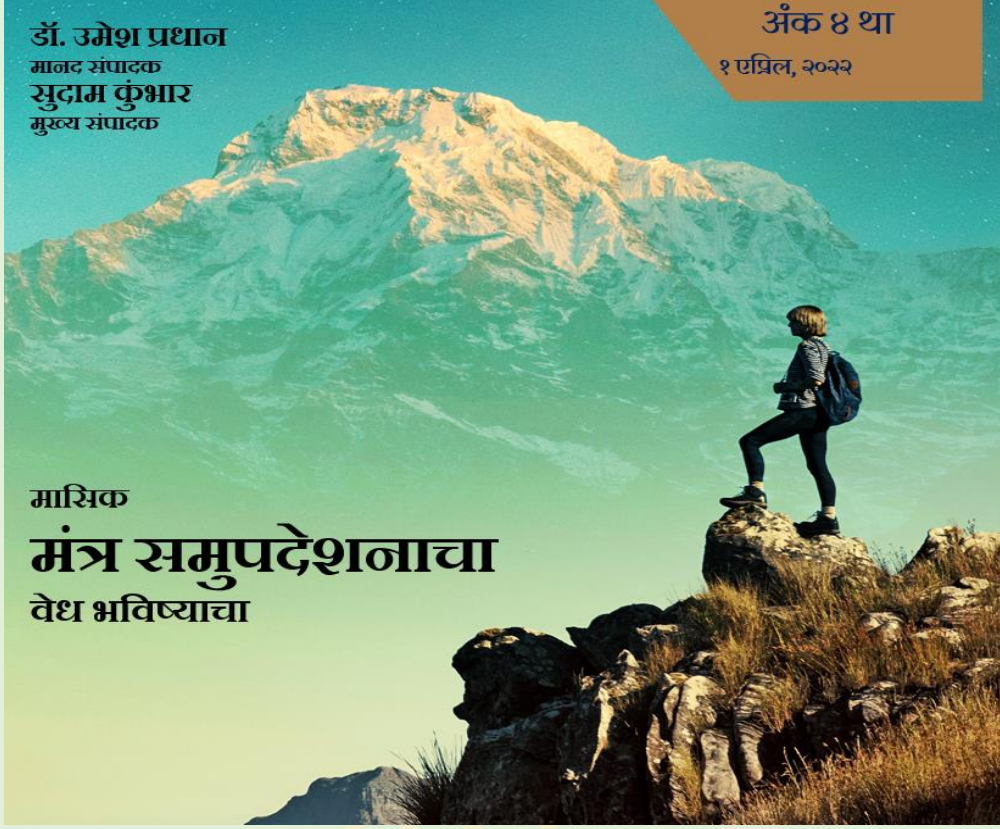


## पालक, शिक्षक आणि विद्यार्थ्यांसाठी समुपदेशनाचा एकमेव मंत्र



शिक्षण उपसंचालक मुंबई विभाग, मा. श्री संदीप संगवे साहेब यांना 'मंत्र समुपदेशनाचा' अंक भेट देताना

या अंकात वाचा –

बालकांची जडणघडण, त्यांचं मानसिक आरोग्य, १०वी व १२ वी नंतरचे विविध व्यवसायाभिमुख अभ्यासक्रम आणि तुमच्या आवडीची सट्टे.

महाराष्ट्रातील शिक्षक समुपदेशकांनी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन तथा समुपदेशन करण्यासाठी समर्पित केलेले एकमेव मराठी ऑनलाइन मासिक 'मंत्र समुपदेशनाचा.' शिक्षक, समुपदेशक आणि लेखकांचे लेखातील विचार हे त्यांनी स्वतः व्यक्त केलेले आहेत. सदरहू लेखांचे पुनर्मुद्रण करताना लेखकांची तसेच संपादक मंडळाची मान्यता घेणे अनिवार्य आहे.

### संपादक मंडळ

- डॉ. उमेश प्रधान, मानद संपादक  
माजी प्राचार्य आर. सी. एम. गुजराती हायस्कूल, पुणे
- सुदाम कुंभार, मुख्य संपादक  
निवृत्त प्राचार्य तथा समुपदेशक
- शरद शिंपी, शिक्षक समुपदेशक
- जयवंत कुलकर्णी, शिक्षक समुपदेशक
- साहेबराव महाजन, सह शिक्षक
- हर्षा बाळकृष्ण पिसाळ,  
सह शिक्षिका

प्रकाशन स्थळ :

ए/६०१ हर्षगिरी, शिवल्लभ क्रॉस रोड,

दहिसर (पूर्व) मुंबई ४०० ०६८

येथून प्रकाशित करण्यात आले.

संपर्क : 9833414992

विशेष आभार : सर्व शैक्षणिक संदेश डॉ. उमेश प्रधान

मुख्याध्यापक, लेखक, शिक्षक, सर्व शिक्षण प्रेमी, पालक आणि  
समुपदेशकांना आवाहन

या मासिकासाठी 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 समुपदेशन, मार्गदर्शनपर शाळेत राबविलेले उपक्रम आणि अध्ययनाचे अनुभव यावर आधारित किमान ६००/७०० शब्दांपर्यंतचे लेख प्रत्येक महिन्याच्या १० तारखेपूर्वी/पर्यन्त पुढील मेलवर पाठवावेत [careerinfosjk2022@gmail.com](mailto:careerinfosjk2022@gmail.com) किंवा पुढीलपैकी कोणत्याही व्हॉट्सएप् क्रमांकावर **833414992/9820782097/9833209561/9960544477** पाठवावेत.
- ३) व्यवसाय मार्गदर्शनपर माहितीचे मुद्देसूद लिखाण करावे.
- ४) माहितीची खातरजमा केलेली आणि अभ्यासपूर्ण 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,**

विद्यार्थी मित्रांनो तुमच्या माध्यमिक व उच्च माध्यमिक शालांत परीक्षा संपण्याच्या मार्गावर आहेत. किंबहुना या आठवड्यात तुम्ही तुमच्या परीक्षा नावाच्या कठीण जबाबदारीतून मुक्त होणार आहात. परीक्षेतून मुक्त होणं हा एक वेगळाच आनंद असतो. परंतु मित्रांनो, दहावी-बारावीची परीक्षा संपली म्हणजे सर्व काही संपलं असं बिलकुल नाही. येथून पुढे खऱ्या अर्थाने तुम्ही भविष्यात स्थिर होण्याच्या दृष्टीने विविध अभ्यासक्रमांचे पर्याय शोधण्यास सुरुवात करत असता. गेली दोन वर्षे कोरोनाच्या वैश्विक महामारीमुळे तुम्ही शाळा व महाविद्यालयातील दैनंदिन आंतरक्रियांपासून दूर होतात. असं समजू या, आता सर्व काही सुरळीत सुरू झालेलं आहे. भविष्याचा विचार करण्यासाठी तुमच्याकडे पुरेसा वेळ सुद्धा आहे. योग्य अभ्यास, व्यावसायिक माहितीचे संकलन आणि भविष्यात तुम्ही कोणता व्यवसाय किंवा अभ्यासक्रम निवडू शकता त्याचं योग्य नियोजन केल्यास नक्कीच तुम्ही चांगले यश प्राप्त करू शकता. यासाठी मंत्र समुपदेशनाच्या ४ थ्या अंकात हाच विविधांगी विचार करण्यात आलेला आहे. म्हणून पुढील दोन ते अडीच महिन्यांच्या सुट्टीचं भविष्याच्या दृष्टीने योग्य नियोजन करा. यश तुमचेच असेल !!

वाचा, कृती करा आणि इतरांपर्यंत ही माहिती पोहोचवा.

**संपादक,  
मंत्र समुपदेशनाचा**

## अंतरंग

अ. क्र.	लेख	लेखक	पृष्ठ क्र.
१.	गुरु संदेश - दैनंदिन अध्ययन आणि अध्यापन	डॉ. उमेश प्रधान	६
२.	१२ वी कला उत्तीर्ण - विविध व्यवसाईक अभ्यासक्रम प्रवेशांच्या संधी	सुदाम कुंभार	८
३.	करिअरचा ई- वाट्याड्या : महाकरियर पोर्टल	जयवंत कुलकर्णी	११
४.	करियर निवड : एक स्वप्न आणि सत्य	शरद शिंपी	१४
५.	विधीसंघर्षित बालकांचे मानसिक आरोग्य आणि समुपदेशन	पर्णिका कोकाटे नेहा जोशी	१९
६.	आरोग्य सेवेचा कणा : परिचारिका	अविनाश कुलकर्णी	२२
७.	मुलं म्हणजे देवाघरची फुलं	अमृता आशिष	२४
८.	कोरोना साथीनंतर शिक्षकांसमोरील आव्हाने	राजू ठाकरे	२६
१०.	विद्यार्थ्यांचे मानसिक आरोग्य	विजायलक्ष्मी शिंदे	३०
११.	शिक्षक म्हणून माझी बदललेली भूमिका	हर्षा पिसाळ	३४
१२.	योग्य करियर निवड : उत्तम यशाची सांगड	स्नेहा चव्हाण	३६
१३.	काव्य रचना करताना	मीना मिश्रा	३८
१४.	उपक्रमशील शाळा - निवारा विद्यालय	समीक्षा साळसकर	३९
१५.	वाचकांच्या प्रतिक्रिया		४२



डॉ. उमेश दे. प्रधान

माजी प्राचार्य आर. सी. एम. गुजराती हायस्कूल, पुणे  
माजी निमंत्रक, समन्वयक इंग्रजी विषय अभ्यास मंडळ,  
अध्यक्ष, टिळक महाराष्ट्र विद्यापीठ शालेय प्रसार परीक्षा (इंग्रजी विभाग)  
9529753833

## गुरु संदेश - दैनंदिन अध्ययन आणि अध्यापन

**मुलांचे प्रश्न :** मुलांना पडणारे प्रश्न हे त्यांच्या शिकण्याच्या अवस्थेचे प्रारंभिक स्वरूप असते. जर प्रश्न नसतील तर मुलं केवळ माहिती प्राप्त करत आहेत असा अर्थ होतो. केवळ आहे ते समजून घेण्यात फक्त सुरुवात असते. परंतु पृच्छा वृत्ती, विचारांचा चौकसपणा हा प्रश्नांमधूनच उभो राहतो. जेव्हा मुल नवा विचार स्वतःच्या तार्किकतेच्या कसोटीवर तपासून पहायला सुरुवात करतात तेव्हा प्रश्न पडायला सुरुवात होते. जेव्हा एखादी गोष्ट मनाला, स्वतःच्या विचारांना पटत नाही असे अनुभवायला यायला लागते तेव्हा प्रश्न पडायला लागतात. असमाधानातून, स्पष्टिकरणाच्या अभावाने, समस्येच्या मुळापाशी जाण्याच्या मानव धर्माने, कुतूहलापोटी प्रश्न निर्माण व्हायला लागतात. म्हणूनच मुल जेव्हा प्रश्न विचारायला लागतात तेव्हा ती शिकायला लागतात.

मुलांचे प्रश्न फालतू व बालीश न समजता, त्याने असा विचार का केला असेल याचा विचार प्रथम शिक्षकांनी करावा. अध्यापनाची दिशा बदलेल व खऱ्या अर्थाने आनंददायी शिक्षण होईल.

**शिक्षण:** शिकणे ही प्रत्येक मनाने स्वतःहून केलेली क्रिया आहे. एखाद्या रिकाम्या पेल्यात बाहेरून पाणी ओतावे तसे उक्यात बाहेरून शिकवणे घडवले जाऊ शकत नाही. तुम्ही जरी सांगितले तरी ते समोरच्याने ऐकून समजून घेतले तर पुढची प्रक्रिया. विद्यार्थ्यांचे मन हे सतत कार्यरत असते. ते स्वतःहून सुध्दा अनेक गोष्टी समजून घेत असते. अगदी शाळेच्या वेळाच्या व्यतिरिक्त, रस्त्यावर, समाजात वावरत असताना सुध्दा मन अनेक गोष्टी टिपत असतं. त्याला दरवेळेस औपचारिक शिकवण्याची गरज असतेच असे नाही. ज्ञान संपादनाच्या विविध स्रोतांमधून ते मिळवण्याची प्रक्रिया ही सतत चालू असते. प्रत्येक जण स्वतःच्या, समाजाच्या ऐरणीवर प्रत्येक बाब तपासून मगच ती स्विकारायची की नाही हे ठरवत असतो. शिक्षक ही प्रक्रिया सोपी करायला मदत करतो इतकेच.

आणि महत्वाचं .....विद्यार्थी शिक्षकांविना शिकू शकतो पण शिक्षक विद्यार्थ्यांविना शिकवू शकत नाही

**शिक्षकांची भूमिका:** विद्यार्थ्यांच्या ज्ञान संपादनाच्या कार्यात शिक्षक हा केवळ मार्गदर्शकाच्या भूमिकेतच असतो. ज्याचा प्रवास ज्याचा त्यालाच करायचा असतो. प्रवास कसा करावा, प्रवासात काय पहावे, काय काळजी घ्यावी हे शिक्षकच चांगले सांगू शकतो. प्रत्येक समस्येमध्ये, उच्चनीमध्ये तो वाट दाखवत असतो. शिक्षकाला केवळ मार्गदर्शक, दिशादर्शकाची भूमिका घ्यावी लागते कारण

अलिप्त रहाणं हे शिक्षकाला जमावे लागते. वाट चालणे हे विद्यार्थ्यालाच करायचे असते. माहिती आणि त्याचे करायचे विश्लेषण, त्यातून काढायचे निष्कर्ष हे प्रत्येकाला जमायला हवेच. हाच तर शिक्षणाचा गाभा आहे. तयार गोष्टी जर शिक्षक पुरवायला लागला तर त्याला प्रत्येक विद्यार्थ्याबरोबर मार्गक्रमण करत रहावे लागेल. म्हणून फक्त वाटाड्याच आवश्यक असतो.

**संकल्पनांचा शोध:** अभ्यासाच्या बाबतीत आपण जेवढे खोलवर जाऊ तेवढे आपल्या हाती काहीतरी नवीन आणि वेगळे लागण्याची शक्यता जास्त. आपल्याला जे दिसते ते केवळ वरवरचे स्वरूप पण अंतरंग अनेक गोष्टींनी भरलेले असते. प्रत्येक घटनेमधील, संकल्पनांमधील बारकावे हे जास्त महत्वाचे. त्यांचा शोध घेणे म्हणजेच अभ्यास. अभ्यास करताना आपण किती पदर उलगडतो हे महत्वाचे. विषय, संकल्पना या कांध्याच्या प्रमाणे असतात. एका पापुढ्याच्या आत दुसरा पापुढा उलगडत जात असतो. कोणतीही मोठी गोष्ट ही अनेक लहान लहान गोष्टींनी बनलेली असते. त्या लहान, सूक्ष्म, अतिसूक्ष्म बाबींचा शोध महत्वाचा.

पाठ्यपुस्तक शिकवायचं असतं, परंतु पाठ्यपुस्तकांमध्ये आलेले नवीन शब्द किंवा इतर संदर्भ त्या अनुषंगाने त्या संदर्भाच्या खोलात जाऊन शोधून काढलेली माहिती मुलांपर्यंत पोहोचवण्यासाठी केलेले प्रयत्न व मुलांनासुद्धा नाविन्यपूर्ण काहीतरी शिकल्याचा आनंद नक्कीच मिळतो.

### विचार चिंतन

एखादी गोष्ट अंगवळणी पडली किंवा नित्य नियमाची होऊन गेली की ती आत्मसात होऊन जाते. ती करत असताना आपण काही वेगळे करत आहोत, वेगळे कष्ट घेत आहोत असे वाटतच नाही. श्रवण, वाचन, भाषण-संभाषण, लेखन ही अभ्यासाची नित्य कर्म, ती दररोज करत गेलो तर त्यांचे रूपांतर सवयीत होऊन जाते. अभ्यासाची ही सवय आपल्याला अनेक गोष्टी शिकवून जाते. फक्त नियमितता आणि सातत्य महत्वाचे. सवयींमुळे त्यांचे रूपांतर छंदात होऊन जाते. त्यामुळे मग अभ्यासाचा ताण-तणाव जाणवेनासाच होतो. एखादे दिवशी ती अभ्यासाची क्रिया न केल्याने चुकल्या सारखे होऊन जाते. ज्याप्रमाणे खाण्या पिण्याच्या सवयी या नित्य होऊन जातात तसेच अभ्यास करण्याचे होऊन जाते.



सुधाम कुंभार,  
संपादक  
9833414992

## १२ वी कला उत्तीर्ण - विविध व्यावसायिक अभ्यासक्रमांच्या प्रवेशाची दारे

उच्च माध्यमिक शालान्त परीक्षेचा (इ. १२ वी) निकाल जाहीर झाल्यानंतर विज्ञान व वाणिज्य शाखांचे बहुतांश विद्यार्थी हे व्यवसायिक अभ्यासक्रमांना प्रवेश घेतात मात्र. कला शाखेचे विद्यार्थी स्वतःला वंचित घटक असल्यासारखे समजतात आणि पुन्हा कला शाखेच्या पदवी अभ्यासक्रमाच्या प्रथम वर्षासाठी प्रवेश घेताना दिसतात. यावर्षी कला शाखेचा निकाल ९९.८३% लागलेला आहे. म्हणजेच हा निकाल नेहमीपेक्षा उत्कृष्ट आहे असेच म्हणावे लागेल. जर तुम्ही यशस्वीरित्या उत्तीर्ण झालेला आहात आणि कोणत्या अभ्यासक्रमासाठी प्रवेश घ्यावा हा जर प्रश्न तुमच्यासमोर असेल तर तुमच्यासाठी आज आम्ही विविध अभ्यासक्रमांची माहिती देणार आहोत. पण एक मात्र निश्चित मेहनत, जिद्द, चिकाटी, स्पर्धेत टिकून राहण्याची तयारी आणि सातत्यपूर्ण अभ्यास याला पर्याय नाही.

### १२ वी कला शाखा उत्तीर्ण विद्यार्थ्यांसाठी व्यावसायिक अभ्यासक्रम -

#### बॅचलर ऑफ बिझनेस एडमिनिस्ट्रेशन (बी.बी.ए.)

व्यवसाय व्यवस्थापन क्षेत्रात तुम्हाला स्वतःचे करिअर करायचे असेल तर तुम्ही या अभ्यासक्रमास परसंती देऊ शकता. हा तीन वर्षांचा पदवी अभ्यासक्रम आहे. यामध्ये व्यवसायातील व्यवस्थापनाचे कौशल्य, वित्तीय व्यवहार, लेखा व्यवहार, मानवी संसाधन व्यवस्थापन आणि विकास आणि विपणन इत्यादी क्षेत्रात तुम्हाला व्यवसायाच्या संधी प्राप्त होऊ शकतात.

#### बॅचलर ऑफ फाइन आर्ट (बी.एफ. ए.)

कला क्षेत्रात प्रवेश करण्यासाठी तुम्ही बॅचलर ऑफ फाइन आर्ट्स हा तीन वर्षांचा पदवी अभ्यासक्रम निवडू शकता. या अंतर्गत फोटोग्राफी, गायन, वादन, नृत्य, संगीत इत्यादी कला प्रांतात तुम्हाला अभिरुची असल्यास तुम्ही तुमचं करिअर घडवू शकता.

#### बॅचलर ऑफ जर्नालिझम (बी. जे.)

तुमच्या लेखन कौशल्याचा चांगला विकास झाला असेल तर तुमच्यासाठी पत्रकारिता हा एक चांगला पर्याय आहे. १२ वी नंतर हा तीन वर्षांचा पदवी अभ्यासक्रम तुम्ही करू शकता. या माध्यमातून भविष्यात तुम्हाला प्रिंट मीडिया. इलेक्ट्रॉनिक मीडिया आणि डिजिटल मीडिया क्षेत्रामध्ये व्यवसायाच्या खूप चांगल्या संधी आहेत.

#### बॅचलर ऑफ आर्ट्स एंड बॅचलर ऑफ लॉ (बी.ए.एल.एल.बी.)



जर तुम्हाला कायद्याचा अभ्यास करण्याची आवड असेल तर बी.ए.एल.एल.बी. ह्या पाच वर्षांच्या पदवी अभ्यासक्रमास १२ वी नंतर पसंती देऊ शकता. यासाठी नॅशनल लॉ युनिव्हर्सिटी तसेच राज्य सामाईक प्रवेश परीक्षा कक्ष महाराष्ट्र राज्य, यांच्यामार्फत आयोजित करण्यात येणाऱ्या प्रवेश परीक्षेत प्रविष्ट होऊन उत्तीर्ण व प्रवेशासाठी पात्र होणे अनिवार्य आहे.

### बॅचलर ऑफ आर्ट्स (बी.ए.)

तुमची स्वतःची नैसर्गिक गुणवत्ता सिद्ध करण्याच्या दृष्टीने तुम्ही बॅचलर ऑफ आर्ट्स म्हणजेच बी.ए. ही पदवी संपादन करत असताना भविष्याच्या दृष्टीने जर तुम्ही विचार केला तर इंग्लिश, अर्थशास्त्र किंवा सामाजिक शास्त्रे यांचा सखोल अभ्यास करून तुम्ही महाराष्ट्र लोकसेवा आयोग तसेच केंद्रीय लोकसेवा आयोगाच्या परीक्षांना प्रविष्ट होऊन प्रशासकीय सेवेत दाखल होऊ शकता. या अभ्यासक्रमांतर्गत तुम्ही तुमच्या कलागुणांना वाव देऊन नृत्यकला, गायन, वादन, लेखक इत्यादी कौशल्ये संपादन करू शकता. भाषेवर प्रभुत्व असल्यास तुम्ही इंग्रजी भाषेव्यतिरिक्त जर्मन, फ्रेंच, रशियन इत्यादी परकीय भाषा शिकून स्वतःच वेगळं करियर घडवू शकता.

### बॅचलर ऑफ कॉम्प्युटर ऍप्लिकेशन (बी.सी.ए.)

उच्च माध्यमिक स्तरापर्यंत जरी आपण कला शाखेचे शिक्षण पूर्ण केलेले असले तरीसुद्धा आय.टी. इंडस्ट्री मध्ये तुम्ही तुमची बुद्धिमत्ता आणि कौशल्याच्या जोरावर स्वतःचे वेगळे स्थान निर्माण करू शकता. बॅचलर्स डिग्री ऑफ कॅम्प्युटर ऍप्लिकेशन ही पदवी इंजिनिअरिंग इन कॅम्प्युटर सायन्स इतकीच उपयुक्त व दर्जेदार आहे. फक्त तुम्हाला प्रचंड मेहनतीने तुमचं कौशल्य या क्षेत्रात दाखवणं गरजेचं आहे. भविष्यात सॉफ्टवेअर तसेच एप्लीकेशन डेव्हलपर, डेटा सार्यंटिस्ट, सायबर सिक्युरिटी एक्सपर्ट इत्यादी क्षेत्रात तुम्ही काम करू शकता. या व्यावसायिक अभ्यासक्रमात प्रवेश करण्यापूर्वी तुमच्याकडे चांगली तांत्रिक कौशल्ये तसेच संगणक हाताळण्याची अभिरुची आणि उपयोजन कौशल्य असणं सुद्धा गरजेचं आहे.

### बॅचलर ऑफ एज्युकेशन (बी. एड.)

स्वतःचे ज्ञान इतरांपर्यंत पोहोचविण्यासाठी स्पष्ट उच्चार, चांगलं वक्तृत्व, चौकस तथा शोधक वृत्ती, कल्पकता, सादरीकरणाचे कौशल्य, मुलांना समजून घेण्याचे कौशल्य, शिक्षणातील नवनवीन प्रयोग व उपक्रम यामधील अभिरुची आणि अभ्यासवृत्ती जर आपल्या कडे असेल तर आपण शिक्षक होण्यासाठी या अभ्यासक्रमास पसंती देऊ शकता. राज्य सामाईक प्रवेश परीक्षा कक्ष महाराष्ट्र राज्य, यांच्यामार्फत आयोजित करण्यात येणाऱ्या प्रवेश परीक्षेस प्रविष्ट होऊन, उत्तीर्ण व प्रवेशासाठी पात्र होणे अनिवार्य आहे. अभ्यासक्रम कालावधी एकूण दोन वर्षांचा असतो.

क्रमशः .....

## महत्वाचे

विद्यार्थी मित्रांनो नुकत्याच तुमच्या परीक्षा संपलेल्या आहेत. महाराष्ट्र राज्य सामायिक परीक्षा कक्ष आयोजित विविध व्यवसायाभिमुख अभ्यासक्रम प्रवेश परीक्षा अभ्यासक्रमनिहाय संभाव्य वेळापत्रक पहायला विसरू नका.

अधिक माहितीसाठी ही <https://cetcell.mahacet.org> वेबसाईट सतत पहात रहा

अभ्यासक्रम	अर्ज भरण्याची मुदत	परीक्षा दिनांक
एल एल बी (३ वर्षे)	२४ मार्च ते १२ एप्रिल	७ व ८ जून २०२२
एल एल बी (५ वर्षे)	१९ मार्च ते ०७ एप्रिल	१७ व १८ मे २०२२
बी. ए. बी. एड/ बी एस्सी बी. एड. (४ वर्षे)	१९ मार्च ते ०७ एप्रिल	९ मे २०२२
बी. एड एम एड. इंटीग्रेटेड	१९ मार्च ते ०७ एप्रिल	९ मे २०२२
बी. पी. एड.	२२ मार्च ते ०७ एप्रिल	११ ते १५ मे २०२२
एम. पी. एड.	२२ मार्च ते ०७ एप्रिल	११ ते २२ मे २०२२
एम. एड	२२ मार्च ते ०७ एप्रिल	१९ मे

पुढील परीक्षांच्या संभाव्य तारखा व इतर माहितीसाठी नियमितपणे वर दिलेली वेबसाइट दररोज पाहा.



जयवंत कुलकर्णी, उपसंपादक  
बाल गांधी विद्या मंदिर हायस्कूल, कुर्ला  
9833209561

## करिअरचा ई-वाटाड्या:- महाकरिअर पोर्टल

दहावी - बारावीचा निकाल आणि प्रवेश परीक्षा या विषया इतकीच चर्चा 'आता पुढे काय करायचं ?' या प्रश्नावर घरोघर झडत असणार. 'थिंक बिफोर यू लीप' असा सौम्य सल्लाही कानी येतच असेल. अमूक एखाद्या क्षेत्रात जाण्यासाठी काय करावे? कोणता अभ्यासक्रम निवडावा? त्यासाठी कोणकोणत्या प्रवेश परीक्षा घ्याव्या लागतील? त्यांचे स्वरूप कसे? महाविद्यालये कोणती? शिष्यवृत्ती मिळू शकेल का? अशा कित्येक प्रश्नांच्या उत्तरांचा शोध इतक्या कमी वेळात कुठे घ्यावा? कोण अशी वस्तूनिष्ठ माहिती देऊ शकेल ? या विचारांनी जर आपण हैराण झाला असाल तर थांबा. एक 'करिअर निवडीचा ई- वाटाड्या' तुमची हमखास मदत करू शकतो. त्याचं नाव आहे 'महाकरिअर पोर्टल.' राज्य शासनाचा शालेय शिक्षण विभाग, एससीईआरटी, पुणे, युनिसेफ आणि आसमान फाउंडेशन यांच्या समन्वयातून निर्मित या करिअर पोर्टलचा उद्देशच मुळात शासन मान्यता प्राप्त शाळा आणि महाविद्यालयात शिकणाऱ्या विद्यार्थ्यांना करिअर विषयक अद्ययावत माहिती उपलब्ध करून देणे हा आहे.

### एका दृष्टिक्षेपात महाकरिअर पोर्टल

- राज्याच्या शिक्षण मंत्री वर्षा गायकवाड यांच्या हस्ते २२ मे २०२० रोजी महाकरिअर पोर्टल [www.mahacareerportal.com](http://www.mahacareerportal.com) पोर्टलचे उद्घाटन होऊन २७ मे २०२० पासून ते कार्यान्वित केले गेले.
- या पोर्टलद्वारे जगभरातील १६ देशांमधील ५५५ करिअरचे मार्ग, २१२२ महाविद्यालये/शिक्षण संस्थांमधून उपलब्ध असलेले सुमारे २ लाख ६२ हजार व्यावसायिक व कौशल्याधिष्ठीत अभ्यासक्रम, ११५० राष्ट्रीय-आंतरराष्ट्रीय पातळीवरील प्रवेश परीक्षा तसेच ११२७ शिष्यवृत्त्याची सातत्याने अद्ययावत केली जाणारी प्रचंड माहिती पुरविण्यात आली आहे.
- यूनिसेफमार्फत महाराष्ट्रासह भारतातील जम्मू काश्मीर, बिहार, आंध्र प्रदेश, गुजरात, राजस्थान, झारखंड, मध्यप्रदेश अशा एकूण आठ राज्यांत हे पोर्टल कार्यान्वित करण्यात आले आहे. सुमारे ५९५५९ प्रशिक्षण प्राप्त शिक्षक व १० लाखांहून अधिक नोंदणीकृत विद्यार्थी यास जोडले गेले आहेत.
- इंग्रजीसह हिंदी, मराठी, गुजराथी, पंजाबी, तेलगू, कन्नड, आसामी, बंगाली, ओडिया आणि मल्याळम अशा अकरा भाषांमध्ये मुबलक माहिती दिली आहे.

- कोरोनामुळे कोणकोणती व्यावसायिक क्षेत्रं प्रभावित झाली आहेत, कोणत्या स्पर्धा/ प्रवेश परीक्षा येऊ घातल्या आहेत, झाल्या आहेत किंवा त्यांचे सध्याचे स्टेटस काय आहे, अभ्यासक्रमांची पात्रता, सर्वसाधारण विद्यार्थी प्रवेश क्षमता ( इनटेक कॅपासिटी) , शुल्क इत्यादी माहिती समजू शकते.
- डॅशबोर्डवर गेल्यानंतर हवी ती भाषा निवडून करीअर्स, कॉलेजेस, प्रवेश परीक्षा आणि स्कॉलरशिप्स यापैकी हवा तो पर्याय निवडून लेख, अभ्यासक्रमाचे फ्लो-चार्ट्सद्वारे रोड मॅप्स, कामांचे स्वरूप, विद्यावेतन, फ्युचर प्रॉस्पेक्ट्स , सलबू अभ्यासक्रम, साधारण वेतन, व्यवसाय वृद्धी, प्रकटने अशी विस्तृत माहिती दिली आहे.

### करिअर पोर्टल कोणासाठी?

- राज्य शासनाच्या मान्यता प्राप्त शाळा आणि महाविद्यायात नववी ते बारावीमध्ये शिकत असणाऱ्या प्रत्येक विद्यार्थ्याला महाकरिअर पोर्टल उपलब्ध आहे. यामध्ये राज्यात सुमारे १३७२८ शाळेतील सुमारे ३७.९ लाख विद्यार्थी या माहितीचा लाभ घेणे अभिप्रेत आहे.
- मान्यता प्राप्त शाळा आणि महाविद्यालयांमध्ये कार्यरत असलेले नामनिर्देशित तसेच यूनिसेफ व एससीईआरटीद्वारे प्रशिक्षित शिक्षक आणि समुपदेशक आपल्या नोंदणीकृत लॉगिन आयडी पासवर्ड वापरून लाभ घेऊ शकतात.

### विद्यार्थ्यांनी नोंदणी कशी करावी?

- इयत्ता नववी ते बारावीमध्ये शिकत असलेल्या विद्यार्थ्यांनी आपल्या शाळा किंवा महाविद्यालयातील मुख्याध्यापक/ शिक्षकांकडून १९ अंकी सरल आयडी नंबर मिळवावा. [www.mahacareerportal.com](http://www.mahacareerportal.com) या संकेतस्थळावरील लॉगिन विंडोत वरील सरल आयडी नंबर टाकून 123456 हा डिफॉल्ट पासवर्ड वापरून स्वतःचे प्रोफाइल बनवावे.
- आपली भाषा तसेच व्होकेशनल किंवा प्रोफेशनल यांपैकी पर्याय निवडून त्यानंतर डॅशबोर्डवर येणाऱ्या करीअर्स, कॉलेजेस, कॉम्पीटिटीव्ह / एंट्रन्स एक्झाम्स आणि स्कॉलरशिप या चार पैकी हव्या त्या विंडोतून खाली दिसणाऱ्या करिअर लिस्टवर क्लिक करून माहिती मिळवावी.
- ताज्या अपडेट्ससाठी मिळालेली माहिती संबंधित संस्थेच्या किंवा अभ्यासक्रमाच्या संकेतस्थळावर देखील खातरजमा करावी.
- आवश्यक असल्यास आपल्या शाळेतील प्रशिक्षित शिक्षक किंवा [www.maa.ac.in](http://www.maa.ac.in) या संकेतस्थळा वरील ४२६ समुपदेशकांची मदत घेता येईल.

### शाळा- महाविद्यालयांची भूमिका

👉 आपल्या शाळा/ महाविद्यालयात नववी ते बारावीमध्ये शिकणाऱ्या प्रत्येक विद्यार्थ्याला त्याचा सरल आयडी द्यावा.

✎ प्रशिक्षित शिक्षक किंवा तंत्रज्ञानही शिक्षकांच्या मार्गदर्शनाने प्रत्येक विद्यार्थ्यांचे लॉगिन करून प्रोफाईल बनवून द्यावे.

✎ महाकरिअर पोर्टलचा कौशल्यपूर्ण वापर करून हवी ती माहिती कशी शोधावी याचे प्रात्यक्षिक द्यावे.

✎ एससीईआरटी, पुणे यांच्या युट्यूब वाहिनीवरून महाकरिअर पोर्टलबाबत तसेच करिअर विषयक वेबिनार मालिका, मुलाखतीचे व्हिडिओ आणि इतर ई साहित्याची ओळख करून द्यावी.

✎ करोना कालावधीत शिक्षक संपर्काभावी दहावी, बारावीच्या विद्यार्थी आणि पालकांना पुढील शैक्षणिक अभ्यासक्रम निवडीबद्दल अनेक संभ्रम, अनिश्चितता, गुंतागुंत, विवंचना, संकोच, अचूक माहितीचा अभाव या सारख्या समस्या येत आहेत. त्यांच्यामध्ये करिअर विषयक सजगता आणण्यासाठी 'महाकरिअर पोर्टल'रूपी ई वाटाड्याची भेट घडवून आणणे सर्वार्थाने हितावह ठरेल.

## विचार चिंतन

“माणसाने विचार प्रवर्तक बनणे आवश्यक आहे. केवळ विचार कर म्हणून विचार करता येत नाही. त्यासाठी आपल्या मेंदूला विशेष सवय लावायला हवी. ही सवय लावण्यासाठी स्वतःला प्रश्न विचारले की ते आपोआप घडत जाते. प्रश्न या विचार रूपी कुलपाच्या चाव्याच असतात. प्रश्न मनात आला की मन विचार करायला सुरुवात करते. म्हणून प्रश्न विचारून मनाला विचार करण्याची चालना मिळायला हवी. आपले पुर्वानुभव, वाचन, आपण जे पहातो त्यावरून प्रश्न हे आपोआप येतातच. त्याला अनुषंगाने उत्तरे सुध्दा मिळायला सुरुवात होते. म्हणूनच जेव्हा आपण आपल्या अवती भोवती पहात असतो तेव्हा स्वतःलाच प्रश्न विचारण्याची सवय लावून घ्यायला हवी. प्रत्येक वेळेस उत्तरे तयार असतीलच असे नाही. ती शोधावी लागतील. मनाला सतत कार्यरत ठेवणे याकरीता महत्वाचे.” डॉ. उमेश प्रधान



शरद शिंपी, उपसंपादक,  
आयडएस न्यू इंग्लिश स्कूल वॉट्टे (पूर्व) मुंबई  
9820782097

## करियर निवड : एक स्वप्न आणि सत्य

शैक्षणिक क्षेत्रातील, जागतिक मारामारीमुळे निर्माण झालेली अनिश्चितता व अस्वस्थता बऱ्याच अंशी संपलेली आहे. विशेषतः इयत्ता दहावी व बारावी या वर्गात शिकत असलेल्या विद्यार्थ्यांनी मात्र आपल्या अभ्यासात, शिकवणी वर्गात आणि तेथे होणाऱ्या परीक्षा व इतर उपक्रमात स्वतःला गुंतवून व्यस्त व मस्त राहण्याचा प्रयत्न सातत्याने केला म्हणून ते सर्व कौतुकास पात्र आहेत. ज्या विद्यार्थ्यांनी लॉकडाऊनच्या काळात अनेक गैरसोयींना तोंड देऊन उदाहरणार्थ भ्रमणध्वनी नसणे, नेटपॅक टाकण्यासाठी आवश्यक ती लागणारी दरमहा रक्कम, नेट व रेंज उपलब्ध नसणे, मुंबई आणि त्यासारख्या इतर महानगरांमध्ये घरातील माणस आणि जागा यांचे व्यस्त प्रमाण इत्यादी अनेक बाह्य अडचणी व बाह्य परिस्थितीने निर्माण झालेली आंतरिक भीती असे सर्व काही असताना आपल्या शिक्षकांचे ऑनलाइन धडे मनापासून शिकण्याचा प्रयत्न केला, त्या सर्वांना याचा नक्कीच फायदा झालेला आहे. त्याचसोबत आपल्या पालकांच्या मार्गदर्शनाचा सुद्धा त्यांना खूप लाभ झाला आहे. म्हणूनच जागृत विद्यार्थी व सजग पालक यांनी इयत्ता दहावी नंतर काय? याचा निर्णय सुद्धा घेतलेला आहे. किंबहुना आपण लेख वाचत असाल तेंव्हा त्या सर्व विद्यार्थ्यांची माध्यमिक शालांत परीक्षा ( एस. एस. सी. बोर्ड) संपण्याच्या मार्गावर असेल. त्या सर्व विद्यार्थ्यांना शाला, शिक्षक व पालक याजंकडून या काळातही जास्तीत जास्त मार्गदर्शन करून भावी आयुष्यातील अभ्यासक्रम योग्य पद्धतीने निवडण्यासाठी योग्य तो विचार व दिशासुद्धा दिलेली आहे हे निश्चित. या शैक्षणिक वर्षात अभ्यास करणाऱ्या विद्यार्थ्यांच्या मेहनतीला फळ म्हणजे "ओलें मूळं भेदी खडकाचें अंग ।  
आभ्यासासी सांग कार्यसिद्धी ॥ हा तुकोबांचा शब्दांतील रोकडा अनुभव प्राप्त झाला असे म्हणता येईल.

साधारणतः नोव्हेंबर व डिसेंबर महिन्यांपासून दहावीत शिकणाऱ्या विद्यार्थ्यांना अनेक ठिकाणाहून इयत्ता अकरावी व बारावी, खास करून विज्ञान शाखेत प्रवेश घेऊ इच्छिणा-या विद्यार्थ्यांना पुढील अभ्यासासाठी प्रवेश घेण्यासंदर्भात फोन कॉल्सही आले असतील. अनेक विद्यार्थ्यांच्या त्या - त्या ठिकाणी प्रवेशाच्या शर्ती व अटीनुसार प्रवेश निश्चित सुद्धा झाले असतील, ते असतो. सुयोग्य नियोजन करून पालक व विद्यार्थी असा निर्णय घेत असतील तर तो स्वागताहर्च आहे. पण विज्ञान शाखेत प्रवेश घेऊन फक्तच अभियांत्रिकी व वैद्यकीय याच अभ्यासक्रमांना प्रवेश घेण्यासाठी सर्वच जण अभियोग्यता, बुद्धिमत्ता, अभिरुची आणि इतरही आवश्यक बाबींचा विचार करता या दृष्टीने

पात्र असतातच असे मात्र निश्चित व खात्रीशीरपणे सांगणे अवघड व कठीण सुद्धा आहे. कारण वरील दोन्हीही अभ्यासक्रमांना प्रवेश मिळवायचा असल्यास अभियांत्रिकी अभ्यासक्रमा करीता महाराष्ट्र शासनाची एम्‌एचटी-सीईटी व केंद्रीय स्तरावरील **जेइइ मेन्स आणि अँडव्हान्स** यापैकी एक किंवा दोन्ही कोणतीही प्रवेश परीक्षा दिल्यावरच त्यातील मिळणारे गुणांक व इयत्ता बारावीला वर्गनिहाय निर्धारित असलेल्या गुणांनुसार संवर्गनिहाय विद्यार्थ्यांचे प्रवेश निश्चित होतात. तसेच वैद्यकीय अभ्यासक्रमासाठी

**‘नीट’** ही केंद्रीय स्तरावरील परीक्षा देणे अनिवार्य असते. त्यानंतर प्रवेशाची प्रक्रिया राबविली जाते. दोन्हीही अभ्यासक्रमांसाठी साधारणपणे मुख्य तीन फेऱ्या व अंतिम एक अशा चार फेऱ्या होऊन प्रवेश प्रक्रिया पूर्ण होते. या दोन्हीही व्यावसायिक अभ्यासक्रमांना अनेक वर्षांपासून एक सामाजिक प्रतिष्ठा प्राप्त झालेली आहे. इंजिनिअर व डॉक्टर या शब्दातच एक जादू आहे असा सर्वांचाच अनुभव आहे. म्हणून उत्तरोत्तर त्या अभ्यासक्रमांचे महत्व व सामाजिक स्तोम वाढतच जात आहे. यामागील कारणही तशीच आहेत. दिवसेंदिवस सजग होत असलेले पालक व विद्यार्थी, आपल्या अवतीभोवती उपलब्ध होत असलेल्या शैक्षणिक संधी, खासकरून या व्यावसायिक अभ्यासक्रमांच्या प्रवेश परीक्षांचे नियोजित वेळेत योग्य मार्गदर्शन करणाऱ्या व्यावसायिक व्यक्ति आणि संस्था, (Tutors and Coaching Classes) पालकांची वाढलेली आर्थिक क्षमता व शैक्षणिक कर्ज मिळण्याची सुविधा, पालक आणि विद्यार्थ्यांचा सकारात्मक दृष्टिकोन आणि मेहनत घेण्याची तयारी, शिक्षणाबद्दल व्यापक होत जाणारा सामाजिक विचार, व्यावसायिक अभ्यासक्रमांची उपलब्धता असलेल्या अनेक दर्जेदार शैक्षणिक संस्था व जगजाळाच्या (गुगल बाबा) माध्यामातून उपलब्ध होत असलेली माहिती इत्यादी अनेक घटक सांगता येतील. या अभ्यासक्रमांची यशस्वीपणे पूर्तता केल्यानंतर उत्तम पगाराची खात्रीशीर नोकरी मिळू शकते हा प्रबळ विचार. तसेच स्वतःचा खाजगी व्यवसाय सुरू करता येतो किंवा समूहात काम करणाऱ्या संस्थांमध्ये काम करण्याची संधी मिळते. या सर्वांतून मिळणारा पगार, सामाजिक प्रतिष्ठा व निरनिराळ्या संधींचा फायदा घेऊन परदेशी मिळणारी नोकरी किंवा व्यावसायिक संधी या सर्वांमुळे गेल्या दशकभरात या अभ्यासक्रमांकडे अधिकाधिक विद्यार्थी व त्यांचे पालक आकृष्ट होत आहेत. त्यात गैर आहे असे अजिबात नाही उलट त्यामाध्यामातून वैयक्तिक व कौटुंबिक आर्थिक सामाजिक ( Eco-Socio) स्तर उंचावण्यास समाजाला मदतच झाली आहे.

पण सर्वच विद्यार्थ्यांना या सर्व संधी उपलब्ध होतील का? सर्वांनाच त्या अभ्यासक्रमांचा अभ्यास व ताण झेपेल का? आणि बारावी उत्तीर्ण झाल्यावर प्रवेश परीक्षा देऊन सर्वच विद्यार्थ्यांना चांगल्या नामांकित किंवा दर्जेदार अभ्यासक्रम शिकविणाऱ्या, राबविणाऱ्या संस्था व महाविद्यालयात प्रवेश मिळेल का? तर याचे होय असे ठामपणे उत्तर देणे कठीण आहे. तेंव्हा एका विशिष्ट अभ्यासक्रमाला प्रवेश घेणाऱ्या विद्यार्थीवर्गाची पुढे शिकतांना व व्यावसायिक संधी शोधतांना होणारी ससेहोलपट आपण आपल्या आजूबाजूला अनेक वेळा पाहतो. तेंव्हा हे सर्व सांगण्याचे प्रयोजन एकच आहे ते असे की अभियांत्रिकी व वैद्यकीय क्षेत्रातील व्यावसायिक संधीऐवजी इतर अनेक अभ्यासक्रमातून सुद्धा

उत्तमोत्तम व्यावसायिक संधी उपलब्ध होऊ शकतात. त्या सर्वांचा विद्यार्थी व पालकांनी ओळखपणे विचार करावाच असे सर्वांना आवर्जून सांगावेसे वाटते.

इयत्ता बारावी विज्ञान शाखेतून अभ्यासक्रम पूर्ण केल्यावर छान छान पर्याय उपलब्ध आहेत. जीवशास्त्र, भौतिकशास्त्र, रसायनशास्त्र, संख्याशास्त्र आणि गणित यांसारखे विषय

अभ्यासून आपापल्या क्षमतांनुसार पदवी (Graduation) किंवा पदव्युत्तर शिक्षण (Post-Graduation) पूर्ण केल्यानंतर अनेक क्षेत्रात व्यावसायिक संधी, नोकरी आजही मिळू शकते. यासोबतच कला शाखेतून भाषा, अर्थशास्त्र, राज्यशास्त्र, मानसशास्त्र, इतिहास व भूगोल या मानव्यविद्या म्हणून ओळखल्या जाणाऱ्या शाखेतूनही अनेक व्यावसायिक संधींची ढालन खुली होऊ शकतात. वाणिज्य शाखेतील विद्यार्थ्यांनाही बारावीनंतर उत्तम पर्याय उपलब्ध होऊ शकतात. यासाठी बहुतेक तालुका व जिल्हा पातळीवर तसेच मुंबई, पुणे, नाशिक, नागपूर, औरंगाबाद, जळगांव, धुळे, अहमदनगर, क-हाड, रत्नागिरी, ठाणे, नवी मुंबई इत्यादी महानगरात व इतरही शहरात उत्तम महाविद्यालये व दर्जेदार अभ्यासक्रम अभ्यासू व निष्णात प्राध्यापकांकडून कला, विज्ञान आणि वाणिज्य शाखेतील अनेक विषयांचे अध्यापन केले जाते. याकरिता काही विशेष विषय व महाविद्यालये प्रसिद्ध असल्याचे शिक्षण क्षेत्रातील जाणकारांना चांगलेच परिचित आहेत. त्याव्यतिरिक्त काही विशेष अभ्यासक्रम शिकविणाऱ्यापैकी काही अभ्यासक्रम व तो शिकविणाऱ्या शैक्षणिक संस्था यांची माहिती याठिकाणी प्रस्तुत केलेली आहे.

विज्ञान शाखेतून पदवी प्राप्त केल्यानंतर **आयआयटी** ची प्रवेश परीक्षा देऊन चांगले गुण संपादन झाल्यास त्या विद्यार्थ्यांना तेथून पदव्युत्तर शिक्षणाची व संशोधनाची संधी प्राप्त करून घेता येते. **टाटा मूलभूत अनुसंधान संस्था** यासारख्या विख्यात ठिकाणांहून उत्तम शिक्षणाची संधी उपलब्ध होऊ शकते. मुंबई विद्यापीठांतर्गत स्थापन करण्यात आलेल्या **गरवारे इन्स्टिट्यूट ऑफ टेक्नॉलॉजी** या उपयोजित अभ्यासक्रम शिकविणाऱ्या संस्थेत इयत्ता बारावी उत्तीर्ण विद्यार्थी किमान ५५% इतके गुण प्राप्त असलेला, प्रवेश परीक्षा देऊन उत्तीर्ण झाल्यास तेथे प्रविष्ट होऊ शकतो. ही प्रवेश परीक्षा अभ्यासू विद्यार्थी चांगल्या तऱ्हेने पास होऊ शकतात व त्या माध्यामातून यशस्वी करियर करू शकतात. तसेच **टाटा इन्स्टिट्यूट ऑफ सोशल सायन्सेस**, देवनार मुंबई या संस्थेत असलेल्या अभ्यासक्रमांची अभ्यासू, मेहनती, व जिज्ञासु विद्यार्थ्यांनी जरूर चौकशी करावी. त्याचप्रमाणे **इंदिरा गांधी इन्स्टिट्यूट ऑफ उल्हासपमेंट अँड रिसर्च**, गोरेगाव येथील रिझर्व्ह बँक ऑफ इंडियाने स्थापन केलेल्या या संस्थेतून यशस्वी अभ्यासक्रम चालवून विद्यार्थ्यांना व्यावसायिक अभ्यासक्रम पूर्ण करण्याची संधी उपलब्ध आहे. तेथेही पदव्युत्तर अभ्यासक्रम व त्यापुढे संशोधन करण्यासाठी व्यवस्थापनाकडून उत्तम प्रकारचे प्रयत्न सुरू असतात. त्यासाठी देशपातळीवरील केंद्रीय पाठ्याने प्रवेश परीक्षा घेतली जाते. त्यासाठी कला, वाणिज्य व विज्ञान यापैकी कोणत्याही शाखेचा पदवीधर विद्यार्थी पात्र ठरतो. त्यांच्यासाठी वसतिगृहाची (Hostel) सोय आहे. तसेच विद्यार्थ्यांना संशोधनासाठी शिष्यवृत्ती ही मिळते. यासारखीच **गोखले इन्स्टिट्यूट ऑफ पॉलिटिक्स अँड इकॉनॉमिक्स**, पुणे ही देखिल एक महत्त्वपूर्ण संस्था आहे. अर्थशास्त्र या विषयात विशेष रस असणाऱ्या विद्यार्थ्यांनी या संस्थेची घेतली जाणारी प्रवेश परीक्षा आवर्जून घ्यावी. कारण येथील



अभ्यासक्रम व त्याचा दर्जा हा उपयोजित व संशोधनात्मक पद्धतीचा आहे. तेथील अभ्यासक्रमाचे स्वरूप हे अनेक देशविदेशातील अभ्यासक्रमांचा विचार करून त्या दृष्टीकोनातून तौलनिक स्वरूपाचे आहे. सध्या या संस्थेचे नवनिर्वाचित अध्यक्ष हे प्रसिद्ध अर्थतज्ज्ञ, व्यवस्थापक व मूळचे अभियांत्रिकीय अभ्यासक्रम शिकलेले विद्यावाचस्पती डॉ. अजित रानडे हे आहेत. भारतातील एक नामांकित अर्थतज्ज्ञ म्हणून त्यांची ओळख आहे. या वरील सर्व शैक्षणिक संस्थांची उपलब्ध माहिती येथे देत आहे. त्यासंदर्भात योग्य माहितीची खातरजमा करून पुढे त्या अभ्यासक्रमासाठी प्रवेश घ्यावयाचा असल्यास ही माहिती संग्रहित करावी. अन्यथा नेटवरून ही सर्व माहिती अद्यावत स्वरूपात नेहमीच उपलब्ध असते. वरील संस्थांची थोडक्यात व आवश्यक माहिती आपल्यासाठी येथे देत आहे.

१. All courses - Garware Institute of Career Education and Development.  
[https:// www.gicededu.co.in.](https://www.gicededu.co.in)  
Email: [gicedenquiry@giced.mu.ac](mailto:gicedenquiry@giced.mu.ac).  
Contact: 9702142197  
What's App: 9987395457.
२. Tata Institute of Social Sciences  
V. N. Purab Marg Devnar, Chembur, Mumbai - 400088 Maharashtra.  
[https:// mail. tiss. edu](https://mail.tiss.edu)  
Email: [tissinfo@tiss.edu...](mailto:tissinfo@tiss.edu)  
Contact: +912225525000
३. Indira Gandhi Institute of Development and Research:  
Arun Kumar Vaidya Marg, Film City Rd. IGIDR, Goregoan  
Mumbai: 400065  
Email: [taniya@igidr. ac. In](mailto:taniya@igidr.ac.in)  
Contact: 912269096536
३. Tata Institute of Fundamental Research (TIFR)  
Email: [maiti@tifr.res. in.](mailto:maiti@tifr.res.in)  
Contact: 912222782539
४. Gokhale Institute of Politics and Economy.  
Surve No. 846, BMCC ROAD, Deccan Gymkhanal, Pune.  
Contact: +91-20 - 25652579.

थोडक्यात, फक्त सामाजिक प्रतिष्ठा लाभलेल्या व्यावसायिक अभ्यासक्रमांखेरीज अनेक उत्तमोत्तम अभ्यासक्रम व व्यावसायिक संधी उपलब्ध आहेत. अन्यथा हे सर्व माहित असूनही पून्हा पून्हा त्याच त्या अभ्यासक्रमांना फक्त धन प्राप्तीसाठी प्राधान्य द्यावयाचे ठरविले तर तुकोबा म्हणतात तसा तो

सार्वत्रिक रोकडा अनुभव सांगता येईल. निर्नासिका जैसा नावउं आरिसा । मूर्खा लागीं तैसा शास्त्रबोध ॥ तेंव्हा आपला विचार सुस्पष्ट व निश्चित ठेवा म्हणजे फसगत होणार नाही

म्हणूनच म्हणावेसे वाटते, आता तरी पुढे हाचि उपदेश । नका करू नाश आयुष्याचा ॥ सावध ऐका पुढल्या हाका. शब्द व भाषा तीक्ष्ण व स्पष्ट वाटली तरी सुद्धा वास्तविकता आहे ती समजून निर्णय घ्यावा. विद्यार्थी व पालक यांच्या प्रति तळमळ वाटते तो भाव लक्षात यावा हाच एक प्रयत्न येथे केलेला आहे.

### आजचे विचार चिंतन

“अभ्यासाच्या दृष्टिने अवघड ते महत्वाचे. अभ्यासातील सोप्या आणि सहज घटकांकडेच आपण परत परत लक्ष देतो, त्यातच आपला जास्त वेळ घालवतो. जे विनासायस जमते आहे अशाच गोष्टी करण्याकडे आपला जास्त कल असतो. खरंतर जे येते आहे, कळले आहे तेच परत परत करत बसण्यामध्ये काहीच अर्थ नाही. त्यामुळे तोच घटक जास्त पक्का होत जातो. पर्यायाने अवघड अशा घटकांकडे आपल्याला जमत नाही म्हणून आपण दुर्लक्ष करतो. असा भाग अभ्यासातून वगळण्याकडे आपला कल वाढायला लागतो. अवघड कायमचं अवघड वाटायला लागते. म्हणूनच अभ्यासाच्या घटकाची निवड करताना आपल्याला जो भाग अवघड वाटतो त्याचीच निवड सुरुवातीला करावी. म्हणजे अवघडाची भिती संपून जाईल.” डॉ. उमेश प्रधान



पर्णिका कोकाटे (M.A. Clinical Psychology)

नेहा जोशी (M. Phil. Clinical Psychology)

संवाद बाल समुपदेशन केंद्र, पुणे

8799954977, 8983948355

ब्लॉग: <https://samvaadpune.wordpress.com>

## विधिसंघर्षित बालकांचे मानसिक आरोग्य आणि समुपदेशन

पुण्याच्या वस्तीमध्ये राहणारा एक १६ वर्षांचा किशोरवयीन मुलगा, तो लहान असतानाच वडील घर सोडून गेलेले, आई चार घरची कामे करून हलाखीची परिस्थिती सावरण्याचा प्रयत्न करत होती. हेसगळं बघतच, समजून घेण्याचा प्रयत्न करतच तो मोठा होत होता आणि हळूहळू वाईट संगतीला लागला, त्याला शाळेतून काढून टाकलं आणि कधी तो गुन्हेगारीच्या मुख्य प्रवाहात सामील झाला हे त्याचं त्याला समजलंच नाही. शाळेतल्या क्षुल्लक मारामारीतून झालेली सुरुवात शाळा सोडून देऊन मित्रांच्या सोबतीनेकट्ट्यावर बसून दारू, सिगारेट, गांजा पिणं ह्यात कधी बदललं हे कळलंच नाही. आणि मग मारामारीच्या एका पोलीस केसमध्ये त्याला पोलिसांनी पकडलं. अशा आशयाच्या अनेक बातम्या आपण आजकाल रोज वाचत असतो. ही बातमी वाचल्यानंतर आपली पहिली प्रतिक्रिया अशीच असते की बरं झालं, अशा पोरना चांगली शिक्षा झाली पाहिजे, यामुळेच आपला समाज सुरक्षित राहिल व सुधारेल.

मात्र नाण्याच्या दुसऱ्या बाजूचा आपण कधी विचारच करत नाही. लहान वयातच जग बघितलेल्या ह्या मुलाला वाटतं की पैसे हीच अशी एक वस्तू आहे की जी माझी, घरची परिस्थिती बदलू शकते, पण ते कुठल्या मार्गाने मिळवायचे हे कोणीच त्याला सांगत नाही. आयुष्य कसं असावं ह्याच्या कल्पना स्पष्ट आहेत मात्र ते कशा पद्धतीने मिळवायचं ह्याचा मार्ग मात्र वेगळा निवडला जातो.

जन्माच्या आधीपासूनच असलेली प्रतिकूल परिस्थिती, लहान वयातच घरच्या परिस्थितीची मनात पक्की बसलेली ब्लूप्रिंट, परिस्थिती बदलतच नाही ह्याचा राग, व त्यातून आलेली हतबलता (Helplessness) ह्यातूनच व्यक्तीचं व्यक्तीमत्त्व (Personality), मतं (Belief) आणि दृष्टीकोन (Attitude) घडत जातं किशोर वय असं अडनिडं, vulnerable असतं की, कोणत्याही गोष्टीचा सहज प्रभाव (influence) पडतो त्यामुळे वस्तीत असणारा एखादा भाई, त्याचा असणारा दारा, त्यालाच आदर्श मानून आपण तसेच बनावे अशी इच्छा प्रबळ होत जाते. घरात आणि आजूबाजूला असलेली गरिबी, भांडणं, व्यसनाधीनता व त्यातून बाहेर पडण्यासाठीची धडपड, त्याचप्रमाणे काहीतरी रोमांचकारी, साहसी करावे ज्यामुळे आपली एक वेगळी ओळख निर्माण होईल, लोक मान देतील असे वाटते. यातच भर पडते ती सोशल मीडियाची. प्रक्षोभक मजकूराची सहज उपलब्धता, कमी

पैशात होणारे मनोरंजन, तात्काळ मिळणारे समाधान किंवा सद्य परिस्थितीपासून काही काळापुरती पळवाट यामुळे सोशल मीडियाचा अतिवापर आणि गैरवापर होतो आहे.

याचसोबत घरातील व्यक्तींचे एकमेकांशी असलेले नातेसंबंध, भौतिक परिस्थिती (उत्पन्न, अन्न/पोषण, पाणी, स्वच्छता, घर), रोजगाराची परिस्थिती आणि बेरोजगारी, पालकांचे शारीरिक आणि मानसिक आरोग्य, पालकांचे होणारे दुर्लक्ष, जवळच्या व्यक्तीचा मृत्यू, मिळणारा सामाजिक आधार हे सुद्धा व्यक्तीच्या जडणघडणीला कारणीभूत ठरतात. शेजारपंजा-यांशी असणारे संबंध, सुरक्षितता व विश्वास, वस्तीतील हिंसा/गुन्हेगारी हे सामाजिक घटकही तेवढेच जबाबदार आहेत. शाळेतील शिक्षकांचा प्रभाव, अभ्यासातील आवड व प्रगती, मित्रांची संगत ह्यांचाही सर्वांगीण विकासात तितकाच महत्वाचा वाटा आहे. हे झाले स्थानिक पातळीवरचे घटक. जेव्हा आपण देश पातळीवरचा विचार करतो तेव्हा देशातील गरिबी, असमानता, भेदभाव, मानवी हक्काचे पालन, सशस्त्र संघर्ष, आवश्यकतेच्या प्रमाणात शिक्षण, रोजगार, आरोग्य सेवा, घरे यांची उपलब्धता हे ही घटक महत्वाचे आहेत.

या सगळ्या परिस्थितीमुळे चुकीच्या मार्गाकडे वळणाऱ्या व्यक्तींची संख्या दिवसेंदिवस वाढत आहे, आणि यामध्ये अल्पवयीन मुलांचे प्रमाण लक्षणीय आहे. गुन्हेगारी प्रवृत्तीकडे वळणाऱ्या मुलांमध्ये Impulsivity म्हणजेच परिणामांचा विचार न करता एखादी कृती करणे, Aggressiveness म्हणजेच आक्रमकता, Hostility म्हणजे शत्रुत्वाची/बदल्याची भावना, Dominance म्हणजे वर्चस्व, Rebellion म्हणजेच बंडखोर प्रवृत्ती, अशी काही स्वभाव वैशिष्ट्ये आढळून येतात.

मानसशास्त्रीय दृष्टिकोनातून विचार केला असता या अल्पवयीन मुलांमध्ये दुसऱ्यावर वर्चस्व गाजवणे, बंडखोरी करणे, समाजात आपला प्रभाव पाडणे, स्वातंत्र्य मिळवण्याची इच्छा या प्रतिकूल परिस्थितीतून निर्माण झालेल्या गरजा आहेत.

व्यसनाधीनता हा ही या साखळीचाच एक महत्वाचा भाग आहे, यामध्येही काहीतरी नवीन ट्राय करायचंय, मित्रांचा दबाव, परिस्थितीपासून काही काळासाठी पळ काढणे, सहज उपलब्धता या सर्व घटकांमुळे विधिसंघर्षित मुलांमध्येही व्यसनाधीनता आणि मग त्यासोबतच येणारी गुन्हेगारी हे एक दृष्टचक्र आहे.

ह्या जगण्याच्या लढाईमध्ये एखादा शारीरिक आजार झाला तर लगेच डॉक्टरकडे जाऊन औषध घेता येतात मात्र मानसिक आरोग्य म्हणजे काय असतं आणि त्यासाठी काय केले पाहिजे हे माहीतच नसते. वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनायझेशन (WHO) च्या मते ज्या व्यक्तीला स्वतःच्या क्षमतांची जाणीव आहे, जी जीवनातल्या ताणतणावांना सामोरे जायला सक्षम आहे, जीवनात उत्पादनक्षम आणि फलदायी काम करू शकते आणि आपल्या समाजासाठी योगदान देऊ शकते, ती व्यक्ती मानसिकदृष्ट्या निरोगी आहे असे आपण म्हणू शकतो.

बरेचदा मानसिक आरोग्य म्हणजे श्रीमंतांची चैन असा समज आहे पण निकोप मानसिक आरोग्य हा प्रत्येक व्यक्तीचा हक्क आहे. मानसिक आजाराप्रती असणारी नकारात्मकता आणि भीती कमी

होणे गरजेचे आहे. समाजातील सर्व स्तरात मानसिक आरोग्यासंबंधी जनजागृती होणे अतिशय महत्वाचे आहे. मानसिक आरोग्य जपण्यासाठी लागणाऱ्या सोयी सुविधा, समुपदेशक, समाजसेवक, मानसोपचारतज्ज्ञ यांची सहज व माफक दरात उपलब्धता होणेही तितकेच गरजेचे आहे.

ही विधिसंघर्षित मुले हुशार आहेत, कल्पक आहेत, त्यांच्यातही विविध क्षमता आहेत, त्यांचा सकारात्मक दृष्टीने कसा वापर करून घेता येईल हा विचार आपण केला पाहिजे. हीच आजची मुले उद्याचे नागरिक आहेत, त्यामुळे त्यांच्या पुनर्वसनासाठी प्रयत्न झाले पाहिजेत, कारण ही मुले आपल्याच समाजव्यवस्थेचा एक भाग आहेत. कुठलाही पूर्वग्रह न ठेवता या मुलांना समाजाच्या मुख्य प्रवाहात आणले तरच येणाऱ्या पिढ्यांना बदलाची संधी मिळू शकते.

दरवर्षी वर्ल्ड हेल्थ ऑर्गनायझेशन (WHO) तर्फे, जागतिक मानसिक आरोग्य जनजागृती सप्ताह राबवला जातो. ह्यावर्षी 'मानसिक आरोग्य सर्वांसाठी, स्वप्न नव्हे वास्तव' या थीमवर भर देण्यात आलेला आहे. सर्वांसाठी मानसिक आरोग्य असे म्हणताना वर उल्लेख केलेल्या विधिसंघर्षित बालकांना वगळून चालणार नाही. शिक्षण आणि संस्काराच्या समाजमान्य प्रवाहातून बाहेर पडलेल्या या मुलांच्या समस्या समजून घेऊन त्यांच्याशी 'संवाद' साधण्याची खरी गरज आहे. फक्त आईवडीलच नव्हे, तर समाजातील सर्व जबाबदार घटकांनी हे समजून घेऊन आपापल्या पातळीवर मदतीचा हात पुढे करावा, या मुलांना शिक्षण, रोजगार आणि सन्मानपूर्वक जगण्याच्या संधी उपलब्ध करून द्याव्यात, तरच 'मानसिक आरोग्य सर्वांसाठी' हे स्वप्न सत्यात उतरवणे शक्य होईल.

## समुपदेशन





अविनाश कुलकर्णी,  
विद्या भवन हायस्कूल, नेरूळ, नवी मुंबई  
मोबाइल: 9867784408

## आरोग्यसेवेचा कणा : परिचारिका

जगातील सर्व आरोग्य केंद्रांमध्ये नेहमी दिसणारी, स्वयंशिस्त पाळणारी, स्मितहास्याने रुग्णांचा आत्मविश्वास वाढविणारी, जबाबदारीने वागणारी आणि त्याच बरोबर अखंड सेवेचे व्रत घेतलेली अजरामर व्यक्ती म्हणजे परिचारक-परिचारिका. या सेवा व्यवसायात फक्त स्त्रियाच असतात हा केवळ गैरसमज आहे. या व्यवसायात पुरुषांच्या तुलनेत स्त्रियांचे प्रमाण जास्त असले तरी प्रत्येक आरोग्य केंद्रात मेल नर्सची गरजही तितकीच गरज असते. स्वतःचा आणि कुटुंबाचा विचार न करता डॉक्टरांच्या बरोबरीने अविरत रुग्णसेवा करणाऱ्या परिचारिकांचे महत्व कोरोना काळात अधिकच अधोरेखित झाले.

**परिचारक-परिचारिकांचे कार्य:** थेट नाते नसलेल्या वृद्ध, अपघातग्रस्त किंवा आजारी व्यक्तीची शुश्रूषा करणाऱ्या आणि डॉक्टरांना त्यांच्या कार्यात सहाय्य करणाऱ्या आरोग्य केंद्रातील किंवा तशा प्रकारची खाजगी सेवा देणाऱ्या स्त्री-पुरुषांना 'नर्स' संबोधले जाते. आरोग्य केंद्रात असलेल्या रुग्णांवर केल्या जाणाऱ्या उपचारांची, आहाराची, औषधोपचाराची नोंद ठेवणे, डॉक्टरांना आणि त्यांच्या सल्ल्याने रुग्णाच्या संबंधितांना योग्य आणि आवश्यक ती माहिती पुरवणे, रुग्णांच्या दैनंदिन क्रिया करण्यास सहाय्य करणे आणि रुग्णांशी सुसंवाद साधून त्यांना आत्मविश्वास मिळवून देण्यास मदत करणे, रुग्णांना औषधोपचाराची योग्य माहिती पुरवणे अशा प्रकारची रुग्णसेवा परिचारक किंवा परिचारिका करतात.

**परिचारिकेसाठी आवश्यक असलेले गुण व कौशल्य:** सेवाभाव, प्रामाणिकपणा, सौजन्य, सहकार्याची भावना, ममत्व, सदैव तत्परता, अवेळी आणि जास्त वेळ कार्य करण्याची तयारी, मानवतावादी दृष्टिकोण, स्वयंशिस्त, निरीक्षण, सुसंवाद, उत्तम संभाषण, शारीरिक आणि मानसिकदृष्ट्या सशक्त असणे, दुसऱ्याचे दुःख स्वतःचेच समजण्याची भावना आणि जबाबदारी स्वीकारण्याची तयारी ही कौशल्ये परिचारिकेत असणे गरजेचे असते.

**प्रशिक्षण कालावधी :** 'ए.एन.एम.' (औक्सिलरी नर्सिंग मिडवाइफरी. कालावधी: दोन वर्ष), 'जी. एन. एम.' (जनरल नर्सिंग मिडवाइफरी. कालावधी: साडेतीन वर्ष), बी. एस्सी. नर्सिंग (कालावधी: चार वर्ष), एम.एस्सी. नर्सिंग (कालावधी: दोन वर्ष), एम. फिल. (कालावधी: एक ते दोन वर्ष), पीएच. डी. (कालावधी: तीन ते पाच वर्ष) आणि ऑपरेशन थेटर, सायकीयाट्री, कार्डिऑलॉजी, न्यूरोलॉजी, क्रिटीकल केअर, इमर्जन्सी अँड डिजास्टर, ऑर्थो अँड रिहॅबिलिटेशन, फॉरेन्सिक, हेमटोलोजी, बर्निंग अँड सर्जरी असे प्रत्येकी एक एक वर्षाचे विशेष कोर्स देखील उपलब्ध आहेत. इंडियन नर्सिंग

कौन्सिलच्या <https://www.indiannursingcouncil.org> या संकेत स्थळावर प्रत्येक कोर्सची संपूर्ण माहिती उपलब्ध आहे. महाराष्ट्रातील ६२ महाविद्यालयांतून बी. एस्सी. नर्सिंग आणि ८० महाविद्यालयांतून 'ए.एन.एम.', जी.एन.एम. हे अभ्यासक्रम उपलब्ध आहेत. येथे दिलेल्या वेबसाईटवर सर्व महाविद्यालयांची माहिती मिळू शकते.

**पात्रता:** १२ वी विज्ञान शाखेतून ४५% गुणांसह उत्तीर्ण (इंग्रजी आणि जीवशास्त्र विषय अनिवार्य) आणि वय वर्षे १७ ते ३५ असणारे विद्यार्थी बी. एस्सी. नर्सिंग हा कोर्स करू शकतात. यासाठी नीट पात्रता परीक्षा आवश्यक आहे. 'ए.एन.एम.' हा कोर्स करण्यासाठी विज्ञान शाखा अनिवार्य नसते आणि 'ए.एन.एम.' आणि 'जी. एन. एम.' अभ्यासक्रमाचा प्रवेश १२ वीच्या गुणांवर आधारित दिला जातो. सहसा मुली या व्यवसायाकडे वळतात, परंतु मेल नर्सची (ब्रदर) गरज ही लागत असल्यामुळे काही महाविद्यालयांतून मुलांनाही प्रवेश दिला जातो.

**शैक्षणिक शुल्क:** 'ए.एन.एम.' किंवा 'जी. एन. एम.' अभ्यासक्रम पूर्ण करण्यासाठी साधारणतः एक ते दीड लाख रुपये शैक्षणिक शुल्क लागू शकते. चार वर्षांच्या बी. एस्सी. नर्सिंग अभ्यासक्रमासाठी साधारणतः अडीच लाख रुपये पर्यंत शैक्षणिक शुल्क लागू शकते. हॉस्टेल आणि इतर सुविधांचे उपलब्धतेनुसार वेगळे शुल्क आकरले जाऊ शकते. एक वर्षाचे विशिष्ट विषयातील प्रत्येक डिप्लोमा कोर्सेससाठी पन्नास हजार ते एक लाख शुल्क लागते. बी. एस्सी. नर्सिंग नंतर काही विद्यार्थी एम. एस्सी. नर्सिंग (स्पेशल सब्जेक्ट) करतात. त्यासाठी उपलब्ध सुविधांनुसार साधारणतः अडीच ते साडेतीन लाख शैक्षणिक शुल्क लागू शकते. काही सरकारी आणि खाजगी नर्सिंग महाविद्यालयांतून प्रशिक्षण घेणाऱ्या उमेदवारांना मासिक विद्यावेतन देण्यात येते. विविध कल्याणकारी योजना आणि संस्थांच्या मदतीने शैक्षणिक शुल्काचा भार कमी करता येवू शकतो.

**रोजगाराच्या संधी:** स्टाफ नर्स, नर्सिंग व्यवस्थापक, सुपरवायजर, वार्ड सिस्टर, नर्सिंग सुप्रिण्डेण्ट, नर्सिंग एज्युकेटर अशा अनेक जागा सरकारी आणि खाजगी रुग्णालये, कम्युनिटी हेल्थ सेंटर्स, प्रायव्हेट क्लिनिक्स, नर्सिंग होम्स, मिलिटरी फोर्स, नर्सिंग कौन्सिल्स, प्राथमिक शिक्षण संस्था, खाजगी सेवा पुरविणाऱ्या संस्था यांमध्ये उपलब्ध असतात. या क्षेत्रातील अनुभवी आणि उत्तम कार्य करणाऱ्या परिचारिकांना वार्षिक १२ ते १८ लाखपर्यंत वेतन देण्यात येते. परदेशातही या क्षेत्रातील व्यक्तींना भरपूर रोजगार संधी उपलब्ध आहेत.



अमृता आशिष  
इंदूर, मध्य प्रदेश  
9754364444

## मुलं म्हणजे देवाघरची फुलं

**बाल्यावस्थेत मुलांवर संस्कार आणि मुलांच्या मनांची जडणघडण करताना पालकांनी काय काळजी घ्यावी हे विचार लेखिकेने या लेखाद्वारे व्यक्त केलेले आहेत.**

"मुलं म्हणजे देवाघरची फुलं". आपण नेहमीच ही म्हण ऐकत आलोय. खरंच आहे. लहान मुलं म्हणजे अगदी फुलांसारखीच तर नाजूक असतात. इवल्याशा कारणांनी कोमेजून जाणारी, कोणी रागवले तर कसणारी, दुखल खुपल तर रडणारी प्रत्यक्ष परमेश्वराच्या बागेतील ही फुलं अगदी सुंदर, सुबक आणि नाजूक असतात त्यामुळे त्यांना त्यांच्या अजाणत्या वयात जपायला तर हवंचं.

हे तर झालं लहानपणाचं, पण याच फुलासारख्या मुलाचं मोठेपणी काय होतं..? लहान असताना ज्या मुलांना आपण फुलाची उपमा देतो मग मोठेपणी याच मुलांना वटवृक्षाची उपमा दिली तर..?

खरंच मुलं म्हणजे देवाघरची फुलचं, म्हणूनच तर आपण त्यांना एवढे जपतो. लहानपणी या फुलांना म्हणजेच मुलांना जपायलाच हवं. पण मोठेपणी तुम्हाला वटवृक्षासारखे मजबूत बनायचं आहे हे आपण त्यांना सांगायला विसरतो. लहान असताना सतत पालकांच्या छत्रछायेत मुलं वाढतात त्यामुळे त्यांना फार कसलीच झळ (काही अपवाद वगळता) लागत नाही कारण आपण पालक मुलांना ती लागुच देत नाही.

पण हे बाळकडू पालकांनी मुलांना लहानपणीच द्यायला हवं, मोठे झाल्यावर त्यांना सगळ्यांना सावली देणारा, उन, वारा, पाऊस आणि क्वचित कधी तरी तर वीज ही अलगद झेलता येणारा वटवृक्ष बनायचं आहे. फळाफुलांनी समृद्ध बनायचे आहे. कार्बन डायॉक्साईड ग्रहण करून परत मात्र ऑक्सिजन द्यायचा आहे. म्हणजेच नकारात्मकता ग्रहण करून सकारात्मकता परत द्यायची आहे. हे आपण मुलांना बाल्यावस्थेतच हळू हळू समजावले तर त्यांचं पुढील आयुष्य नक्कीच सुखकर आणि समृद्ध होईल.

प्रत्यक्ष ' रामदास्वामींनी ' सांगितले आहे "शाळकरी मुलं काही घराबाहेर जाऊन पैसे कमवू शकत नाहीत पण त्यांनी आपला रोजचा अभ्यास आणि किमान दोन तास सूर्यनमस्कार आणि इतर व्यायाम करावा, हे न केल्यास वडिलांच्या घरी फुकट राहतोय असच समजावे." लहान असताना मुलांचे लाड करता करता हीच मुले मोठेपणी मनानं आणि शरीरानं मजबूत कशी होतील याकडेही आपण पालकांनी लक्ष द्यायला हवं. आपल्यापेक्षा लहानांची काळजी, मोठ्यांचा आदर, शालेय



अभ्यासासोबत अवांतर वाचन, आणि सगळ्यात महत्वाचं शरीर श्रेष्ठत्वाचे संस्कार पालकांनीच तर करायला हवेत ना. विचारांची प्रगल्भता हवीच पण मनाची दुर्बलता नको. लहानपणापसूनच जर विचार प्रगल्भ असतील तर मोठेपणी अविचार घडणारच नाही. मनानं मजबूत असलं म्हणजे कमकुतवपणाचा प्रश्नच येणार नाही.

घरातील मुलींना आलेल्या परिस्थितीशी जुळवून घ्यायला नाही तर सामना करायला शिकवा, त्याच बरोबरीने घरातील मुलांना जबाबदारीची जाणिव आणि आबालवृद्ध स्त्रियांचा आदर करायला शिकवा. म्हणजे नक्कीच एक समृद्ध भारताची नवीन पिढी तयार होईल जी कधीही कोणालाही न घाबरता आलेल्या प्रत्येक परिस्थितीत मार्ग काढणारी आणि नेहमी मोठं उद्दिष्ट असणारी असेल. थोडक्यात कुणा काळची ही देवाघरची नाजूक फुलं उद्या अख्ख जग जिंकून येतील.

देवाला वाहिलेले फुल सुद्धा आपण दुसऱ्या दिवशी निर्माल्य म्हणून काढून घेतो. मग आपल्या मुलांना नेहमीच कसं काय फुल समजायचे..?

झाडाला पाणी घातलं की ते बहरत मोठ होतं. पालकांच्या संस्कार रूपा पाण्याने देवाघरच्या नाजूक फुलांचा नक्कीच वटवृक्ष होईल.

### विचार चिंतन

आपण समस्येकडे कसे पहातो यावर त्या समस्येची तीव्रता अवलंबून असते. प्रत्येक समस्येला किमान तीन कोन असतात. एक म्हणजे त्या समस्येमागची कारणं जी आपल्याला भूतकाळात डोकावल्यास दिसतात. दुसरे म्हणजे ती समस्या तशीच चालू राहिली तर भविष्यात जाऊन काय होईल हा विचार. तर काही जण केवळ आजचा विचार करून वर्तमानात काय आहे हे अनुभवत रहातील. एक गोष्ट मात्र निश्चित की आपण प्रत्येक समस्येकडे भूत, भविष्य आणि वर्तमानाचा विचार करून अभ्यासली तर त्यातून आपल्याला उपाय सहज सापडू शकेल. त्यातूनच समस्या संपवण्यासाठीचे उपाय मिळवण्यासाठी नवी दिशा सापडू शकेल. नवी दिशा शोधायची असेल तर आपले विचार चौफेर हवेत. समस्येकडे सर्वांगाने पहाणे जमायला हवे.” डॉ. उमेश प्रधान



राजू ठाकरे (मुख्याध्यापक)  
शिशु विकास मंदिर हायस्कूल  
कुर्ला (प) मुंबई ४०००७०.  
9969337498

## कोरोना साथीनंतर शिक्षकांसमोरील आव्हाने

(कोरोना नंतर विद्यार्थी पालक व शिक्षक यांच्या संबंधांचा शैक्षणिक पाझर्वभूमीवर घेतलेला परामर्श) जवळपास एक वर्षापेक्षा जास्त काळ साथीने जगभर अक्षरशः थैमान घातले आहे. अर्थातच त्याची भारतालाही मोठी किंमत मोजावी लागली. आर्थिक स्तरावर तर पिछेहाट झालीच आहे त्याची बरोबर आर्थिक, राजकीय, सामाजिक व शैक्षणिक क्षेत्रात सुद्धा मोठी उलथापालथ झालेली दिसते. कधी नव्हे एवढा आपण सर्वजण ऑनलाइन शिक्षणाचा उपयोग करू लागलो आहोत. इंटरनेट, वेगवेगळ्या प्रकारचे अॅप्स हा आपल्या दैनंदिन जीवनाचा अविभाज्य भाग झाला आहे. समाजाच्या सर्वच पैलूंवर आणि घटकांवर कोरोना विषाणू साथीचा खोलवर परिणाम झालेला दिसतो. याच्या दूरगामी परिणामांचा पुढील अनेक वर्षे सामना करावयाचा आहे. कोरोना साथीमुळे होणारे आर्थिक नुकसान तात्पुरत्या स्वरूपात भरून निघत असले तरी शैक्षणिक क्षेत्रात झालेल्या घडामोडी व त्याचे अत्यंत खोलवर झालेले परिणाम अनेक वर्षे जाणवत राहतील.

आज आपण विद्यार्थी, पालक आणि त्यांना शिकवणारे आपण शिक्षक यांना आज भेडसावणाऱ्या आणि पुढील काळात उद्धवणाऱ्या नानाविध समस्यांचा वेध घेण्याचा प्रयत्न करूया. आपल्या सगळ्यांना कल्पना आहेच की ऑनलाईन शिक्षणासाठी मोबाईलचा वापर सर्वासपणे विद्यार्थी करू लागलेले आहेत. मुळात त्यातून निर्माण होणाऱ्या समस्या याकडे अजूनही डोळसपणे पाहत नाही. किंवा शैक्षणिक नुकसान टाळण्याच्या अट्टहासापायी डोळेझाक करत आहेत. ऑनलाईन शिक्षणासाठी मोबाईलचा वापर गरजेचा असला तरी त्यातून निर्माण झालेल्या व विद्यार्थ्यांच्या मनावर, आचरणावर, वागण्या- बोलण्यावर झालेला परिणाम सहजासहजी दूर करता येणारा नाही. कदाचित शिक्षक म्हणून आपल्या लक्षात आलं असेल मुलांच्या हाती मोबाईल आल्यापासून त्यांचे वागणे बदललेले दिसते. यांची हेअर स्टाईल बदलली आहे. पालकांपासून शिक्षकांपासून काहीतरी लपवत असतात. मोबाईल मुळे त्यांना शिक्षणाचे स्वातंत्र्य मिळाले मात्र त्यांच्या आचरणात झालेला बदल मात्र पुढील काळात मोठ्या मोठा गुंता निर्माण करतील की काय असे वाटू लागले आहे.

वर्ष- सव्वावर्षा पूर्वी आपण ज्या विद्यार्थ्यांना शाळेत पाहिलीत तशीच ती पुन्हा शाळेत आल्यावर असतीलच असे नाही. कारण या नवीन परिपेक्षात विद्यार्थ्यांमध्ये खूप बदल झालेला आहे. विद्यार्थी बदललेत त्यांची मानसिकता बदलली मात्र शिक्षक म्हणून आपल्यात बदल झालेला नाही. अजूनही आपल्या डोळ्यासमोर तीच मुले येतात ज्यांना आपण वर्गात शिकविले असणार. म्हणजे पारंपारिक

पद्धतीने अध्यापन जे करत होतो तशाच परिस्थितीत पुन्हा अध्ययन-अध्यापन करता येईल की नाही हे आत्ताच सांगणे कठीण आहे. विद्यार्थी बदललाय, त्याची विचार करण्याची पद्धत बदलली आणि म्हणूनच पर्यायाने शिक्षक या नात्याने आपल्या वर्तणुकीत बदल घडवून आणणे आवश्यक आहे. TEACHING बरोबर CARING असा बदल स्वीकारला पाहिजे. विद्यार्थ्यांना समजून घेतल्याशिवाय त्यांना आपण शिकवू शकत नाही.पुढील काळात विद्यार्थ्यांना शिकवणे नव्हे तर त्यांना समजून उमजून काळजी घेत व त्यांच्या कोवळ्या,तरल मनाला आंजारत-गोंजारत अध्ययन व अध्यापन करणे गरजेचे असणार आहे.

मुळात विद्यार्थ्यांच्या समस्या असण्यापेक्षा पालक समस्या आहेत की काय असे तुम्हाला वाटत असेल तर त्यात काही वावगे नाही. कारण आपल्या आजूबाजूला अविवेकी पालकत्व पाहत असतो. त्यातून विद्यार्थ्यांमध्ये ताणतणाव निर्माण होतो व त्याचा त्याच्या अध्ययन-अध्यापनावर परिणाम होतो. विद्यार्थी जेव्हा शाळेत येतात तेव्हा आपल्याबरोबर अनेक अडचणी आणि समस्या घेऊन येत असतात. अशा विपरित परिस्थितीत त्यांना केवळ शिकवणे नाही तर सक्षम करणे आवश्यक आहे. आणि हे केवळ शिक्षक समुपदेशकाच्या दृष्टिकोनातून करू शकतात.

आता आपण काही महत्वाच्या आणि मूलभूत गोष्टींचा विचार करूया. तुम्ही म्हणाल शिक्षक समुपदेशक किंवा सल्लागार ही भूमिका आत्ताच का महत्वाची आहे? त्याचं कारण आहे आजचे वास्तव चित्र! खरं जे आपला समाज वेगवेगळ्या समस्यांनी ग्रस्त आहे. अर्थातच विद्यार्थी सुद्धा समस्याग्रस्त समाजातूनच येत असतात आणि त्यामुळे शिक्षण सुद्धा समस्याग्रस्त आहे असे म्हणावे लागेल. अलीकडच्या काळात तर सगळेच वेगवेगळ्या समस्यांनी वेढलेले आहोत. या समस्यांचा दूरगामी परिणाम विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्व विकासावर व निर्माण होऊ घातलेल्या जीवनदृष्टी वर पडणे स्वाभाविक आहे. बदलत्या बदलत्या काळात अनेक त्रास, जाच, ताणतणाव, नैराश्य अशी विविध आव्हाने शिक्षक व विद्यार्थ्यांसमोर आहेत. अशा विद्यार्थ्यांना प्रतिसाद देणे आजच्या काळाची गरज आहे.

मुळात शिक्षण ही आशावादी प्रक्रिया आहे., विद्यार्थी आणि शिक्षक यांचे नाते उपचारात्मक असते म्हणजेच संपूर्ण अध्ययन-अध्यापनाचा आणि विकासाचा हा पाया असतो. म्हणूनच योग्य वेळी विद्यार्थ्यांचं मार्गदर्शन झाले तर जीवन कौशल्य विकसित होण्यास सुयोग्य परिस्थिती निर्माण होते. विद्यार्थी आणि शिक्षक यांचे नाते अधिक घट्ट होते. अशा वातावरणात अध्ययन आणि अध्यापन अधिक प्रभावशाली होऊ शकते. अलीकडच्या काळात आनंददायी शिक्षण ही संकल्पना रुजू लागली आहे. आनंदी जीवनासाठी शिक्षण आवश्यक असते हे हळूहळू पटू लागले आहे. आणि म्हणूनच आनंददायी जीवनासाठी आनंददायी शिक्षण देण्याची जबाबदारी अर्थातच शिक्षकांवर आहे. विद्यार्थ्यांनी योग्य निवड करावी असे मार्गदर्शन करणारा मार्गदर्शक, तत्त्वज्ञ,मित्र आहे आणि महत्वाचे म्हणजे समस्यांच्या निराकरणासाठी उपचार करणारा सल्लागार किंवा समुपदेशक सुद्धा आहे.

शाळा सुरु झाल्यानंतर विद्यार्थी वेगवेगळ्या समस्या घेऊनच शाळेत येतील. आणि म्हणूनच विद्यार्थ्यांना कोणकोणत्या समस्या सतावत आहेत, याचा शिक्षकांनी बारकाईने विचार करून लक्ष देणे गरजेचे आहे. समस्यांचे मूळ जाणून घेण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. समस्या कोणत्या कारणामुळे वाढत आहेत? सर्वप्रथम ही समस्या कोणाच्या लक्षात आली? आणि या समस्या निवारण्यासाठी कौटुंबिक पातळीवर काय प्रयत्न केले गेले? हे जाणून घेणे शिक्षकांसाठी महत्वाचा असेल. जाणून घेतल्याशिवाय समस्यांचे निराकरण करणे शक्य होणार नाही. एकदा का विद्यार्थ्यांची समस्या लक्षात आली तर त्याचे निदान करणे सुद्धा सोपे होईल. यासाठी शिक्षकांना काय करता येईल? असा प्रश्न मनात येणे स्वाभाविक आहे. तर शिक्षकांनी विद्यार्थ्यांची सुसंवाद साधला पाहिजे. त्याचबरोबर पालकांशी या संदर्भात सविस्तर बोलणी केली पाहिजे. विद्यार्थ्यांच्या मित्रमंडळीकडून माहिती जाणून घेण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. इतर सहकारी शिक्षकांशी चर्चा करावी लागेल. सुदैवाने शाळेत समुपदेशक शिक्षक असेल तर ठीक नाहीतर शिक्षकांनाच समुपदेशकाच्या भूमिकेत शिकून विद्यार्थ्यांच्या समस्यांवर उपचारात्मक धोरण स्वीकारावे लागेल. धोरण आखून अंमलबजावणी करावी लागेल. समस्याग्रस्त विद्यार्थ्यांची शिक्षकाचे नाते मित्रत्वाचे असेल तर विद्यार्थ्यांना आपल्या भावना सहजपणे व्यक्त करण्यासाठी सुरक्षित मांडण्याची सुरक्षित जागा मिळू शकेल. विद्यार्थी आपले मन हलके करण्यासाठी शिक्षकांकडे भावना व्यक्त करू शकतात. त्यासाठी विद्यार्थ्यांला मोकळेपणाने बोलू दिले पाहिजे. तो जे मांडतोय ते काळजीपूर्वक समजून घ्यायला हवे. असलेले वास्तव स्वीकारून त्यातून योग्य तो मार्ग काढण्यासाठी प्रयत्न केले पाहिजेत. विद्यार्थ्यांच्या समस्या ऐकून त्यांना उत्तमोत्तम सल्ला दिला पाहिजे. अधिकाधिक बोलण्यास भाग पाडले पाहिजे. आपण विद्यार्थ्यांच्या भावनांशी एकमत आहोत सहानुभूती न दाखवता सहसंवेदना दाखवून विद्यार्थ्यांच्या अस्वस्थ मनावर फुंकर घातली पाहिजे. तसेच विद्यार्थ्यांना स्वतःवरचा विश्वास उळमळीत होऊ न देता सकारात्मक विचार करण्यास मार्गदर्शन करता येईल.

आपल्या संपर्कात येणाऱ्या विद्यार्थ्यांना आणि पालकांना एक व्यक्ती म्हणून समजून घेतले पाहिजे. आपण शिक्षक विद्यार्थ्यांच्या व पालकांच्या संस्कृतीतून, आजूबाजूच्या परिस्थितीतून व परिसरातून त्यांच्या आशा-आकांक्षा-अपेक्षा समजून घेतल्या तर विद्यार्थ्यांच्या समस्यांचे निराकरण करणे सोपे होईल. त्यासाठी काही महत्वाच्या कौशल्यांचा उपयोग करणे गरजेचे आहे. विद्यार्थ्यांच्या समस्यांचा शोध घेऊन त्या समजून घेणे व निराकरणासाठी योग्य ती कृती करणे आवश्यक आहे. विद्यार्थ्यांच्या समस्यांचे निराकरण करत असतांना तो आहे तसा स्वीकारला पाहिजे. व्यक्त करत असलेल्या भावभावनांना सुयोग्य प्रतिसाद देत असतांना सद्यस्थितीतील वास्तवतेची जाणीव करून दिली पाहिजे. पालकांचे अनुकूल सहकार्य मिळाले तर विद्यार्थ्यांना चांगल्या रीतीने प्रतिसाद देणे शक्य होईल. विद्यार्थ्यांच्या समस्या ऐकत त्यांच्या भावभावनांच्या अंगाने समजून घेतले पाहिजे. त्यांच्या बोलण्यातला खरे-खोटेपणा न तपासता त्यांच्या भावनांकडे लक्ष देऊन अर्थ समजून घेतला पाहिजे. विचार मांडण्यासाठी स्पष्ट आणि थेट प्रश्न विचारले पाहिजे. स्वतः अधिकाधिक न बोलता विद्यार्थ्यांना त्यांच्या समस्या मांडण्यासाठी प्रोत्साहित करून बोलायला भाग पाडले पाहिजे. त्यांची समस्या आपण समजून घेतोय अशीच संवेदना निर्माण निर्माण झाली पाहिजे. आपली मते

त्यांच्यावर न लागता त्यांच्याच शब्दात व्यक्त होण्यासाठी प्रवृत्त केले पाहिजे. कधीकधी विद्यार्थी व्यक्त होताना गोंधळतात किंवा काही सांगावेसे वाटत नाही अशावेळी त्यांच्यावर दबावाने सांगण्यास प्रवृत्त न करता सहजपणे आणि विश्वासाने सांगण्यासाठी अनुकूल संवाद साधवा.

विद्यार्थी तसेच पालक आपल्या समस्या सांगायला धजावत नसतील तर आपण त्यांच्या समस्या निराकरणाचा प्रामाणिक प्रयत्न करतोय, असे आश्वासन केले तर पुढच्या गोष्टी सहज घडून येतील. हे करत असताना त्यांच्या बोलण्यातील सत्यता अधोमध्ये कळू न देता तपासत राहिले पाहिजे. विद्यार्थी जणू स्वतः आरशासमोर उभा राहून स्वतःशीच बोलतोय, इतक्या सहजपणे आपण करू शकलो तर विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करणे सोपे होईल. या मार्गदर्शनातून किंवा समुपदेशनातून विद्यार्थ्यांना आत्मप्रतिष्ठेची जाणीव करून देता येईल. त्यांच्या सुदृढ व्यक्तिमत्त्व विकासासाठी अनुकूल वातावरण तयार करता येईल. स्वतःविषयी आत्मविश्वास वाढून निर्णय क्षमता वृद्धिंगत होण्यास मदत होईल. सकारात्मक मानसिकता विद्यार्थ्यांमध्ये निर्माण होऊन भावनिक विकास होण्यास मदत होईल. या सर्वातून विद्यार्थ्यांची समस्या दूर करत अनिष्ट वर्तणुकीत बदल होऊन ती इष्ट होण्यास मदत होईल.

अशा समस्याग्रस्त विद्यार्थ्यांबद्दल इतर लोक नकारात्मक बोलत असताना आपल्या प्रेमळ व सकारात्मक शब्दातून विद्यार्थ्यांच्या नाजूक मनावर फुंकर घालता येईल. आपल्या शब्दातून विद्यार्थ्यांचा आत्मविश्वास वाढीस लागेल. आपले मत विद्यार्थ्यांच्या दृष्टिकोनातून अत्यंत महत्वाचे व प्रेरणादायी असल्याने, शब्दांचा योग्य वापर करणे उचित ठरेल. प्रत्येक विद्यार्थी, त्यांचे पालक आणि कुटुंब हे वेगळे आहेत. प्रत्येक विद्यार्थ्यांची अध्ययन क्षमता वेगळी आहे हे समजून घ्यावे लागेल. विद्यार्थ्यांना उत्तम व आत्मविश्वासी बनवण्यासाठी शिक्षकाची भूमिका महत्वाची असते. प्रत्येक विद्यार्थी हा आपल्यावर नितांत विश्वास ठेवतो हे कायम लक्षात असू द्यावे. प्रत्येक विद्यार्थ्यांत प्रचंड ऊर्जा आणि बुद्धिमत्ता सामावलेली असते. फक्त त्या ऊर्जेला योग्य दिशा देत बुद्धिमत्तेचा पुरेपूर वापर होण्याकरिता शिक्षकाची भूमिका ही मोलाची ठरते.

आता शाळा सुरू होतील तेव्हा आपल्याकडे येणाऱ्या विद्यार्थ्यांना समजून घेत अधिकाधिक सक्षमपणे अध्ययन व अध्यापन घडवून आणण्यासाठी शिक्षकांनी समुपदेशकाची सुद्धा भूमिका पार पाडणे क्रमप्राप्त आहे. आपण कदाचित कळत नकळत ही भूमिका पार पाडत असतोच परंतु या महामारीनंतर अधिक सजग राहून मुद्दाम ही भूमिका शिक्षकांना स्वीकारली पाहिजे.



विजयालक्ष्मी शिंदे

मुख्याध्यापिका

चिकित्सक समूह शिरोळकर हायस्कूल, मुंबई

9820073782

## विद्यार्थ्यांचे मानसिक आरोग्य

अधूनमधून लहान लहान मुलांनी आत्महत्या केल्याची बातमी येते आणि जीव गलबलून जातो. काही मोठी माणसे म्हणतात, असे काय कमी पडले की मुलांनी असे वागावे? हट्टी झाली आहेत मुले! असे ऐकले की माणूस म्हणून अधिकच वाईट वाटते. सर्व सहकारी समुपदेशकांची देखील अशीच प्रतिक्रिया असते. कोणत्याही व्यक्तीचे मानसिक आरोग्य त्याच्या आंतरिक आणि बाह्य घडामोडी यावर अवलंबून असते. आंतरिक घडामोडींवर आंतरिक स्रावांचा परिणाम होत असतो. त्यावर वैद्यकीय उपचार हा प्रभावी परिणाम करतो. त्याच्या खोलात न जाता आपण बाह्य घटकांचा अधिक विचार करू. सामान्य शिक्षकाला आणि पालकांना त्यात काही बदल घडवून आणणे शक्य असते.

कौटुंबिक परिस्थिती, शैक्षणिक परिस्थिती, सामाजिक परिस्थिती, राजकीय परिस्थिती, सांस्कृतिक परिस्थिती अशा घटकांचा आपण येथे विचार करू.

**कौटुंबिक परिस्थिती:** विद्यार्थ्यांचे कुटुंब हे त्याच्या मानसिक आरोग्यावर परिणाम घडवते. त्यामध्ये कुटुंबाची आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, राजकीय परिस्थिती, सदस्यांचे परस्पर संबंध, वस्तीस्थान, हे सर्वच घटक महत्त्वाचे असतात.

टोकाची आर्थिक परिस्थिती ही विद्यार्थ्यांना गुन्हेगारीकडे वळवू शकते. तसेच मनामध्ये असमाधान निर्माण करू शकते. एकीकडे गरजा पूर्ण होत नाही त्यामुळे वैफल्य येते तर काही वेळा उत्तम आर्थिक परिस्थिती असल्याने समोर कोणतीही आव्हाने नसल्यामुळे वैफल्य येते. कुटुंबाच्या सामाजिक परिस्थितीमुळे सातत्याने अवहेलना होत असेल तर कोणत्याही प्रकारचा आत्मविश्वास उरत नाही. याउलट अतिउच्च सामाजिक स्थिती असेल तर अनावश्यक अतिआत्मविश्वास निर्माण होऊ शकतो. अशावेळी घातकी निर्णय घेतले जाऊ शकतात. कुटुंबात सांस्कृतिकदृष्ट्या उत्तम प्रकारचे वातावरण लाभले असेल तर विद्यार्थ्यांच्या विकासाला गती मिळते. याउलट उत्तम प्रकारचे सांस्कृतिक वातावरण न मिळाल्यास सर्वांगीण विकासामध्ये खंड पडतो. याचाही परिणाम इतरांपासून दूर राहण्यात आणि ताण घेण्यात होऊ शकतो, न्यूनगंड निर्माण होऊ शकतो. कुटुंबातील सदस्यांमध्ये परस्परसंबंध उत्तम असतील तर विद्यार्थ्यांला मानसिक शांतता मिळते आणि आरोग्य उत्तम राहते. याउलट परस्पर संबंध ताणाचे असतील तर विद्यार्थ्यांला देखील सातत्याने ताणाखाली असतो. आई वडिलांची भांडणे, आजी व आईची भांडणे याचाही परिणाम विद्यार्थ्यांवर होतो. काही वेळा प्रत्यक्ष कुटुंबाला त्याची जाणीव होत नाही परंतु त्याचा परिणाम हा त्याच्या गुणसंपादनावर आणि त्याच्या

आपल्या मित्रांशी असणाऱ्या संबंधावर होऊ शकतो. विद्यार्थी एक तर सातत्याने आपल्या मित्रांच्या घरी राहतो किंवा आपल्या मित्रांशी देखील फटकून वागतो काहीवेळा आपल्या मित्रांना आपल्या घरी येऊ देत नाही.

**शैक्षणिक परिस्थिती:** समाजातून मिळणाऱ्या शैक्षणिक सुखसुविधा या विद्यार्थ्यांसाठी अत्यंत महत्वाच्या असतात. तांत्रिक शिक्षणाची सोय, वैद्यकीय शिक्षणाची सोय, उत्तम साहित्याची जाणीव असणारे शिक्षण किंवा विविध कला शिक्षणाला मिळणारा वाव यामुळे विद्यार्थ्यांना उत्तम परिस्थिती लाभते. त्याचबरोबरीने शैक्षणिक सुविधा, शिष्यवृत्ती, शुल्क माफी, सामान्य शुल्क यामुळेदेखील विद्यार्थ्यांना अनुकूल परिस्थिती लाभते व मानसिक आरोग्य उत्तम राहते. याउलट अपेक्षित ठिकाणी प्रवेश न मिळणे, शैक्षणिक संस्थांमध्ये बदल घडणे, स्वयंसहायता संस्थेत प्रवेश मिळणे, शिक्षकांमधील परस्पर मतभेद, परीक्षांमधील घोळ या सर्वांमुळे या विद्यार्थ्यांवर अति ताण पडतो आणि त्यांचे मानसिक आरोग्य धोक्यात येते. शाळेतील अभ्यासाचा ताण, पालकांकडून आलेला दबाव याचा परिणाम म्हणून आत्महत्या करणाऱ्या विद्यार्थ्यांची संख्या वाढत गेल्याचे काही काळापूर्वी निदर्शनास आले आहे.

**सामाजिक परिस्थिती:** विद्यार्थ्यांची सामाजिक परिस्थिती देखील त्यांचे मानसिक आरोग्य उत्तम ठेवण्यासाठी मदत करते. सामाजिकदृष्ट्या होणाऱ्या बदलांचा यावर परिणाम होतो. आर्थिकदृष्ट्या मागास किंवा सामाजिकदृष्ट्या मागास असणाऱ्या घटकांना मिळणाऱ्या आरक्षणामुळे परिस्थिती सुधारण्यास मदत मिळते याउलट केवळ सामाजिक दृष्ट्या बहिष्कृत असल्यामुळे विद्यार्थ्यांना अभ्यासाची संधी उपलब्ध होत नाही सोयीसुविधा उपलब्ध होत नाहीत त्यामुळेच काही काळापूर्वी केवळ सगळ्यांसाठी शिक्षण संस्था केवळ मागासवर्गीयांसाठी शिक्षण संस्था उभारल्या आहेत. मनात राहणाऱ्या वनवासी गटांमध्ये उत्कर्ष व्हावा यासाठी नवोदय विद्यालय यांची स्थापना करावी आणि आता हल्ली समाजामध्ये केवळ डॉक्टर आणि इंजिनिअर यांनाच महत्त्व प्राप्त झाल्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या मनावरील ताण वाढत गेला आहे असेही लक्षात आले आहे याउलट ज्या गटामध्ये असा विशिष्ट जाणार नाही त्यांनी आपल्या उत्कर्षासाठी वेगवेगळे मार्ग निवडले आहेत आणि सुखी व समाधानी आयुष्य प्राप्त केले आहे काहीवेळा वैद्यकीय शिक्षण की वागण्याचे शिक्षण किंवा मानव्य शाखा निवडणे यासाठी विद्यार्थ्यांना संघर्ष करावा लागला आहे ज्या विद्यार्थ्यांना मनाजोगती शाखा निवडता आली नाही त्यांना आपल्या शाखेचे शिक्षण पूर्ण करतात विफलतेची भावना निर्माण झाली आणि सुखी व समाधानी आयुष्यापासून ते वंचित राहिले आहेत मात्र ज्यांना पुन्हा काही काळाने आपल्या आवडीच्या क्षेत्राकडे वळता आले. आपल्या क्षमतेनुसार त्यामध्ये उत्कर्ष करून घेता आला त्यांना भरघोस प्रशिक्षण मिळाले आहे उदाहरणार्थ राजुला ललित कलेमध्ये रुची होती मात्र घरच्यांच्या आग्रहापोटी त्याला वाणिज्य शाखेमध्ये पदविका मिळवावी लागेल पुढे मात्र स्वतः अभ्यास करून त्याला ललित कला क्षेत्रामध्ये प्रगती करता आली अर्थात त्यासाठी त्याला पण जास्त परिश्रम घ्यावे लागले शिवाय उमेदीची शिक्षणाची वर्षे ताणामध्ये गेली. समाजामध्ये कोणत्या व्यवसायांना कोणत्या शिक्षणाला महत्त्व आहे यावरून विद्यार्थ्यांचे मानसिक आरोग्य कसे आहेत त्यावर परिणाम होतो प्रामुख्याने कोरोना महामारी तील टाळेबंदी मध्ये काही कुटुंबांचे रोजगार

हरपले अशा कुटुंबातील लहान मुलींना रोजगारासाठी बाहेर पडावे लागले व शाळा सोडून घावी लागली तर काही मुलींना लहान भावंडांना सांभाळण्यासाठी शाळा सोडून घावे लागले त्याच वेळी कुटुंबातील एखाद्या मुलव्याचे शिक्षण मात्र चालू राहिले सामाजिक परिस्थितीत असणारा लैंगिक भेदभाव विद्यार्थिनींवर अति मानसिक ताण नक्कीच निर्माण करतो

**राजकीय परिस्थिती:** राजकीय परिस्थिती आणि विद्यार्थ्यांचे मानसिक आरोग्य यांचादेखील जवळचा संबंध आहे. कोणत्या सामाजिक गटाला किती प्रमाणात शैक्षणिक आरक्षण मिळते हे राजकीय परिस्थिती ठरवत असते. त्याचप्रमाणे दोन भिन्न देशांमधील परस्परांचा संबंधांमुळे संघर्ष होऊ शकतो. त्याचप्रमाणे भाषावार प्रंतरचना तर केव्हा अस्मितादर्शक आंदोलने यामुळे देखील राजकीय परिस्थिती ढवळून निघते. स्वातंत्र्यलढ्यामुळे शैक्षणिकदृष्ट्या अडचण निर्माण होऊ शकते. भारताच्या असहकार लढ्यामध्ये भारतातील अनेक विद्यार्थ्यांनी आपले शिक्षण सोडले व स्वातंत्र्य आंदोलनात भाग घेतला. अशावेळी काही जणांना त्यांच्या पालकांकडून दबाव सहन करावा लागला तर काही जणांना पुढील शिक्षणाच्या वाटा बंद झाल्या. आताही रशिया युद्धात युद्धामुळे कित्येक भारतीय विद्यार्थ्यांना माघारी यावे लागले. सतत असणाऱ्या अस्थिर राजकीय परिस्थितीमुळे अराजक माजते आणि अध्ययनासाठी आवश्यक असणारी शांतता विद्यार्थ्यांना उपलब्ध होत नाही त्यामुळे मानसिक ताण निर्माण होतो व मानसिक आरोग्य धोक्यात येते.

**सांस्कृतिक परिस्थिती:** समाजातील सांस्कृतिक परिस्थितीचा विद्यार्थ्यांवर बरा-वाईट परिणाम होतो कलागुणांना वाव देणारे साहित्य असे परिशीलन करणारी व्यवस्था असेल तर विद्यार्थ्यांच्या सुप्त गुणांना वाव मिळतो. मानसिक ताणाचे विरेचन होते त्याचप्रमाणे स्व-आविष्काराला संधी मिळाल्यामुळे आपण काहीतरी प्राप्त केले आहे याची जाणीव विद्यार्थ्यांना होते. त्याचप्रमाणे आत्मविश्वास वाढतो आणि मानसिक आरोग्य उत्तम राहते. याउलट जिथे कलागुणांची गळचेपी होते, सांस्कृतिकदृष्ट्या हलक्या दर्जाची मनोरंजनाची साधने उपलब्ध असतात तेव्हा विद्यार्थ्यांमधील सुप्त शक्तींना वाईट वळण लागू शकते. त्याचा परिणाम हा शिक्षणाकडून अन्य बाबींकडे पळण्यात होतो त्यामुळे विद्यार्थी अभ्यासात मागे पडतात आणि अतिरिक्त ताण निर्माण होतो. आपल्या स्वतःच्या सहजप्रवृत्तींचे योग्य रीतीने दमन करणे किंवा सहजप्रवृत्तींचे उन्नयन करणे यासाठी समाजाची सांस्कृतिक परिस्थिती जबाबदार असते. असे म्हटले जाते की विचारवंत विद्यार्थ्यांच्या मुखी असणाऱ्या गीतांवरून त्या देशाचे भवितव्य ठरवू शकतात. केवळ मौजमजेचे गीते गाणारे विद्यार्थी पुढे निर्णायक रीतीने देशाचे भवितव्य घडवू शकत नाहीत या उलट देशभक्तीची आणि विकासाची गीते गाणारे विद्यार्थी आपला देश सुखरूप ठेवू शकतात म्हणूनच सांस्कृतिकदृष्ट्या कोणत्या प्रकारचे वातावरण आहे, हे महत्त्वाचे असते. चुकीच्या सांस्कृतिक समजुतीमुळे विद्यार्थ्यांवर ताण निर्माण होतो. विद्यार्थ्यांना योग्य मूल्ये शिकवली जात असतील तर आपोआप सुव्यवस्था राहते. ताणतणावाचे प्रमाण कमी होते.

बाह्य परिस्थिती आणि मानसिक आरोग्य यांचा संबंध पाहिला मात्र आपण शाळेत काय केले म्हणजे ताणतणावाचे योग्य व्यवस्थापन होईल हे पाहिले पाहिजे.



**शालेय वेळापत्रक :** हे ताणतणावाचे व्यवस्थापन करणारे उत्तम साधन असते ताण देणाऱ्या तासिका नंतर कला कार्यानुभव क्रीडा यापैकी कोणत्याही एका विषयाचा तास असेल तर आपोआप तणाव कमी होतो.

**शैक्षणिक सिद्धांत:** जसे शालेचे वेळापत्रक ताण कमी करते त्याचप्रमाणे आनंददायी शिक्षण व ज्ञानरचनावादी शिक्षण, उपक्रमशील शिक्षण, कृतीयुक्त शिक्षण, बालकेंद्री शिक्षण अशा महत्वाच्या मूलभूत सिद्धांतांचा पुरेसा वापर वर्ग अध्यापन करताना केला की विद्यार्थी उत्तम ग्रहण करतात, ज्ञानाचे चांगले दृढीकरण होते व उत्कृष्ट अध्ययन निष्पत्ती मिळते. त्याचे परिणाम म्हणून आपोआप शैक्षणिक संपादनाचा ताण कमी होतो.

**सर्वकष व सातत्यपूर्ण मूल्यमापन:** सर्व प्रकारे म्हणजेच लेखी, तोंडी, उपक्रम, प्रकल्प अशा विविधांगी विद्यार्थ्यांच्या सर्व गुणांचा परिचय करून देणारे असे मूल्यमापनाचे साधन असले पाहिजे. त्याचप्रमाणे विद्यार्थ्यांच्या वर्तनाचे सतत मूल्यमापन केले पाहिजे. त्यामुळे आपोआपच विद्यार्थी आपल्या संपादनाबद्दल जागरूक राहतात आणि त्यांच्या अध्ययनात सातत्य राहते. आपोआप प्रत्यक्ष परीक्षेचा ताण कमी होतो कारण परीक्षेच्या वेळी आधीच बराचसा अभ्यास तयार असतो.

**ताण येतो तेव्हा:** परीक्षेच्या वेळी ताण येतो घरातील संघर्षामुळे ताण येतो अशा प्रत्येक वेळी विद्यार्थ्यांना त्यांचे शिक्षक, वर्गशिक्षक, कला, क्रीडा, शिक्षक आणि समुपदेशक हे सर्वच घटक मदत करू शकतात योगशिक्षक हेसुद्धा ध्यान मौन प्राणायाम यांच्याद्वारे ताण कमी करण्याचे मार्ग सुचवतात.

मला न आवडणाऱ्या गोष्टी, मला परीक्षेची भीती वाटते, मला रस्त्याने येऊ नये असे वाटते, असे आई-बाबा नकोत मला!, पुरे हा कलहा!... अशा प्रकारचे लहान सहान विषय अभिव्यक्तीसाठी दिले असता विद्यार्थ्यांच्या समस्या लक्षात येतात आणि त्यावर लवकर उपाय करता येतात. प्रत्यक्ष समुपदेशन करताना त्यांचा वापर करता येतो व अप्रत्यक्षरीत्या विद्यार्थ्यांच्या कौटुंबिक, सामाजिक, वैयक्तिक जीवनातील ताण, त्याची कारणे यांची समुपदेशकाला जाणीव होते. विद्यार्थ्यांप्रति संवेदनशील असणाऱ्या शिक्षकास देखील त्यांना मदत करणे सोपे जाते.

विद्यार्थ्यांचे मानसिक आरोग्य टिकवण्यासाठी समुपदेशकाला आणि शिक्षकाला पुढाकार घ्यावा लागतो योग्य वेळी सोबत घेऊन पालकांचे समुपदेशन करावे लागते काहीवेळा कौटुंबिक सल्लागाराचीही जोड द्यावी लागते आर्थिक व्यवस्थापन, गृह व्यवस्थापन व साक्षरता यासारख्या बाबी हाताळण्याचे पालकांना प्रशिक्षण द्यावे लागते.

शिक्षक व समुपदेशक हा एकल विद्यार्थ्यांच्या विकासासाठीच नाही तर त्यांच्या समस्त कुटुंबाच्या विकासासाठी कटिबद्ध असतो आणि त्यातून प्रत्यक्ष विद्यार्थ्यांचे त्यांच्या कुटुंबाचे आणि परिणामी समाजाचे मानसिक आरोग्य टिकून राहते अशा सर्व समुपदेशकांना या द्वारे विनम्र अभिवादन केले पाहिजे.



हर्षा बाळकृष्ण पिसाळ

लक्ष्मणराव आपटे प्रशाला, पुणे ४११ ००४

9960544477

## शिक्षक म्हणून माझी बदलेली भूमिका

Adversity has the seed of greater benefits. प्रतिकूलतेमध्ये नवीन शिकण्याचे बीज असते. सर्व जगभरामध्ये कोविड -19 चा हाहाकार माजला आणि सुरळीतपणे चालू असलेले जीवन व्यवहार ठप्प झाले. फिनिक्स पक्ष्याप्रमाणे काहींनी त्यातूनही उभारी घेतली, काहींनी झेप घेतली. असे समजून मीही माझ्या क्षेत्रात म्हणजे शैक्षणिक क्षेत्रामध्ये शिक्षक म्हणून काम करताना विद्यार्थ्यांपर्यंत पोहचण्यासाठी सर्वतोपरी लवकरात लवकर तंत्रज्ञानाचा वापर शिकून घेतला. विद्यार्थ्यांचे शारीरिक, बौद्धिक आणि भावनिक अतोनात नुकसान झाले. यासाठी मी विद्यार्थ्यांच्या अडचणी समजून घेण्याचा प्रयत्न केला. मुलांच्या अडचणी अन् झालेले नुकसान याचे चित्रच डोळ्यांसमोर प्रकटले!

**बौद्धिक अडचणी :** अभ्यासातील अडचणी सोडवता येत नाहीत, समजायला वेळ लागतोय , एखाद्या विषयावर बोलायला सांगितल्यावर विचार करायला वेळ लागतोय, पाठांतराची सवय मोडली, लिखाणाचा वेग मंदावला.

**भावनिक अडचणी :** ऑनलाईन शिकवलेले समजायला अवघड जाते म्हणून चिडचिड होते, अभ्यास झाला नाही म्हणून परीक्षा द्यायला नको वाटते, मैत्रिणीसोबत राहण्याची सवय मोडली, भावना व्यक्त करता येत नाहीत, भावना कोडल्या, वर्गाचे दोन ग्रुप केल्याने सर्व मैत्रिणी भेटत नाहीत.

**शारीरिक अडचणी :** खेळायला मिळत नाही, मोबाईल, टी.व्ही. मुळे डोळे डोके दुखणे, आळस वाढला, शाळेत येण्या जाण्याची सवय मोडली, पूर्वी ५ तास एका जागेवर वर्गात बसायची सवय होती आता १ तास नको वाटतो.

**आर्थिक अडचणी :** पालकांची नोकरी गेल्याने आरोग्य सुविधा मिळणे अवघड, पोटभर खायलाही मिळत नसल्याने तब्येतीची हेळसांड झाली. फी भरणे अशक्य, गावाकडे राहायला जावे लागले. मोबाइल नसल्याने ऑनलाईन क्लासला बसता आले नाही, सगळे ताणावग्रस्त .

**उपाययोजना :** आता जबाबदारी होती ती त्यांना समजून घेण्याची आणि त्यासाठी उपाययोजना करण्याची. यासाठी सर्वप्रथम संवाद साधला तो संवाद हे समस्या निराकरण ची पहिली पायरी. TOGETHER WE CAN MAKE THE DIFFERENCE या उक्तीप्रमाणे मुख्याध्यापक, शिक्षक, विद्यार्थी, पालक, रिश्का, व्हॅनवाले यांच्याशी संवाद साधला.

खरंतर विद्यार्थ्यांना शाळेपासून दूर रहायला लागल्यामुळे अनंत अडचणींना सामोरे जावे लागले होते. त्यांना अध्ययनासाठी नेहमीमारखे शाळेतील शिक्षकांशी संवाद साधता येत नव्हता. ही त्यांची गरजू पूर्ण करण्याचे मी ठरवले आणि विद्यार्थ्यांशी शाळेत आल्यावर वैयक्तिक चौकशी करू लागले. घरी असतानाही त्यांच्या अडचणी व्हाट्सएप वर आलेल्या मेसेजेसला प्रतिसाद देऊन केला. त्यांच्याशी फोनवरही बोलून आत्मविश्वास वाढविला.

पालकांशीही फोनवर संवाद साधला. त्यांना प्राप्त परिस्थितीमध्ये मुलांशी कसे वर्तन ठेवायचे सांगितले. होम स्कूलिंगचे मार्गदर्शन केले.

पालकसभा घेऊन सर्व विषयांमधील ऑनलाईन शिकवताना त्यांचे सहकार्य कसे हवे आणि आता मुलांना शिकवताना कसे पाठीशी रहायचे हे समजावले.

मुलांना तंत्रज्ञानचा वापर शिक्षणासाठी करताना ज्या अडचणी असतात त्या सोडवणे किंवा त्यासाठी पालकांनी शिक्षकांची ची मदत घ्यावी परंतु मुलांना शिक्षणापासून वंचित ठेवू नये.

मुलांना शिकवताना ऑनलाईन आणि फेस टू फेस अध्यापन पद्धती वापरावी लागत आहे . हीच संधी आहे अध्यापन पद्धती विद्यार्थ्यांसाठी अधिक रंजक करण्याची. पी पी टी, उत्तम व्हिडीओस शोधणे, ऑनलाईन वर्ग हवा तेव्हा, घरच्या अभ्यासाच्या सूचना, त्यासाठी वर्कशीट्स, पॅम्पलेट मेकिंग, इत्यादी उपक्रमाला मुलांचा खूपच छान प्रतिसाद मिळाला. त्यांची आवड वाढली. प्रोजेक्ट, व्हिडीओज् प्रेझेंटेशन, गुगल फॉर्म वर पाहिजे त्या पाठावर टेस्ट्स, अश्या अनेक गोष्टी करता आल्या. शिक्षकाची भूमिका बदलेली आहे. त्यासाठी प्रशिक्षण स्वतःच शिक्षक घेत आहेत .गेल्या दोन वर्षात माझ्या इंग्लिश विषयाचे अध्यावत ज्ञान ठेवण्यासाठी ईमेलटाचे व इतर अनेक वेबिनारससाठी उपस्थित राहिले. ऑनलाईन कोर्सेस केले. खरंच प्रतिकूलते मारखे शिक्षण नाही. उपलब्ध सामग्रीचा उत्तमोत्तम वापर करून मुलांपर्यंत पोहचवण्याचे व त्यांना जास्तीत जास्त कोविड काळात सक्षम बनवण्याच्या उद्दिष्टाकडे वाटचाल आहे ह्याचे समाधान वाटते प्रत्येक समस्ये साठी उपाययोजना शोधणे. विद्यार्थ्यांच्या, पालकांच्या शैक्षणिक अडचणी सोडवण्यासाठी सदैव तत्पर असणे. फुलपाखराप्रमाणे विद्यार्थ्यांचे प्रतिकूलतेमधून सुंदर आयुष्य निर्माण करता येते हा विश्वास आहे !



स्नेहा अजित चव्हाण  
श्रमिक विद्यालय, जोगेश्वरी( पूर्व)  
मुंबई - ४०००६०  
8369015013

## योग्य करिअर निवड - उत्तम यशाची सांगड

दहावीची परीक्षा तुमच्या भावी करिअरची दिशा ठरवत असल्याने तुमच्या व पालकांच्या दृष्टिने अत्यंत महत्वाची आहे. करिअर हे प्रत्येकाला म्हत्वाचे असते. पण करिअर घडवणं म्हणजे नक्की काय? हे कोणालाच ठाऊक नसतं. करिअर म्हणजे हुद्दा नाही. करिअर म्हणजे विकासाकडे जाणारा प्रवास, ही मोठी प्रक्रिया आहे बऱ्याचदा कोणते करियर निवडायच याचा शोध सहसा दहावी परिक्षेनंतर घेतला जातो. काही प्रसंगी तर दहावी परीक्षेच्या निकालानंतर! अनेकजण निर्णय घेतच नाहीत. त्यांच्या मते आमच्या हातात काय असतं मार्कानुसार एंट्रन्स घ्यायचं असत. थोडक्यात काय तर करिअर निवडीकरिता पालक आणि विद्यार्थी मुख्यत्वेकरून ज्या निकषावर अवलंबून असतात ते म्हणजे बोर्डाचे गुण! कोणत्या शाखेत प्रवेश करावयाचा हे बहुधा बोर्डाच्या निकालावर अवलंबून असते. म्हणजेच उत्तम मार्क असतील तरच सायन्स, मध्यम असतील तर कॉमर्स अन उरलेल्या सर्वासाठी आर्ट्स! परंतु करिअर निवडीकरिता फक्त दहावीच्या गुणांनुसार शाखा निवडणे ही मानसिकता मुळात बदलण्याची गरज आहे . इतकेच नाही तर बुद्ध पालकांचा दबाव स्टेस्ट्स, मित्रमंडळी, ट्रेण्ड यांना बघून दिशा ठरविणे हे मुख्यतः टाळले पाहिजे.

कोणत्याही क्षेत्रात करिअर करण्यासाठी त्यास आवश्यक असणाऱ्या सर्वच मूलभूत बाबींचा अभ्यास करून त्याची पूर्व तयारी करा. त्या बाबतचे योग्य व सहाय्यभूत ठरणारे मार्गदर्शन तज्ञाकडून मिळावा.अश्या प्रकारे पूर्वतयारी करणं करिअर साठी नक्कीच पोषक ठरेल .त्यासाठी अधिक गरज आहे ती स्वतःला जाणून घेण्याची!

प्रथम स्वतःमधील बलस्थानांचा, क्षमतांचा विचार करा .तुमच्याकडे कोणत्या त्रुटी आहेत/ते जाणून घ्या करिअरची निवड तुम्ही करणार आहात त्यामध्ये भविष्यातील संधी काय काय आहेत? त्याचप्रमाणे त्यातील धोके किंवा असमाधानकारक बाबी कोणत्या आहेत? जाणून घ्या .

आपण आपला हा अभ्यास करत असताना तुम्हाला तुमच्या आवडीच्या विषयातील करिअरची माहिती मिळविण गरजेचे आहे. जे करिअर निवडलं त्यातले जाणकार बनवण्याचा पूर्ण प्रयत्न करा. प्राधान्य कशाला द्यायचं ते ठरवा. ज्यामध्ये तुम्हाला करिअर करता येईल अश्या १० विविध शाखांची यादी तयार झाल्यावर त्यातून आणखी शॉर्ट लिस्ट करत करिअरचे तीन पर्याय निवडा. तुही शॉर्ट लिस्ट केलेल्या करिअरच्या बाबतीत अधिक माहिती मिळविण्यास सुरवात करा. हे करत असताना त्या क्षेत्रात कोणते अभ्यासक्रम आवश्यक आहेत, हे अभ्यासक्रम कोणकोणत्या महाविद्यालयामध्ये किंवा विद्यापीठामध्ये उपलब्ध आहेत याची माहिती मिळवा, ही माहिती

मिळविल्यानंतर त्या क्षेत्रात काम करणाऱ्यांच्या भेटी घेऊन प्रत्यक्ष ते काम करत असताना कोणकोणत्या अडचणींना सामोरे जावे लागते यांचीही माहिती घ्या आणि त्यानंतर तुम्ही करिअर निवडीचा योग्य निर्णय घ्या. केवळ एखाद्या क्षेत्राला समाजात चांगली पत आहे. म्हणून केवळ त्या क्षेत्रात करिअर करण्याचा निर्णय घेऊ नका. करिअर निवडीमध्ये तुमची आवड व क्षमता महत्वाची ठरते.

अजून एक महत्वाची बाब मला इथे नमूद करावीशी वाटते की, अनेकदा माझे सारे मित्र-मैत्रिणी काय करत आहेत, तेच मला करायचंय आहे. यासाठी प्रथम स्वतःची बौद्धिक क्षमता, अभिरुची, अभियोव्यता, स्वभाववैशिष्ट्य, शारिरिक व मानिसक कुवत जाणून घ्या. उदा. संगणकाचं आकर्षण आणि संगणकाची भाषा शिकविण्यामागचा फरक समजल्यावर त्याचा ध्यास घेणाराही नेमका निर्णय घेऊ शकतो.

करिअरची दिशा ठरविताना मुख्यता स्वतःचा अभ्यास करा, सर्वकष विचार करून आपल्या करिअर निवडीचे नियोजन करा. करिअर नियोजन घडविणे म्हणजेच एखादं स्वप्न प्रत्यक्षात साकार होताना बघण्या इतकी योगा योगाची गोष्ट नक्कीच नाही.

करिअर चॉइस हा एक गहन प्रश्न बनला आहे. पूर्वी पर्याय फरसे उपलब्ध नव्हते. पण आता समोर अनेक पर्याय निवडून संधीचा फायदा करून घेणे यातच खरा कस लागतो.

मुलांनो तुम्ही आता सज्ञान झाला आहात. स्वतः बद्दल आता गंभीर होण्याची वेळ आलेली आहे. आता नाही, तर मग कधीच नाही. या पुढच्या पाच सात वर्षांत नियोजन पूर्वक कष्ट केलेत तर उद्याचे संपूर्ण आयुष्य उजळून जाईल परंतु ही पाच-सात वर्ष स्वताःच्या करिअरकडे ढलक्ष केलेत तर पुढे सर्व आयुष्यभर कष्ट उपसत बसणे नशिबी येईल हे लक्षात ठेवा.

करिअरची दिशा ही योग्य ठरवायला हवी. त्या दिशेनुसार भरपूर मेहनत सातत्याने करायला हवी. सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवून पुढे मार्गक्रमण करायला हवे. कोणतीही शाखा निवडा. पण त्या शाखेत अभ्यास करताना किमान मास्टर पर्यंत तरी शिक्षण पूर्ण करा. योग्य करिअरची निवड व त्यातून मिळाले उत्तुंग यश हे तुमच्या पायवाटा नक्कीच राजमार्ग बनवतील त्यामुळे तुम्ही इतरांचे रोल मॉडेल बनाल. स्वतःच्या क्षमतांवर विश्वास ठेवा पंखामध्ये बळ एकवटण्यासाठी प्रयत्न करा. यश तुमचेच आहे

“ओळखा स्वतःला आणि दिशा करिअरची ठरवा,

आत्मविश्वासने उत्तुंग यश मिळवा”



मीना मिश्रा

मुख्य कार्यकारी अधिकारी

द इम्पिश लास पब्लिशिंग हाऊस, मुंबई

9920887047

## काव्य रचना करताना

काव्य रचना हा साहित्याचा एक महत्वाचा भाग आहे. विद्यार्थ्यांनी शालेय तसेच महाविद्यालयीन स्तरावर स्वतःला व्यक्त करताना काव्य रचना काशी करावी याबाबत मीना मिश्रा यांचं थोडक्यात मार्गदर्शन.

कविता हा लेखनाचा एक भाग आहे ज्यामध्ये शब्दसौंदर्य व नाद सौंदर्याचा अनोख्या पद्धतीने आविष्कार होतो. अनेकदा कवितांच्या ओळींमध्ये यमकही साधले जाते.

मुक्त कवितेचे कोणतेही अधिकृत नियम नाहीत. तथापि, सर्व सर्जनशील लेखनाप्रमाणे, कविता विशिष्ट लेखन नियमांत लिहिली तर आपल्याला आपल्या कल्पनांवर प्रभुत्व मिळविण्यास आणि कवितेचा आस्वाद घेण्यास मदत करू शकते.

कवितेत यमक साधून आणि ताल, लय व वृत्ते यांच्या जोडीने बनवता येऊ शकते. औपचारिक रचना नसलेल्या कविता मुक्त स्वरूपाच्या असू शकतात. कवितेचा मूळ गाभा म्हणजे पद्य म्हणून ओळखल्या जाणाऱ्या काव्यपंक्ती.

तुम्ही एखादे सुनीत काव्य किंवा गाणे लिहित असाल तर काही फरक पडत नाही, कोणत्याही कवितेसाठी या पाच गोष्टी आवश्यक आहेत.

- **कल्पनाविष्कार** - भावना आणि कल्पनांना अभिव्यक्त करणारे सशक्त माध्यम म्हणजे कविता. तुमची कविता उत्तम आणि मनमोहक बनवणारी एकमेव गोष्ट म्हणजे उत्तम कवितेत प्रकट झालेली कल्पना किंवा प्रतिमा.
- **नादरम्यता** - नादरम्यता ही कवितेचे स्वर, लय, ताल आणि गती प्रकट करते. एका ओळीत किंवा श्लोकातील आरोह व अवरोह, संगीताचा ठेका यानुसार ताल तयार होतो. आधुनिक कवितेत शब्दांची पुनरावृत्ती, अलंकार लय निर्माण करण्यास मदत करू शकतात.
- **रचना** - रचना ही कवितेला गद्यापेक्षा वेगळे करते. कमी शब्दात सखोल अर्थ व्यक्त करणारे माध्यम म्हणजे कविता.
- **काव्यपंक्ती** - काव्यपंक्ती हे कविता व्यक्त करण्याचे माध्यम असते.

तुमच्या कवितेचा संदेश हा सर्वात महत्वाचा भाग आहे.

संदेश सोपा असू शकतो किंवा कधी अधिक कठीण असू शकतो. ते काहीही असले तरी, तुमचा संदेश स्पष्ट न करता तो रसिक वाचकाला उमगलाच पाहजे.



समीक्षा संतोष साळसकर,  
मुख्याध्यापिका  
गोरेगांव (पूर्व), मुंबई ४०००६९.  
9930326269

## उपक्रमशील शाळा - निवारा विद्यालय

निवारा विद्यालय, गोरेगांव पूर्व, मुंबई येथील आमच्या शाळेत 'विद्यार्थ्यांचा सर्वांगीण विकास' हेच ध्येय ठेवून विविध स्पर्धांचे व उपक्रमांचे आयोजन केले जाते. शैक्षणिक वर्ष २०२१-२२ मध्ये पुढील उपक्रम शाळेमध्ये घेण्यात आले -

- विद्यार्थ्यांना पर्यावरणाचे महत्त्व समजावे हाच उद्देश लक्षात घेऊन 'रोपांचे संगोपन' हा उपक्रम घेण्यात आला. विज्ञान व पर्यावरण यांची सांगड घालत या उपक्रमात एखादे रोप लावून त्या रोपाच्या वाढीचे निरीक्षण करून नोंदी ठेवण्यास सांगितल्याने रोप वाढताना पाहण्याचा एक वेगळा आनंद विद्यार्थ्यांना अनुभवता आला.
- 'मी घेतलेली पर्यावरणाची काळजी' या उपक्रमांतर्गत पाणी बचत, वीज बचत यांसारख्या पर्यावरणपूरक कृतींची नोंद ठेवण्यास विद्यार्थ्यांना प्रोत्साहित केले गेले.
- वाचन हा बहुश्रुत व्यक्तिमत्त्वाचा पाया असतो. आमच्या शाळेतील विद्यार्थ्यांनी अभ्यासक्रमाच्या पुस्तकांबरोबर इतरही भरपूर वाचन करावे म्हणून 'वाचन कट्टा' हा व्हाट्सअप ग्रुप तयार करून त्यात विविध पुस्तकांचे लेख वाचनास दिले जातात. त्याचबरोबर विद्यार्थ्यांनी अधिकाधिक पुस्तकांचे वाचन करावे यासाठी 'मी एक वाचक' या स्पर्धेचे आयोजन करण्यात आले होते. वाचन संस्कृती वाढीस लागावी म्हणून कथावाचन, कथा अभिवाचन, चुटकुले, काव्यवाचन यांसारख्या स्पर्धांचेही आयोजन करण्यात आले होते.
- वाचनाबरोबर विद्यार्थ्यांच्या सुप्त गुणांना प्रोत्साहन मिळावे यासाठी वेशभूषा, चित्रकला, रांगोळी, वक्तृत्व, निबंध, गीतगायन, नृत्य व कथाकथन यांसारख्या स्पर्धांचे आयोजन केले जाते.
- यावर्षी 'निपुण भारत अभियान' अंतर्गत गणित दिनानिमित्त गणितोत्सवाचे आयोजन करण्यात आले होते. शालेय स्तरापासून विद्यार्थ्यांना गणित या विषयाची गोडी लागावी तसेच गणितीय दृष्टीकोन विकसित व्हावा यासाठी विविध स्पर्धांचे आयोजन करण्यात आले होते. 'फलक लेखन' या उपक्रमांतर्गत विद्यार्थ्यांनी फळयावर गणित विषयाशी संबंधित छान-छान कविता लिहिल्या होत्या. 'गणित परिपाठ' अंतर्गत गणित तज्ज्ञांच्या रंजक गोष्टी, गाणी, बडबडगीते, पारंपरिक गोष्टीतील गणितावर आधारित नाटिका विद्यार्थ्यांनी सादर केल्या होत्या.
- विद्यार्थी जोपासत असलेल्या छंदांचे कौतुक व्हावे व इतर विद्यार्थ्यांना त्यातून प्रेरणा मिळावी म्हणून 'छंदांचे प्रदर्शन' या उपक्रमांतर्गत विद्यार्थ्यांनी स्वतःचे छंद जोपासत असताना केलेला

संग्रह, बनवलेल्या वस्तू किंवा विविध स्पर्धांच्या निमित्ताने काढलेली चित्रे, केलेले लेखन यांचे प्रदर्शन मांडून व्हिडिओ बनवून पाठवले होते. या छंदांतूनच निर्मिती होते ती उद्योगाची.

- 'हस्तउद्योग' या उपक्रमातून विद्यार्थ्यांनी एखाद्या हस्त उद्योगाची माहिती घेऊन स्वतःचा दोन मिनिटांचा व्हिडिओ बनवला होता. एखादा लघू उद्योग करणा-या पालकांची मुलाखत घेऊन व्हिडिओ बनवला होता. या उपक्रमांतून विविध उद्योगांची माहिती विद्यार्थ्यांना मिळाली.
- ज्ञानाधिष्ठित समाजाच्या निर्मितीत विद्यार्थ्यांला केवळ माहिती मिळवून भागणार नाही म्हणूनच बदलत्या काळात पारंपरिक शिक्षण आणि नोकरी यापलीकडे जाऊन नवीन क्षेत्र, उद्योगधंदे, व्यवसाय उदयास येत आहेत. या नव्याने येणा-या क्षेत्रात करिअर करावयाचे असल्यास त्या क्षेत्राशी संबंधित विषयात पारंगत असणे ही काळाची गरज आहे, हे लक्षात घेऊनच शिक्षणाबरोबर विद्यार्थ्यांना भविष्यात स्वतःचा मार्ग सुकर व्हावा यासाठी विविध वेबिनारचे (डिजिटल माध्यम वापरून) आयोजन शनिवारी करण्यात येते.

#### आजपर्यंत झालेल्या वेबिनारचे विविध विषय -

- मराठी वाहिन्यांमधील संधी.
- स्पर्धा परीक्षा.
- सोशल मिडिया क्षेत्रातील लेखनाच्या संधी.
- मार्केटिंग व सेल्समन व्यवसायाच्या संधी.
- कॉमर्स क्षेत्रातील विविध संधी अशा अनेक क्षेत्रांचा समावेश करून त्या विविध क्षेत्रांतील तज्ज्ञ व्यक्तींचे अनुभव व मार्गदर्शन विद्यार्थ्यांना लाभते.

#### वेबिनारचा उद्देश -

- विद्यार्थ्यांना माहित नसलेल्या क्षेत्रांची ओळख करून देणे.
- विद्यार्थ्यांना स्वतःच्या क्षेत्राची निवड योग्य प्रकारे करता येणे.
- आवड, छंद आणि प्रावीण्य या त्रिसूत्रीची सांगड करिअर निवडताना घालता येणे.
- विद्यार्थ्यांची कौशल्ये आणि अभ्यासक्रम यांची सांगड घालून त्यांच्यातील उद्योजकता विकसित करणे.

हेच उद्देश लक्षात घेऊन 'विविध वस्तू तयार करणे' हा उपक्रम देण्यात आला होता. त्यात विद्यार्थ्यांनी राखी बनवणे, इको फ्रेंडली गणपती तयार करणे, साबण बनवणे, अगरबत्ती बनवणे, केक बनवणे अशा अनेक वस्तू तयार केल्या. एवढेच नव्हे तर इ. ९ वी च्या मुलींना 'ब्युटी आणि वेलनेस' व मुलांना 'मोबाईल रिपेयरिंग' अशा दोन कोर्सचे प्रशिक्षणही देण्यात आले. तसेच मुलींच्या स्वरक्षणासाठी मार्गदर्शन सत्र आयोजित केले गेले.

शरीराबरोबर जेव्हा मनही सुहृद असेल तेव्हाच हे सर्वच उपक्रम यशस्वी होऊ शकतात, हे लक्षात घेऊन "आपले आरोग्य आपल्या हाती, काळजी घ्या स्वतःची" असे म्हणत विद्यार्थ्यांना कृतिशील व आनंददायी जीवन जगता यावे यासाठी काही वेबिनार (डिजिटल माध्यम वापरून) आयोजित केले होते.

#### वेबिनारमध्ये -

- कोविड काळातील मुलांचे आरोग्य आणि वर्तणूक
- रोगप्रतिकारकशक्ती व श्वसनाच्या आरोग्यासाठी योगा
- जंकफूडचे दुष्परिणाम
- आरोग्य आपल्या हातांचे



- आपले आरोग्य
- तसचे विद्यार्थ्यांमधील कुतूहल जागृत व्हावे यासाठी अवकाशातील अदभुत घटना.

अशा विविध विषयांचा समावेश करण्यात आला होता. असे नावीन्यपूर्ण उपक्रम शै. वर्ष २०२१-२२ मध्ये राबविण्यात आले.



Beauty & Wellness



## आमचे वाचक

मा. संदीप सांगवे,

शिक्षण उपसंचालक, मुंबई विभाग.

मंत्र समुपदेशनाचा मासिकाचे संपादक मंडळ नमस्कार,

आपल्या मंत्र समुपदेशनाचा या डिजिटल अंकाचे संपादक निवृत्त प्राचार्य श्री सुदाम कुंभार यांनी माझी भेट घेऊन आपले आतापर्यंत प्रकाशित झालेले अंक अर्थातच ऑनलाईन डिजिटल स्वरूपात माहे जानेवारी २०२२ ते मार्च २०२२ मला दाखविले. ते पाहिल्यावर एक आनंद तरंग मनात उसळून आला. आजच्या सद्यस्थितीत विद्यार्थी व पालकांना संश्रमित करणाऱ्या काळात इतकी सुंदर वैविध्यपूर्ण माहिती व करिअर विषयक मार्गदर्शन या अंकात सामावलेले आहे. त्यातील प्रत्येक महिन्यातील करिअर विषयक लेख व माहिती आणि मार्गदर्शन, विषयनिहाय चर्चा आणि मान्यवरांच्या मुलाखती वाचून अत्यंत अभ्यासपूर्ण व नियोजनबद्ध रीतीने समाजातील पालक, विद्यार्थी किंबहुना शिक्षक वृंदास ही उत्तम तऱ्हेने मार्गदर्शन व समुपदेशन सुरू आहे हे दिसते.

आपल्या यावर्षी सुरू झालेल्या या डिजिटल अंकाचे रूप व स्वरूप पाहता याचे पुढील सर्व अंक अतिशय आवश्यक व उपयुक्त व वास्तवाशी सुसंगत असतील व विद्यार्थी, पालक, आणि समाजहिताचे असतील यात काही शंका वाटत नाही.

अंकाची रचना, आकार, आशय, विषय, त्यातील विविध मुलाखती आणि वाचकांच्या प्रतिक्रिया या सर्वांवरून निश्चितच आपल्या अंकाचे व त्यातील सर्व सहभागी मान्यवरांचे मनःपूर्वक कौतुक व अभिनंदन करतो. पुढील वाटचालीसाठी खूप शुभेच्छा देतो. शिक्षण व समुपदेशन या परिघात आपला मंत्र समुपदेशनाचा हा डिजिटल अंक निश्चितपणे श्रेयस व प्रेयस असून वाखाणण्यासारखा आहे. निश्चितच या अंकाची आवश्यकता, गरज व उपयुक्तता त्यामुळे सहज लक्षात येते.

राजेश हेंद्रे,

शेक्सपिअरच्या देशातील कवी

या पुस्तकाचे लेखक,

वारजे, पुणे

सप्रेम नमस्कार,

आपण अगत्यपूर्वक पाठवलेले मासिक मंत्र समुपदेशनाचा, माहे जानेवारी, फेब्रुवारी आणि मार्च तीन महिन्याचे अंक मिळाले त्याबद्दल धन्यवाद. सुरुवातीलाच या नूतन व अभिमानास्पद उपक्रमाबद्दल आपले आणि आपल्या सहकाऱ्यांचे मनःपूर्वक अभिनंदन !! खरंतर या विषयावर काही लिहिण्याचा माझा कुठलाही अधिकार नाही. पण आपल्या मैत्रीच्या नात्यातून आपल्याला भरभरून शुभेच्छा देण्याचे काम मी नक्कीच करू शकतो. मंत्र समुपदेशनाचा या लक्षवेधी शीर्षकाने आपण सुरू केलेल्या या अभिनव उपक्रमाची आज विद्यार्थ्यांसह पालक वर्गालाही खरोखरच गरज आहे. मासिकाच्या शीर्षकातच त्याचे प्रयोजन आणि उपयुक्तता सामावली आहे. अंकात विविध विषयांवरचे अभ्यासपूर्ण लेख वाचत असताना आपण समस्तांनी यासाठी किती खोलवर विचार केला आहे हे समजून आले.

आजकाल कित्येक लोकांना वाटतं, की आयुष्यात यश मिळतं ते आपल्या नशिबामुळे किंवा विलक्षण बुद्धिमते मुळे; पण केवळ असं काही नसतं. अनेक यशस्वी माणसांच्या यशाचे रहस्य हे त्यांनी जीवनात आखून घेतलेल्या स्वयंशिस्तीचं द्योतक असतं आणि स्वयंशिस्त त्यांच्या आतून जीवन बदलू पाहणाऱ्या विचारातून आलेली असते. आपला हा उपक्रम याच बदलत्या विचारांच्या पथावरून विद्यार्थ्यांचं अंतरंग बदलण्याचा अनोखा विचार रुजवतं. आपल्या आयुष्याची जडणघडण होण्यासाठी शिक्षण हे आवश्यक असतंच, पण जीवितसाफल्य साठीही ते तितकंच महत्त्वाचं असतं. या साफल्ययात्रेतील पहिला महत्त्वाचा घटक विद्यार्थी आणि दुसरा शिक्षक असतो. शिक्षकाने अर्थ जाणावा व विद्यार्थ्यांनी ती जाण संक्रमित करावी, असा हा आनंददायी प्रवास असतो. या वर्तमान प्रवासात एकीकडे ज्ञान संपादनाची साधने वाढत आहेत, तर दुसरीकडे अभ्यास मात्र कमी होत चालला आहे. त्याला कारण म्हणजे ध्येयाचं ढळलेलं अवधान. ते ढळलेलं अवधान आपण या लेखनाद्वारे सज्ज करण्याचे काम करत आहात ही आवर्जून नोंद घेण्याजोगी आणि अभिनंदनाची बाब आहे. आज सगळ्याच क्षेत्रात समुपदेशन ही काळाची गरज होऊन बसली आहे. या मासिकाच्या रूपाने आपण नेमकं तेच काम करून विद्यार्थ्यांना सजग आत्मभान देत आहात आणि करिअरच्या अनेक संधी त्यांच्या दारात ठेवत त्यांच्या जडणघडणीत हातभार लावत आहात.

विद्यार्थ्यांचे अभ्यासाचे महाभारत ज्ञानव्रती शिक्षकांना ज्ञात असते म्हणून त्यांच्या जीवनात ते व्यासांची भूमिका बजावतात. आपण सर्वजण ज्ञानसाधना आणि ज्ञानदान या दोन्ही बद्दल मनापासून आस्था आणि तळमळ असलेले तसेच व्यास आहात. मुलांचे हित कशात आहे हे जेवढे संवेदनशील पालकांना समजते तेवढेच आपल्यालाही ज्ञात आहे. आपण सर्वजण विद्येच्या प्रांगणातील असल्यामुळे आपले हितकारक विचार विद्यार्थ्यांचे नक्कीच कल्याण करतील यात कुठलीही शंका नाही. सहज सोप्या भाषाशैलीमुळे लेख वाचनीय झाले आहेत.

कोविडनंतरच्या काळात सध्याच्या विद्यार्थ्यांपुढे सोशल मीडिया आणि ऑनलाईन अभ्यास यांच्यामध्ये समतोल साधणे हे खूप मोठे आव्हान बनले आहे. त्या आव्हानांचा सामना करत अनेकांना जीवनात यशस्वी व्हायचं आहे. पण या ताण-तणावाच्या गोंधळात ती मार्गक्रमणा कशी करायची हेच त्यांना समजेनासे झाले आहे. आपल्या अनुभवी मार्गदर्शनामुळे त्यांचा हा यशोमार्ग उजळ होईल असे वाटते. अभ्यासाच्या विविध अंगांना स्पर्श करून यशोमार्गावर कसे धावावं, याचा मूलमंत्रच पण यातून देत आहात. या मंत्रप्रभावाने येत्या काळात अनेकांच्या आयुष्याला दिशा मिळो, हीच भावना व्यक्त करून आपल्याला पुढील अंकांसाठी पुन्हा एकदा अनेक भरभरून शुभेच्छा !

धन्यवाद.

**श्री. नारायण नामदेव कुंभार,**

**उपाध्यक्ष - अलाहाबाद बँक एम्प्लॉइज युनियन महाराष्ट्र युनिट, पुणे**

'मंत्र समुपदेशनाचा' या तिसऱ्या अंकाचे मी आवर्जून वाचन केले. अंक खूप आवडला. जणू आपल्या शाळेतील गुरुजी विद्यार्थ्यांना आपुलकीने नवनवीन गोष्टी सांगताहेत असं वाटलं. नवीन तंत्रज्ञान कितीही विकसित असलं तरी माहिती युगाच्या आजच्या काळात सोप्या भाषेत परिणामकारक

पध्दतीने सांगणारं कुणीतरी हवंच, आणि नेमकं तेच काम या अंकातील तज्ञ लेखकांनी आपल्या लेखांमधून केलं आहे.

"कायद्याचा अभ्यास" या श्री. सुदाम कुंभार सरांच्या लेखातून सदर अभ्यासक्रमास प्रवेश घेण्यासाठी परीक्षा दिल्यानंतर देशातील बावीस राष्ट्रीय विधी विद्यापिठातील संलग्न महाविद्यालयात विद्यार्थी प्रवेशासाठी पात्र ठरतात व अशा तीन संस्था ( मुंबई, नागपूर, औरंगाबाद ) महाराष्ट्रात आहेत, ही बाब मला तरी प्रथमच ज्ञात झाली.

श्री. संदेश रहाटे यांनी कायदा क्षेत्रातील उपलब्ध संधी याबाबत सविस्तर माहिती आपल्या अभ्यासपूर्ण लेखातून दिली आहे.त्याचप्रमाणे श्री.नरेंद्र शिर्के यांनी एम.बी.ए.व एम.एम.एस.याबद्दल उपयुक्त देताना या अभ्यासक्रमाच्या संस्थांचा इतिहासही मांडला आहे.यासाठी घेण्यात येणाऱ्या सी.ई.टी परिक्षेसाठी त्यांनी उपयुक्त मार्गदर्शन केले आहे.

आईचा अपवाद सोडला तर मुलांची मानसिकता शिक्षकांइतका दुसरा कोणीही जाणून शकत नाही.त्यावर नेमका प्रकाशझोत प्राचार्य काकासाहेब वाळुंजकर यांनी आपल्या लेखातून टाकला आहे. सुमारे दोन वर्षांनंतर मुलं शाळेत येत आहेत, तेव्हा आता विविध खेळ, कथाकथन अशा उपक्रमांचा उपयोग करून विद्यार्थ्यांना कसं घडविता येईल याचा दिशानिर्देश त्यांनी केला आहे.

"करिअरचा नवा मंत्र" या श्री.संदीप गीध यांच्या लेखातील यशस्वी करिअरसाठी महत्वाचे मुद्दे वाचताना त्यातील पुढील भाग मला खूप भावला : "हे सर्व करताना तुम्ही एक सहृदय माणूस आहात हे मात्र विसरू नका.जे कराल ते माणुसकीची स्पंदने हृदयात ठेऊन करा.करिअरमध्ये मेंदू श्रेष्ठ असतो. पण जीवनामध्ये हृदय महत्वाचं ठरतं, कारण ते शेवटी तुम्हाला उन्नत मार्गावर घेऊन जातं."

मीना मिश्रा, कल्पिता राणे यांचेही लेख आवडले. विद्या पुरव यांनी कोरोना काळात केलेले शाळेतील उपक्रम स्तुत्य आहेत.

डॉ.उमेश प्रधान यांनी' गुरू संदेश ' मध्ये म्हटल्याप्रमाणे सर्व लेख व " मंत्र समुपदेशनाचे " सर्व अंक संग्रही ठेवण्यासारखे आहेत हे नक्कीच ! आता उत्सुकता आहे ती नवीन अंक कधी हातात पडेल याची!!

### **संतोष ललवाणी, समुपदेशक**

#### **देऊळगाव राजा, बुलढाणा**

शास्त्रशुद्ध पध्दतीने करिअर कसे निवडावे, करिअरच्या विविध संधी या बद्दल माहिती देणारे अल्पावधीतच नावारूपास आले ऑनलाईन मासिक म्हणजे " मंत्र समुपदेशनाचा." संपादक श्री कुंभार सर व त्यांची टीम यांचे याबद्दल हार्दिक अभिनंदन. आकर्षक मुखपृष्ठ व संशोधनात्मक अभ्यासपूर्ण लेख यामुळे हे मासिक विद्यार्थी, पालक शिक्षक यांच्या पसंतीस उतरले आहे. समुपदेशक बंधूंना पण याचा खूप मोठा फायदा होत आहे. पुढील वाटचाली साठी शुभेच्छा !!

Mr. Sahebrao Mahajan,  
Asst. Teacher and  
President, eMELTA

The Prudent Editor,

I applaud you for publishing such a practical and useful magazine of educational counselling for students and their parents.

The world's highest suicide rates among children have been reported in India especially among children in the age group of 15 to 28 years due to fear of failure, competitive pressure, depression and fear of unemployment. They are physically, mentally and educationally agitated minds of teenage life that need proper guidance to set their career and polish their personality. In such a scenario, this magazine certainly provides them comprehensive guidelines of various courses and job opportunities that can mould their career. The magazine succeeds in hitting the bull's eye.

The language is modest, the layouts are modern and up to date stylish, the pictures and diagrams transmit information to the brains of readers to ignite them for the expected changes. The magazine is not overloaded with information as the articles are written by experienced teachers in the field of counselling.

The fillers in form of the images and quotes by our Mentor Hon. Dr. Umesh Pradhan sir, are the pillars that give the educational Midas Touch to the magazine.

Let me assure you that the magazine is well read by the teachers of *the Entire Maharashtra English Language Teachers' Association-(eMELTA)*. And they share it with students, their parents, friends and relatives every month.

I thank you personally for your thought-provoking, yet practical, insights and I look forward to reading your next magazines. Best wishes to your future endeavours.

मंत्र समुपदेशनाचा