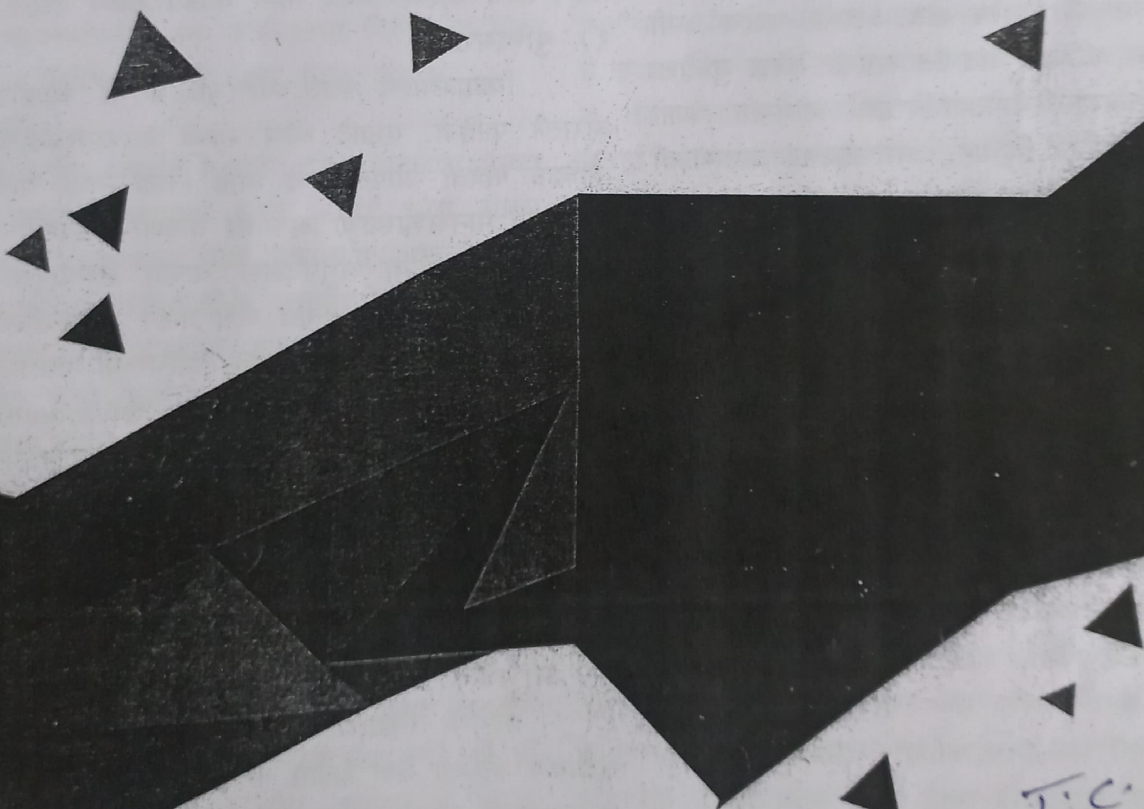


ISSN 2394-5303

# printing<sup>TM</sup> AREA

Issue-41, Vol-04,  
May-2018

International Multilingual Research Journal



Editor

Dr. Bapu G. Gholap

T.C.  
*[Signature]*

Assistant Professor  
Shivaji College, Hingoli.  
Tq. & Dist. Hingoli. (MS.)

*[Signature]*  
PRINCIPAL  
Shivaji College  
Hingoli, Dist. Hingoli



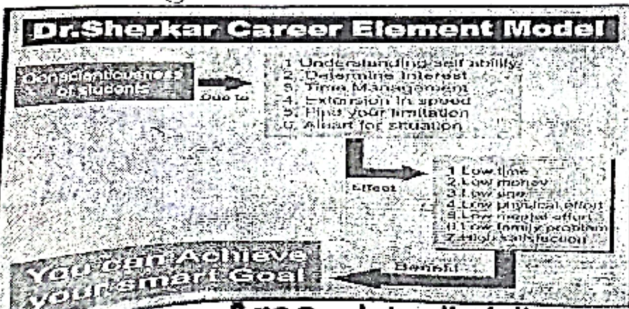
## डॉ. शेरकर करिअर घटक मॉडेल

डॉ. शेरकर सुभाष तुळशिराम  
मानसशास्त्र विभाग प्रमुख  
शिवाजी महाविद्यालय, हिंगोली.

\*\*\*\*\*

## गोषवारा

कोणत्याही क्षेत्रात करिअर असताना येणारे अपयश हे केवळ आपल्या नाकर्तेपणामुळे आणि सर्तक नसल्यामुळे निर्माण होत असते. फारच कमी जन आपल्या करिअर संदर्भात सदसदविवेक बुद्धीचा वापर करून यशस्वी होतात. विद्यार्थी जीवनात येणारे नैराश्य, नकारात्मक विचार, आत्महत्या करण्याची प्रवृत्ती ही आपल्या जीवनात झालेल्या चुकांचा व क्षमता न जाणल्याचा परिपाक असतो. याची जाणिव करिअर करणा-या सर्वांना व्हावी ही खंत शिवाजी महाविद्यालय, हिंगोली येते. मानसशास्त्र या विषयाचे अध्यापन करताना निर्माण झाली आणि त्यातूनच अनुभवावर आधारित ह्या मॉडेलची निर्माती झाली. निश्चितच करिअर करण-या सर्वांनी स्वतःच्या क्षमता अभिरुची, वेळ, गती, मर्यादा, परिस्थितीची जाणीव आणि आहार या घटका विषयी सर्वांथनि जाणीव निर्माण झाली तर त्यांचे परिणाम करिअर करणा-यासाठी कमी वेळ, कमी पैसा, कमी वय, कमी शारिरिक व मानसिक परिश्रम आणि उच्च समाधान मिळेल व निश्चित शेवटी आठ घटकांच्या जाणिवेमुळे आणि सहा परिणामामुळे आपले स्मार्ट ध्येय साध्य होते.

अ) विद्यार्थ्यांची सदसदविवेक बुद्धी  
(Conscientiousness Of Students)

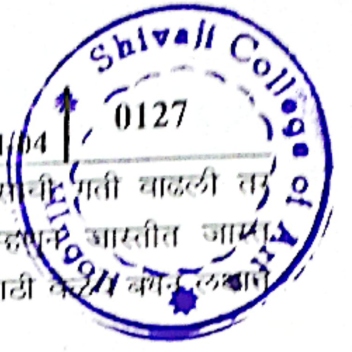
विद्यार्थ्यांची सदसदविवेक बुद्धी हा करियर घटक प्रारूपातील सर्वात महत्वाचा घटक आहे. ह्या घटकातील विद्यार्थी हा शब्द मर्यादित अर्थाने वापरण्यात आलेला आहे सदसदविवेक बुद्धी हा घटक करिअर करण्या-या प्रत्येकासाठी लागू पडतो. जे व्यक्ती सदसदविवेक बुद्धीचा वापर करतील त्याच व्यक्ती जीवनात यशस्वी होतात. जागत्रक नसलेली व्यक्ती स्वतःच स्वतःच्या अपयशाला जबाबदार असतात. इथे गतिरोधक आणि विरोधक यावर लक्ष केंद्रित करून ध्येय निश्चित करणे उपयुक्त ठरते. या घटकामध्ये प्रामुख्याने पुढील घटका विषयी जागत्रकता निर्माण केली तरच आपले ध्येय कमी वेळात साध्य होईल.

## १) बुद्धिमता

विद्यार्थ्यांला स्वतःच्या बुद्धिमतेची जाणीव असली पाहिजे. एखादे ध्येय साध्य करण्यासाठीची बौद्धिक पात्रता आपल्याकडे आहे किंवा नाही याचे मुल्यांकन मानसशास्त्राचा अभ्यास करणारे प्राध्यापक ए मानसशास्त्रज्ञ किंवा समुपदेशक यांच्या सल्यानुसार बुद्धिगुणांक (IQ) काढून करावे जेणे करून आपल्याला आपल्या बुद्धिमतेची जाणिव होईल. करियरच्या बाबतीत बुद्धिमतेचा विचार केला तर (Joining to Retirement) पर्यंत आपले करिअर यशस्वीपणे पार पाडता येते. आपल्या बोधनिक प्रक्रियेचा, अनुभवाचा, कौशल्याचा आणि उपलब्ध साधनाचा वापर करून सभोवतालच्या परिस्थितीशी मिळते जुळते घेऊन समस्यांचे निराकरण करून आयुष्य जिकण्याची कला म्हणजेच बुद्धिमता होय.

## २) अभिरुची

प्रत्येक विद्यार्थ्यांचा कल हा वेगवेगळ्या क्षेत्रामध्ये असतो ज्या क्षेत्रात आवड आहे तेच क्षेत्र करिअरसाठी निवडले तर यश लवकर मिळते. पण ब-याच वेळेस विद्यार्थ्यांना जबरस्तीने पालक त्यांच्या विरोधी भुमीका घेतात त्यामुळे करिअरची राखरांगोळी होते. स्वतःच्या इच्छेनुसार (तीव्र) एखाद्या कार्यावर लक्ष केंद्रित करणे म्हणजे अभिरुची, आवड असली की सवड मिळते. अभिरुचीचे मापन विद्यार्थ्यांनी केले तर निश्चितच करिअरसाठीची दिशा मिळते म्हणून



अभिरुची हा सुध्दा घटक महत्वाचा ठरतो.

### ३) वेळ

खरोखरच असतो पण त्याच गांभीर्य आपण लक्षात घेत नाहीत. त्या-त्या वेळेमध्ये कुठलेही कार्य १००:- लक्ष देतून केले तर निश्चितच जपउम पे डवदमल हे सार्थक ठरतो पण आपण फक्त जपउम पे डवदमल म्हणतो पण त्याच उपयोजन करत नाही. त्यामुळे समस्या निर्माण होतात आणि जसा जसा वेळ जाईल तसतस वेगवेगळ्या समस्या निर्माण होतात. समस्या जास्त वाढल्या की, समस्यांचे निराकरण करणे अवघड जाते. म्हणून प्रत्येकाने आजच्या विद्यार्थी करिअरच्या नावाखाली वेळेची बरबादी करतो आणि नंतर पश्चाताप पडतो पण आपल्या लक्षात असल पाहिजे गेलेली वेळ कधीच कधीच परत नाही म्हणून वेळेचे व्यवस्थापन करून करिअरच्या दिशेने वाटचाल केली तर निश्चित तुमचे हवंस साध्य होईल.

### ४) गती

प्रत्येक व्यक्तीने गती ह्या घटकाचा सुध्दा विचार करणे आवश्यक ठरते. स्मार्ट ध्येय साध्य करण्याच्या रस्त्यावरून जात असतांना आपली एक विशिष्ट गती असली पाहिजे. ज्याप्रमाणे आपण मोटर सायकलवर प्रवास करतांना आपल्या मोटर सायकलची गती जर कमी असेल तर निश्चित वेळी आपण ध्येयापर्यंत पोहचू शकणार नाहीत. पण गाडीची गती नियंत्रणात ठेवून जर वाढवली तर निश्चितच लवकर पोहचाल. इथे गाडीची स्पिड वाढवणे म्हणजे आपघात होण्याची शक्यता जास्त आहे अशी शंका उपस्थित होईल पण नियंत्रणात ठेवून गाडीचा योग्य वापर केला तर निश्चित ठिकाणी जाणार तदवतच करिअरच्या दिशेने वाटचाल करत असतांना बरेच जण म्हणतात 'सब्र का फल मीठा होता है' लेकीन सब्र करणे की भी कोई हद होती है, आख आयुष्य काहीच न करता घालवत असाल आणि सब्र का फल मिठा होता है असे जर म्हणत असाल तर एक दिन सब्र करते करते फल सड जाणगा त्यामुळे आपल्या आयुष्यातील करिअरची फळ लवकर चाखण्याची असतील तर अभ्यासाची स्पिड बौद्धिक पात्रतेनुसार ठरवली पाहिजे. स्मार्ट ध्येय साध्य करण्यासाठी कमीत कमी वेळेत

आरोग्याचा विचार करून अभ्यासाची गती वाढली तर निश्चित ध्येय साध्य होईल. म्हणून भारतीय विद्यार्थ्यांनी ध्येय साध्य करण्यासाठी वेळ ठेवून वाटचाल करावी.

### ५) मर्यादा

करिअर साध्य करत असतांना बरेच जण स्वतःच्या मर्यादा स्वतःच्या उणीवा स्वतःची अक्षमता लक्षात घेत नाहीत. म्हणून करिअर करतांना अडथळांचा डोंगर उभा राहतो आणि पालकांनी सुध्दा आपल्या पाल्यांच्या मर्यादा लक्षात घेतल्या पाहिजे. त्यांना जबरदस्ती करता कामा नये. कारण जबरदस्तीमुळे मानसिक आरोग्य आणि शारीरिक आरोग्य थोक्यात येते. आजकाल जास्तीत व्यक्ती विद्यार्थी आपल्या कमतरता झाकून ठेवण्याचा प्रयत्न करतात. कत्रत्रिम बडेजावपणा करण्याचा प्रयत्न करतात यात स्वतःचेच नुकसान होते हे लक्षात येत नाही. योग्य कामासाठी किंवा ध्येय साध्य करण्यासाठीची पात्रता बौद्धिक आणि भावनिक पात्रता आपल्याकडे आहे का ते पाहिले पाहिजे आणि नंतरच वाटचाल केली पाहिजे इथे एकाच गोष्ट पालकांनी आणि विद्यार्थ्यांनी विहिरीत नसेल तर पोह—यात कुटुन येणार हे लक्षात ठेवून आपल्या ध्येयाची वाटचाल करावी. म्हणजेच आपल्या चुका वेळीच सुध्दा सुधारव्यात व त्यांची आपल्याला जाणीव असावी.

### ६) क्षमता

करिअर प्रारूपामधील क्षमता हा घटक अतिशय महत्वाचा आहे. ज्याप्रमाणे वरच्या घटकामध्ये एखाद्या मुकबधीर विद्यार्थी कधीच गायक बनणार नाही कारण मुकबधिरताही त्याची मर्यादा आहे. त्याच प्रमाणे प्रत्येकाने आपल्यातील क्षमता ओळखल्या पाहिजेत. आपण काय करू शकतो, आपला पफ आणि मफ किती आहे हे शोधले पाहिजे. आपण कुठे चुकलो आपण सर्व प्रथम हे लक्षात घेतल पाहिजे की, क्षमता म्हणजे बौद्धिकपात्रता नव्हते क्षमतेमध्ये अनेक घटकांचा समावेश असतो. प्रत्येकामध्ये क्षमता कमी जास्त असतात पण त्या योग्य त्या वेळी शोधून त्या क्षमतेचा वापर आपले करिअर साध्य करण्यासाठी केला पाहिजे.

### ७) परिस्थिती

आपण ब—याच वेळा करिअरच्या दिशेने

PRINCIPAL  
College

वाटचाल करत असतांना परिस्थितीचा विचारच करत नाही. करिअर करत असतांना काळानुसार, परिस्थितीनुसार बदलाव लागत असत आपण सद्यस्थितीला कोणत्या क्षेत्रात यशस्वी होऊन्यात कोणत्या क्षेत्रात स्पर्धा जास्त आहे, कोणत्या क्षेत्रात स्पर्धा कमी आहे. कुठल्या विषयाला स्कोप आहे. उदा. रेल्वे स्टेशनवरील तिकीट काढण्यासाठी आपण जर सगळेच एकाच लाईनमध्ये उभे राहून तिकीट काढण्याचा प्रयत्न केला तर लाईनमध्ये उभे असलेल्या सगळ्यांनाच गाडी येईपर्यंत तिकीट मिळणार नाही. पर्यायाने आपण आपल्या निश्चित ठिकाणी पोहचणार नाहीत. म्हणजेच गाडी निघून जाईल. ज्या खिडकीच्या लाईन कमी आहे तेथे आपोआपच आपला नंबर लवकर लागेल. तद्वतच विद्यार्थ्यांनी आपले करिअर बनवत असतांनर ज्या विषयाकडे सगळ्यांचा कल आहे त्याकडे न जाता हटके जिथं की संख्या कमी आहे तिथे आपला नंबर निश्चितच लवकर लागेल या गोष्टीचे भान ठेवून नाविन्यपूर्ण (ददकअंजपअम) करण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे तरच आपले ध्येय साध्य होईल अन्यथा बेरोजगारांच्या फौजा निर्माण होतील.

#### ८) आहार

करिअर घटक प्रारूपामधील सर्वात महत्वाचा घटक म्हणजे आहार हा आहे. ज्या प्रमाणे शेतीतील जमिनीमध्ये जर शुध्द शेनखतांचा क्रकवा गांडुळखताचा वापर करून शेती केली तर निश्चितच भरघोस उत्पादनात वाढ होते आणि जर रासायनिक खताचा वापर करून शेती केली तर उत्पादनात घट होते. त्याच प्रमाणे आपल्या शरीराला समतोल आहार जर मिळाला तर बुद्धिमत्ता अभिरुची वेळ, गती, मर्यादा, क्षमता आणि परिस्थिती या सर्व करिअर घटकांचा विकास लवकर आणि चांगल्या पध्दती होऊ शकतो जेणे करून आपले ध्येय लवकर साध्य होईल. आजच्या स्पर्धेच्या युगामध्ये प्रत्येकजन शरीर संपत्ती पेक्षा धन संपत्ती कमवण्याच्या मार्गे लागलेला आहे. आपल्या पाल्यांच्या आहाराचा विचार न करता मुलांना हॉस्टेलमध्ये ठेवून कुपोषित बनवण्याचा पालकांचा सपाटा सुरु आहे. गाडी जर सुरळीत चालवायची असेल तर रॉकेल पेक्षा स्वच्छ पेट्रोल गाडीत टाकले तर निश्चित गाडी चांगली चालेल

च निश्चित आपल्या गावी पोहचेल आणि जर गाडीत रॉकेल मिश्रित पेट्रोल टाकले तर गाडी डार डार करत कधी बंद पडेल, कधी तुमचा अपघात करेल हे निश्चितपण सांगता येत नाही. त्याच प्रमाणे आपले करिअर घडवण्यासाठी शरीरुपी इंजिनमध्ये पेट्रोल रुपी आहाराची अत्यंत आवश्यकता आहे. तरच प्रत्येकजन शारीरीकजष्ट्या आणि मानसिक जष्ट्या तंदुरुस्त/सक्षम झाला की करिअर साध्य करण्यासाठी ज्या रस्त्यामध्ये कुठेच आडथळा येणार नाही.

बुद्धिमत्ता, अभिरुची, वेळ, गती, मर्यादा, क्षमता, परिस्थिती आणि आहार ह्या सर्व घटका विषयी विद्यार्थी क्रकवा पालक जर जागन्नक झाले तर त्याचे परिणाम पुढील प्रमाणे मिळतील.

#### १) कमी वेळ

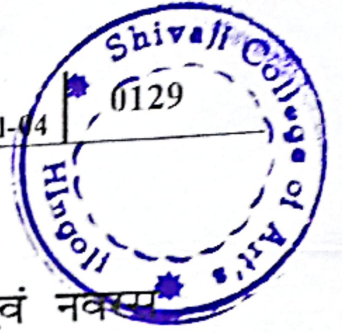
आजच्या युवकाला वाटत लवकर नौकरी लागावी पालकांनाही तरच वाटत की १२ वी झाली की नौकरी मिळावी. आजकाल झट मंगणी पट शादी व्हावी असं वाटत असते, पण निश्चितच तुमचे करिअर कमी वेळेत होते पण वरील घटकांवर १००: अवधान असलं पाहिजे करिअरच्या नावाखाली पाच-पाच, सात-सात वर्ष वाया घालण्याची आवश्यकता नाही. कमीत कमी वेळेत आप-आपले ध्येय विद्यार्थ्यांना साध्य करता येईल.

#### २) कमी पैसा

निश्चित आहे. यात काहीच शंका घेण्याचं कारण नाही. जस-जस करिअर करण्यासाठी वरील घटकांना विचार केला नाही तर विनाकारण पैसा वाया जाईल आणि जर विचार केला तर निश्चितच कमी-कमी पैसामध्ये जास्तीत जास्त करिअरच्या संधी उपलब्ध होतील हे १००: निश्चित.

#### ३) कमी वय (स्वू हम)

नौकरीसाठी, व्यवसायासाठी अथवा करिअरसाठी २५ ते ३२ वर्षा पर्यंत कुथत बसण्याची गरज नाही. कधी जर तुम्ही वरील घटकान बाबत जागन्नत असला तर बरीच उदाहरणे आहेत की, वयाच्या १९ व्या वर्षी, २२ व्या, वर्षी २५ व्या वर्षी करिअर साध्य केलेले अनेक जन आढळतात म्हणून निश्चित कमी वयात करिअर साध्य होते.



४) कमी शारिरिक श्रम आणि कमी मानसिक श्रम (Low physical effort & Low mental effort)  
If you concentrate on above 8 element then you get a good career with low physical effort and low mental effort.

५) कौटुंबिक समस्या कमी होतील  
पैशाची मागमार, भंडण तटे, आणि कलह इत्यादीचे प्रमुख कारण पैसा असतो. पैसा हा करिअर मधुन लवकर मिळतो आपण हे लक्षात ठेवले पाहिजे की, पैसा हाच कौटुंबिक समस्याची मुख्य कारण आहे.  
(Money is main reason of family problem)

६) उच्च समाधान

करिअर कमी वेळेत, कमी पैशात, कमी वयात, कमी शारिरिक व मानसिक श्रमात, कमी कौटुंबिक समस्यात साध्य होत असेल तर निश्चितच उच्च प्रकारचे समाधान मिळेल.

आणि म्हणुनच आठ घटकांच्या जाणिवेमुळे आणि सहा परिणामामुळे आपले स्मार्ट ध्येय लवकरच लवकर साध्य होते

संदर्भग्रंथ

1) Saundra K. Ciccarelli & Glenn E. Meyer. Psychology South Asian Edition, Pearson, Delhi.

2) Feldman, R. (2007). Understanding Psychology, Tata McGraw- Hill New Delhi.

3) Dhongare, N. S. (2011). Applied Psychology, Prasant Publication, Jalgaon.

□□□

## सूर साहित्य एवं नवसूर (कथक नृत्य की भावाभिव्यक्ति के संदर्भ में)

Yogita Mandlik

\*\*\*\*\*

"काव्य, नाट्य आदि ललित कलाओं के दर्शन, श्रवण आदि के द्वारा जिस अलौकिक आनन्द की प्राप्ति होती है उसे सामान्यतया रस कहते हैं।" भावों के माध्यम से इस रस का उद्भव होता है। भाव, संहृदय में हमेशा निहित रहते हैं। जो अनुकूल अवस्था पाकर रस के रूप में पल्लवित होकर आनन्द की सृष्टि करते हैं। इसीलिए रस समस्त ललित कलाओं की आत्मा है। कला की सफलता के लिए रसानुभूति आवश्यक है। रसानुभूति के द्वारा ही परमानन्द की प्राप्ति होती है।

रस के बिना कोई अर्थ प्रवर्तित नहीं होता —

न हि रसाद्यते कश्चिदर्थः प्रवर्तते।"

समस्त आचार्यों के मतानुसार — विभाव, अनुभाव व संचारी भावों द्वारा स्थायी भाव अभिव्यक्त होकर आस्वादन योग्य हो जाते हैं तब वे रस की श्रेणी में आ जाते हैं और आनन्द के कारण बन जाते हैं। हिन्दी में मुख्य रूप से नौ रसों का प्रचार अधिक है और विभिन्न काव्य शास्त्रियों द्वारा भी स्वीकृत रस नौ ही हैं। जिनके नाम इस प्रकार हैं —

शृंगार, हास्य, करुण, रोद्र, वीर, वीभत्स, भयानक, अद्भुत एवं शांत रस।

रस की दृष्टि से हिन्दी साहित्य बहुत ही उत्कृष्ट व समृद्ध है। हिन्दी के ऐसे कई कवि हैं जिनकी कतिपय रचनाओं को विभिन्न शास्त्रीय नृत्य शैलियों में रस भाव प्रदर्शन में प्रयुक्त किया जाता रहा है। शास्त्रीय नृत्यों में नव रस व नायक नायिका भेदों के प्रस्तुतिकरण में तो हिन्दी साहित्यिक कवियों की रचनाएँ

PRINCIPAL  
Shivaji College  
Hingoli

Assistant Professor  
Shivaji College, Hingoli.  
Tq. S. Dist. Hingoli. (MS.)