल्यापरीने मात करण्याचा प्रयत्न करत आहे. आज आपल्या राज्यात त्यापेक्षा वेगळी परिस्थिती नाही. आपण सर्वजण कोरोनाचे नियम पाळून स्वतःला सुरक्षित ठेवण्याचा आटोकाट प्रयत्न करीत आहोत. कारण आपणास हे माहित आहे की कोरोना मुळे आपण थांबू शकत नाही किंवा कोरोना आपणास थांबवू शकत नाही. सर्व कठीण परिस्थिती सोबत नियोजनबद्ध पद्धतीने सामना करून आपण त्याला नियंत्रित ठेऊन, आपला प्रवास पुढे सुरु ठेवणार आहोत. असेच काहीसे प्रेरणादायी विचार घेऊन आम्ही मंत्र समुपदेशनाचा अंक दुसरा आपल्या हाती देत आहोत. ज्या कठीण परिस्थितीमध्ये तुम्ही शालांत परीक्षेची तयारी करत आहात, अनेक अडचणींचा सामना करत आहात व त्यावर मात करण्यासाठी या मासिकाच्या माध्यमातून आपणास नक्की मदत होईल असे वाटते. तसेच आपले मराठी बांधव (माजी विद्यार्थी) मराठी माध्यमातून आपले शिक्षण पूर्ण करून, विविध प्रकारे सर्व स्पर्धांचा सामना करून आज परदेशात कसे स्थिर झालेले आहेत. त्यांचा प्रेरणादायी प्रवास आपणास येथे या मासिकात वाचायला नक्कीच आवडेल. प्रत्येक महिन्याचे महत्त्व विचारात घेऊन संपादक मंडळ मंत्र समुपदेशनाचा या मासिकाद्वारे आपणास दर्जेदार साहित्य देण्याचा प्रयत्न करीत राहणार आहे.

सुदाम कुंभार,
संपादक,
मंत्र समुपदेशनाचा

अंतरंग

अ. क्र	लेख	लेखक
१.	परीक्षेला जाता जाता	सुदाम कुंभार
२.	दहावी - इतिहास राज्यशास्त्र	राहुल प्रभू
३.	इंग्रजी विषयाची तयारी	सुदाम कुंभार
४.	मनाची द्विधा अवस्था: मानसिक संघर्ष	शरद शिंपी
५.	एक यशस्वी स्टार्ट अप्	संदीप देसले (यु.एस. ए. कॅलिफोर्निया)
६.	वनस्पती संशोधक म्हणून माझा प्रवास	डॉ. स्वप्ना प्रभू, (ऑस्ट्रेलिया)
७.	संवाद परीक्षार्थींशी	विश्राम सूर्यवंशी
८.	सायबर हायजीन	नरेंद्र शिर्के
९.	उपक्रमशील शाळा - सेठ गोपालजी हेमराज माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालय, बोरीवली (पूर्व) मुंबई - ४०००६६.	
१०.	मुलांना शिक्षणापासून दूर ठेवणे कितपत योग्य आहे?	अमिर अन्सारी

(अंकातील लेखकांची मते स्वतंत्र असून त्यांनी व्यक्त केलेल्या मतांशी संपादक मंडळ सहमत असेलच असे नाही.)



सुधाम कुंभार,
संपादक
9833414992

परीक्षेला जाता जाता

बघता बघता शालांत परीक्षा काही दिवसांवर येऊन ठेपलेली आहे. मला आठवतय, काही वर्षांपूर्वी **Last Day Revision** असं शीर्षक असलेली पुस्तक बाजारात उपलब्ध होती. आणि त्याचा खप ही बऱ्याच प्रमाणात झालेला आठवतोय. एक पालक ते पुस्तक माझ्याकडे घेऊन आले व म्हणाले,

सर, "हे पुस्तक आणलं आहे, आमच्या पाल्यांनी आता अभ्यास कसा करायचा ते सांगा?"

"पुस्तकात सर्व दिलेले असेलच ना" माझे उत्तर.

मित्रांनो तुमचे व्यक्तिमत्व सुधारा, तुमची भाषा सुधारा, तुमचे वक्तृत्व कौशल्य सुधारा किंवा त्याचा विकास करा, सभा सूत्रसंचालन कसे करावे इत्यादी इत्यादी. अशा एक ना अनेक विषयांवर बाजारात अनेक चांगली दर्जेदार पुस्तक आहेत. नक्कीच पुस्तकं वाचणे गरजेचे आहे. पण त्याचबरोबर **जलद गतीने उजळणी आणि आकलन** ही महत्त्वाची क्षमता विकसित करणं हे तुमचं सध्यातरी महत्त्वाचं काम आहे. आता तुमचा प्रश्न असेल **जलद गतीने उजळणी आणि आकलन** कसं करायचं ?

हे करा -

- सकाळची वेळ ही खूप महत्त्वाची असते म्हणून जो विषय तुम्हाला कठीण वाटतो त्या विषयाचा अभ्यास शक्यतो सकाळी करा.
- कठीण विषयाचा अभ्यास शक्यतो आपल्या मित्र-मैत्रिणींबरोबरच करा. चर्चेतून बऱ्याच गोष्टी साध्य होतात व समजतात.
- प्रथम सत्र परीक्षा किंवा सराव परीक्षेमध्ये ज्या विषयात कमी गुण मिळाले आहेत त्या विषयांकडे विशेष लक्ष द्या.
- विविध प्रश्न प्रकारांचा अभ्यास तुम्ही केलेल्या नियोजनानुसारच करा.
- विषयनिहाय प्रश्नपत्रिकेतील **Internal Options** नीट समजून घ्या
- अभ्यासाचे नियोजन करून ते काटेकोर पणे पाळण्याचा प्रयत्न करा.
- उजळणी हा अभ्यासाचा महत्त्वाचा घटक असतो उजळणी कडे विशेष लक्ष द्या.
- अभ्यास करत असताना महत्त्वाची वाक्ये अधोरेखित करा म्हणून वाचन करत असताना पेन किंवा पेन्सिलचा उपयोग करा.
- योग्य आहार, विश्रांती आणि थोडा खेळ याकडे लक्ष द्या.
- मागील परीक्षांच्या प्रश्नपत्रिकांचा भरपूर सराव करा. त्यामुळे विहित वेळेत तुम्हाला तुमची प्रश्नपत्रिका पूर्ण करणे शक्य होईल. सर्व प्रकारच्या प्रश्नांचे प्रकार समजण्यास मदत होईल.
- गणित भूमिती विषयाचा सराव करण्यासाठी घरात शक्यतो छोट्या फळ्याचा उपयोग करा.

- अखेरच्या क्षणापर्यंत एखाद्या प्रश्नाच्या बाबतीत शंका असल्यास त्वरित शिक्षकांना भेटा व शंकांचे निरसन करून घ्या.

हे करू नका-

- अभ्यासाचा कंटाळा आला म्हणून कोणत्याही विषयाचा स्वैर अभ्यास करू नका.
- भाषा विषयातील दीर्घ उत्तरे पाठांतर करणे टाळा.
- खूप वेळ मोठ्याने वाचन करणे टाळा
- मित्रांबरोबर बाहेर फेरफटका मारायला जाणे नकोच.
- रस्त्यावर विक्रीस असलेले खाद्यपदार्थ खाणे आवश्यक टाळा.
- रात्री उशिरापर्यंत अभ्यास करणे टाळावे.
- मोबाईलचा अतिवापर करणे इत्यादी नकोच.
- बहुतांशी विद्यार्थी मोबाईल मध्ये अभ्यासाच्या पीडीएफ जतन करून ठेवतात परंतु अशा पीडीएफ मोबाईलवर वाचणे शक्यतो टाळा.

चुकांचे स्थान शैक्षणिक व्यवस्थेमध्ये महत्वाची भूमिका बजावत असतात. आपल्या चुका या नेहमीच काहितरी शिकवत असतात. चुका होणं हे स्वाभाविक असले तरी त्याच चुका परत परत होऊ नये हे पण नक्की. काय करावे आणि काय करू नये हे वेळीच समजणे आवश्यक असते. चुका कोणत्या प्रकारच्या होत आहेत हे लक्षात आल्या नंतर सुधारणा करण्यासाठी करायचे प्रयत्न पण तितकेच महत्वाचे. केवळ आपल्याला कमी गुण मिळाले म्हणून निराश होऊन चालणार नाही. कमी गुण का पडले हे समजून घेतले पाहिजे. चुका सुधारण्याची संधी मिळते तेव्हा आपण मागील चुकांवरून काय शिकलो ते महत्वाचे. कोणत्या दिशेने प्रयत्न करायचा ते समजणे आवश्यक. चुकांचे महत्व जाणून घ्या.

डॉ. उमेश दे. प्रधान



श्री. राहुल बळवंत प्रभू

सहा.शिक्षक,

प्रा.जनार्दन लक्ष्मण शिर्सेकर शिक्षण संस्थेचे महात्मा गांधी विद्यामंदिर, वांद्रे (पूर्व), मुंबई.

इतिहास व राज्याशास्त्र अभ्यासक्रम मंडळ सदस्य ,

महाराष्ट्र राज्य पाठ्यपुस्तक निर्मिती व अभ्यासक्रम संशोधन मंडळ .

दहावी : इतिहास - राज्यशास्त्र

विद्यार्थी मित्रांनो इयत्ता दहावीचा शालांत परीक्षेचा इतिहास-राज्यशास्त्राचा पेपर म्हणजे पाठ केल्यानंतर नवकी आपणास काय आठवेल आणि जर आपण वेगळं लिहितं तर त्यासाठी गुण मिळतील का असे अनेक प्रश्न तुमच्या समोर असतात.

तुमच्या मनातील अनेक प्रश्नांची उत्तरे तुम्हाला नवकीच मिळतील. पाहु या इतिहास-राज्यशास्त्र विषयाची तयारी कशी करावी.

प्रश्न - १ . एका महिन्याच्या कालावधीत इतिहास - राज्यशास्त्र विषयाचा अभ्यास कसा करावा?

उत्तर- प्रत्येक पाठाचे काळजीपूर्वक आणि सखोल वाचन करा. संपूर्ण पाठ्यपुस्तकाचे किमान व्यवस्थित वाचन होणे महत्वाचे आहे. पाठातील चौकटी काळजीपूर्वक अभ्यासा. पाठातील महत्वाचे मुद्दे अधोरेखित करा. पाठातील घटक लक्षात ठेवण्यासाठी काही key - words लक्षात ठेवा. पाठातील विविध घटकांचे तक्ते तयार करावेत व सतत नजरे समोर राहतील अशा ठिकाणी चिकटवा व सतत पाहत रहा. राज्यशास्त्र विषयात पाठातील संकल्पना व्यवस्थित समजून घ्या. विषयाची सातत्याने उजळणी करा.

प्रश्न - २. परीक्षेसाठी प्रश्नांची तयारी कशी करावी?

उत्तर- परीक्षेसाठी प्रश्नांची उत्तरे स्वतःची स्वतः तयार करा. पाठ्यपुस्तकातील स्वाध्यायाच्या प्रश्नांची उत्तरे पाठातील आशयांच्या आधारे शोधा आणि ती स्वतंत्रपणे लिहून काढा. तयारी तसेच लेखन सराव करताना वेळेचे नियोजन करावे. यामध्ये वस्तुनिष्ठ प्रश्न प्रत्येकी एक ते दोन मिनिटे , लघुतरी प्रश्न प्रत्येकी पाच मिनिटे व दीर्घतरी प्रश्न प्रत्येकी दहा मिनिटे असे नियोजन करून लेखन सराव करावा.

प्रश्न - ३. दीर्घतरी प्रश्नांची तयारी कशी करावी?

उत्तर- दीर्घतरी प्रश्नांच्या सरावासाठी स्वाध्यायातील प्रश्नांचा अधिक सराव करा. दीर्घतरी प्रश्नाचे उत्तर लिहिताना १ ते २ वाक्यात प्रस्तावना, मुद्दे किंवा मुख्यमुद्दे व उपमुद्दे अशी रचना करावी. उत्तरांच्या मुद्दांशी संबंधित अवांतर माहितीचा वापर केल्यास उत्तर अधिक समर्पक असेल. मुख्यमुद्दे तसेच मुद्दे संकल्पना चित्राच्या स्वरूपात मांडल्यास अधिक आकर्षक दिसेल. स्वमत प्रकटीकरण स्वरूपाचे प्रश्न सोडविताना अचूक व समर्पक मुद्दे योग्य भाषेत मांडावेत.

प्रश्न - ४. इतिहास - राज्यशास्त्र विषयाचा फक्त पारिंंग पुरता अभ्यास कसा करावा?

उत्तर- इतिहास राज्यशास्त्र या विषयाच्या कृतिपत्रिकेचं स्वरूप बघितलं तर असे लक्षात येईल की ४० गुणांच्या या कृतिपत्रिकेत उत्तीर्ण होण्यासाठी १४ गुण आवश्यक आहेत. हे १४ गुण मिळवणे अतिशय सोपे आहे यासाठी आपण सोप्या प्रश्नांची निवड करावी. पहिला प्रश्न (अ) आणि (ब) हे एकूण ६ गुणांसाठी आहेत. प्रश्न दुसरा (अ) हा ४ गुणांचा प्रश्न आहे. प्रश्न चौथा उताऱ्याचे वाचन करून प्रश्न सोडवायचे आहेत. याला ४ गुण आहेत असे इतिहासात १४ गुण सहज मिळवता येतील. राज्यशास्त्रातील सहावा प्रश्न २ गुण व सातवा प्रश्न ४ गुण असून यात विधान चुकीचे आहे की बरोबर आहे हे नुसतं ओळखून लिहीलं तरी १ गुण मिळतो. असे २ गुण आणि प्रश्न आठवा ब २ गुण एकूण ६ गुण म्हणजे

इतिहास राज्यशास्त्र या विषयात २० गुण मिळवणे सहज शक्य आहे. यासाठी या प्रश्नांचा अधिक अभ्यास करायला पाहिजे.

प्रश्न - ५. इतिहास - राज्यशास्त्र विषयात पूर्ण गुण मिळविण्यासाठी कोणती विशेष तयारी करावी ?

उत्तर- पाठ्यपुस्तकाचे सखोल व काळजीपूर्वक वाचन करा. उत्तरे स्वतःची तयार करावीत. आपली उत्तरे Unique असावीत. सर्व प्रश्न व कृती अचूक सोडविलेल्या असाव्यात. उत्तरांची मांडणी आकर्षक व मुद्देसूद असावीत. लघुतरी प्रश्न दोन ते चार मुद्दे व दीर्घतरी प्रश्न तीन ते सहा मुद्द्यामध्ये असावेत. दीर्घतरी प्रश्नांमध्ये आशयाशी संबंधित अतिरिक्त मुद्द्यांचा समावेश करावा व त्याची सुयोग्य मांडणी असावी. भाषा योग्य असावी. शुद्धलेखनाच्या चुका टाळाव्यात. महत्वाचे मुद्दे अधोरेखित करावेत.

प्रश्न - ६. इतिहास - राज्यशास्त्रची कृती / प्रश्न पत्रिका सोडविताना विशेष काळजी कोणती घ्यावी?

उत्तर- इतिहास - राज्यशास्त्रची कृती / प्रश्न पत्रिका सोडविताना विशेष काळजी घ्यावी लागते ती म्हणजे, प्रश्न क्रमांक १ (अ) आणि ६ मध्ये संपूर्ण विधान लिहिणे आवश्यक आहे. प्रश्न क्रमांक २ (अ) आणि ८ (ब) मधील संकल्पनाविने त्याच नमुना आराखड्यानुसार पेनाने उत्तरपत्रिकेत तयार करणे अपेक्षित आहे. प्रश्न १ ला (अ) , (ब) व प्रश्न ६ वा या प्रश्नांची उत्तरे उत्तरपत्रिकेत एकापेक्षा जास्त वेळा लिहिलेली असेल तर प्रथम लिहिलेले उत्तर हे गुणांसाठी गृहीत धरले जाते त्यामुळे ते एकदाच लिहावे. प्र. १ (ब) या प्रश्नात फक्त चुकीची जोडी ओळखून लिहावी संपूर्ण संच लिहिण्याची आवश्यकता नाही.

प्रश्न - ७. इतिहास - राज्यशास्त्रची कृती / प्रश्न पत्रिका सोडविताना वेळेचे नियोजन कसे करावे ?

उत्तर- इतिहास - राज्यशास्त्रची ४० गुणांची कृती / प्रश्न पत्रिका सोडविण्यासाठी २ तास म्हणजे १२० मिनिटांचा कालावधी असतो. या वर्षी १५ मिनिटे वाढीव कालावधी देण्यात आला आहे. या सर्व बाबींचा विचार करता कृती / प्रश्नपत्रिका सोडविताना पुढीलप्रमाणे वेळेचे नियोजन करावे.

कृती / प्रश्न क्रमांक	नियोजित वेळ : १३० मिनिटे + १५
कृतिपत्रिका वाचन	१० (लिखाण सुरु करण्यापूर्वी)
प्र. १ (अ)	५ मिनिटे
प्र. १ (ब)	५ मिनिटे
प्र. २ (अ)	१५ मिनिटे
प्र. २ (ब)	१० मिनिटे
प्र. ३	१० मिनिटे
प्र. ४	१५ मिनिटे
प्र. ५	२० मिनिटे
प्र. ६	५ मिनिटे
प्र. ७	१० मिनिटे
प्र. ८ (अ)	५ मिनिटे
प्र. ८ (ब)	५ मिनिटे
प्र. ९	५ मिनिटे
उत्तरपत्रिका वाचन	१० मिनिटे
एकूण	१३० मिनिटे (१० + १२०) + १५

परीक्षेसाठी हार्दिक शुभेच्छा !!

परीक्षेला जाता जाता - इंग्रजी विषयाची तयारी

गेल्या संपूर्ण वर्षभरात शालांत परीक्षेचा अभ्यास कसा करावा, प्रश्नपत्रिकेचे स्वरूप कसे असेल, वेळेचे नियोजन आणि व्यवस्थापन कसे करावे, परीक्षेला जाण्यापूर्वी आपली तयारी काय व कशी असावी, प्रश्न निहाय गुणांचे विभाजन कसे असेल इत्यादी बाबत तुमचे वर्गशिक्षक आणि विविध युट्युब चॅनेल वरून तुम्हाला माहिती प्राप्त झालेली आहे. तरीही पेपर सुरु होण्याच्या क्षणापर्यंत प्रत्येक विद्यार्थ्याच्या मनात काही प्रश्न असतातच. यावर्षी आनंदाची बाब म्हणजे इंग्रजी विषयाच्या एकूण 80 गुणांच्या Activity Sheet साठी 3.00 तास वेळ नसून एकूण 3.30 तास वेळ असणार आहे हे लक्षात ठेवा.

पाहू या तुमच्या मनातले प्रश्न ?

प्र. Language Study अभ्यास कसा करावा?

पाठ्यपुस्तकांमध्ये Language Study बाबत सरावासाठी भरपूर उदाहरणे दिलेली आहेत त्याचा नियमित सराव होणे आवश्यक

प्र. प्रत्यक्ष परीक्षा सुरु होण्यापूर्वी उत्तरपत्रिका तसेच Activity Sheet किती वेळ अगोदर हातात प्राप्त होते ?

उत्तर पत्रिका तुम्हाला साधारण 25 ते 30 मिनिटे अगोदर मिळते कारण उत्तर पत्रिकेवरील काही सूचना तुमच्या दृष्टीने महत्त्वाचे असतात व त्या वाचणे अनिवार्य असते. तसेच उत्तरपत्रिकेच्या पहिल्या पृष्ठावर तुम्हाला तुमचा आसन क्रमांक, विषय, दिनांक, माध्यम इत्यादी महत्त्वाच्या बाबींची नोंद करावयाची असते. तसेच प्रत्येक दिवशी त्या-त्या विषयाचा बारकोड तुम्हाला दिलेला असतो तो सुद्धा काळजीपूर्वक उत्तरपत्रिकेच्या पहिल्या पृष्ठावर दिलेल्या जागेतच चिकटवणे महत्त्वाचे असते. आणि Activity Sheet फक्त वाचण्यासाठीच दहा मिनिटे अगोदर मिळते.

प्र. दहा मिनिटांमध्ये Activity Sheet चे सखोल वाचन झाले नाही तर ?

संपूर्ण वर्षभरामध्ये प्रश्न 1 ते 7 रचना काय व कसे असेल याबाबत तुम्हाला सातत्याने मार्गदर्शन केलेले असते त्यामुळे दहा मिनिटांमध्ये एखादी काढंबरी वाचल्यासारखी संपूर्ण Activity Sheet वाचणे आवश्यक नाही. पहिल्या दहा मिनिटांचा उपयोग आपण काय लिहिणार आहोत, लेखन कौशल्या मधील कोणता लेखन प्रकार आपण चांगल्या प्रकारे करू शकतो व पुढील साडेतीन तासांची एक सकारात्मक मानसिकता तयार होण्याच्या दृष्टीने आपण हे वाचन करावे अशी अपेक्षा असते.

प्र. Activity Sheet चे पुन्हा-पुन्हा वाचन करणे आवश्यक आहे का ?

Activity Sheet चे पुन्हा पुन्हा वाचन करण्याची आवश्यकता नक्कीच नाही. वर्षभर आपण सर्व Prose Lessons and Poetry यांचं सखोल वाचन केलेलं आहे. प्रत्येक पाठाचा आशय आपणास आठवला पाहिजे तसेच Appreciation च्या माध्यमातून Poetry Section ची आपली तयारी झालेली असते त्यामुळे Simple Factual Questions/complex factual questions उत्तरे लिहित असताना आपणास त्या पाठातील प्रसंग जसाच्या तसा आठवणे अनिवार्य आहे उदाहरणार्थ **What was the profession of the writer's father ? (1.2 An Encounter of a Special Kind)** पाठातील प्रसंगात त्वरित आठवूण आपण पुढील प्रमाणे उत्तर लिहिणे आवश्यक आहे. **a medical professional.** उत्तर लिहिताना, उत्तरातील शब्दांची खात्री करण्यासाठी Passage मधील वाक्य पुन्हा पहावे.

प्र. Seen/unseen passages प्रश्नांची उत्तरे लिहिताना येणाऱ्या अडचणींवर मात करण्यासाठी कोणत्या पद्धतीचा अवलंब करावा ?

Passage च्या पूर्वी Simple Factual questions दिलेला असतो म्हणजे हा प्रश्न प्रथम वाचणं आवश्यक आहे व त्यानंतरच Passage ते उत्तर शोधायचे. Passage पुन्हा पुन्हा वाचण्यामध्ये वेळ घालवू नये.

प्र. उत्तरे लिहिताना प्रश्नांचा क्रम बदलला तर चालतो का ?

शक्यतो प्रश्नांचा क्रम बदलू नये. प्रश्न 1 ते 7 क्रमाने लिहिण्याचा प्रयत्न व सराव करावा.

प्र. Writing Skill मधील प्रश्नांची निवड कशी करावी?

यापूर्वीच्या अंकामध्ये या प्रकारच्या प्रश्नांची निवड ऐन परीक्षेच्या दरम्यान न करता संपूर्ण वर्षभर अभ्यास करताना तयारी कशाप्रकारे करावी याबाबतचे मार्गदर्शन केलेले आहे. तरीही प्रत्यक्ष Activity sheet मधील internal option समजून घेणे महत्वाचे.

प्र. भाषांतराचा प्रश्न शेवटी असल्यामुळे घाई होते शब्दशः भाषांतर चालते का ?

अभ्यासाचे व वेळेचे नियोजन योग्य असल्यास घाई होणार नाही म्हणून आतापासूनच सराव व प्रयत्न आवश्यक. शक्यतो शब्दशः भाषांतर करणे टाळावे.

खालील काही उदाहरणे पाहा.

Some ghost stories sound horrible.

Send your stories to the Editor of *Holiday Express*.

पहिल्या वाक्यामध्ये **sound** चा अर्थ **आवाज** असा घेऊ नये आणि दुसऱ्या वाक्यामध्ये **Holiday Express** याचे शब्दशः भाषांतर करू नये.

सरावासाठी वरील दोन्ही वाक्यांचे भाषांतर करा व आपल्या शिक्षकांकडून तपासून घ्या.

महत्वाचे म्हणजे, Activity sheet मधील एकूण 7 प्रश्न विहित वेळेत लिहिण्यासाठी तुमच्या शिक्षकांनी सुचविलेले प्रश्न निहाय वेळेचे नियोजन अमलात आणा परंतु, तुम्ही स्वतः सराव करून प्रत्येक प्रश्नासाठी किती वेळ लागतो याचे नियोजन तुम्ही आत्ताच करावे व तेच जास्त सोयीस्कर ठरेल.

शालांत परीक्षेसाठी सर्वांना मनःपूर्वक हार्दिक शुभेच्छा !!

“शिक्षण ही एक अविरत प्रक्रिया आहे. शालेय वेळात घडते ते शिक्षण आणि शाळेबाहेर आल्यानंतर ते संपते किंवा थांबते असे होत नाही. खऱ्या शिक्षणाला वेळ काळाचे बंधन नसतेच ते अव्याहत सुरुच रहाते. एवढेच नव्हे तर शिक्षण ही एक सातत्यपूर्ण प्रक्रियाच आहे. या शाळेला कधीही सुटी नसते. आपल्या सोभावतालच्या परिसराकडून, निसर्गातून, पर्यावरणातून असे आपण नकळत शिकत असतो. मन हे सतत नवीन गोष्टी शिकायला तत्पर असतं. त्याची ग्रहण करण्याची क्षमता सुध्दा प्रचंड असते. प्रत्येक क्षण हा असा नव्या गोष्टी समजून घायला आणि घ्यायला तयार असतो. हे ओळखायला हवे, त्या प्रमाणे स्वतःला अनुभव संपन्न करणे महत्वाचे.”

डॉ. उमेश प्रधान



शरद शिंपी, सहसंपादक,
आयडएस न्यू इंग्लिश स्कूल वांद्रे (पूर्व) मुंबई
9820782097

मनाची द्विधा अवस्था: मानसिक संघर्ष

मनाची द्विधा अवस्था म्हणजे सोप्या भाषेत दोलायमान स्थिती. भिंतीवरील घड्याळाचा दोलक जसा दोलायमान असतो, सतत इकडून तिकडे व तिकडून इकडे अशा अवस्थेत हलत असतो, विचारांचा सुद्धा मानसिक पातळीवर असाच प्रकार सुरू असतो त्यालाच संघर्ष म्हणता येईल. ही मनाची अवस्था प्रत्येक व्यक्तीची अनेक प्रसंगी होत असते. याला ज्ञानी व अज्ञानी, शिक्षित-अशिक्षित, श्रीमंत-गरीब, शहरी-ग्रामीण, मोठा लहान कोणीही अपवाद नसतो. आपले विद्यार्थी व पालक सुद्धा याच गटातील एक आहेत. तेव्हा त्यांनाही या संघर्षाला नक्कीच सामोरे जावे लागते. संघर्ष हा मानवी जीवनाचा स्थायीभाव आहे. संघर्ष नसेल तर मानवाची प्रगती होणार नाही. पण या उद्ध्वलेल्या संघर्षाला आपण कसे सोडवतो ते फार महत्त्वाचे आहे.

विद्यार्थी अनेक कारणांमुळे अशा संघर्षमय अवस्थेतून जात असतात. त्यासाठी कधी समवयस्क मित्रांचा समूह कारणीभूत ठरतो; कधी कौटुंबिक परिस्थिती व पालकांचे वर्तन जबाबदार असते, कधीकधी प्राप्त परिस्थिती, अभ्यास, परीक्षेतील यशापयश तर कधी चित्ताकर्षण करणारे अनेक बाह्यघटक इत्यादींचा यात समावेश होत असतो. सध्या तरी विद्यार्थी व पालक वर्गाला या मानसिक संघर्षाला मोठ्या प्रमाणावर सामोरे जावे लागत आहे. साधारणतः वीस महिन्यांपासून विद्यार्थ्यांचा शैक्षणिक व पालकांचा आर्थिक दृष्ट्या निर्माण झालेला मानसिक संघर्ष हा कोविड-१९ या जागतिक महामारीतून उद्ध्वलेला आहे. गेल्या दीड वर्षांपासून बंद झालेली शाळा मुलांसाठी ४ ऑक्टोबर, २०२१ रोजी सुरू झाली आहे. यामुळे विद्यार्थी, पालक व शिक्षक इतकेच काय पण त्या शाळेच्या वास्तूला सुद्धा हायसे वाटले, आनंद झाला पण तो अल्पकाळासाठी होता असे म्हणावे लागेल. कारण २०२२ या नवीन वर्षाच्या सुरुवातीलाच कोविडचा व त्याच्या उत्परीवर्तीत विषाणुचा फैलाव व त्यामुळे वाढत जाणारी रुग्ण संख्या विचारात घेऊन इयत्ता दहावीच्या विद्यार्थ्यांव्यतिरिक्त इतर सर्व विद्यार्थ्यांसाठी शाळा पुन्हा ऑनलाइन सुरू करण्याचा आदेश आला.

विद्यार्थीवर्ग हळूहळू दैनंदिन अभ्यास, शाळा व परीक्षा इत्यादी दृष्टीने स्वतःच्या मनाची तयारी करून समायोजन करीत होता. संघर्षात तडजोड करणे, सोडून देणे, पर्याय शोधणे इत्यादी मार्ग उपलब्ध असतात. विवेकाने विचार करून प्रत्येकाने आपला मार्ग शोधण्याचा प्रयत्न केल्यास प्रत्येकाला जरूर मार्ग काढता येईल. आपल्या सभोवताली दिसणारी परिस्थिती कशी आहे हे आपल्याला स्वतःलाच ठरवता आली पाहिजे. इतर लोक काय म्हणतात त्यापेक्षा आपल्याला काय कळते हे पाहणे उचित वाटावे **"सत्य असत्याशी मन केलें व्हाही। मानियेलें नाहीं बहुमतां"।।** याप्रमाणे आपण सत्य काय आहे याचा पडताळा करून पहावा. तार्किक व विज्ञान, तत्त्वज्ञानाच्या आधारे ते करणे नक्कीच कठीण नाही. मग यासाठी आपल्याला एक अत्यंत महत्त्वाची गोष्ट करायला हवी. आपण आपल्याच स्वतःशी सुसंगत सहसंबंध अर्थात मुद्देसूदपणे बोलायला शिकले पाहिजे. हे असे एकदा का आपल्याला करणं जमलं की आपण योग्य तो निर्णय नक्की घेऊ शकतो, किमान प्रयत्न तरी करतो. आपण प्रत्येकवेळा संघर्षात्मक स्थितीत आपला स्वतःशीच सतत संवाद सुरू ठेवायला हवा. आपलाच आपल्या सोबत वाद झाला पाहिजे. त्यातून तो संघर्ष मिटवण्यासाठी उत्तम पर्याय असेल तो आपण

स्वीकारला पाहिजे. म्हणजे “तुका म्हणे होय मनासी संवाद । आपुला चि वाद आपणांसी ॥” हा संघर्ष संकल्प (Conflict resolution) यातील एक उत्तम आदर्श पर्याय आहे. बाह्यपरिस्थिती आपल्या नियंत्रणात नाही हे खरंच. पण जे घटक आपल्या नियंत्रणात आहेत (Factors under control) त्यांच्यावर आपण योग्य मार्गदर्शनाने आणि अभ्यासाने मात करू शकतो. यामुळे संघर्ष संपत नसतो पण त्याचे आपल्यासाठी तरी स्वरूप बदलते. त्यासाठी आपला दृष्टिकोन अभ्यास करण्याचा असावा. **“असाध्य तें साध्य करितां सायास । कारण अभ्यास तुका म्हणे ॥”** कोणतीही गोष्ट असाध्य नसते. ते मिळवण्यासाठी प्रयत्नांची पराकाष्ठा करायला हवी. त्यासाठी अभ्यास हेच एकमेव साधन आहे. तेव्हा आपण प्रत्येकाने आपापल्या अभ्यासातील क्षमता, बुद्धिमत्ता व आवड तसेच अभियोग्यता ओळखायला शिकले पाहिजे. त्यांचा योग्य प्रकारे अभ्यास करायला हवा. आपल्या व्यक्तिमत्त्वातील प्रभावी घटक तसेच उणिवा किंवा कमतरता शोधा. त्यांच्यावर योग्य पद्धतीने मार्गदर्शन आणि काम करा. असे केल्यास तुम्हाला प्रत्येकाला तार्किक विचार करून निर्णय घेता येईल व उद्धवणाऱ्या संघर्षाचे नियमन करता येईल. स्वतःला व इतरांनाही तुम्ही मानसिक त्रासातून वाचू शकता. अभ्यासाचे हेच अनन्यसाधारण महत्त्व आहे. **“म्हणोनि अभ्यासासि कांही । सर्वथा दुष्कर नाही ॥** अभ्यास केल्याने कोणतीही गोष्ट कठीण नाही हेच ज्ञानोबा व तुकोबा आपापल्या भाषेतून सांगतात ते स्वानुभवातून आलेले ज्ञान आहे. खरोखरच आपण सर्व विद्यार्थी व पालकांनी योग्य अभ्यास केला, अनुभवी शिक्षक, समुपदेशक यांचे मार्गदर्शन घेतले तर तुम्ही संघर्षमय स्थितीतून बाहेर पडू शकता. आणि आनंदी व समाधानी जीवनाचा आस्वाद घेऊ शकता. **“आतां भय माजे नासलें संसारीं। जालोंसे यावरी गगनाचा ॥”** असा सुखद आनंद व अनुभव तुम्हाला सुध्दा घेता येईल. म्हणून अभ्यास करा. फक्त पाठ्यपुस्तकांचाच नाही तर सर्व प्रकारचा आपला अभ्यास झाला पाहिजे म्हणूनच, **“आता तरी पुढे हा चि उपदेश । नका करूं नाश आयुष्याचा ॥”** मिळालेल्या सर्व संधी समजून घ्या अभ्यास करा. **“तुका म्हणे लाभ होय तो व्यापार । करा काय फार शिकवावें ॥**

तेव्हा विद्यार्थी व पालक वर्ग आपणास विनम्रपणे सांगू इच्छितो की सजगपणे निर्णय घ्या. विचार करा. अभ्यास करून प्रश्न निश्चित सुटतात. अशा प्रकारे विचार करून प्रश्न सोडविण्याची सवय लागली तर मग आपण संघर्षमय स्थितीत सुद्धा संयमित राहून योग्य निर्णय घेऊ शकतो. म्हणूनच आपल्या मनाच्या द्विधा अवस्थेतून कसे बाहेर पडता येईल व मानसिक संघर्ष सोडवता येईल हा विचार आपण सर्वांनी शिकलाच पाहिजे.





संदीप देसले,
हेड ऑफ इंजिनियरिंग एट फोर्ड प्रो चार्जिंग,
कॅलिफोर्निया, यु. एस. ए.

एक यशस्वी स्टार्टअप

यशस्वी कसे व्हावे हे शिकवण्यासाठी अनेक पुस्तके, प्रेरक भाषणे आणि कार्यशाळा आहेत, पण यश हा प्रेक्षक म्हणून बघण्याचा खेळ नाही. आपल्याला आवडणारा मार्ग निवडावा लागतो आणि सराव सुरू करावा लागतो. जसे एका प्रसिद्ध शू ब्रँडच्या टॅग लाईनने आपल्याला सांगितले आहे - जस्ट डु इट !!

निरनिराळ्या लोकांसाठी वेगवेगळ्या संदर्भात यशाचा अर्थ वेगळा असू शकतो. क्रीडा, साहित्य, विज्ञान, कला किंवा व्यवसाय अशा विविध क्षेत्रात यशस्वी होण्यासाठी काय आवश्यक आहे यात काही फरक आहेच पण काही सामान्य घटक देखील आहेत. एका यशस्वी संस्थेचा प्रवास जवळून अनुभवताना मला प्रथमदर्शी जाणवलेले यशप्राप्तीसाठी आवश्यक घटक म्हणजे चौकटीबाहेर विचार करण्याची क्षमता, जोखीम घेण्याची जिद्द, शिस्त आणि योग्य टीम तयार करण्याची क्षमता. मी ज्या यशस्वी संस्थे बद्दल सांगणार आहे ती कॅलिफोर्निया, यूएसए मधील सिलिकॉन वॅलीच्या इनोव्हेशन हबमधील तंत्रज्ञानाच्या क्षेत्रातील आहे. तंत्रज्ञानाच्या जगात, यशाचा एक लोकप्रिय मार्ग म्हणजे स्टार्टअपचा. तुमची कल्पना अंमलात आणण्यासाठी एक स्टार्टअप कंपनी सुरू करणे आणि नंतर तिला एक्झिट मार्फत मोठी करणे. आता एक्झिट म्हणजे निर्गमन असा शब्दशः अर्थ इथे अपेक्षित नाही. पण स्टार्टअपचा एक्झिट म्हणजे एकतर मोठ्या स्टॉक एक्स्चेंजवर सूचीबद्ध करणे किंवा मोठ्या कंपनीद्वारे खरेदी केले जाणे. अशा प्रकारच्या एक्झिट मुळे, कंपनीच्या संस्थापकांना त्यांच्या ड्रीम प्रोजेक्टवर काम सुरू ठेवण्यासाठी मोठ्या प्रमाणात वैयक्तिक आर्थिक लाभ, तसेच मोठ्या प्रमाणात संसाधने (पैसा, मनुष्यबळ, मशीनरी) मिळतात.

परंतु इतर कोणत्याही क्षेत्राप्रमाणे तंत्रज्ञान क्षेत्रातेही यश काही सहजा सहजी प्राप्त होत नाही. दरवर्षी २०,००० ते २२,००० स्टार्टअप्सची स्थापना होते आणि त्यापैकी ९०% अपयशी ठरतात. फक्त १०% यशस्वी होतात आणि यशस्वी एक्झिट साध्य करण्यासाठी त्यांना ५ ते १० वर्षे लागू शकतात. ही वर्षे कठोर परिश्रम आणि अनिश्चिततेची असतात. कारण या काळात संसाधने (प्रामुख्याने पैसे) कमी असतात आणि (वेळ, कष्ट आणि पैशाची) गुंतवणूक परत मिळण्याची कोणतीही हमी नसते.

मी ज्या स्टार्टअपशी निगडीत होतो, त्याची स्थापना माझ्या कित्येक वर्षांच्या जुन्या अभियांत्रिकी महाविद्यालयातील वर्गमित्राने केली होती. कंपनीचे प्रॉडक्ट इलेक्ट्रिक वाहनांच्या (Electric Vehicles - EVs) मोठ्या ताफ्यांच्या चार्जिंगची कार्यक्षमता वाढवणारे (खर्च कमी, वेळ कमी आणि विश्वासाहता जास्त करणारे) होते. फोर्ड मोटर कंपनी ह्या अमेरिकेतील सर्वात जुन्या आणि मोठ्या कार कंपनीने त्यांच्या भविष्यातील EV चार्जिंग सोल्यूशनची टेकनॉलॉजी मिळवण्यासाठी ही स्टार्टअप विकत घेतली. म्हणजे स्टार्टअप ने एक यशस्वी एक्झिट मिळवला. सुरुवातीपासूनच स्टार्टअप आणि संस्थापक यांच्याशी असलेल्या माझ्या जवळीकीमुळे, मला ह्या यशाची वाटचाल प्रथमदर्शी अनुभवता आली.

संस्थापक आणि त्यांची नाविन्यपूर्ण कल्पना हे एका स्टार्टअपचा प्रारंभ बिंदू असतात, त्याशिवाय पुढील काहीच शक्य होऊ शकत नाही. पण एखादी नाविन्यपूर्ण कल्पना अचानक एखाद्याच्या मनात येण्याची उदाहरणे दुर्मिळच आहेत. अशा कल्पना सुचण्याची गुरुकिल्ली म्हणजे चौकटीबाहेर विचार करण्याची क्षमता आहे, जी विकसित करण्यासाठी प्रस्थापित नियमाला आव्हान करत राहणे गरजेचे आहे. आमचे संस्थापक जगातील आघाडीच्या EV चार्जिंग कंपनीच्या वरिष्ठ व्यवस्थापनाचे सदस्य होते. परंतु इतक्या मोठ्या कंपनीच्या शास्त्रज्ञांच्या टीमला न सुचलेले अपारंपरिक सोलुशन आपण शोधू शकतो हा विचार देखील त्यांच्या चौकटीबाहेर विचार करण्याच्या सवयीमुळे रुजला. अशी उदाहरणे आपल्याला क्रीडाक्षेत्रात देखील दिसून येतात जेथे अधिकाधिक अपारंपरिक खेळाडू (क्रिकेटपटू एम एस धोनी, जसप्रीत बुमराह, स्टीव्ह स्मिथ इ.) प्रतिकूल परिस्थितीत यशस्वी होत आहेत. कलाक्षेत्रात देखील मॉडर्न आर्ट चळवळीचे यश हे चाकोरी बाहेरील विचारसरणीचे आणखी एक उदाहरण आहे.

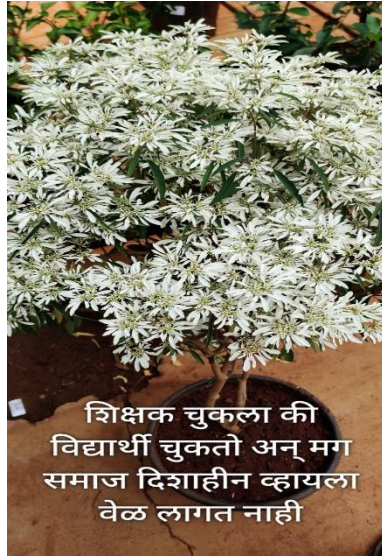
स्टार्टअप साठी नाविन्यपूर्ण कल्पना असणे आवश्यक आहे. पण तो फक्त एक प्रारंभिक मुद्दा आहे. पुढील महत्वाची पायरी म्हणजे जोखीम घेऊन ह्या कार्यास स्वतःस झोकून देणे. आमचे संस्थापक त्यांच्या कंपनीमध्ये अतिशय वरच्या हुद्द्यावर काम करत होते परंतु आपल्या स्वप्नपूर्तीसाठी ते सर्व सोडून नवी सुरुवात करण्याची जोखीम त्यांनी घेतली. कॉलेजच्या दिवसांपासून हा त्यांचा स्वभाव आहे किंवा होता. महाविद्यालयात असताना, अभियांत्रिकीच्या अंतिम वर्षाच्या विद्यार्थ्यांना एक पूर्ण विषय म्हणून प्रॅक्टिकल प्रोजेक्ट करणे आवश्यक असायचे. बहुतांशी विद्यार्थी अशी प्रोजेक्ट्स कुठल्यातरी मोठ्या कंपनीच्या स्पॉन्सरशिप द्वारे करत. स्पॉन्सर करणारी कंपनी प्रोजेक्टसाठी लागणार सर्व खर्च करत असे आणि पूर्णतेचे प्रमाणपत्र देखील देत असे. हे प्रमाणपत्र प्राप्त करणे सोपे होते आणि त्यामुळे चांगली ग्रेडही मिळायची. चांगली कामगिरी केली तर स्पॉन्सर कंपनी मध्ये नोकरी मिळत असे, त्यामुळे हा सर्वात पसंतीचा पर्याय होता. पण माझ्या मित्राला रोबोटिक आर्म तयार करायचा होता आणि त्यावेळी ती एक नाविन्यपूर्ण कल्पना होती. स्पॉन्सर मिळणे शक्य नसले तरी स्वतंत्र प्रोजेक्ट म्हणून हे करण्याचा त्याने आग्रह धरला. प्रोजेक्ट यशस्वी नाही झाले तर ग्रेड खाली जाण्याची शक्यता पत्करून, साम-सामग्री आणि इतर खर्च ह्याची व्यवस्था स्वतः करून हे प्रोजेक्ट यशस्वी केल्याने जो आत्मविश्वास त्यांनी कमावला तो अमूल्य होता. क्रीडा जगतात अशी उदाहरणे आहेत जसे की अनिल कुंबळे (मेकॅनिकल इंजिनिअरिंग करून नोकरी केली नाही), व्ही. व्ही. एस. लक्ष्मण (वैद्यकीय विद्यार्थी म्हणून नोंदणीकृत असून क्रिकेट साठी स्वतःला झोकून दिले), राहुल द्रविड (एमबीएचा चे शिक्षण सोडून क्रिकेट चा मार्ग धरला) आणि इतर अनेक ज्यांनी आपली आवड जोपासण्यासाठी धोका पत्करला आणि स्वतःला त्या मार्गावर झोकून दिले.

पुढचा टप्पा म्हणजे स्टार्टअप चालवणे. आमचे संस्थापक नेहमी म्हणतात की स्टार्टअप चालवणे म्हणजे १०० मीटर्स ची शर्यत नाही तर ४२ किलोमीटरची मॅरथॉन आहे. आणि लांब पल्ल्याच्या शर्यतीसाठी सर्वात महत्वाची गोष्ट म्हणजे शिस्त. कारण एकदा तुम्ही तुमच्या ड्रीम प्रोजेक्टला सुरुवात केली की पुढील ५ ते १० वर्षे भरपूर मानसिक आणि शारीरिक तणाव झेलण्यासाठी शरीर आणि मन दोन्ही बळकट करणे आवश्यक आहे. बहुतेक यशस्वी उद्योजक त्यांचा आहार आणि व्यायामाच्या दिनचर्येकडे चांगले लक्ष देतात. रिलॅक्सेशन आणि मेडिटेशन द्वारे मानसिक आरोग्याकडे लक्ष देणे देखील महत्वाचे आहे. व्यवसायातील चढ-उतार आणि भरपूर प्रवास ह्यांच्या भारात ही दिनचर्या अबाधित ठेवण्याची क्षमता महत्वाची आहे. उत्तम हिशोब ठेवणे आणि सर्वांशी चांगली वागणूक यासारख्या प्रशासकीय बाबींमध्येही शिस्त आवश्यक आहे. शिस्तीचा सराव करण्याचे काही सोपे मार्ग आहेत, जसे की भेटीसाठी नेहमी वेळेवर हजर राहणे, मीटिंग वेळेवर सुरु आणि समाप्त करणे,

नेहमी स्पष्ट उद्दिष्टे आणि सर्व कृतींची नोंद ठेवणे. शिस्त ही सार्वत्रिक दृष्ट्या फायदेशीर सद्गुण आहे आणि आपण पाहतो की बहुतेक क्रीडापटू, व्यावसायिक आणि कलाकार देखील त्याचे अनुसरण करतात.

आतापर्यंत, आपण यशस्वी उपक्रम चालवण्यासाठी संस्थापक वैयक्तिकरित्या काय करू शकतात हे पाहिले. परंतु कोणताही मोठा प्रयत्न एका मजबूत टीमच्या पाठिंब्याशिवाय साध्य होऊ शकत नाही. योग्य टीम एकत्र आणण्याची क्षमता हीच शेवटी यशाची गुरुकिल्ली ठरते. प्रतिभावान लोकांना आकर्षित करणे स्टार्टअप्ससाठी अवघड असते कारण स्टार्टअप्सकडे सहसा संसाधने कमी असतात आणि ते राबवत असलेल्या कल्पनाहि प्रस्थापित नसतात. अशावेळी संस्थापकांचे प्रेरणादायी व्यक्तिमत्व महत्वाचे ठरते. परंतु संस्थापकांना या कल्पना व्यक्त करण्यासाठी माध्यमे देखील आवश्यक असतात. आमचे संस्थापक स्टॅनफोर्ड युनिव्हर्सिटी मध्ये विझिटिंग लेक्चर्स घेतात, हुशार व्यक्तींना भेटण्याचा हा एक मार्ग. दुसरे महत्वाचे माध्यम म्हणजे विविध कॉन्फरन्स आणि एक्सझिबिशनस जिथे उद्योग जगातील समविचारी लोक एकत्र येतात. आमच्या टीमचे बरेचसे चांगले सदस्य अशा मार्गांनी एकत्र आले होते. स्टार्टअप्सच्या सुरुवातीच्या काळात गुप्तता देखील महत्वाची असते. येथे पुन्हा संस्थापकांचे टीम बरोबर विश्वासाचे दृढ नाते निर्माण करण्याचे कौशल्ये महत्त्वपूर्ण ठरते. चांगली टीम ही सर्वच क्षेत्रांत अतिशय महत्वाची असते, अगदी वैयक्तिक क्रीडापटू किंवा कलाकार ह्यांच्यासाठी सुद्धा. त्यांना यशस्वी होण्यासाठी प्रशिक्षक, मार्गदर्शक, व्यवस्थापक, समीक्षक इत्यादींच्या टीमची आवश्यकता असते.

थोडक्यात, यशाचा अर्थ पैसा, प्रसिद्धी किंवा शक्ती असा होत नाही. खरं तर, बहुतेकवेळा यशाचा कोणताही मूर्त भौतिक निकष नसतो. जसे माझ्या वडिलांनी स्ट्रोकमुळे बोलणे गमावले तेव्हा एक साधे वाक्य बोलता येणे हा यशाचा निकष बनला. परंतु तो साध्य करण्यासाठी आपल्याला इथे चर्चा केलेल्या विविध क्षमतांचा वापर करावा लागतो. यशस्वी कसे व्हावे हे शिकवण्यासाठी अनेक पुस्तके, प्रेरक भाषणे आणि कार्यशाळा आहेत. पण यश हा प्रेक्षक म्हणून बघण्याचा खेळ नाही. आपल्याला आवडणारा मार्ग निवडावा लागतो आणि सराव सुरू करावा लागतो. जसे एका प्रसिद्ध शू ब्रँडच्या टॅग लाईनने आपल्याला सांगितले आहे - जस्ट डु इट !!



शिक्षक चुकला की
विद्यार्थी चुकतो अन् मग
समाज दिशाहीन व्हायला
वेळ लागत नाही



डॉ. स्वप्ना प्रभू
सेशनल अकॅडेमीक
डिकिन युनिव्हर्सिटी
व्हिक्टोरिया, ऑस्ट्रेलिया

वनस्पती संशोधक म्हणून माझा प्रवास

“माझ्या संशोधना दरम्यान ईशान्य भारतातली त्यावेळची असुरक्षित परिस्थिती, दुर्गम भाग, खडतर प्रवास, अपरिचित संस्कृती, माझं “बाई माणूस” असणं, आणि जगावेगळं कामाचं स्वरूप या गोष्टी जितक्या अवघड होत्या तितक्याच आयुष्य अनुभवाने समृद्ध करणाऱ्या होत्या. माझ्या आजच्या प्रवासात या अनुभवांचे मोलाचे योगदान आहे.”

एखाद्याला आपलं आवडतं काम करत राहण्याची प्रेरणा मिळणं अनेक गोष्टींवर अवलंबून असतं हे खरं, पण अनेकदा आयुष्यात पुढे निवडलेल्या कार्यक्षेत्राच्या आवडीनिवडीची बीजं लहानपणीच रोवली जात असावीत. निसर्गाविषयी प्रेम, आदर आणि कुतुहल या गोष्टी माझ्या कुटुंबामुळे माझ्या बालपणात सहजच रुजल्या. शाळेत शिकवल्या जाणाऱ्या गोष्टींच्या पलीकडे आईची वेगळी निसर्ग शाळा असे. तिच्या आवडत्या ठिकाणी आम्हाला फिरायला घेऊन जाणं, किंवा आमच्या घराच्या आसपासच्या किंवा तिच्या माहेरच्या (बेळगावच्या) झाडांबद्दल, पक्षांबद्दल, प्राण्याबद्दल गोष्टी सांगणं निश्चितच माझ्यातल्या **naturalist** ला घडवत गेलं. या प्रेमाला जपण्यात आणि प्रोत्साहन देण्यात शाळा, कॉलेज आणि युनिव्हर्सिटीमध्येही लाभलेल्या शिक्षकांचा फार महत्त्वाचा वाटा आहे. आवडीपोटी मी मुंबई विद्यापीठातून “वनस्पतीशास्त्र” घेऊन पदवी (Bachelor) आणि “वनस्पती वर्गीकरण आणि नामकरण” घेऊन पदव्युत्तर (**Masters**) अशा पदव्या मिळवल्या खऱ्या, पण पुढे काय करायचं हे तेव्हाही अनिश्चितच होतं. मुळात हे विषय घेऊन त्यात काम करण्याचे फारसे पर्याय त्यावेळी अस्तित्वात नव्हते. घरची मंडळीही माझ्या भविष्याबद्दल एवढा काळजी करू लागली होती. मला मात्र आता वनस्पती शास्त्रात संशोधन करायची इच्छा होती.

पदव्युत्तर झाले त्या वर्षीच मी पुण्यातल्या **अप्लाइड एन्विरोन्मेंटल रिसर्च फाउंडेशन (Applied Environmental Research Foundation AERF)** नावाच्या तेव्हा नुकत्याच सुरू झालेल्या संस्थेत संशोधक म्हणून काम सुरू केलं. इथल्या चार वर्षांच्या काळात ज्या अनेक प्रकल्पांवर काम करायची मला संधी मिळाली त्यातले महत्त्वाचे दोन प्रकल्प म्हणजे, “कोकणातल्या देवरायांचा अभ्यास” आणि “नागालँड मधील कोन्याक नागांच्या निसर्ग

व्यवस्थापनाचे दस्तऐवजीकरण”. विद्यार्जनाच्या काळात पुस्तकात वाचलेल्या गोष्टी प्रत्यक्ष निसर्गात अनुभवण्याचा हा काळ होता. इथल्या कामाच्या आणि सहकाऱ्यांच्या मदतीने निसर्गसंवर्धनाचे माझे पाहीले धडे मी इथे गिरवले. हे दोन्ही प्रकल्प मानव आणि निसर्ग यांच्यातल्या दृढ नात्यावर प्रकाश टाकणारे होते. ईशान्य भारतातली त्यावेळची असुरक्षित परिस्थिती, दुर्गम भाग, खडतर प्रवास, अपरिचित संस्कृती, माझं “बाई माणूस” असणं, आणि जगावेगळं कामाचं स्वरूप या गोष्टी जितक्या अवघड होत्या तितक्याच आयुष्य अनुभवाने समृद्ध करणाऱ्या होत्या. मी पुन्हा नव्याने निसर्ग आणि वनस्पतीशास्त्र यांच्या प्रेमात पडले, एखादी जागा स्थानिक लोकांच्या नजरेतून पाहायला/ वाचायला आणि त्यांच्या कमावलेल्या कालातीत ज्ञानाचा आदर करायला शिकले. इथे चार वर्षात जमवलेली अनुभवांची पुरचुंडी पुढे नेहमीच वेळोवेळी उपयोगी पडलेली आहे. या दरम्यान माझा **Ph. D** साठी योग्य विषय, युनिवर्सिटी आणि मार्गदर्शकांचा शोध सुरूच होता. अखेरीस मेघालयातील नॉर्थ इस्टर्न हिल युनिवर्सिटीत माझं **Ph. D** चं काम सुरू झालं. या संशोधनाचा विषय मेघालयातील “नोकरेक बायोस्फीअर रिझर्वमधील मानवी क्रियाशीलतेचा जैवविविधतेवर होणारा परिणाम” असा होता. नोकरेकच्या जंगलाच्या रचनेचा अभ्यास, परिसंस्थांचे वैविध्य, तिथल्या गारो जमातीचा या परिसंस्था वापरण्याच्या पद्धती या सर्वांचा अभ्यास करणे असं या प्रकल्पाचं स्वरूप होतं. निबिड जंगल, प्रतिकूल हवामान आणि स्थानिक अज्ञांतता अशा परिस्थितीत इथलं काम चार वर्षात पूर्णत्वाला आलं.

पुण्यात नॅशनल केमिकल लॅबोरेटरी (**NCL**) मधल्या माहिती विभागात माझी **Research Associate** म्हणून लगेचच नियुक्ती झाली. भारताच्या जैवविविधतेविषयी माहिती देणाऱ्या आंतरजाल - आधारित माहिती प्रणाली बनवण्याच्या अतिशय महत्त्वाच्या कामात सक्रिय असलेल्या टिमचे नेतृत्व करण्याची इथे मला संधी मिळाली. पण मोकळ्या आकाशाखाली काम करण्याची सवय असलेल्या मला वातानुकूलित **Corporate-style** कार्यालयात **in-silico** कामात मन रमवणं अवघड होऊ लागलं. “आहे मनोहर तरी गमते उदास” अशी काहीतरी माझी स्थिती होती. अखेरीस मी पुन्हा **field-work** आधारित कामाचा शोध सुरू केला.

दोन वर्षे **NCL** मध्ये काम केल्यानंतर फिरून मुंबईत बॉम्बे नॅचरल हिस्ट्री सोसायटी (**BNHS**) या नामांकित संवर्धन संस्थेत प्रमुख वनस्पतीशास्त्रज्ञ म्हणून माझा प्रवास सुरू झाला. माझं इथलं काम बरच वैविध्यपूर्ण होतं. संशोधक, शिक्षक आणि सल्लागार अशा माझ्या तीन प्रमुख भूमिका होत्या. **Environmental Impact Assessments (EIAs)**, जैवविविधतेचे मोजमाप, विकास प्रकल्प उभे करताना आणि त्यानंतर वन्यजीवन संवर्धनासाठी घेण्याच्या काळजीविषयी मार्गदर्शन अशा स्वरूपाच्या जबाबदाऱ्या शासकिय संस्था, अनेक **Corporate** उद्योजक, वा स्वयंसेवी संस्थांच्या सोबत काम करताना पार पडल्या. संशोधनाचा भाग म्हणून कोकणातील खारफुटी किंवा खाजण-वने (**mangroves**), आणि कातळ (सडे) भूभाग यांच्या जैवविविधतेचा अभ्यास करण्याची संधी मिळाली. **BNHS** ही एक सदस्याभिमुख संस्था असल्यामुळे शिक्षण/ जनजागृती,

लोकसहभागातून संवर्धन हे ही कामाचे अतिशय महत्त्वाचे पैलू होते. माझ्या कामाचा एक भाग म्हणून मी इथे सर्वांसाठी उपलब्ध असलेला वर्षभराचा वनस्पतिशास्त्राचा अभ्यासक्रम सुरू केला. ज्यांनी **Botany** हा विषय आतापर्यंत “**Option**” ला टाकला होता” पण आता त्यात रस वाटू लागला होता अशा मंडळींमध्ये हा अभ्यासक्रम लगेच लोकप्रिय झाला आणि मीही शिकवण्याचा अतोनात आनंद आणि समाधान या काळात मिळवले.

दहा वर्षांच्या कारकिर्दीनंतर मी **BNHS** सोडले ते ऑस्ट्रेलियात स्थायिक होण्यासाठी. कामाच्या दृष्टीने फारसा लाभदायक नसणारा हा निर्णय मला कौटुंबिक कारणांसाठी घ्यावा लागला. ऑस्ट्रेलियातील एकंदर व्यावसायिक संधी, त्यातून माझ्या क्षेत्रातल्या कामाच्या संधी, अपेक्षा, आवाका, निवडीचे निकष आणि अशा इतर अनेक कारणांमुळे असलेल्या स्थानाहून पुढे भरारी घेणे फारसे सोपे नाही याची जाणीव होतीच. इथल्या तंत्रांना अवगत करण्यासाठी **Volunteering** करणे हा एक सोपा उपाय होता. मी मेलबर्न युनिव्हर्सिटीच्या **Botany Department** आणि सिटी ऑफ मेलबर्न या **Volunteer group** बरोबर सुरुवातीची दोन - तीन वर्षे काम केल्यानंतर आता डिकिन युनिव्हर्सिटीमध्ये विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शनाचे काम करते आहे. हाती असलेला मोकळा वेळ मला इथल्या जैवविविधतेचा अभ्यास करण्यात खर्च करता येतो. याच दरम्यान मी **International Union of Conservation of Nature (IUCN)** ची सदस्यही झाले. या नात्याने एखाद्या प्रजातींचे जगभरातील संवर्धन स्थान निश्चित करण्याचे काम करण्याची संधी आणि मान्यता मिळते. भारताच्या पश्चिम घाटातील काही प्रजातींचे हे स्थान निश्चित करण्याचे काम चालू आहे. ऑस्ट्रेलियातील वास्तव्याने वनस्पतीशास्त्रज्ञ म्हणून पुन्हा एकदा नव्वता शिकवली आहे हे खरे आहे, पण इथल्या वनसंपदेचे ज्ञानही आत्मसात करण्याचे ध्येयही तेवढेच भक्कम आहे.

वीस-पंचवीस वर्षांपूर्वी **Nature/ Wildlife conservation** हे **career** म्हणून बहुतेकांच्या दृष्टीने अस्तित्वातच नव्हतं. त्यामुळे आपल्याला काय करायचं आहे, आवडणाऱ्या गोष्टी काम म्हणून करता येतात का, किंवा तिथपर्यंत कसे पोहोचावं यांची सोपी उत्तरही नव्हती. संश्रम अपरिहार्य होताच आणि त्यामुळे घरातल्या, काळजी करणाऱ्या आपल्या माणसांना महत्त्व पटवून देणे त्याहून कठीण होते. सुदैवाने, या क्षेत्राला काळाची गरज म्हणून आता बरीच लोकप्रियता आहे. **Conservation** हा पेशा असू शकतो ह्यात नाविन्य उरले नाही. वेगवेगळ्या समाज माध्यमांतून हे क्षेत्र केवळ परिचितच होत नाहीय, तर त्याची लोकप्रियताही वाढते आहे. त्यानुसार त्याविषयीची माहिती आणि प्रक्रियाही ही सुलभ होत आहेत. पण या सगळ्यात महत्त्वाचे आहे, आपला पिंड ओळखणे. समाज माध्यमांच्या प्रभावाखाली आपली आवड (**passion**) आणि मोह (**fascination**) यात फारकत करता येणे आवश्यक आहे. कारण कार्यक्षेत्र कुठलेही असो मार्गात अनेक अडचणी येण्याचा संभव असतोच, आणि केवळ या क्षेत्राची आवडच हे अडथळे दूर करण्यासाठी पुरेसे मनोबल देते.



विश्राम सूर्यवंशी
यु. इं. स्कूल, चिपळूण
9881975590

संवाद परीक्षार्थींशी...

विद्यार्थी मित्रांनो सर्वप्रथम परीक्षेसाठी तुम्हांला खूप शुभेच्छा !!!

कसे आहात ?...काळजी घेत आहात ना ? कोरोना अजून संपला नाही. उलट तो वेगाने आपल्यात आणखी पसरण्याची धडपड करतोय आपल्या सर्वांना एकत्रपणे त्याला पळवून लावायचा आहे.. असो. शालांत परीक्षा ही अत्यंत महत्त्वाची परीक्षा आहे.. गेल्या वर्षभरात कोरोनामुळे ना नीट शाळा सुरु झाल्यात ना शाळेत जाता आले आहे.. पण काळ कुणासाठी थांबला नाही तो पुढे पुढे चालतच राहिला आणि त्याचा परिणाम आज तुम्हाला या परीक्षेसाठी सामोरे जावे लागत आहे... पण विद्यार्थी मित्रांनो तुम्ही अजिबात काळजी करू नका... टेन्शन घेऊ नका.. ही परीक्षा खूप चांगली होईल. खूप चांगले मार्क ही तुम्हाला मिळतील फक्त गरज आहे ती तुमच्या सद्द मानसिकतेची आणि ती करण्यासाठीच मी हा लेखन प्रपंच केला आहे.

तुमच्या आयुष्यातील ही एक परीक्षा तुम्ही देत आहात. आतापर्यंत तुम्ही अनेक परीक्षा दिल्या आहात त्यासारखीच शालांत परीक्षा ही सुद्धा एक परीक्षा आहे त्यामुळे त्या परीक्षेबाबत तुमच्या मनात भीती असेल तर ती अगोदर काढून टाका. मन एकदम मोकळे करा आणि अगदी सहज म्हणजे सहज या परीक्षेला सामोरे जा. तुम्ही सर्वजण अतिशय उत्तम गुणांनी पास होणार आहात यात तीळमात्र शंका नाही. आता हे मी एवढ्या आत्मविश्वासाने का सांगतोय? असा साधा प्रश्न तुम्हांला पडला असणार पण त्याचे उत्तर ही तितकेच सरळ आणि साधे आहे कारण तुम्ही आतापर्यंत खूप अभ्यास केला आहात म्हणून पास होणार आहात. असो आता मी तुम्हांला अतिशय महत्त्वाचा कानमंत्र परीक्षेला सामोरे जातानाच ' देणार आहे त्यांचे तुम्ही योग्य असे पालन केलेत ना की नक्की तुम्ही यशाचे मानकरी होणार यात शंका नाही. गोष्टी अगदी सध्या आहेत पण आशय खूप महत्त्वाचा आहे. नेमके परीक्षेला सामोरे जाताना काय काय करायला हवे ते मी आता सांगणार आहे.

आरोग्याच्या दृष्टीने महत्त्वाच्या सूचना

- १) कोरोनाची स्थिती बघता मार्स्क शिवाय घराबाहेर पडू नका.
- २) स्वतः जवळ सॅनिटायझरची बॉटल नेहमी सोबत ठेवा.
- ३) कोणत्याही वस्तूला हात लावू नका.. तसेच आपली वस्तू कोणाला देऊ नका.
- ४) केवळ परीक्षेसाठी आपण घराबाहेर पडलो आहे हे विसरू नका.

परीक्षेसाठीच्या सूचना

१) आवश्यक कागदपत्राची पूर्तता :-

ही गोष्ट अत्यंत महत्त्वाची असते. परीक्षेला जाताना तुमच्याकडे बोर्डाचे पाठवलेले एक प्रवेशपत्र असते ते नेहमी सोबत असणे आवश्यक असते. ते गहाळ होणार नाही याची पुरेपूर काळजी घ्या. शाळेकडून हे प्रवेशपत्र मिळताच त्याच्या काही झेरॉक्स प्रती काढून ठेवा (न खराब करता) आणि आठवणीने ते पेपरला जाताना घेऊन जा. अगदीच एखादेवेळी ते विसरले तर ताण येऊ देऊ नका ही बाब संबंधित केंद्रावरील केंद्र संचालक यांच्या निदर्शनास आणून द्या ते तुम्हांला परीक्षेला बसण्याची व्यवस्था करतील. तत्पूर्वी या सर्व कागदपत्राची पूर्तता करून ठेवा शाळेचे आयकार्ड ही सोबत असावे तो ही महत्त्वाचा दस्त एवज आहे याची विशेष काळजी घ्या.

२) वेळापत्रक :-

आपल्या विषयांशी संबंधित वेळापत्रक त्याची एक प्रत काळजीपूर्वक आपल्या हस्ताक्षरात लिहिलेली आपल्या घरात आपल्या अभ्यासिकेत लावलेली असायला हवी. जेणेकरून आपण दिनांक आणि पेपर याबाबत सजग राहू शकेल आणि आपल्या अभ्यास करण्याला एक दिशा मिळेल.

३) लेखन साहित्य :-

पेपरचा विचार करता अगदी मग तो कोणताही असुदे मराठी पासून सामाजशास्त्रापर्यंत आवश्यक किमान लेखन साहित्याची यादी तयार केली त्यामध्ये कॅंपास, पट्टी, पेन्सिल, रबर आणि आपल्याला ज्या पेनने लेखन करायला आवडते त्या प्रकारचे किमान १५ पेन (आवश्यक तेवढे पेपरला ३ घेऊन जाणे) याची तयारी करून ठेवणे आवश्यक असते. तुम्ही म्हणाल यांचा परीक्षेला काय संबंध ? तर संबंध आहे हे सर्व साहित्य तुमच्याकडे नीटनेटकेपणाने असेल तर पेपरला जाताना एक मानसिक आधार असतो हे विसरू नका.

४) विषयवार पुस्तके, संदर्भ पुस्तके :-

एकदा परीक्षा सुरु झाली की फक्त जो पेपर आहे तेवढीच पुस्तके आणि संदर्भ पुस्तके तुमच्या अभ्यासिकेत असायला हवीत. याचा अर्थ असा नव्हे की बाकीची पुस्तके टाकून द्या तर बाकीची पुस्तके नीटनेटकी ठेवलेली असायला हवीत म्हणजे ज्या-त्यावेळी ती पुस्तके आपल्याला मिळतील आणि याचा खूप फायदा तुम्हांला होतो. कारण परीक्षेच्या काळात अगदी पेनचे टोपण जरी हरवले तरी तुम्ही ताण घ्यायला लागता तसे पेपर लेखनात टोपणाची आवश्यकता नसतेच मुळी पण मानवी मनाचा तो दोष असतो. म्हणून हाच नीटनेटकेपणा तुम्हांला प्रफुल्लीत ठेवतो. आवश्यक तो संदर्भ ग्रंथ आवश्यक त्या वेळी मिळतो आणि आपली शंका दूर होते. गोष्ट छोटीच आहे पण चुक झाल्यास डोंगराएवढी होते विसरू नका.

५) आरोग्याची काळजी घ्या :-

तसे तुम्ही आतापर्यंत आरोग्य उत्तम सांभाळलेले आहेच परंतु परीक्षेच्या काळात त्यांचा सांभाळ अगदी काळजीपूर्वक करणे आवश्यक आहे. पेपर सुटल्यानंतर बऱ्याचदा काही मुलांना बर्फाचे गोळे खाण्याचा किंवा इतर रस्त्यावर (उघड्यावर) विकले जाणारे फास्टफूड खायची सवय असते. तात्पुरता आनंद देणाऱ्या या गोष्टी तुमच्यावर आणि तुमच्या शरीरावर दूरगामी परिणाम करू शकतात. कोरोनाने आपल्याला खूप काही शिकवले आहे तरी पण कधी नव्हे ते मित्रांच्या आग्रहास्तव तुम्ही तो पदार्थ खाता आणि नेमके पेपर वेळी आजारी पडण्याची शक्यता निर्माण होऊ शकते. अगदी आजारी म्हणजे Bed Rest इतके जरी झाले नाही आणि फक्त शरीरात सर्दी, ताप, कणकण यासारखी लक्षणे जरी जाणवू लागली तरी तुमचा वर्षभराचा प्रपंच वाया

जाऊ शकतो. याचा नीट विचार करा. जी काही मजा घ्यायची असेल तर हे सर्व पदार्थ खाण्याची ती परीक्षा झाल्यानंतर मनसोक्त घेऊ शकता या काळात अजिबात नको.

६) वेळेचे नियोजन :-

Time is precious तुम्ही म्हणाल हे वाक्य ऐकून ऐकून आता खूप गुळगुळीत वाटायला लागले तरी, मित्रांनो या काळात तुम्हाला वेळेचे नियोजन करावे लागणार आहेच. मग ते पेपरला जाण्याचे असो किंवा प्रत्यक्ष तीन तासात किंवा दोन तासात पेपर लिहायचे असो किंवा यापेक्षाही पेपर सुटल्यानंतर घरी जाऊन पुढच्या पेपरचा अभ्यास सुरु करण्याचे असो. वेळेचे नियोजन तुमची पाठ सोडणार नाही आणि ज्यांनी या नियोजनात विजय मिळविला त्यांनी आपली लढाई अर्धी जिंकलेलीच असते. मानसिक दृष्ट्या तुम्ही खूप तयार असता, धावपळ होत नाही सगळं कसं नियोजनबद्ध व्हायला लागते त्यामुळे परीक्षेचा ताण इतर मुलं जो घेताना दिसतात तो येत नाही. छोट्या छोट्या गोष्टी आपलं मानसिक संतुलन बिघडवू शकतात तेव्हा त्याची काळजी घेणे अत्यंत आवश्यक असते. पेपर सुटताच लगेच घरी या, या काळात स्वतः गाडी चालविण्याचा हट्ट करू नका, कारण एक छोटीशी चुकसुद्धा तुम्हाला अडचणीत आणू शकते. कधी नव्हे ते याच काळात आपल्याला नदीवर आंधोळीला जायची तीव्र इच्छा व्हायला लागते. जाऊ नका मनावर नियंत्रण ठेवा, कोणत्याही इलेक्ट्रॉनिक्स वस्तूशी खेळू नका "वस्तू आपली असते महावितरण आपले नाही" त्यातून मिळणारी वीज कधी झटका देईल हे आपल्याला समजणार नाही. जगात अत्यंत धोकादायक अशी काही ठिकाणे आहेत त्यात अग्रक्रमांकावर विजेचे नाव घेतले जाते. तिथं माफी नाही. तिथं चुकल्यास आहे ती फक्त शिक्षा एकतर कायमच अपंगत्व किंवा या जगाचा निरोप आणि विद्यार्थी मित्रांनो हा खेळ तुम्हालाही तुमच्या कुटुंबियांनाही आणि आम्हांलाही परवडण्यासारखा नाही याची जाणीव असु द्या.

७) मनापासून अभ्यास करा :-

मी सुरुवातीलाच म्हटले आहे S.S.C Exam is not one and only Exam in your life. ही आपल्या आयुष्यातील एकमेव परीक्षा नव्हे. तुम्ही यापूर्वी खूप परीक्षा दिल्या आहेतच फक्त या परीक्षेमुळे पुढील रस्त्यांची निवड करणं सोपं होतं एवढंच म्हणून या परीक्षेचा अभ्यास मनापासून करणे आवश्यक असते. भार घेऊन, ओझं घेऊन हा अभ्यास होणार नाही त्यासाठी मनाची तयारी उत्तम करा खूप अभ्यास पण करावा लागणार नाही कारण तुम्ही एखादी कृती करायला मनापासून तयार असता तेव्हा गतकाळातले पूर्वज्ञान तुमच्या सेवेसाठी हजर असते असं मानसशास्त्र सांगते. म्हणून तुमची मनाची तयारी ही अत्यंत आवश्यक गोष्ट आहे. ही परीक्षा म्हणजे सर्व काही नाही परंतु या परीक्षेमुळे आपल्या करिअरची दिशा ठरवायला मदत होणार आहे हे विसरून चालणार नाही आणि म्हणून मनापासून अभ्यास करा.

८) मन प्रसन्न ठेवा :-

शिक्षण प्रक्रिया ही आनंददायी प्रक्रिया केव्हा होऊ शकेल तर अध्ययन करणारा मनाने समाधानी असेल तर. तेव्हा तुम्ही मनाने समाधानी असता तेव्हा मेंदूतून उठणाऱ्या लहरी, रक्ताभिसरण प्रक्रिया यासारख्या अनेक शरीराशी निगडित प्रक्रिया नीट आणि सुरळीत सुरु असतात याचा चांगला प्रभाव आपल्या कृतीवर होत असतो. म्हणून नेहमी आपले मन प्रसन्न ठेवणे आवश्यक असते. पेपरला जाण्याअगोदर पासून ते शेवटपर्यंत तसे ते कायम प्रसन्न हवेच पण ते जमेल असं नाही तेव्हा किमान या काळात तरी त्यांच्यावर नाराजी ओढावेल असे काही करू नका.

मी सुरुवातीलाच सांगितले आहे की तुम्ही सर्वजण अगदी उत्तम गुणांनी पास होणार आहात फक्त गरज आहे ती तुमच्या सादरीकरणाची. जर तुमचे मन प्रसन्न असेल तर तुम्ही पेपर अतिशय उत्तम लिहिणार आहात. येत नसलेल्या प्रश्नावर जास्त काळ विचार करत बसू नका जो प्रश्न येतो त्याचा विचार केला अन्यथा काय होऊ शकते तर तुम्ही तुम्हांला येत नाही अशा प्रश्नावर जास्त काळ विचार करायला लागलात तर एकतर वेळ ही जाईल आणि तुम्हांला येत असलेल्या प्रश्नांना वेळ देता येणार नाही. काही वेळा काही मुले अशा स्थितीत पूर्ण blank होतात. साहजिकच पुढची घडी विस्कटू शकते.

एका वेळी एकाच पेपरचा अभ्यास करा तो ही पुढे येऊ घातलेल्या. झालेल्या पेपरचा विचार करू नका त्याने येणाऱ्या पेपरवर ढडपण येऊ शकते. आता तुमचा अभ्यास शेवटाकडे आला असेल याची मला खात्री आहे तरीही अजून एकदा वाचनाची गती वाढवून सूक्ष्म वाचन करून घ्या. पेपर लेखनात महत्वाच्या मुद्द्यांना प्राधान्य द्या. अतिशय योग्य आणि प्रमाण भाषेत उत्तर लिहिल्यामुळे तुमचा प्रभाव पेपर तपासणाऱ्या शिक्षकावर पडेल. जेणेकरून आपल्याला चांगले मार्क्स मिळायला मदत होईल. खाडाखोड, गिरविणे यासारख्या गोष्टी कटाक्षाने टाळा. कॉपी करण्याचा विचारही मनात आणू नका कारण एकदा का ती सवय लागली की तुम्ही passive होणार परिणामी पुढची वाट बिकट होऊ शकते.

हे सर्व वाचल्यानंतर तुम्हांला वाटेल की हे आम्हांला सर्व माहित आहे. पण विद्यार्थी मित्रांनो शेवटी ही परीक्षा आहे त्याचे थोडे ढडपण तुम्हांला आले असेल किंवा येईल ते येऊ नये यासाठी हा सारा प्रपंच. परीक्षेच्या काळात धावपळ होते, ताण येतो त्याचा परिणाम पेपरवर होतो. त्यामुळे तुमची इतकी वर्ष घेतलेली मेहनत वाया जाईल की काय अशी भीती तुमच्या मनात निर्माण होते. ती भीती निर्माण होऊ नये तुमचा परीक्षेचा प्रवास अतिशय सुखकर व्हावा याकरिता एक समुपदेशक मित्र या नात्याने तुमच्याशी संवाद साधला आहे. पुन्हा एकदा तुम्हांला परीक्षेसाठी खूप खूप शुभेच्छा !!!

यशवंत व्हा ! किर्तिवंत व्हा !

माणूस म्हंटल्यावर चुका ह्या होणारच पण शिक्षकाला त्याच्या शालेय जीवनात काय आणि सामाजिक जीवनात काय चुका करायला परवानगीच नाही. वर्गातील एक चुक ही जितके विद्यार्थी तितक्यांनी ती गुणीत होत असते. चुका सुध्दा मुलं टिपतात आणि योग्य आणि अयोग्य मधील फरक लक्षात आलं तर ठीक, नाही तर अशा चुका वाढतच जातात. असाच चुका करणारा विद्यार्थी पुढे जाउन समाजाचा एक हिस्सा होऊन जातो आणि चुका वाढीला लागतात. समाजात चुक आणि बरोबर यात फरक रहात नाही. म्हणूनच शिक्षकाला वर्गातील सादरीकरण करण्यापुर्वी अनेक वेळा विचार करून आपल्या कडून चुका होणार नाहीत याची खात्री बाळगली पाहिजे. समाजाला जर योग्य मार्गावर ठेवायचे असेल तर शिक्षकाला काळजी घ्यायलाच हवी.

डॉ उमेश प्रधान



नरेंद्र शिर्के

नॅशनल हायस्कूल, टागोर नगर,

विक्रोळी (पूर्व)

9702584482

सायबर हायजीन (सायबर स्वच्छता) आणि किशोरावस्था

कोरोना महामारी च्या काळात दोन वर्षे शाळा बंद असल्याने कुमारवयीन मुलांना बऱ्याच आव्हानांना सामोरे जावे लागले आहे. किशोरावस्था हा बालपण आणि प्रौढावस्था यांच्यामधील कालखंड असतो ही अवस्था अशी असते की मानसिक विकासापेक्षा शारीरिक वाढीचा वेग अधिक असतो. आपल्या अवतीभवती घडत असलेल्या चांगल्या-वाईट घटनांचा मनावर दूरगामी परिणाम होतात. याच काळात मुलांमधील बंडखोरी वाढते या अवस्थेतील मुलांच्या निकोप वाढी करता आणि सुदृढ मनासाठी पालक शिक्षक समुपदेशक यांचे प्रयत्न प्रभावी ठरतात. किशोरावस्था म्हणजे वय वर्ष १० ते वय वर्ष १९ या वयोगटातील मुले आहेत. कोरोना महामारीच्या काळात किशोरावस्थेतील बालकांबाबत घडलेल्या घटना म्हणजे जसे की काही मुले बालमजूर झाली. त्यांना वीटभट्टीवर कामाला लावले गेले. अल्पवयीन मुलांचे विवाह लावण्यात आले. ऑनलाईन शिक्षणातून ऑफलाइन कडे वळताना मुलांचे समायोजन होणे गरजेचे आहे. मुलांचा आणि पालकांचा चिडचिडेपणा वाढला आहे. दोन वर्षे घरीच असल्याने मुलांमध्ये शारीरिक स्थूलता, आणि शिथिलता वाढली आहे. मानसिक आळस या मुलांना सतावत आहे. मुलांचा स्क्रीन टाईम वाढल्याने डिजिटल लोड वाढला आहे. मोबाईल खेळून असल्याने पोप मेसेज स्विकारणे, पॉर्न व्हिडिओ पाहण्याच्या आहारी गेल्याचे दिसून येते. काही मुले सायबर बुलिंग चे देखील बळी ठरले आहेत. ऑफलाइन शिक्षणाला ऑनलाईन शिक्षण हा पर्याय होऊ शकत नाही. मुलेही घरांमध्ये कोंडल्यामुळे मुलांचा इ. क्यू. म्हणजेच भावनिक बुद्ध्यांक यात बदल झाला आहे. शारीरिक शहरी भागातील स्थिती पेक्षा ग्रामीण भागातील स्थिती फारच विदारक आहे. हार्ड स्पीड इंटरनेटचा अभाव स्मार्टफोन उपलब्ध न होणे यामुळे अभ्यासातील आणि शाळेतील दुरावा वाढला आहे. मुलांची शिक्षणाची गाडी रुळावर आणण्यासाठी मानसोपचार तज्ञ मनोविकार तज्ञ, समुपदेशकाची भूमिका महत्त्वाची ठरणार आहे. मुलांमध्ये डिजिटल डिपेंडंट सिंड्रोम(DDS) पाहायला मिळतो. यावर उपाय म्हणून सायबर हायजिन म्हणजे सायबर स्वच्छतेच्या माध्यमातून काही फलदायी उपाय प्रभावशाली ठरू शकतात. सायबर हायजिनची व्याप्ती पाहूया. सायबर हायजिन म्हणजे तुमच्या सायबर सुरक्षेबद्दल सक्रियपणे विचार करण्याचे प्रशिक्षण देणे. जसे तुम्ही तुमच्या दैनंदिन वैयक्तिक स्वच्छते बाबत करता. सायबर धोके आणि ऑनलाईन सुरक्षा समस्यांचा प्रतिकार करण्यासाठी सायबर सुरक्षेची साधने वापरण्यास गांभीर्याने पाहिले जात नाही. सायबर हाइजीन सायबर स्वच्छतेचे टप्पे आपण पाहूया.

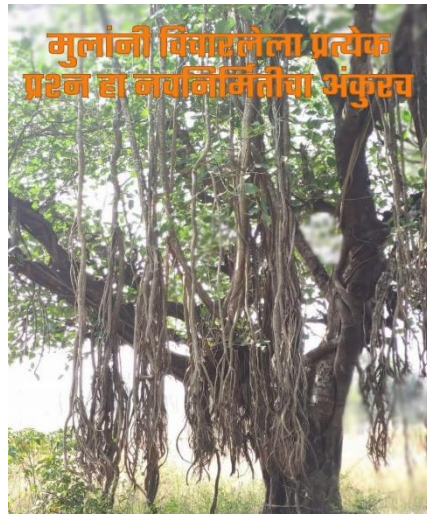
कसून रहा सायबर स्वच्छतेसह अचूक रहा प्रत्येकाने टीथ फ्लॉस करणे आवश्यक आहे. बरोबर ? पण दंतचिकित्सकाने सुचवल्याप्रमाणे प्रत्येक जण ते करतो का ? तुमच्या संगणक लॅपटॉप, टॅब, मोबाईल वरील किंवा शक्यतो न काढता येण्याजोगा फायलींना एक प्रकारचे फ्लॉसिंग करणे आवश्यक आहे. वेळोवेळी लक्ष देणे आवश्यक आहे.

सायबर स्वच्छता हा तुमच्या दिनक्रमाचा भाग बनवा. रोजच्यारोज अनावश्यक फाईल फोटो इत्यादी बाबी रोज वाडप आऊट करण्याची सवय लावून घ्यावी लागेल.

सायबर स्वच्छतेच्या नऊ पायऱ्या पाहूया .

- प्रतिष्ठित अँटीव्हायरस आणि मालवेअर स्थापित करा. त्यामुळे तुमचा डाटा सुरक्षित राहतो.
- नेटवर फायरवॉल वापरा. चांगली सायबर स्वच्छता राखण्यासाठी नेटवर फायरवॉल वापरणे दुसरी महत्त्वाची सवय आहे .
- नियमितपणे सॉफ्टवेअर अपडेट करा. तुमची ब्राउजर ऑपरेटिंग सिस्टम नियमितपणे अपडेट करा. जेणेकरून तुम्ही अत्याधुनिक प्रोग्राम सह काम करत आहात. ज्याने संभाव्य त्रुटी दूर केल्या जातात.
- स्ट्रॉंग पासवर्ड सेट करा. तुमचे पासवर्ड अद्वितीय आणि गुंतागुंतीचे पाहिजे त्यात संख्या, चिन्ह कॅपिटल आणि लोवर केस अक्षरांचा किमान १२ डिजिट असावेत .पासवर्ड नियमित बदलल्यामुळे हे करताना हॅकर्सना तो शोधण्या पासून रोखता येईल.
- मल्टी फॅक्टर अथॅन्टीकेशन वापरा. फेशियल आणि फिंगरप्रिंट ओळख हॅकर्सना तुमच्या डिवाइसवर आणि वैयक्तिक माहितीमध्ये प्रवेश करणे कठीण बनवते.
- डिवाइस इंक्रिप्शनचा वापर करा. तुमच्या डिवाइस वरील डेटा इंक्लीप करतात आणि त्याचा क्लॉउडवर बॅकअप घेतात. तुमचा दुसरा पर्याय म्हणजे संवेदनशील डाटा संरक्षित करण्यासाठी एनक्रिप्टड यूएसबी मेमरी स्टिक वापरणे.
- नियमितपणे बॅकअप घ्या. महत्त्वाच्या फाईल्सचा ऑफलाइन बाह्य हार्ड ड्राइव्ह वर किंवा क्लॉउड मध्ये बॅकअप घेऊन तुमच्या फायली सुरक्षित ठेवणे देखील स्मार्ट आहे.
- तुमचा ड्राईव्ह स्वच्छ ठेवा जर तुमचा डिवाइस म्हणजे संगणक लॅपटॉप, टॅबलेट, मोबाईल विकत असाल तर तुमची वैयक्तिक किंवा संवेदनशील माहिती देखील सोबत जाणार नाही याची खात्री करणे महत्त्वाचे आहे.
- तुमचा राउटर सुरक्षित करा तुमचे वायरलेस नेटवर्क संरक्षित करण्यास विसरू नका. यामध्ये निर्मात्याकडून राउटर्स सह आलेले डिफॉल्ट आणि पासवर्ड बंद करणे आणि अपडेट करणे गरजेचे आहे . तुमचा राउटर सुरक्षित राखण्यासाठी WPA2 किंवा WPA3 इंक्रिप्शन ऑफर करत असल्याची खात्री करा.

तर चला सायबर स्वच्छतेच्या या नऊ पायऱ्या वापरून आपल्या डिवाइसला हॅकर्स पासून वाचवू या.





श्रीम. चेतना ओझा

प्राचार्या,

सेठ गोपालजी हेमराज माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालय

बोरीवली (पूर्व) मुंबई - ४०० ०६६

**उपक्रमशील शाळा - सेठ गोपालजी हेमराज माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालय,
बोरीवली (पूर्व) मुंबई - ४०००६६.**

सेठ गोपालजी हेमराज माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालय बोरीवली, (पूर्व) मुंबई, येथील आमच्या शैक्षणिक संस्थेत विद्यार्थ्यांमध्ये व्यवसाय मार्गदर्शन व समुपदेशन अंतर्गत विविध उपक्रमांचे, स्पर्धांचे, कोरोना काळात देखील वेबिनार (डिजिटल) माध्यमांमधून इयत्ता दहावी व बारावीनंतर विद्यार्थ्यांना योग्य क्षेत्र निवडीसाठी सुनियोजित वेळापत्रकानुसार मार्गदर्शन करण्यात आले. भविष्यात विद्यार्थ्यांना नोकरी मिळवण्यासाठी व एका आवडत्या व्यवसायामध्ये यशस्वी होण्यासाठी आवश्यक असणारी गुणवत्ता विकास व्यवसाय मार्गदर्शन अंतर्गत करण्यात आली. यामध्ये विद्यार्थ्यांचे कौशल्य, क्षमता, ज्ञान, पारख करण्याची शक्ती जाणून घेऊन त्यांना योग्य दिशादर्शक बनण्याचे काम शाळेमधून आमच्या शिक्षकांकडून करण्यात आले.

शाळा व कनिष्ठ महाविद्यालय यासाठी व्यवसाय मार्गदर्शन अंतर्गत आमच्या शाळेने पुढील उद्दिष्ट निश्चित केले होते.

- १) विद्यार्थी दडपणाखाली एखादे क्षेत्र निवडून नये त्यासाठी योग्य मार्गदर्शन.
- २) विद्यार्थ्यांमधील कौशल्य, कलागुण व सुप्त गुण याचा विकास करत असताना योग्य क्षेत्र निवडीसाठी मार्गदर्शन करण्यात आले.
- ३) आमच्या शाळेतील शिक्षकांनी रोजगार प्रणित क्षेत्र निवडी संबंधीची अद्ययावत माहिती प्राप्त केली व त्यानुसार विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन केले.

विद्यार्थ्यांमधील सुप्त गुण जाणून घेण्यासाठी आमच्या शाळेने पुढील स्पर्धेच आयोजन केले होते.

त्या स्पर्धामधून विद्यार्थी भविष्यामध्ये स्वयंरोजगार प्रणित एखादा व्यवसाय करू शकतील.

मास्क मेकिंग, मेहंदी स्पर्धा, रांगोळी स्पर्धा, गीत गायन, नृत्य स्पर्धा, पोस्टर तयार करणे, चित्रकलेशी संबंधित विविध स्पर्धा. तसेच इको फ्रेंडली गणपती मेकिंग यामधून विद्यार्थ्यांमध्ये पर्यावरण संवर्धनासह गणपती मूर्ती तयार करण्याचं प्रशिक्षण वेबिनार द्वारे शाळेमधून देण्यात आले.

कोरोना काळातही वर्ष मार्च 2021 मध्ये भगूबाई पॉलीटेक्निक महाविद्यालयामार्फत इंजिनिअरिंग प्रवेशासंबंधी वेबिनारचे आयोजन करण्यात आले होते.

कनिष्ठ महाविद्यालयामार्फत पुढील प्रमाणे व्यवसाय मार्गदर्शनाचे आयोजन करण्यात आले.

- १) स्पर्धात्मक परीक्षेसाठी विद्यार्थ्यांची तयारी करून घेताना JEE, UPSC, NEET, CET परीक्षांसंबंधीची महाविद्यालयामार्फत विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करण्यात आले.
- २) कनिष्ठ महाविद्यालयामार्फत व्यावसायिक मार्गदर्शनासाठी पुढील विषया संदर्भात मार्गदर्शन करण्यात आले. Accounts and Taxation, Hospitality Management, Animations.

कनिष्ठ महाविद्यालयामध्ये शैक्षणिक वर्ष 21- 22 मध्ये व्यवसाय मार्गदर्शन अंतर्गत पुढील वेबिनारचे आयोजन करण्यात आले.

१) ऑक्युपेशनल थेरपी -

मार्गदर्शक- डॉ. बालाजी, नायर हॉस्पिटल

२) बारावी नंतर करियर ऑप्शन - मार्गदर्शक
डॉ. धवल गांधी (सी.ए)

३) यूपीएससी परीक्षेची तयारी- मार्गदर्शक -
श्रीम. बिल्किस खत्री

४) करियर इन एविएशन अँड हॉस्पिटॅलिटी इंडस्ट्री-
मार्गदर्शक- श्री. नागेश गुप्ता

आमच्या शाळेतील व कनिष्ठ महाविद्यालयांमधील
साजरे करण्यात आलेले विविध उपक्रम दिनविशेष
यामधून विद्यार्थ्यांच्या सुप्त गुणांना तर वाव मिळाला,
परंतु भविष्यामध्ये पुढील क्षेत्र निवडीसाठी योग्य
मार्गदर्शन प्राप्त झाले.

१) योग दिन- योग इंस्ट्रक्टर

२) शिक्षक दिन - अध्यापन क्षेत्रांमधील संधी

३) विज्ञान दिन - विविध संशोधनाच्या संधी

तसेच शाळेतील वाचनालयामध्ये विद्यार्थ्यांना योग्य
क्षेत्र निवडी संदर्भातील विविध संदर्भ पुस्तके उपलब्ध
करण देण्यात आली आहेत.

आमच्या शाळा, महाविद्यालयातून मुख्याध्यापिका
श्रीमती चेतना ओझा व शिक्षकांद्वारे विद्यार्थ्यांना
नेहमीच व्यवसाय मार्गदर्शन व समुपदेशन वेळोवेळी
केले जाते.





आमिर अन्सारी

मुख्याध्यापक,

मदनी हायस्कूल, जोगेश्वरी (प.), मुंबई

9619255719

मुलांना शिक्षणापासून दूर ठेवणं कितपत योग्य आहे ?

प्रत्येक मुलाला दर्जेदार शिक्षण मिळण्याचा अधिकार आहे. कोरोना महामारीमुळे शैक्षणिक संस्था आणि शैक्षणिक प्रक्रियेवर गंभीर परिणाम झाला आहे. तसेच मुलांच्या आरोग्याशी कोणत्याही प्रकारे खेळणे योग्य नाही. परंतु गेल्या दहा महिन्यांत आतापर्यंत असे कोणतेही संशोधन, वैद्यकीय विश्लेषण, वैद्यकीय अभ्यास अथवा अहवाल सादर करण्यात आलेला नाही ज्यामध्ये या आजाराने शालेय शिक्षण आणि पर्यावरणाशी काय संबंध आहे? मुलांच्या शारीरिक आरोग्यावर कसा परिणाम झाला आहे? आतापर्यंत किती मुलांना हा आजार झाला आहे? यापैकी किती मुलांना शाळेत जाऊन हा आजार झाला? त्याचप्रमाणे मुलांच्या मानसिक आरोग्याबाबत संशोधन आणि अहवाल असणे गरजेचे आहे. जेव्हा मुलांचा शारीरिक आणि मानसिक विकास होत असतो आणि त्यांची मानसिक आणि शारीरिक प्रशिक्षणाची उपकरणे अचानक बदलली जातात किंवा पूर्णपणे बंद केली जातात तेव्हा त्यांच्या मनाची स्थिती काय असते? हे देखील लक्षात घेण्यासारखे आहे की शालेय वयाच्या मुलांसाठी शाळेशिवाय सर्व काही सुरु आहे. लग्नाचे कार्यक्रम असो की क्रीडांगण, चित्रपटगृह असो की मनोरंजनाची इतर कुठलीही ठिकाणे. बहुतेक ठिकाणी त्यांच्यासाठी विशेष बंधने नाहीत. परिस्थिती सुधारल्यानंतर शाळा पुन्हा सुरु करण्याच्या प्रक्रियेचा विचार करण्यात एवढा विलंब आणि उदासीनता अनाकलनीय आहे. एकीकडे १० वी आणि १२ वी बोर्डाच्या परीक्षांचे वेळापत्रक जाहीर झाले आहे आणि दुसरीकडे या परीक्षेच्या तयारीसाठी विविध बंधने घालण्यात आली आहेत. त्याचप्रमाणे, प्राथमिक वर्गाचा तर कोणी वालीच नाही. असेच चालू राहिल्यास शालेय व्यवस्था सुधारणे कदाचित फार कठीण जाईल. याकडे आपण समुपदेशकांनीच विशेष लक्ष देणे अत्यंत आवश्यक आहे.

बच्चों को تعليم से दूर रकना कتنا مناسب है?

बच्चों को معیاری تعلیم ملنا اس کا حق ہے۔ कोरोना وبانے تعلیمی اداروں اور تعلیمی عمل کو بری طرح سے متاثر کر رکھا ہے۔ بच्चों کی صحت سے کسی طرح کا کھلواڑ کرنا بھی مناسب نہیں۔ لیکن گذشتہ دس ماہ میں اب تک ایسی کوئی تحقیق یا طبی تجزیہ میڈیکل اسٹڈی اور رپورٹ پیش کی گئی جس میں اس مرض کا اسکول کی تعلیم اور ماحول سے کیا ربط ہے۔ بच्चों کی جسمانی صحت کس طرح متاثر ہوئی ہے اب تک کتنے بच्चों کو یہ مرض لاحق ہوا؟ ان میں سے کتنے بच्चों کو اسکول جانے سے یہ مرض لاحق ہوا؟ اسی طرح یہ بھی ایک ریسرچ اور رپورٹ بننا ضروری ہے کہ بच्चों کے نفسیاتی صحت کا کیا عالم ہے۔ عین اس وقت جب بच्चों کی جسمانی اور ذہنی نشوونما پوری ہو اور ان کی ذہنی و جسمانی تربیت کے لوازمات اچانک بدل دیئے جائیں یا بالکل بند کر دیئے گئے ہوں اس وقت بच्चों کے ذہنوں کا کیا حال ہے۔ یہ بات بھی قابل غور ہے کہ اسکول جانے والے عمر کے بच्चों کے لیے اسکول کی تعلیم کے علاوہ ساری چیزیں شروع ہیں۔ شادی بیاہ کے پروگرام ہوں یا کھیل کود کے میدان، سینما گھر ہوں یا کوئی اور تفریح کی جگہ۔ اکثر مقامات پر ان کے لیے کوئی بہت خاص پابندی نہیں۔ پھر حالات سدھرنے پر اسکول کے دوبارہ شروع کرنے کے عمل پر غور و خوص میں اتنی دیری اور بے اعتنائی سمجھ سے پرے ہے۔ ایک طرف دسویں اور بارہویں کے بورڈ امتحان کے ٹائم ٹیبل جاری کر دئے گئے ہیں دوسری طرف اس امتحان کی تیاری کے لیے خواہ مخواہ کی پابندیاں لگائی گئیں ہیں۔ اسی طرح ابتدائی جماعتوں کا تو کوئی پرسان حال ہے ہی نہیں۔ ایسا ہی چلتا رہا تو شاید اسکولس کے نظام کو بہتر کرنا بہت مشکل ہو جائے گا۔ اس جانب خصوصی توجہ دینا بہت ضروری ہے۔

قوت فکر و عمل پہلے فنا ہوتی ہے

تب کسی قوم کی شوکت پر زوال آتا ہے۔

عامر انصاری

بیڈ ماسٹر،

مدنی ہائی اسکول، جوگیشوری، ممبئی۔

वाचकांच्या प्रतिक्रिया

मंत्र समुपदेशनाचा

नमस्कार !

'मंत्र समुपदेशनाचा' या मासिकाचा पहिला अंक वाचला. शिक्षक, पालक आणि किशोरवयीन मुला-मुलींसोबत काम करत असलेल्या सर्वांसाठी उपयुक्त माहिती या अंकामध्ये एकत्रित बघायला मिळाली. विशेषतः प्रोफेशनल आणि व्होकेशनल अभ्यासक्रमातील फरक व संधी, समुपदेशनाचे अनुभव, करियर निवडीमध्ये मानसशास्त्रीय चाचण्या व समुपदेशनाचे महत्त्व, या विषयांबद्दल चांगली माहिती मिळाली. पहिल्याच अंकातील मजकूराची मांडणी सुटसुटीत आणि मोबाईल फोनच्या स्क्रीनवरदेखील वाचता येण्यासारखी आहे.

संपादक मंडळ आणि सर्व लेखकांचे आभार व पुढील अंकासाठी अनेक शुभेच्छा! 'मंत्र समुपदेशनाचा' वापरून अनेकांच्या नव्या वर्षाला दिशा मिळेल अशी आशा करूया...

मंदार शिंदे, पुणे

९८२२४०१२४६

मंत्र

