वेध यशाचा

अभ्यासातील स्वावलंबन – भाग १

अभ्यासाची पूर्वतयारी

प्रा. विवेक पोंक्षे । प्रा. महेन्द्र सेठिया

अभ्यासाला पर्याय नाही ! खरंय ना !
पण हा अभ्यास नाईलाजाने करण्यापेक्षा
आनंददायी झाला तर...
फक्त परीक्षेपुरता आणि गुणांपुरता न राहता
त्या-त्या विषयाची गोडी, समज वाढवणारा झाला तर...
गाईड्स-क्लासेसच्या कुबड्यांवर विसंबून न राहता
स्वावलंबनाने करता आला तर...
फक्त अभ्यासातला कीडा न बनता, कमीत कमी वेळात
परिणामकारक अभ्यास करून उरलेल्या वेळात वैविध्यपूर्ण
अनुभव घेता आले तर...
काय शिकायचं यापेक्षा का आणि कसं शिकायचंय
याचं शास्त्र व कला समजली तर...
हे सर्व शक्य आहे असं सांगणाऱ्या आणि त्यासाठी
अभ्यासाच्या विविध पद्धती, तंत्रे, कौशल्ये, सवयी यांची
अनुभवसिद्ध मांडणी करणाऱ्या 'अभ्यासातील स्वावलंबन'
या पुस्तकांच्या मालिकेतील हे पहिले पुस्तक!

अभ्यास कौशल्ये, परीक्षा तंत्र आणि चला प्रकल्प करू या
ही अन्य पुस्तकेही उपलब्ध आहेत.

अभ्यास का, काय, केव्हा आणि कसा करायचा या
प्रश्नांची उत्तरे शोधण्यासाठी हे पुस्तक मदत करेल.
उद्‌दिष्ट का व कसे ठरवायचे, ते गाठण्यासाठी नियोजन
कसे करायचे, अभ्यासाच्या विविध पायऱ्या कोणत्या,
अभ्यासातील अडथळे कसे दूर करायचे आणि अभ्यास
परिणामकारक कसा करायचा हे विस्ताराने व
उदाहरणांसह या पुस्तकात सांगितले आहे. त्यातून 'खरा'
व आनंददायी अभ्यास करण्यासाठी छान पूर्वतयारी होईल.

शालेय विद्यार्थ्यांसाठी प्रामुख्याने हे पुस्तक लिहिलेले
असले तरी सर्व वयोगटातील विद्यार्थ्यांना व
विद्यार्थ्यांच्या अभ्यासासाठी प्रोत्साहन देणाऱ्या पालक-
शिक्षकांनाही हे पुस्तक व पुस्तक मालिका निश्चितच
उपयुक्त ठरेल.

अभ्यासाची पूर्वतयारी

छात्र प्रबोधन प्रकाशन, पुणे
किंमत ₹ १००

अभ्यासातील स्वावलंबन भाग -१

अभ्यासाची पूर्वतयारी

लेखक

प्रा. विवेक पोंक्षे

प्रा. महेन्द्र सेठिया

छात्र प्रबोधन
ज्ञान प्रबोधिनी
५१०, सदाशिव पेठ, पुणे - 411030
www.chhatraprabodhan.org

‘अभ्यासातील स्वावलंबन’ – भाग १

अभ्यासाची पूर्वतयारी

(‘छात्र प्रबोधन’ मासिकामध्ये १९९५ ते २००५ या कालावधीत ‘अभ्यासातील स्वावलंबन’ या सदरात प्रकाशित झालेल्या काही लेखांची निवड व संपादन करून केलेल्या लेखांचा संग्रह)

❖ **प्रकाशक व मुद्रक**

प्रा. महेन्द्र सेठिया

संपादक, ‘छात्र प्रबोधन’,

ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे ४११०३० ☎ (०२०) २४२०७ १७४/१७५

email - chhatraprabodhan@jnanaprabodhini.org

❖ **अक्षरजुळणी**

छात्र प्रबोधन, ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे

❖ **लेखक**

प्रा. विवेक पोंक्षे

प्रा. महेन्द्र सेठिया, mahendra.sethiya@jnanaprabodhini.org

❖ **मुखपृष्ठ व आतील चित्रे**

गिरीश सहस्रबुद्धे

❖ **प्रथम आवृत्ती :** राष्ट्रीय सौर पौष, शके १९३८, जानेवारी २०१७

❖ **द्वितीय आवृत्ती :** राष्ट्रीय सौर फाल्गुन, शके १९४०, मार्च २०१९

❖ **पुनर्मुद्रण १ :** राष्ट्रीय सौर अग्रहायण, शके १९४६, डिसेंबर २०२४

© स्वामित्व प्रकाशकाच्या स्वाधीन

❖ **किंमत**

₹ १००

'Abhyasachi Poorvatayari'

(Preparation for Effective Self Study)

प्रस्तावना

औपचारिक शिक्षण चालू असताना एक-एक इयत्ता उत्तीर्ण होऊन पुढच्या इयत्तेत जाण्यासाठी प्रत्येकालाच अभ्यास करावा लागतो. त्यातले बहुतांशी विद्यार्थी गृहपाठ आणि परीक्षेपुरताच अभ्यास करताना दिसतात. त्यातही गृहपाठ करणे म्हणजे उतरवून काढणे, उरकणे असाच प्रकारच जास्त दिसतो. आपल्या परीक्षा बहुतांश वेळा स्मरणावर आधारित असल्यामुळे पाठांतर, घोकंपट्टी, रट्टा मारणे याच्या आधारे परीक्षेत उत्तीर्ण होता येते. त्यामुळे विषय मुळातून समजला पाहिजे, त्याचा विविध पद्धतींनी अभ्यास केला पाहिजे, अभ्यासाच्या विविध सवयी लावून घेतल्या पाहिजेत, अभ्यासाची विविध कौशल्ये हस्तगत केली पाहिजेत, अवांतर वाचन केलं पाहिजे, प्रयोग केले पाहिजेत, इत्यादी गोष्टींची आवश्यकताच जाणवत नाही. बरं, परीक्षार्थी म्हणून अभ्यास करतानाही गाईडस् आणि क्लासेस-शिकवण्यांच्या कुबड्या घेतल्याशिवाय आपण अपेक्षित यश मिळवूच शकणार नाही, असा आत्मविश्वास हरवलेली मानसिकताच जास्त दिसते. त्यामुळे नाईलाजास्तव आणि कमी श्रमात अधिक गुण कसे मिळतील याच्या पद्धतींवर (कॉपी, पेपरफुटी, इ.) भर देत केला जाणारा अभ्यास अंगीही लागत नाही आणि दीर्घकालीन यशासाठी उपयोगीही पडत नाही.

शालेय वयात आणि खरं तर आयुष्यभर अभ्यासाशिवाय पर्याय नाही, हे तर आपल्यापैकी प्रत्येकजण मान्य करेल. मग हा अभ्यास अधिक आनंददायी, त्या-त्या विषयातली गोडी व समज वाढवणारा, कमी वेळात अधिक परिणामकारक होणारा आणि स्वत:च स्वत: करता आला तर...! त्यासाठीच 'अभ्यासातील स्वावलंबन' या मालिकेतील चार पुस्तके छात्र प्रबोधनतर्फे प्रकाशित करत आहोत. गेली २५ वर्षे छात्र प्रबोधनच्या अंकांमधून सातत्याने 'अभ्यासातील स्वावलंबन' हे सदर प्रकाशित होत आहे. इयत्ता दहावीच्या विद्यार्थ्यांनी शेवटच्या तीन महिन्यांमध्ये अभ्यासाच्या विविध पद्धती वापरून नियोजनपूर्वक आणि परीक्षातंत्रांना सुयोग्य व डोळसपणे वापर करत अभ्यास कसा करावा हे सांगणारं 'वेध यशाचा' हे पुस्तक १९९५ च्या सुमारास छात्र प्रबोधनतर्फे प्रकाशित करण्यात आलं. त्याच्या पुष्कळ आवृत्त्या व पुनर्मुद्रणे झाली. हजारो विद्यार्थ्यांनी त्या पुस्तकाच्या आधारे अभ्यास करून दहावीच्या परीक्षेत तर उत्तम गुण मिळवलेच पण पुढील शिक्षणातही उत्तम यश मिळवले. तथापि फक्त दहावीपुरता आणि परीक्षेपुरता हा विषय मर्यादित राहू नये म्हणून, मागणी खूप असतानाही २००२ नंतर 'वेध यशाचा' या पुस्तकाचे पुनर्मुद्रण करायचे नाही आणि त्याऐवजी या विषयावर विस्ताराने व सर्व विद्यार्थ्यांना उपयोगी पडेल अशी आवृत्ती

काढायची असे ठरवले. त्यानुसार लेखनाला प्रारंभही केला. छात्र प्रबोधनच्या अंकात ते क्रमश: प्रसिद्ध होत गेले. तथापि काही ना काही कारणामुळे ते पुस्तकरूपाने प्रकाशित होऊ शकले नाही. बहुप्रतिक्षेत असलेल्या या पुस्तकांना छात्र प्रबोधनच्या रौप्य महोत्सवी वर्षात मुहूर्त लागलाय !

'अभ्यासातील स्वावलंबन' या मालिकेतील 'अभ्यासाची पूर्वतयारी' हे पहिले पुस्तक ! छात्र प्रबोधनमधील लेखांच्या आधारे अभ्यास का करायचा, काय करायचा, केव्हा करायचा आणि कसा करायचा या प्रश्नांची उत्तरे शोधण्यासाठी मदत करणारे, हे पुस्तक ! उद्दिष्ट का व कसे ठरवायचे, त्यासाठी नियोजन कसे करायचे, अभ्यासाच्या विविध पायऱ्या कोणत्या, अभ्यासातील अडथळे कसे दूर करायचे व अभ्यासाची परिणामकारकता कशी वाढवायची हे या पुस्तकात विस्ताराने सांगितले आहे. अभ्यासाच्या मूलभूत सवयी व योग्य दृष्टिकोन तयार करण्यासाठी हे पुस्तक तुम्हा विद्यार्थ्यांना निश्चितच उपयोगी पडेल. अभ्यासातील स्वावलंबन वाढविण्यासाठी खतपाणी घालेल. त्यातून तुमचा आत्मविश्वास तर वाढेलच पण कमीत कमी वेळात परिणामकारक अभ्यास करून, व्यक्तिमत्त्वाचा सर्वांगीण विकास करण्यासाठी विविध अनुभव घ्यायला तुम्हाला वेळ मिळवून देईल.

याच मालिकेतील 'अभ्यास कौशल्ये', 'परीक्षा तंत्र' आणि 'चला प्रकल्प करू या' ही तीन पुस्तके येत्या दोन-तीन महिन्यांमध्ये प्रकाशित होतील. विद्यार्थ्यांनी या पुस्तकांच्या आधारे अभ्यासाच्या सवयी-पद्धती विकसित कराव्यात, अनेक विषय स्वत:हून शिकण्याची, मूळातून समजून घेण्याची कौशल्ये आणि तंत्रे हस्तगत करावीत ही अपेक्षा आहे. परीक्षेतले गुण वाढविण्याच्या मर्यादित हेतूने ही पुस्तके लिहिलेली नाहीत. तर 'स्वत:चं स्वत: कसं शिकायचं', त्यासाठी विविध अभ्यास व विचार कौशल्यांचा विकास कसा करायचा हे सांगण्यावर या पुस्तकांचा भर आहे. परीक्षेतील गुणांमधील वाढ हा त्याचा जाता-जाता होणारा परिणाम निश्चित आहे. ज्ञान प्रबोधिनीच्या समृद्ध शैक्षणिक वातावरणात प्रत्यक्ष अनुभवाने सिद्ध झालेल्या स्वयं अध्ययनाच्या पद्धती-तंत्रे-कौशल्ये यांचा समावेश या पुस्तकामध्ये केला आहे.

पालकांनी व शिक्षकांनी झटपट यशाच्या मागे न लागता या पुस्तकांमध्ये सुचवलेल्या पद्धतींच्या आधारे विद्यार्थ्यांना स्वावलंबनाने अभ्यास करण्यास प्रोत्साहन द्यावे. पाठ्यपुस्तकाबाहेरील अवांतर वाचनास व पाठ्यक्रमाबाहेरील विषयांचा अभ्यास करण्यास पोषक वातावरण तयार करावे. विद्यार्थ्यांच्या चतुरस्र बुद्धिमत्तेला वाव द्यावा, खतपाणी घालावे. अभ्यासाबरोबरच सर्वांगीण विकासासाठीच्या उपक्रमांमध्ये सहभागी होण्याचा आग्रह धरावा. शालेय अभ्यास करता-करता देशप्रश्नांचा अभ्यास करण्याचा व्यापक दृष्टिकोन आणि ते प्रश्न सोडविण्यासाठीची प्रेरणा विकसित करावी यासाठी या पुस्तकांचा उपयोग झाला तर आम्हाला अधिक आनंद होईल.

The best way to make your dreams is to wake up

सर्व विद्यार्थ्यांनी ‘परिक्षार्थी’ मुखवटा काढून, आपल्या आतमध्ये दडलेल्या प्रचंड बौद्धिक क्षमतांच्या आधारे स्वावलंबनाने, नवनवीन गोष्टी-विषय स्वत:हून शिकण्याच्या उत्सुकतेने, आनंद आणि आत्मविश्वास मिळवत अभ्यास करावा यासाठी मनापासून शुभेच्छा ! तुमच्या प्रतिक्रिया-सूचना-शंका-अडचणींचे स्वागत आहे.

सौर पौष ११, शके १९३८/१ जानेवारी २०१७ **– विवेक पोंक्षे, महेन्द्र सेठिया**

दुसऱ्या आवृत्तीच्या निमित्ताने

छात्र प्रबोधनच्या रौप्य महोत्सवी वर्षात प्रकाशित झालेल्या २५ पुस्तकांमध्ये खूप वर्ष रेंगाळलेल्या ‘अभ्यासातील स्वावलंबन’ या पुस्तकांच्या मालिकेतील हा पहिला भाग प्रकाशित केला गेला होता. अल्पावधीत ही आवृत्ती संपली याचा मनापासून आनंद वाटतो. या पुस्तकाची ही दुसरी आवृत्ती काढताना पहिल्या आवृत्तीत अनवधानाने राहून गेलेल्या चुका दुरुस्त करण्यात आल्या आहेत. काही ठिकाणी आशयामध्ये स्पष्टता आणण्यासाठी भर घातली आहे. परिशिष्टामध्ये अभ्यास सवयींविषयीची चाचणी नव्याने समाविष्ट केली आहे. अभ्यासाची पूर्वतयारी उत्तम होण्यासाठी ही दुसरी आवृत्ती निश्चितच अधिक उपयुक्त ठरेल. ‘रूरल मेन्सा’चे वाच. नारायण देसाई यांच्या मागणीमुळे व पाठपुराव्यामुळे ही आवृत्ती छापायला प्रोत्साहन मिळाले, त्याबद्दल त्यांना धन्यवाद!

या मालिकेतील ‘अभ्यास कौशल्ये’ व ‘परीक्षा तंत्र’ या दोन पुस्तकांच्या पहिल्या आवृत्त्याही या दुसऱ्या आवृत्तीसोबत प्रकाशित होत आहेत, याचा निश्चित आनंद वाटतो. ज्ञान प्रबोधिनीद्वारा प्रकाशित ‘अभ्यासातील स्वावलंबन’ या मालिकेतील तीनही पुस्तकांचा संच व ‘चला प्रकल्प करूया’, ‘कल्पक बनूया’, ‘व्यक्तिविकासासाठी विद्याव्रत’ ही व अन्यही पुस्तके विद्यार्थ्यांना खऱ्या अर्थाने ‘विद्यार्थी’ बनायला उपयुक्त ठरतील. प्रामाणिकपणे धडपडणाऱ्या पालक-शिक्षकांनाही ही पुस्तके साहाय्यभूत ठरतील असा विश्वास वाटतो. या पुस्तकातील तंत्र व पद्धती वापरताना आलेले अनुभव, अडचणी, उणिवा, मर्यादा, झालेला उपयोग, नव्याने केलेले प्रयोग, या सर्वांबद्दल तुमचा प्रतिसाद नक्की कळवा.

हे पुस्तक छापायला जाण्याच्या आधी काही दिवस माझे ज्येष्ठ सहकारी व या पुस्तकाचे सहलेखक, शिक्षणतज्ज्ञ प्रा. विवेक पोंक्षे यांचे दीर्घ आजाराने दु:खद निधन झाले. स्वयंअध्ययन पद्धतीने अभ्यास करून आपण सर्वजण त्यांना श्रद्धांजली वाहू या.

सौर फाल्गुन २९, शके १९४०- २० मार्च २०१९ **– महेन्द्र सेठिया**

प्रारंभी जे अद्‌भुत वाट, गहन भीतीदायी, त्या विश्वाचा स्वभाव कळता, भय उरले नाही

अनुक्रमणिका

प्रस्तावना ५

१. स्वाध्यायाचा अर्थ ९

२. उद्दिष्ट निश्चिती.. १३

३. अभ्यास पायऱ्या.. २१

४. अभ्यासाला प्रारंभ नियोजनाने ३२

५. अभ्यासातील अडथळ्यांवर मात ५०

६. अभ्यासाची परिणामकारकता............................ ६७

७. पालक – शिक्षकांसाठी ७७

परिशिष्टे ८५

१. अभ्यास सवयींची चाचणी

२. उद्दिष्ट तक्ता

३. दिवसातील तासांचा हिशोब तक्ता

४. साप्ताहिक अभ्यास नियोजन तक्ता