



प्रेरणास्थान
श्री. सुरेशदादा जैन

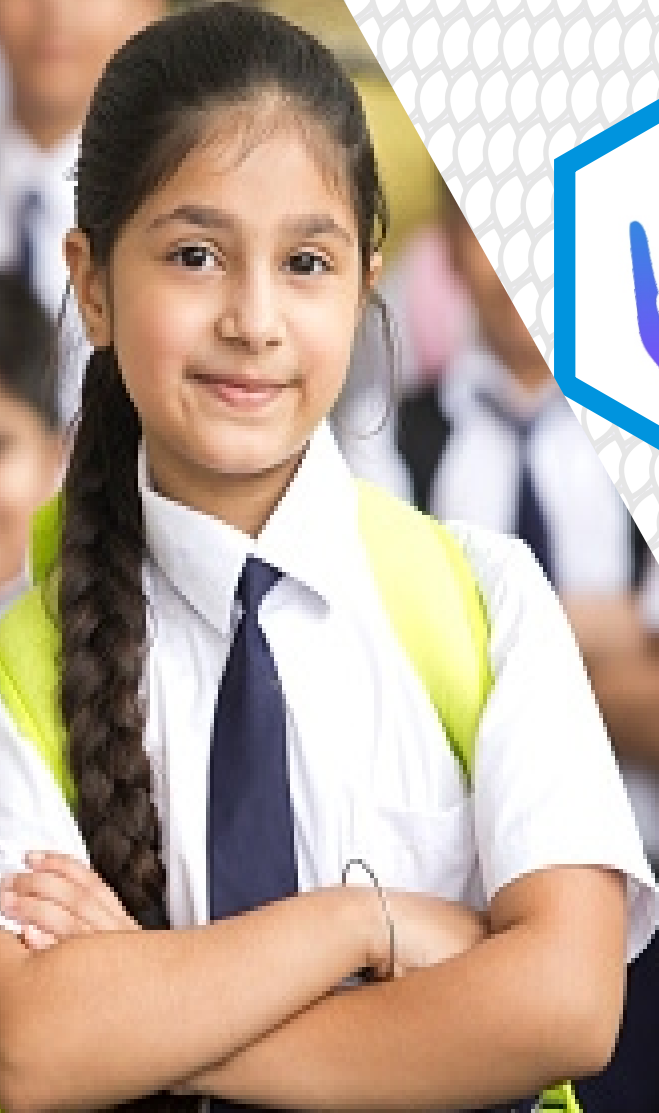


मातोश्री प्रेमाबाई जैन
उच्च शिक्षण शिष्यवृत्ती योजना

ज्ञानयज्ञ

आमचे ध्येय : गुणवंत विद्यार्थ्यांमध्ये शैक्षणिक व उद्योजकिय कौशल्य विससित करुन त्यांना जागतिक सतरावर सक्षम बनविणे.

वर्ष १३ - अंक ३० - जानेवारी - ऑक्टोबर २०२४



The central graphic consists of seven blue hexagonal icons arranged in a cluster. The top-left icon shows a laptop with a lightbulb, a magnifying glass, and books. The top-right icon shows a person with glasses and a graduation cap. The middle-left icon shows a lightbulb being held by two hands. The middle-right icon features the text '17 YEARS' with 'EMPOWERING STUDENTS SINCE 2008' below it, and a stack of books. The bottom-left icon shows a globe on top of an open book. The bottom-right icon shows a person presenting at a screen with a bar chart and a gear. To the right of the central cluster is a vertical icon of a pencil with a graduation cap on top.

संघर्षातूनच सामर्थ्याची खरी परिक्षा होते

जीवन कौशल्ये - व्यक्तिमत्व विकासाचा मार्ग



एसडी-सीडने जिल्ह्यातील हजारो विद्यार्थ्यांच्या जीवनात शैक्षणिक क्रांती घडवून आणली आहे. एसडी-सीडचे प्रेरणास्थान आ. सुरेशदादा जैन यांच्या दूरदृष्टीतून युवकांच्या शिक्षण आणि उद्योजकतेला नियमित प्रेरणा मिळत आहे. सध्याच्या गतिमान आणि स्पर्धात्मक वातावरणात उत्कृष्ट यश मिळवण्यासाठी विद्यार्थ्यांना दिशादर्शक, मार्गदर्शक ठरलेल्या एसडी-सीडचे कार्य खरच कौतुकास्पद असून योजनेचे कार्यक्षेत्र दिवसेंदिवस विस्तारत आहे. हजारो विद्यार्थी त्यांच्या शैक्षणिक करिअरमध्ये यशस्वी आणि स्थिरस्थावर झालेले आपण पाहत आहोत.

आजच्या जीवनामध्ये सामाजिक, राजकिय, आर्थिक, सांस्कृतिक परिस्थितीमध्ये झपाट्याने बदल होत आहेत. ह्या बदलांमुळे तसेच पालकांच्या आणि शिक्षकांच्या मोठ्या अपेक्षांच्या ओझ्याखाली विद्यार्थी दडपला गेला आहे. त्यामुळे स्वतःला समजून घेण्याची क्षमता विकसित होण्यास त्यास अडसर निर्माण होत आहे. व्यक्तिचा सर्वांगीण विकास करणे शिक्षणाचे अंतीम उद्दीष्ट मानले जाते. त्या सर्वांगीण विकासामध्ये मानसिक क्षमतांचा जास्तीत जास्त उपयोग करून शिक्षण अधिकाधिक जीवनकेंद्रीत करून विद्यार्थ्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचा विकास साधता येतो. व्यक्तिविकास हा चारित्र्य निर्मितीशी निगडित असतो. चारित्र्याची उत्तम प्रकारे जडणघडण होण्यासाठी मानवाला महत्वपूर्ण जीवन कौशल्यांची आवश्यकता आहे. म्हणूनच जीवन कौशल्यांचा विकास शिक्षणातून होणे गरजेचे आहे.

प्रमुख जीवन कौशल्ये

- **स्व ची जाणीव :** व्यक्तिची स्वतःच्या शारीरिक व मानसिक अवस्थांची जाण असण्याची क्षमता म्हणजे स्व ची जाणीव. या क्षमतेमुळे व्यक्तिला स्वतःच्या आवडी-निवडी, भावना व वृत्ती यांच्याबद्दल स्पष्टपणे विचार करता येतो. तसेच व्यक्तिला आपल्या जीवनाचा व अस्तीत्वाचा खरा अर्थ समजून येतो.
- **समानानुभूती:** दुस-याच्या भूमिकेत शिरण्याची क्षमता अथवा दुस-या व्यक्तिला तिच्या दृष्टीकोनातून जाणून घेण्याची प्रामाणिक जिज्ञासा म्हणजे समानानुभूती. म्हणजे दुस-या व्यक्तित्या ठिकाणी आपण आहोत असे समजून तिचा दृष्टीकोन जाणून घेण्याची कुवत होय.
- **समस्या निराकरण:** अनेक पर्यायांचा विचार करून त्यांतील योग्य तो पर्याय निवडणे व आपली समस्या सोडविणे म्हणजे समस्या निराकरण होय. जीवनात आपल्याला पदोपदी समस्यांना तोंड द्यावे लागते. आपल्या समस्या आपण कितपत परिणामकारकपणे आणि कार्यक्षमतेने सोडवू शकतो, यावर आपल्या जीवनातील यश अवलंबून असते.
- **निर्णयक्षमता:** निर्णयक्षमता ही अशी प्रक्रिया आहे की, ज्यामध्ये व्यक्ती किंवा व्यक्तिगत एखाद्या प्रसंगाच्या किंवा समस्येच्या संदर्भात माहिती गोळा करतो. मिळालेल्या माहितीचे पृथक्करण करून योग्य पर्यायाची निवड निश्चिती करतो. व्यवहार्य दृष्टीकोनातून पाहता योग्य वेळी योग्य निर्णय घेणे अत्यंत महत्त्वाचे कौशल्य आहे. ते जीवनाच्या दर्जावर मोठ्या प्रमाणावर परिणाम करते.
- **परिणामकारक संप्रेषण:** स्वतःच्या विचारांची शाब्दिक अथवा अशाब्दिक पद्धतीने प्रभावीपणे अभिव्यक्ती करता येणे म्हणजेच परिणामकारक संप्रेषण कौशल्य होय. आपण आपले विचार किती प्रभावीपणे व्यक्त करतो आणि ते दुस-यापर्यंत पोहचवतो ही बाब आपल्या जीवनातील यश निश्चित करते.

अपेक्षित असलेल्या पद्धतीने त्याचा संदेश ज्यावेळी स्विकारला जातो, त्यावेळी परिणामकारक संप्रेषण घडते.

- **व्यक्ती व्यक्तीमधील सहसंबंध:** व्यक्ती व्यक्तीमधील आदर, प्रामाणिकपणा, विश्वास यांवर परस्परसंबंध अवलंबून असतात. समजूतदारपणा, सहकार्य या आधारांवर परस्परांशी नाती जुळविली जातात. जेव्हा आपल्याला परस्पर संबंधाचे महत्व व फायदे जाणवतात, तेव्हा खरे परस्परसंबंध निर्माण होतात.
- **सर्जनशील विचार:** काही तरी नवीन, उपयुक्त व असाधारण निर्माण करण्याचा विचार म्हणजे सर्जनशील विचार होय. जेव्हा एखादी व्यक्ती आजपर्यंत अस्तित्वात नसलेली एखादी गोष्ट शोधून काढते, तेव्हा त्यामध्ये सर्जनशीलता दि सून येते. ज्यावेळी एखादी व्यक्ती एखादी गोष्ट करण्याची नवीन रीत शोधून काढते किंवा अस्तित्वात असलेल्या प्रक्रियेच्या नवीन गोष्टींच्या निर्मितीसाठी पूर्णपणे वापर करते, तेव्हा सर्जनशीलता अस्तित्वात येते.
- **चिकित्सक विचार:** एखाद्या विषयाची विशिष्ट माहिती स्विकारण्यापूर्वी अनेक लहानलहान प्रश्नांच्या साहाय्याने त्या विषयाची सत्यता पडताळून पाहण्याची विचार प्रक्रिया म्हणजे चिकित्सक विचार होय. चिकित्सक विचार हे तर्कशुध्द विचार करण्याच्या क्षमतेची निर्मिती होय.
- **भावनांचे समायोजन:** भावना हा शब्द कोणताही क्षोभ, मानसिक स्थैर्याचा भंग, सहनशीलता अथवा मनाची प्रक्षुब्धवस्था यांच्याशी संबंधित आहे. भावना सकारात्मक असो की, नकारात्मक जर त्यांना विशिष्ट मर्यादेच्या पलीकडे जाऊ दिले, तर त्या अपायकारक ठरतात.
- **ताणतणावांचे समायोजन:** एखादे कार्य करीत असतांना अनेक समस्या उद्भवतात व दडपण येते. जेव्हा अशी परिस्थिती निर्माण होते, तेव्हा सामान्यपणे लोक तणावग्रस्त होतात. एखादी व्यक्ती दिर्घकाळ तणावाखाली राहिली, तर त्याचे पर्यावसान शारिरिक तसेच मानसिक स्वरूपाच्या अनेक समस्यांमध्ये होते. म्हणून ताणतणावाची यशस्वीपणे हाताळणी करण्याकरिता शिक्षणाची आवश्यकता आहे.

विद्यार्थ्यांना तसेच सर्वसामान्य व्यक्तिला जीवन आणि शिक्षण यांची सांगड घालतांना जीवन कौशल्यांचा उपयोग होत असतो. यशस्वी जीवन जगण्यासाठी विचारपूर्वक शिक्षणाची, प्रशिक्षणाची व कौशल्य विकसनाची अत्यंत गरज आहे. तसेच जीवन कौशल्यांमुळे जीवन जास्तीतजास्त कार्यक्षमपणे व यशस्वीपणे जगता येते. विद्यार्थ्यांना दिले जाणारे शिक्षण हे जीवनकेंद्रीत करून विद्यार्थ्यांचा बोधात्मक, भावनात्मक व कार्यात्मक एकंदरीत सर्वांगीण विकास होण्यासाठी एसडी-सीड गेल्या सतरा वर्षांपासून जीवन कौशल्यांच्या विकासासाठी पोषक वातावरण निर्माण करीत आहे.

प्रा. नंदलाल गादिया
गव्हर्निंग बोर्ड सदस्य, एसडी-सीड

या अंकात....

या अंकात....	पृष्ठ
१. संपादकीय	२
२. एक पाऊल पुढे....	३
३. विद्यार्थ्यांसाठी एसडी-सीड	४
४. यशस्वी जीवनासाठी स्थितीस्थापकत्व कौशल्य	५
५. प्रभावी लिखित कौशल्य	६
६. सातत्य व चांगल्या सवयी -	७
७. लाभार्थ्यांचे मनोगत	८

ज्ञानयज्ञ संपादक मंडळ

श्री. राजेश यावलकर - ज्ञानयज्ञ प्रमुख संपादक, श्री. एन. जे. गादिया, श्री. महेश गोरडे
श्री. निलकंठराव गायकवाड, प्रा. एस. व्ही. सोमवंशी, श्री. किरण अग्रवाल

एसडी-सीडचा सामाजिक प्रभाव

१५०८३ शिष्यवृत्ती प्रदान

३७७६ उच्चशिक्षण पूर्ण

१९५ विद्यार्थी दत्तक

१७ विद्यार्थी इंटर्नशिप पूर्ण

१३८ सहकार्य करार (MoU)

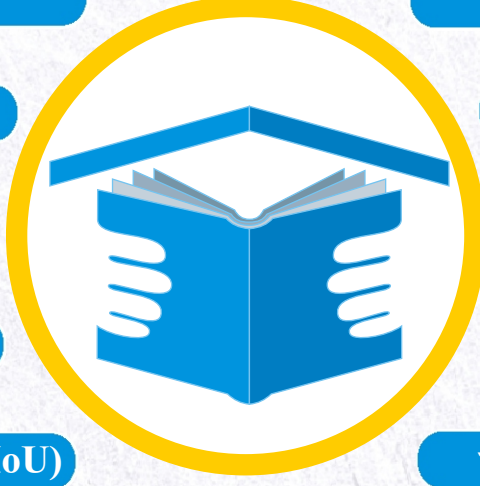
विद्यार्थी प्रशिक्षित ४८६५२

युवतींचे सशक्तीकरण ३१०४

उद्योजकता विकास ५९०

करिअर मार्गदर्शन २८८

मेंटरद्वारे मार्गदर्शन २२६



एसडी-सीड विद्यार्थ्यांसाठी एक पोषक वातावरण जापसण्यासाठी शिष्यवृत्ती, प्रशिक्षण, इंटर्नशिप, मेंटोरशिप, करिअर मार्गदर्शन, अभ्यासिका अशा सर्वसमावेशक कार्यक्रमांद्वारे त्यांची शैक्षणिक उद्दिष्टे साध्य करण्यात मदत करते. आमच्या विद्यार्थी पूरक उपक्रमांचा थोडक्यात आढावा खाली देत आहोत.

मेंटरशिप कार्यक्रम

विद्यार्थ्यांना वैयक्तिक मार्गदर्शन करून त्यांच्या शैक्षणिक प्रवासातील ध्येय, क्षमता आणि आव्हाने यावर विचारमंथन करून करिअरचे निर्णय घेण्यास प्रोत्साहित केले जाते. त्यामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये सकारात्मक बदल घडून येत आहेत.

उद्दिष्टे:

- व्यावसायिक नेटवर्क संधीमध्ये सहभागी होण्यासाठी विद्यार्थ्यांना प्रोत्साहित करणे.
- विद्यार्थ्यांना त्यांच्या अंगभूत कलागुणांचा विकास करण्यासाठी प्रोत्साहित करणे.
- विद्यार्थ्यांना त्यांच्या स्वतःचे करिअरचे निर्णय घेण्यास मदत करणे.



इंटर्नशिप कार्यक्रम

लाभार्थ्यांना मागील सहा वर्षांपासून एसडी-सीड तर्फे नामांकित कंपनी/संस्था यांच्या मध्ये समर इंटर्नशिप उपलब्ध करून देण्यात येते. समर इंटर्नशिपची उद्दिष्टे खालील प्रमाणे -

- व्यावसायिक कामाच्या वातावरणात व्यावहारिक, नोकरीचा अनुभव प्रदान करून त्यांची नोकरी संबंधीत कौशल्ये व क्षमता वाढतात.
- वास्तविक-जागतिक अनुप्रयोगांसह शैक्षणिक ज्ञान एकत्रित करून, विद्यार्थ्यांची रोजगारक्षमता सुधारणे आणि त्यांना त्यांच्या निवडलेल्या क्षेत्रात यशस्वी करिअरसाठी तयार करणे हे एसडी-सीड इंटर्नशिपचे उद्दिष्ट आहे.



करिअर मार्गदर्शन

विद्यार्थ्यांची वैयक्तिक बलस्थाने, कमकुवतपणा यांची त्यांना ओळख होऊन कोणत्या क्षेत्रात करिअर करता येईल यासाठी प्रोत्साहन मिळावे यासाठी एसडी-सीडतर्फे नियमित समुपदेशन केले जाते.

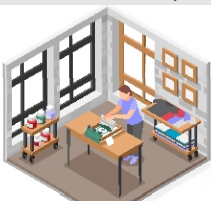
उद्दिष्टे:

- १० वी आणि १२ वी नंतर योग्य शाखा निवडण्यासाठी मदत होते.
- करिअरच्या संधी वाढवणे, प्रभावी नोकरीची सोय करणे आणि रोजगारक्षमता वाढवणे



अभ्यासिका

शिकण्याची संस्कृती वाढविणे आणि विद्यार्थ्यांना त्यांचे शैक्षणिक ध्येय साध्य करण्यास पाठिंबा देण्यासाठी एसडी-सीडने १ सप्टेंबर २०१८ रोजी एक अत्याधुनिक अभ्यासिका स्थापन केली. गेल्या सहा वर्षांत एक हजारहून अधिक सरस्वतीच्या लेकरांना यशाचे शिखर पादाक्रांत करण्यासाठी प्रेरणा मिळाली आहे.



शिक्षणाला सतत चालना देण्यासाठी, संभाव्यतेला व्यावहारिक कौशल्यांमध्ये रुपांतरीत करण्यासाठी गतिमान बाजारपेठेत नोकरीची सुनिश्चिती करण्यासाठी एसडी-सीड तर्फे नियमित प्रशिक्षण वर्ग, कार्यशाळांचे आयोजन केले जाते. या प्रशिक्षणामुळे विद्यार्थ्यांच्या क्षमता विकसित होऊन त्यांचे सैध्दांतिक ज्ञानात भर पडून रोजगार क्षमतेचा विकास होतो. तसेच त्यांना स्पर्धात्मक राहण्यासाठी प्रेरणा मिळते. एसडी-सीडने जानेवारी ते ऑक्टोबर या कालावधीत एकूण ३८ कार्यक्रम राबविले. त्यात एकूण २६५७ विद्यार्थ्यांनी प्रशिक्षणाचा लाभ घेतला आहे.

त्यातील काही कार्यक्रमांचे क्षणचित्रे खाली देत आहोत....



स्मार्ट गर्ल कार्यक्रम



वेळेचे नियोजन कार्यक्रम



ध्येय निश्चिती व संपादन कार्यक्रम



करिअर मार्गदर्शन कार्यक्रम



हॅन्ड्स ऑन सायन्स कार्यक्रम



मुलाखत कौशल्य कार्यक्रम



श्रवण कौशल्य विकास कार्यक्रम



स्वयंशिस्त विकास कार्यक्रम

यशस्वी जीवनासाठी स्थितीस्थापकत्व कौशल्य



मानवी जीवन अनेक चढ उतारांनी बनलेले आहे. जीवनात पदोपदी सुखदुःख एकामागून एक येत जात राहतात. त्यामुळे केवळ सकारात्मकतेच्या पाठीमागे न लागता जीवनातील दुसरी बाजू जी अविभाज्य घटक आहे ती म्हणजे दुःख नकारात्मकता होय. म्हणून नकारात्मकतेचाही तितक्याच प्रमाणात विचार व्हावा म्हणजे व्यक्तीचे जीवन न डगमगता व्यतीत होईल.

यासर्वातून बाहेर पडण्यासाठी, उभारी घेण्यासाठी किंवा समस्यांवर मात करण्यासाठी या क्षमता विकसित करण्याचा मार्ग म्हणजे स्थितीस्थापकत्व म्हणजे resilience skill होय. स्थितीस्थापकत्व म्हणजे कठीण किंवा अवघड परिस्थितीतून उभारी घेणे आणि नकारात्मक भावनांचे व्यवस्थापन परिणामकारक करण्याची क्षमता होय.

स्थितीस्थापकत्वाचे फायदे

स्थितीस्थापकत्वामुळे व्यक्तीचे मानसिक व शारिरिक आरोग्य चांगले राहण्यास मदत होते. स्थितीस्थापकत्व उच्च असणा-या व्यक्तींमध्ये पुढील गुण आढळून येतात.

१. आव्हाने स्वीकारण्याची प्रवृत्ती व प्रगतीतील अडथळांचे व्यवस्थापन करता येते.
२. भावनिकदृष्ट्या अधिक स्थिर असतात.
३. ताण-तणाव व दैनंदिन अडथळांवर यशस्वीपणे मात करण्याची क्षमता असते.
४. जीवन अधिक उत्साहवर्धक व आनंदी असते.
५. व्यक्ती चौकस व नवीन अनुभव घेण्यास नेहमी तयार असतात.
६. दुसऱ्यांना मदत करण्यास सदैव तयार असतात व इतरांशी चांगले संबंध प्रस्थापित करण्यात अग्रेसर असतात.

स्थितीस्थापकत्वाकडे जाण्याचे मार्ग

व्यक्ती आपल्या जीवनात अनेक तंत्रे, कौशल्ये, कार्यपद्धती औपचारिक व अनौपचारिक पद्धतीने शिकत असतो. ज्यांचा वापर काही लोक स्वतःच्या व इतरांच्या अनुभवातून जीवनातील समस्या सोडविण्यासाठी करतात. त्यासाठी काही कौशल्ये, तंत्रे, तसेच पद्धती जर आत्मसात केल्यास आपण अधिक स्थितीस्थापकत्वाकडे प्रवास करू शकतो.

स्वतःच्या क्षमतांवर सकारात्मकपणे विश्वास ठेवा.

ज्या व्यक्तींना स्व-आदराची जाणीव असते अशाच व्यक्ती तणावाच्या व कठीण प्रसंगातून यशस्वीपणे उभारी घेतात. आपल्यामध्ये असणारी बलस्थाने, कमकुवतपणातून अडचणीतून बाहेर पडण्याची तीव्र इच्छा, संधीचे सोने करण्याची क्षमता व अडचणींना सामोरे जाण्याची मनोवृत्ती या स्व-विश्लेषण तंत्रातून विकसित होते. त्यामुळे स्व-विश्लेषणाच्या माध्यमातून अधिक सक्षमतेकडे घेऊन जाता येते. So, be confident!

स्वतःच्या जीवनाचे महत्व ओळखा

काही लोक जगण्यासाठी खातात; तर काही लोक खाण्यासाठी जगतात. आपण स्वतःला विचारा की आपण यापैकी काय करतो. समाजहित डोळ्यासमोर ठेवून जीवनाचे श्रेय साध्य करणा-या व्यक्ती कणखर व आनंदी स्वभावाच्या असतात. त्यामुळे स्वतःच्या जीवनाचे महत्व वेळीच ओळखा आणि कसे जगायचे ते ठरवा. So, be Valuable!

भक्कम सामाजिक जाळे निर्माण करा.

आजकाल फेसबुक, ट्विटर, व्हॉट्सअॅप यासारख्या माध्यमातून लोक आभासी सामाजिक जाळ्यात अडकले आहेत. त्यापेक्षा आपल्या जवळच्या व्यक्ती बरोबर मनमोकळेपणाने सहजपणे आंतरक्रिया करा व इतरांशी संपर्क साधण्याचा प्रयत्न करा, पहा खूप काही गमावलेले तुम्हास परत मिळेल. जे तुम्हाला खरोखरच कठीण परिस्थितीला सामोरे जाण्यास मदत करेल. So, be Connected!

बदल स्विकारा

या विश्वात एकच गोष्ट सत्य आहे ती म्हणजे बदल. स्थितीस्थापकत्वामध्ये लवचिकता हा महत्वाचा गुण मानला जातो. कठीण प्रसंगी आपणास परिस्थितीशी जुळवून घेता आले पाहिजे. त्यामुळे आपण लवचिक व्हायला शिकले पाहिजे. So, be Flexible!

आशावादी बना

अंधकारमय परिस्थितीमध्ये आशावादी बनून उभे राहणे अवघड असले तरी हा अंधकार कधी ना कधी नष्ट होणार ही आशा कायम असली पाहिजे. सकारात्मक विचार करणे म्हणजे समस्यांना नजर अंदाज करणे नसून त्यातून चांगले काही निष्पन्न होऊ शकेल का ही सकारात्मकता असली पाहिजे. So, be Optimistic!

स्वतःच व्हा - स्वतःच्या जीवनाचे शिल्पकार

प्रत्येकाची विचार करण्याची क्षमता, अभिवृत्ती, दृष्टीकोन, आवड-निवड आदींमुळे प्रत्येकाची काम करण्याची, शिकण्याची गती वेगळी आहे. त्यामुळे स्वतःच्या क्षमतांचा, दृष्टीकोनाचा व आवडी-निवडी यांचा शोध घेऊन त्यानुसार आपली जडण-घडण करावी. आपण स्वतःचे मुल्यमापन करायला शिकले पाहिजे. So, Nurture Yourself!

समस्या परिहाराची कौशल्ये विकसित करा

मुंगीचे बारकाईने निरीक्षण केल्यास असे लक्षात येते की, पावसाळी येण्याआधीच ती अन्नाचा साठा करून ठेवते. तसे आपणही तिच्याकडून हा गुण घेतल्यास समस्या येऊन ठेवण्याआधीच त्यासाठी लागणा-या सामग्रीची, विचारांची, क्लुप्ती, तंत्रे व पद्धतीची जुळावा-जुळव केल्यास समस्या सुटण्यास मदत होईल. So, be Practical!

ध्येय उद्दिष्ट प्रस्थापित करा

आयुष्यात ध्येय गाठण्यासाठी अनेक छोटी मोठी उद्दिष्ट्ये साध्य करावी लागतात. कारण शिखरावर जाण्यासाठी अनेक पाय-या चढून जावे लागते तेव्हा शिखर गाठता येते. त्यामुळे साध्य करण्यासारखी उद्दिष्ट्ये राखून ध्येयापर्यंत पोहोचायला हवे. जीवनात सगळेच प्रयत्न करतात पण यश मात्र सातत्यपूर्ण व ध्येयाधिष्ठित प्रयत्न करणा-यांनाच प्राप्त होते. त्यामुळे व्यक्तीने सकारात्मक राहूनच प्रसंगावर मात केल्याने जीवनात ठरवलेले साध्य आपण गाठू शकतो. So, Best Wishes!

जीवनात वादळे जेव्हा येतात तेव्हा आपण आपल्या मातीला घट्ट रुजून राहावयाचे असते. ती जितक्या वेगाने येतात; तितक्याच वेगाने निघूनही जातात. वादळे महत्वाचे नसतात, प्रश्न असतो आपण त्याच्याशी कशी झुंज दतो व त्यातून कितपत ब-या अवस्थत बाहेर येतो याचा आहे. त्यामुळे स्थितीस्थापकत्व विकसित करा व जीवन आनंदी बनवा.



प्रभावी लिखित संप्रेषण



आधुनिक माहितीच्या युगात एक महत्वाचे कौशल्य म्हणजे लिखित संवाद. दोन किंवा अधिक लोकांमध्ये देवाणघेवाण झालेल्या लिखित संदेशाला लिखित संप्रेषण असे म्हणतात. आजच्या व्यावसायिक जगात लिखित संवादाला खूप महत्त्व आहे. त्यात मनाची सृजनशीलता आणि नवनवीन कल्पनांचा समावेश असतो. प्रभावी लेखनामध्ये शब्दांची काळजीपूर्वक निवड करणे, त्यांची रचना वाक्य निर्मितीमध्ये योग्य पद्धतीने करणे तसेच वाक्यांची एकसंध निर्मिती यांचा समावेश होतो.

लेखी संवादाचे फायदे

१. जतन करणे सोपे

कागदपत्रे लिखित स्वरूपात असल्यास ती जतन करणे सोपे आहे. लिखित संप्रेषण हे पूर्वी जतन केलेल्या डेटामधून महत्वाची माहिती गोळा करण्याचे साधन म्हणून काम करते.

२. स्पष्टता आणि स्पष्ट समज

संदेश दहण्यासाठी स्पष्ट आणि सर्वसमावेशक आकलन प्रदान करतो. लिखित संप्रेषण आम्हाला संदेश प्राप्तकर्त्याने पूर्णपणे समजेपर्यंत अनेक वेळा वाचण्याची सुविधा प्रदान करते.

३. कायमस्वरूपी रेकार्ड

लेखी संप्रेषणाची कागदपत्रे कायम स्वरूपी रेकार्ड म्हणून काम करतात. संस्थेचे रेकार्ड सहसा लिखित स्वरूपात असतात, जे भविष्यातील संदर्भासाठी खूप योग्य असू शकतात.

४. कायदेशीर दस्तऐवज म्हणून काम करते

लिखित स्वरूपातील दस्तऐवज महत्वपूर्ण व्यावसायिक क्रियाकलाप आणि व्यवहारांसाठी कायदेशीर पुरावा म्हणून काम करतात.

५. पडताळणीत सुलभता

काही गोंधळ असेल तर तुम्ही सहज पडताळू शकता. तुम्ही लिखित रेकार्डचा संदर्भ घेऊ शकता आणि काहीतरी प्रशंसीत किंवा सांगितलेले खरे आहे की नाही हे सत्यापित करू शकतात. पक्षांमध्ये काही गैरसमज झाला तर पडताळणे सोपे आहे.

प्रभावी लेखन संवादासाठी ५ सी

कनेक्शन - चांगल्या लिखित संवादाचा लेखक आणि वाचक यांच्यात संबंध निर्माण करणे हा उद्देश असावा.

स्पष्टता - स्पष्ट आणि संक्षिप्त लेखन वाचकाला समजणे सोपे करते.

कारण - लिहिण्याचे कारण काय आहे हे लेखक आणि वाचक दोघांनीही समजून घेणे आवश्यक आहे.

संक्षिप्तता - चांगले लिखित संप्रेषण अनावश्यक माहितीचा समावेश करण्याऐवजी विषयावर टिकून राहते.

अचूकता - लिखित संप्रेषण अचूक, व्याकरणदृष्ट्या योग्य, योग्य टोन आणि अपमानकारक भाषेसह असावे.

प्रभावी लेखी संवादाचे गुण

लिखित संप्रेषणाच्या सर्व प्रभावी प्रकारांमध्ये हे गुण आहेत.

सर्वसमावेशक - सर्व संबंधित तपशीलांचा समावेश आहे.

अचूक - सर्व तपशिल बरोबर आहेत.

रचना - अचूक शब्दलेखन आणि व्याकरण आहे.

स्पष्ट - समजण्यासारखे आहे.

लिखित संप्रेषणासह स्पष्टपणे संवाद साधण्याचे मार्ग

प्रभावी लेखन वाचकाला तुम्ही म्हणत असलेली प्रत्येक गोष्ट समजू देते. तुम्ही स्पष्टपणे आणि कार्यक्षमतेने संवाद साधण्याचे काही मार्ग येथे आहेत;

१. तुमचे ध्येय ओळख आणि स्पष्टपणे सांगा

प्रभावी लिखित संप्रेषणाचे एक स्पष्ट उद्दिष्ट असते जे तुम्ही वाचकांपर्यंत पोहोचवता. तुम्हाला वाचकाने काय करावे किंवा जाणून घ्यावे असे स्पष्ट शब्दात वर्णन करा.

२. योग्य टोन वापरा

टोनमुळे तुमचे लेखन अधिक प्रभावी होण्यास मदत होऊ शकते. संप्रेषणाच्या काही प्रकारांना जसे की मेमोरँडम, एक औपचारिक स्वर आवश्यक आहे. मित्राला लिखण्यासाठी मात्र अनौपचारिक स्वर आवश्यक असतो. तुम्ही वापरत असलेला टोन लेखनाचा उद्देश आणि प्रेक्षक यावर अवलंबून असतो.

३. शब्द साधे ठेवा

शब्दजाल, अभिव्यक्ती किंवा मोठे किंवा गुंतागुंतीचे शब्द टाळा. वाचकांना तुम्ही काय म्हणत आहात हे समजणे तुम्हाला सोपे बनवायचे आहे.

४. सक्रिय आवाज वापरा

सक्रिय आवाज तुमचे लेखन मजबूत करते आणि तुमची विधाने समजण्यास सुलभ करते. सक्रिय आवाज देखील वाचकाला गुंतवून ठेवतो आणि त्यांचे लक्ष वेधून घेतो.

५. सराव करा

तुम्ही जितके जास्त लिहिता तितके तुमचे लिखित संवाद कौशल्य अधिक मजबूत होते. वारंवार विविध प्रकारचे संप्रेषण लिहिण्याचा सराव करा जसे;

१. मेमो - एक छोटी टीप जी अनौपचारिक किंवा औपचारिक असू शकते. जी परिचय किंवा सारांश म्हणून काम करू शकते.

२. पत्र - अधिक तपशिलांसह एक लांब नोट जी सामान्यतः पोस्टल सेवेसाठी पाठविली जाते.

३. ईमेल - Gmail सारख्या ईमेल खात्यात इंटरनेटवरून पाठवलेले संदेश.

४. संस्मरणीय - विनोदी चरित्रे त्यावर आच्छादीत शब्द.

५. ट्विटर - ट्विटर किंवा फेसबुक सारख्या सोशल मिडिया साइटवर संक्षिप्त स्थिती अद्यतने.

सातत्य आणि चांगल्या सवयी यश आणि कल्याणाचे आधारस्तंभ



वैयक्तिक विकास आणि यशाच्या क्षेत्रात सातत्य आणि चांगल्या सवयींची जोपासना ही बहुधा सर्वोच्च तत्वे म्हणून उदयास येतात. दोघांची शक्ती केवळ ते निर्माण केलेल्या तात्काळ परिणामांमध्येच नाही तर ते कालांतराने आणलेल्या एकत्रित परिणामांमध्ये देखील आहे. तुम्ही व्यावसायिक यश, व्यक्तीगत वाढ किंवा स्वास्थ्य साधण्याचे लक्ष ठेवत असल्यास, सुसंगतता आणि चांगल्या सवयींचा ताळमेळ कमी लेखता येणार नाही.

सवयींची शक्ती

चांगल्या सवयींमध्ये आपले जीवन चांगल्या प्रकारे घडविण्याची शक्ती असते. सवयी या शिस्त, लक्ष केंद्रित करणे आणि सातत्य वाढवितात, ज्यामुळे आपण आपली उद्दिष्टे अधिक कार्यक्षमतेने साध्य करू शकतो.

सातत्य महत्व

सुसंगततेची तुलना खडकावर पाण्याच्या थेंबाशी करता येते. सुरुवातीला प्रत्येक थेंब शुल्लक वाटतो. तथापी कालांतराने, सातत्यपूर्ण थेंब पडल्याने सर्वात कठीण दगड देखील कमी होईल. त्याचप्रमाणे लहान, सातत्यपूर्ण कृती जेव्हा वारंवार केल्या जातात तेव्हा महत्वपूर्ण परिणाम मिळतात.

१. अंदाज आणि विश्वासअर्हता: जेव्हा आपण सातत्यपूर्ण वागतो, तेव्हा आपण अंदाज आणि विश्वासाह बनतो.

२. गती निर्माण करणे: सुरुवात करणे हा कोणत्याही प्रयत्नाचा सर्वात कठीण भाग असतो. तथापी एकदा आपण पुढे गेलो आणि सातत्य राखले की, गती राखणे सोपे होते. प्रत्येक पायरी मागील पायरीला बळकटी देते, ज्यामुळे आपल्या ध्येयांकडे प्रगती करणे सोपे होते.

३. कंपाउंडिंग इफेक्ट: लहान सातत्यपूर्ण प्रयत्न कालांतराने महत्वपूर्ण परिणामांमध्ये एकत्रित होतात. तुम्ही एखादे नवीन कौशल्य शिकत असाल, तदुरुस्त होण्याचा प्रयत्न करत असाल किंवा पैशांची बचत करत असाल तर सातत्यपूर्ण प्रयत्नांमुळे वेगाने फायदे मिळतात.

चांगल्या सवयी जोपासण्यासाठी रणनीती

छोट्या स्टेपने प्रारंभ करा

आपण आपल्यासाठी विकसित किंवा आत्मसात करू इच्छित असलेल्या एक किंवा दोन चांगल्या सवयी ठरवा आणि सुरुवात करा आणि त्यावर सातत्याने लक्ष केंद्रित करून प्रयत्न करा. छोट्या स्टेप्स पासून सुरुवात केल्याने हळूहळू प्रगती होते आणि येणारे दडपण हे टाळता येते.

विशिष्ट ध्येय निश्चित करा

आपण जोपासू इच्छित असलेल्या सवयी (good habits) स्पष्टपणे अधोरेखित करा आणि साध्य करण्यायोग्य ध्येय निश्चित करा. यामुळे सवयी जोपासण्याच्या ट्रकवर राहण्यासाठी स्पष्टता आणि प्रेरणा मिळेल.

एक दिनचर्या तयार करा

आपल्या दैनंदिन कामांचे नियोजन करण्यासाठी आणि साध्य करण्यायोग्य ध्येय निश्चित करण्यासाठी दररोज काही वेळ द्या. सवयी ह्या कामांना प्राधान्याने करण्यास मदत करतात, त्यामुळे उत्पादकता वाढते आणि कामांना दिशा मिळते.

आपल्या प्रगतीचा मागोवा घ्या

आपण आत्मसात करण्यासाठी निवडलेल्या सवयीच्या होणा-या प्रगतीवर लक्ष ठेवण्यासाठी सवय ट्रकर किंवा जर्नल वापरा

चांगल्या सवयींचे महत्व:

भविष्यातील फ्रेमवर्क :

सुरुवातीच्या काळात तयार झालेल्या सवयी ही अशी चौकट बनतात की ज्यावर मुले त्यांचे भविष्य घडवतात. वक्तशीरपणा, संघटना किंवा आदर असो या सवयी त्यांच्या चारित्र्य आणि जीवनाच्या निवडींचे मुख्य घटक आहेत.

आत्म-नियंत्रण:

हे गुण केवळ शैक्षणिक कार्यातच नव्हे तर जीवनाच्या सर्व पैलूंमध्ये मुलांना संयम आणि दूरदृष्टीचे मुख्य शिकविण्यासाठी महत्वपूर्ण आहे.

शालेय कामगिरी वाढवणे :

चांगल्या सवयी आणि शैक्षणिक कामगिरी यांच्यात थेट संबंध असतो. संरचित अभ्यास आणि वेळ व्यवस्थापन यांसारख्या सवयी विद्यार्थ्यांच्या प्रभावीपणे शिक्षणाच्या आणि उच्च श्रेणी प्राप्त करण्याच्या क्षमतेवर थेट परिणाम करतात.

आत्मविश्वास वाढवणे:

चांगल्या सवयी लागू केल्याने आत्मविश्वास वाढतो, विद्यार्थ्यांना सकारात्मक वृत्तीने नवीन आव्हानांचा सामना करण्यास सक्षम करते.

निर्णय कौशल्य वाढवणे:

चांगल्या सवयींचा नियमित सराव केल्याने जबाबदारीची भावना आणि उत्तम निर्णयक्षमता वाढते. शाळेतील आणि नंतरच्या जीवनात जटील परिस्थितीत विद्यार्थ्यांना सुजज्ज निर्णय घेण्यास मदत करण्यासाठी हे महत्वपूर्ण आहे.

सवयी आणि सातत्य कसे तयार करावे?

तुमचे ध्येय निश्चिती करा.

प्राधान्य कसे द्यावे ते शिका...

तुमची प्रगती नेहमी नोंदवा...

विचलन मर्यादित करा...

ट्रक वेळ...

धिर धरा आणि अपयशांना क्षमा करा...

- ★ **शैक्षणिक जागरूकता** : सर्व समाजामध्ये शिक्षणाचे महत्त्व वाढविणे.
- ★ **आर्थिक मदत** : पात्र विद्यार्थ्यांना शिष्यवृत्ती आणि आर्थिक सहाय्य प्रदान करून त्यांना त्यांची शैक्षणिक उद्दिष्टे साध्य करण्यास मदत करणे .
- ★ **रोजगार क्षमता वाढविणे** : विद्यार्थ्यांना यशस्वी करिअरसाठी आवश्यक कौशल्ये आणि अनुभव देण्यासाठी व्यापक विकास कार्यक्रमांची आखणी करणे.
- ★ **शाश्वतता** : आमच्या कार्यक्रमांचा फायदा विद्यार्थ्यांना दिर्घकाळ होत राहिल हे सुनिश्चित करणे, जेणे करून वाढत्या संख्येने विद्यार्थ्यांना फायदा होईल.
- ★ **व्यापक उपक्रम** : विद्यार्थी, शिक्षक आणि पालकांना सक्षम करणारे कार्यक्रम विकसित करणे आणि त्यांची अंमलबजावणी करणे.

२०२४ लाभार्थ्यांचे मनोगत....



वसुधा सचिन पाटील - बी.ई. कॉम्प्युटर - द्वितीय वर्ष

मी वसुधा पाटील एक वर्षापूर्वी माझ्या आयुष्यात एक कठीण काळ आला जेव्हा माझ्या वडीलांचे निधन झाले आणि आमच्या कुटुंबाची आर्थिक स्थिती कमकुवत झाली. अशातच आमचा शैक्षणिक खर्च सांभाळणे अजूनही आव्हानात्मक होते. त्याचवेळी मॅसडी-सीड शिष्यवृत्ती माझ्या शिक्षणासाठी वरदान ठरली आहे. ज्यामुळे मी कोणत्याही आर्थिक तणावाशिवाय अभियांत्रिकीच्या शिक्षणाचा पाठपुरावा करू शकते. मी मनःपूर्वक सुरेशदादा जैन यांचेही आभार मानू इच्छिते. ही शिष्यवृत्ती केवळ आर्थिक मदत नसून ती भावनिक पाठिंबा, प्रेरणा आणि उज्वल भविष्याची आशा द्याते. यामुळे केवळ आमच्या संघर्षावरच आराम मिळाला नाही, तर मला माझ्या अभ्यासक्रमात उत्कृष्टता साध्य करण्यासही प्रोत्साहन मिळाले आहे. कारण आता मला वाटते की या प्रवासात मी एकटी नाही. ही शिष्यवृत्ती माझ्या आयुष्यातील एक दीपस्तंभ आहे.



कौशल गोपाल बारी - एस.वाय.जे.सी - सायन्स

मी कौशल बारी इयत्ता बारावी विज्ञान वर्गात शिकत आहे. मी दोन वर्षांचा असतांना वडिलांचा अपघाती मृत्यू झाला. तेव्हा पासून आईच शिवणकाम करून माझा व मोठ्या बहिणीचा सांभाळ करीत आहे. मला दहावीला ९७ टक्के गुण मिळाले व एसडी-सीड शिष्यवृत्तीसाठी मी पात्र ठरलो. या शिष्यवृत्तीचा उपयोग मला माझे पुस्तके आणि शालेययोगी साहित्य खरेदी करण्यामध्ये होत आहे. परिस्थिती शिक्षणाच्या आड येत नाही ही सकारात्मक प्रेरणा निर्माण झाली आहे. एसडी-सीड अभ्यासिकेत सवलतीच्या दरात प्रवेश मिळाला व अभ्यास करण्यासाठी भरपूर मदत मिळत आहे. आ. सुरेशदादा जैन यांनी विद्यार्थ्यांच्या जीवनात ही जी शैक्षणिक ज्ञानज्योत पेटविली आहे त्याबद्दल मी त्यांचे मनापासून आभार मानतो.



समृद्धी प्रकाश शोळे - बी.ई. इलेक्ट्रिकल - द्वितीय वर्ष

सर्वप्रथम मी एसडी-सीड मार्फत दिल्याजाणा-या शिष्यवृत्ती योजनेची मनापासून आभार मानते. मी इंजिनिअरिंगच्या द्वितीय वर्षात शिकत आहे. माझे वडील खाजगी कंपनीमध्ये हातमजुरी करतात तर आई गृहिणी आहे. शिक्षणाची आवड असूनही पैसा कसा येईल हाच विचार मनात थैमान घालत होता. तेव्हा या शिष्यवृत्तीमुळे माझ्या उच्चशिक्षणाच्या स्वप्नांना एक आधार व बळ मिळाले. चांगला अभ्यास करण्यासाठी प्रेरणा व दिशा मिळाली आहे. एसडी-सीड कडून मला मॅटोर लाभले असून त्यांचे नियमित मार्गदर्शन माझ्या भविष्याच्या जडण-घडणीत मोलाची साथ मिळत आहे. मी जिथे अडथळी तिथे तिथे एसडी-सीडने मला बोट धरून उठविले. तसेच मी ठरवलेले ध्येय गाठण्याचे बळ आदरणीय सुरेशदादा जैन यांच्या मदतीने मला मिळाले आहे.



पियुष चंद्रकांत बडगुजर - बी.ई. आयटी - द्वितीय वर्ष

एसडी-सीड शिष्यवृत्ती मला गेल्या तिन वर्षांपासून नियमित मिळत आहे त्याबद्दल सर्वप्रथम आभार व्यक्त करतो. वडील हातमजुरी करतात त्यामुळे घरची परिस्थिती अत्यंत नाजूक आहे. शिक्षण हे एक प्रभावी अस्त्र असते हे माहित असूनही आर्थिक अडचणींमुळे शिक्षण पूर्ण करता येईल की नाही याची भीती वाटत होती. या जगात देव अशा काही लोकांना मानवाच्या कल्याणासाठी समर्पित करतो की, ज्यामुळे कोमेजलेल्या पंखात बळ उभे राहते आणि आपण आकाशाच्या दिशेने झेप घेवू लागतो असे आमच्या पंखांना बळ देणारे देवमाणूस म्हणजे आ. सुरेशदादा जैन. एसडी-सीडने माझ्या पाठीवर आधारचा हात ठेवल्यामुळे मला शिक्षणासाठी प्रोत्साहन मिळत आहे. असं म्हणतात की, जगातील सर्वात महाग वस्तू म्हणजे मदत हजार जणांकडे मागा कदाचित एखादाच करेल. हा मदतीचा हात देणा-या मा. सुरेशदादा जैन यांना उदंड आयुष्य लाभो हिच ईश्वर चरणी प्रार्थना करतो.