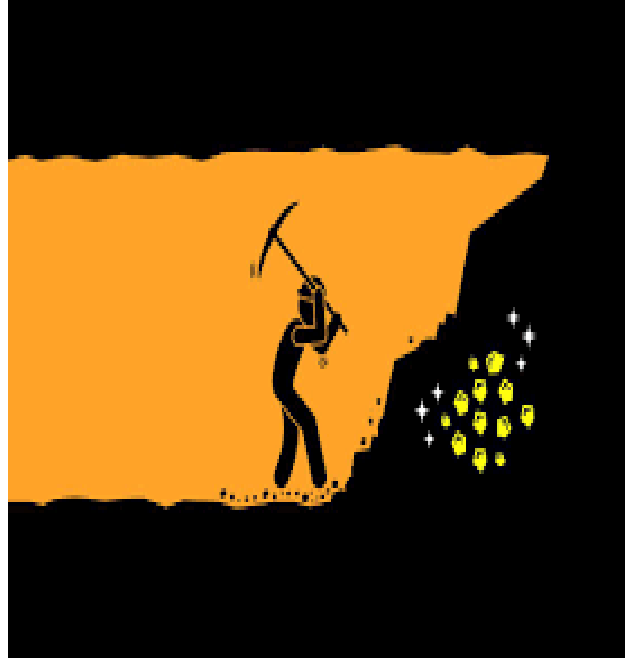


स्थळ : कोणतेही इंजिनीरिंग/पदवीधर कॉलेज

कॉलेजचा साधारण डिसेंबर आणि मे असा वर्षातील २ वेळा परिक्षेचा काळ असतो आणि त्याआधी काही दिवस हे पीएलचे असतात. सगळा अभ्यास त्या पीएल मध्येच करणे अपेक्षित आहे नाहीतर तुम्ही इंजिनीअर कसले ? हा प्रश्न वारंवार ऐकायला मिळतो. अर्थात हा वेळ इतका कमी असतो कि त्यात परीक्षेपुरता जरी अभ्यास झाला तरी झाले खूप झालं. याला आपण 'क्रायसिस मॅनेजमेंट' म्हणूया.. यशस्वी व्हायचं असेल तर फक्त टॅलेंटचीच गरज आहे आणि ते असेल तर तुम्हाला काही वेगळं करण्याची गरज नाही. आणि टॅलेंट जर नसेलच तर बाकी काही करून उपयोग तरी काय? असा सार्वत्रिक समज कॉलेजेसमधे आहे. पण असं जर असतं तर फक्त अत्यंत हुशार असणारे लोकच यशस्वी झाले असते. आणि दुसरी गोष्ट म्हणजे, सारख्या प्रमाणात हुशार असणारे लोकं सारख्याच प्रमाणात यशस्वी झाले असते. पण या दोन्ही गोष्टी आपल्या आजूबाजूला पाहण्यात येत नाहीत. म्हणजेच हुशारी सोडून अजून काहीतरी आहे जे आपल्या यशस्वी होण्यात मोलाची भूमिका बजावतात..



आता कल्पना करा कि तुम्ही प्रायव्हेट कंपनीत काम करत आहात आणि तुम्हाला तिथे काम करून नुकतीच २ वर्षे पूर्ण झाली आहेत. आता भविष्याचा विचार करताना तुमच्या डोव्यासमोर सर्वात आधी कुठला प्रश्न येतो? बहुतेकांचं उत्तर असं आहे कि कंपनी बदलणे/ 'स्विच मारणे'. काही वैध कारणे सोडता एका ठिकाणी साधारण २ वर्षापेक्षा जास्त राहणे म्हणजे जणू एकतर त्या व्यक्तीला दुसऱ्या गोष्टी जमत नाहीत अथवा बाहेर त्या व्यक्तीसाठी दुसऱ्या संधी उपलब्ध नाहीत असे नाहक संशय घेतले जातात. सारखी नोकरी बदलत राहणे नाहीतर वेगवेगळ्या गोष्टी फक्त एक्सप्लोरच करत राहणे हे त्या व्यक्तीच्या यशात/भरीव कामगिरी करण्यात कितपत परिणाम करत असतील? टॅलेंट आणि ऑपॉर्च्युनिटी सोडून असं काय आहे कि ज्याच्यामुळे एखादी व्यक्ती बाकीच्यांपेक्षा जास्त यशस्वी होते?

याचा एक निर्धारक सेल्फ-कंट्रोल म्हणता येईल. थोडक्यात सांगायचं झालं तर, सेल्फ कंट्रोल म्हणजे समोर कितीही आकर्षणे, मोहमाया असली तरी आपले लक्ष, भावना आणि वर्तन त्या मोहापायी न वळवणे. आणि दुसरा महत्वाचा निर्धारक म्हणजे ग्रिट! जगप्रसिद्ध सायकोलॉजिस्ट अँजेलो डेकवर्थच्या मते तुम्ही कुठल्याही क्षेत्रात असा, कुठलेही काम करा, यशस्वी होण्यासाठी सर्वासाठी एक गोष्ट कॉमन आहे, ती म्हणजे ग्रिट! ग्रिटला आपण चिकाटी(perseverance) आणि आवड(passion) यांचे संयोजन म्हणूया. वरवर सारखेच वाटणारे सेल्फ-कंट्रोल आणि ग्रिट हे वस्तुतः एकमेकांपेक्षा खूप वेगळे आहेत. फक्तच सेल्फ कंट्रोल असणारी व्यक्ती मोहापायी विचलित होणार नाही पण सातत्याने एकाच ध्येयामागे लागेल का हा प्रश्न आहे.

उदाहरणार्थ, वजन कमी करायचे ठरवल्यानंतर समोर जंक फूड आल्यावर सेल्फ-कंट्रोल असणारी व्यक्ती ते खाणार नाही पण ती व्यक्ती वर्षानुवर्षे वजन कमी करणे यावर सातत्याने काम करेलच असे नाही.

याउलट, ग्रिटी व्यक्ती हेच ध्येय समोर ठेऊन वर्षानुवर्षे निश्चयाने त्यासाठी काम करेल.



टॅलेंट, IQ, तुमची सद्य परिस्थिती या गोष्टी महत्त्वाच्या आहेतच पण त्या असणे हे कुणाच्या हातात नाही. त्या जन्मतः मिळालेल्या आहेत, काही काळापर्यंत ठराविक मर्यादेपर्यंत त्या वाढतात. पण ग्रिट नक्कीच वाढते! त्याला वाढवता येते.

Achievement = Talent * Effort
'एफर्ट' हे यशाची सखोलता, योग्य दिशा आणि कालावधी याचे फंक्शन आहे. प्रत्यक्षात असे

दिसते कि, एफर्टसला खूपच कमी लेखले जाते. आपण ते पहिल्या उदाहरणात ही पाहिले. गोल्स मध्ये सातत्य आणि एकाच गोलवर सातत्याने काम करणे हे कमी ओबवियस आहे/याचे प्रमाण कमी आहे/अशी उदाहरणे कमी आहेत. आपल्याकडे एकूणच मेहनत करण्याला कमीपणाचे समजले जाते.

अँजेलालाचे ग्रिटविषयीचे बरेच शोधनिबंध संपूर्ण जगभरात प्रसिद्ध झालेले आहेत. त्यातले काही महत्त्वाचे निष्कर्ष खालीलप्रमाणे-

- ग्रिटीयर व्यक्ती या सारख्याच वयाच्या नॉन-ग्रिटीयर व्यक्तीपेक्षा जास्त उच्च शैक्षणिक पातळी पूर्ण करतात.
- ग्रिटीयर व्यक्ती खूप कमी वेळा जॉब बदलतात.
- ग्रिटची पातळी वयानुसार वाढते.
- अगदी उत्तमोत्तम युनिव्हर्सिटीजमध्ये सुद्धा ग्रिट असलेल्या पदवीधर विद्यार्थ्यांचा GPA स्कोर जास्त आहे.

सुरवातीला आपण जे 2 उदाहरणे पाहिले, जे पॉप्युलर कल्चर आहे ते वरील अभ्यासातून आलेल्या निष्कर्षांच्या अगदी विरुद्ध दिसून येते.

मी निर्माण या तरुणांसोबत काम करणाऱ्या प्रोग्रॅम सोबत काम करते. आपले टॅलेंट आणि कौशल्ये वापरून समाजातील विविध प्रश्नांवर अनेक तरुण निर्माणी काम करत आहेत. अशा तरुणांसोबत काम करताना एक गोष्ट समजते ती म्हणजे सामाजिक प्रश्नांवर काम करताना ग्रिट खूप मोठी भूमिका बजावते नाहीतर ते काम फक्त तात्पुरती सोशल ऍक्टिव्हिटी उरते.

सुदैवाने सामाजिक क्षेत्रांत ग्रिट वापरणाऱ्या व्यक्ती बघायला मिळतात. आपण अशी काही उदाहरणे पाहूयात...



मूळचा नाशिकचा, मध्यमवर्गीय घरातील आकाश बडवेने त्याचे इलेक्ट्रिकल इंजिनीअरिंग चे शिक्षण बिट्स पिलानी येथून पूर्ण केले. त्यानंतर कॉर्पोरेट करियरचा टिपिकल मार्ग न निवडता तो छत्तीसगढ मधल्या दंतेवाडा या ठिकाणी आदिवासी शेतकऱ्यांसाठी काम करण्यासाठी पंतप्रधान ग्रामविकास फेलोशिप अंतर्गत रुजू झाला. छत्तीसगढचा दंतेवाडा म्हणजे बस्तर क्षेत्राचा अतिशय दुर्गम जिह्वा. नक्षलवादी छळ पोहचलेला अशा ह्या विकासापासून वंचित राहिलेल्या जिल्ह्यात गोंड आणि माडिया आदिवासी आहेत. असा हा सर्वच दृष्टीने मागासलेला जिल्हा आकाशने कार्यक्षेत्र म्हणून निवडला.

आकाशच्या प्रयत्नाने तेथील आदिवासींनी सेंद्रिय शेतीची कास धरली. त्यातून त्यांची भविष्याकडे वाटचाल सुरु झाली. दंतेवाडा जिल्ह्यामध्ये साधारण ११५ गावांमध्ये ९०-९५ शेतकरी गट तयार करून तिथे त्याने सेंद्रिय शेतीचा कार्यक्रम राबवला. साडेतीन वर्षांत किमान हजार ते अकराशे आदिवासी शेतकरी कुटुंब या प्रकल्पाशी जोडले गेले. प्रशासनाशी समन्वय राखून सुविधांसह येथील कुटुंबासाठी त्याने शासकीय योजना राबवलेल्या आहेत. त्यामुळे हा कार्यक्रम यशस्वी ठरला असून आधीपेक्षा त्यांची आर्थिक परिस्थिती सुधारलेली आहे. हे काम आकाशसाठी फक्त फेलोशिप साठीच मर्यादित नसल्याने त्याने आता दंतेवाड्यातच स्थायिक होऊन आदिवासींच्या कल्याणासाठी झटण्याचा निर्णय घेतला आहे. चांगल्या कंपनीत, सुलभ आर्थिक परिस्थिती असूनही आकाशने या कठीण परिस्थितीतील काम करण्याचा फक्त निर्णय च नाही घेतला तर गेले ६ वर्षे सातत्याने तो याविषयात काम करत आहे.

दुसरीकडे, शरद अष्टेकर हा 10 वी ची परीक्षा न दिलेला तरुण, घरची आर्थिक परिस्थितीही खूपच बेताची..

न्युजपेपर्स विकताना शरद पुस्तकांच्या प्रेमात पडला. त्याला पुस्तके वाचायची आवड लागली. २०१० साली एका मैत्रीणीला भेटण्यासाठी तो विदर्भातल्या चंद्रपूर जिल्ह्यात गेला. तिला जे भेट देण्यासाठीचे पुस्तक त्याने ठरवले ते तिथे त्याला कुठेच मिळाले नाही. तेव्हा बेरोजगार असलेल्या शरदने लवकरच पुस्तक विक्रीचा व्यवसाय चंद्रपूरमध्ये सुरु केला. गावोगावी जाऊन तो पुस्तके विकू लागला , पुस्तकांची प्रदर्शने भरवली. बिजनेसचे कुठलेही नॉलेज आणि ट्रेनिंग नसताना त्याने स्वानुभवातून आणि खूप मेहनतीने ते ज्ञान आत्मसात केले. त्या काळांत कधीकधी तर त्याने दिवस फक्त १ बिस्कीटचा पूडा किंवा बिर्याणीवर काढले. वेगवेगळ्या क्षेत्रांतील जगविख्यात लेखकांची पुस्तके इंग्रजीत असल्यामुळे ती सर्वच मराठी वाचकांना वाचता येत नाही म्हणून अशा पुस्तकांचे राइट्स घेऊन ते मराठीत आणावीत या हेतूने शरदने ३ वर्षांपूर्वी स्वतःची पब्लिकेशन कंपनी सुरु केली. फिरत्या गाडीवरून पुस्तक विक्रीपासून ते आता स्वतःची पुस्तक पब्लिकेशन कंपनी असा शरदचा तब्बल १० वर्षांचा प्रवास झालेला आहे.



होमो डेऊस, २१ लेसन्स फॉर २१ सेंच्युरी, द सट्ल आर्ट ऑफ नॉट गिविंग या फ*, द फ्री व्हॉइस, झिरो टू वन, शुअरली यु आर जोकिंग मि. फाइनमन, इंडिका असे कित्येक प्रसिद्ध पुस्तके शरदच्या प्रकाशनद्वारा मराठीत

आलेली आहेत. वरील दोघांमध्ये शिक्षण, टॅलेंटचा प्रकार, अडचणी, घरची आर्थिक परिस्थिती याकशांतही साम्य नसले तरी एक गोष्ट सारखी आहे - ग्रिट!

कुठल्याही क्षेत्रात मास्टरी प्राप्त करण्यासाठी त्यांत सलग किमान 10-12 वर्षे सतत मेहनतीने काम करावे लागते असे पॉझीटीव्ह सायकॉलॉजीचे भीष्मपितामह डॉ. मार्टिन सेलिगमन यांच्या रिसर्च वरून सिद्ध झालेले आहे. म्हणूनच आता पुढच्यावेळी जेव्हा तुमच्या आजूबाजूला कुणी 'काय हार्ड वर्क करताय' असं तुम्हांला कुणी म्हणेल किंवा अडचणी आल्या म्हणून काम थांबवू, बंद करू असं तुम्हांला वाटेल तेंव्हा, **remember Aakash, remember Sharad and remember GRIT!**

तुमची ग्रिट वाढवण्यासाठी तुम्ही खालील गोष्टी करू शकता:

१. ग्रिट वाढवण्यासाठी सर्वात पहिले तुम्ही सद्य स्थितीत कुठे आणि का आहात हे समजून घेणे महत्वाचे आहे.
२. सतत सरावाने आणि स्वयंशिस्तीने दिवसेंदिवस तुम्ही कामाचा दर्जा वाढवू शकता - "Whatever it takes, I want to improve."
३. लांब पल्ल्याच्या पर्पज शिवाय आवड दीर्घकाळ टिकणे अशक्य आहे. म्हणून कुठलेही काम फक्त स्वतः पुरते मर्यादित न राहता ते इतरांना मदत होईल असे असावे. - "My work is important—both to me and to others."
४. तुमच्या कामामध्ये कायम उत्कृष्ट दर्जाच्या संदर्भाचा(पुस्तके, व्हिडिओज, रोल मॉडेल्स) वापर करा.
५. तुमच्या अर्थपूर्ण प्रवासात मधे मधे स्वतःचे परीक्षण करत रहा.
६. जीवनातील मार्गदर्शक तत्वे आणि मूल्ये ग्रिट वाढवण्यास मदत करतात.
७. नकारात्मक, निराशावादी आणि कठीण काळांत टिकून राहणे महत्वाचे!

**-जुई जामसांडेकर,
निर्माण एक्झिक्यूटिव्ह टीम**

References:

Angela L. Duckworth, C. P. (2007). Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals.

Duckworth, A. (n.d.). Grit.

Gross2, A. D. (2014). Self-Control and Grit: Related but Separable Determinants of Success.

Seligman, M. (n.d.). Flourish: A Visionary Science of well-being

www.nirman.mkcl.org

https://nirman.mkcl.org//user/pages/mns-docs/Akash_Badave_news.jpg

https://nirman.mkcl.org/user/pages/mns-docs/Sharad_Ashstekar.pdf

<https://www.lokmat.com/oxygen/grit-makes-one-successful-talent-skills-lets-check-how-a298/>



काय एकाच ठिकाणी एकाच जागी चिकटून बसलाय नोकरीत? काय एकाच काम वर्षानुवर्षे करतोय? काय एकाच गोष्टीच्या मागे लागलाय जीव तोडून? स्वयं का मारत नाहीस? - असं तुम्हाला कुणी विचारलंय, किंवा कितीही अडचणी आल्या तरी डोक्यासमोरचं ध्येय सोडू नका.. कारण यशात त्याचा वाटा मोठा असतो.

ख ङ : कोणतेही प्रतिनिधित्व / पदवीयार कोणतेही कोलेजचा साक्षात्कार दिविसर आणि मे असा वर्षातील वेग वेग पुरतोय चकक असतो आणि त्याआधी काही विचार हे घेतलेच असतात. कसळ अथवा त्या पीएलव्येच करणे अपेक्षित आहे नाहीतर तुम्ही प्रतिनिधित्व करणारे

हा प्रश्न यशस्वर ऐकण्याला मिळतो. अर्थात हा वेळ इतकाच कमी असतो की, त्यात परीक्षेपूर्ता तरी अभ्यास झाला तरी खूप झाला. यशात आपण आपणित्व मीनअपेट घडण्या यशस्वी व्हायचं असलं तर फक्त टॅलण्टचीच गरज आहे आणि ते असलं तर तुम्हाला काही वेगळं करण्याची गरज नाही. आणि टॅलंट जर कोलेज तर काही काळी काळज उपेगाची ती काय? असा सार्वत्रिक सारांश कोलेजमध्ये आहे. पण असं जर खरं तर पक्कत अपातं ह्यात असणारे लोकांय तोकाय यशस्वी झाले असते. पण या वेळेची गोष्टी आपल्या भावुकतायुक्त पाहण्यात येत नाहीत. म्हणजेच ह्यातरी सोडून आतून काहीतरी आहे जे आपल्या यशस्वी होण्याला मोलाची भूमिका बजावतात.

असा कल्पना करू काही तुम्ही प्रत्येकट खंयचीत काम करत आहात आणि तुम्हाला तिचे कस करून कुठेच २ वर्षे पूर्ण झाली आहेत. असा परिष्कारात विचार करताना तुम्हाला डोक्यासमोर स्वतःत आपली कुठल्या प्रश्ने येते?

यशोकार्य असं आहे काही, कांयची बदलणू, विचय मानणं. काही वेळ चालतं एका ठिकाणी

साधारण दोन वर्षांपेक्षा असल राहाणं म्हणजे जग एकाच त्या व्यक्तीला दुसऱ्या गोष्टीत असत असाय यावर त्या व्यक्तीसाठी दुसऱ्या संधी उपलब्ध नाहीत असे नाटक संशय घेतलं जातलं. साऱ्यांनी तोंडी बघतलं यशात नाहीतर जेवढेपेक्षा गोष्टी घ्याय एकाचवेळीच करत राहाणं हे त्या व्यक्तीच्या यशात/भविष्य कायमिती करण्यात कितापय पहिल्यां कामा असतात?

टॅलण्ट आणि ओप्युनिटी सोडून असं काय आहे की, असायमुळे एकाच व्यक्ती कायक्यापेक्षा असल राहाणं होतं? यशात एका निर्दिष्ट वेळ-वेळीत कामता येईल. यशस्वतात सांगायचं झालं तर, सेक कटौन म्हणजे सघोर कितीही आकारणं, मोहमाया असली तरी आपले लक्ष, भुवनात आणि जर्न त्या मोहमायी न चळणं, आणि दुसरा महत्त्वाचा निर्णय म्हणजे गिट जगामिदु सारकोमिजिर असेल डकवर्थच्या मो तुम्ही कुठल्याही क्षेत्रात अस. कुठलेही काम करा, यशस्वी होण्यासाठी सर्वासाठी एका गोष्ट कोसल आहे, ती म्हणजे गिट।

गिटला आपण विकारी आणि आसय चांन संशोजन म्हणूया. यावर सरकोय वाळणारे सेक-वेडेलन आणि गिट हे वस्तुन: एकमेकांपेक्षा खूप वेगळे आहेत. फक्तच सेक-वेडेलन असतारी यशस्वी मोहमायी विचरित होणार नाही, पण सातत्याने एकाच ध्येयामागे लवेल कस हा प्रश्न आहे. उदाहरणार्थ, वजन कमी करायचं

- अंजेल्याचे गिटविषयीचे बरेच रोधनिबंध संपूर्ण जगभरात प्रसिद्ध झालेले आहेत. त्यातले काही महत्त्वाचे निकष पुढीलप्रमाणे आहेत..
1. गिटिअर व्यक्ती या साख्ख्याय यदाय्या नॉन-गिटिअर व्यक्तीपेक्षा जास्त उच्च संक्षिणक पातळी पूर्ण करतात.
 2. गिटिअर व्यक्ती खूप कमी वेळा जॉय बदलतात.
 3. गिटिअर पातळी यशानुसार वाढते.
 4. आदी उतामतात युनिव्हर्सिटीजमध्येसुद्धा गिट असलेल्या पदवीधर विद्यार्थ्यांच्या स्कोर जास्त आहे.

उदाहरणानंतर सघोर जेवू आसयार सेक-वेडेलन असतारी व्यक्ती ते सांगत नाही, पण ती व्यक्ती वस्तुनू वजन कमी करणं यावर सातत्याने काम करेलच असे नाही. याउलट, गिटि व्यक्ती वेग वेगळं काम करू लागू लागूनि निवडणारे यशस्वीत वजन कमी करील. टॅलण्ट, आसयु, तुम्ही सायवर्सिटीचा गोष्टी महत्त्वाचा आहेतच, पण त्या असलं हे कुठल्याय हातात नाही. त्या जन्म: निवडलेल्या आहेत, काही काळपर्यंत टाळीक मारीपयत त्या वाढतात. पण गिट कायय वाढतो: वाढतच येतो.

Achievement = Talent + Effort
 'एफर्ट' हे यशस्वी सखोलन, ध्येय विना आणि कलावारी याच फंगरल आहे. प्रयत्नच किंसात किंसात की, एफर्टना-कल्पना-प्रयत्नानं सृष्टय कमी तरेकडे जातं.

आपण ते पहिल्या उदाहरणातच पाहिलं. मोस अर्थात ध्येय, त्यामध्ये सातय आणि एफयत घडयसाठी सातत्याने काम करणं हे काय अर्थितन आहे/याचं प्रमाण काय आहे/आत उदाहरण कमी आहेत. आजकालचे तुलणय महानत कल्पनात कामिणयचं सखलत जातं.

मी निमिण सखय काम करतो. आपनं टॅलण्ट आणि कोणतंय कायन सगजतरीन विविध प्रयत्नर अनेक कस य निमिणी काम करत आहेत. असा सखणोभयत काम करताना एका गोष्ट सखणे ती सखणे सखयिक प्रयत्नर काम करताना गिट खूप मोठी भूमिका बजावते नाहीतर ते काम फक्त तातडुतरी सखल अर्थिविटी असे.

सुखेने सखामिजि क्षेत्रत गिट साखणय्यात यशस्वी साखयय निवडताना कुठल्याही क्षेत्रत सखणीत आपन कययसाठी त्यात सखय विमन ९०-९२ वर्षे सखत घेवतनीने काम करतय लणत. चांमिदिव सखकोसित्रीये भौमयिणयमड डॉ. मांनिस सेलिसमन यश्या रिस्वरकन हे सिद्ध झालेले आहे.

घडणय अस घडययलेली जेवढा तुम्हाय आडययकुन तुम्ही कायय हाई कस करतय प्रीयार? असं तुम्हाला कुणी म्हणेलही तेवढा विचार असयणी आल्या म्हणून काम यशयु, बंध करू असं तुम्हाला वाटेल तेवढा गिट हा सख, यिकारी, सखय लणत येत.

गिट वाढवण्यासाठी काय करता येईल?

▶ गिट वाढवण्यासाठी सर्वात पहिले तुम्ही सचस्वितत कुठे आणि का आहात हे समजून घेणं महत्त्वाचं आहे.

▶ सतत सरायाने आणि स्वयंशरस्तीने दिवसेंदिवस तुम्ही कामाचा दर्जा वाढवू शकता - "Whatever it takes, I want to improve."

▶ लांब पल्ल्याच्या अडथळ्यांविषयी आसय दीर्घकाल टिकणं असय आहे. म्हणून कुठलेही काम फक्त सखत. पुरतं मययधित न राहाता ते इनरॉना मयत होईल असं असाय.

▶ "My work is important - both to me and to others."

▶ तुम्हाय कामामध्ये कायम उकटूट दर्जाय सनर्भाय (पुरतक, विडिओ, रोल मॉडेल्स) वापर करा.

▶ तुम्हाय अर्सेपूर्ण प्रयासात मधेच येत:चं परीक्षण करत राहा.

▶ जीवनातील मार्गदर्शक तत्वं आणि मूळ्य गिट वाढवण्यास मदत करतात.

▶ नखससखक, निरसावादी आणि कधीय कळळंत टिकून राहाणं महत्त्वाचं.