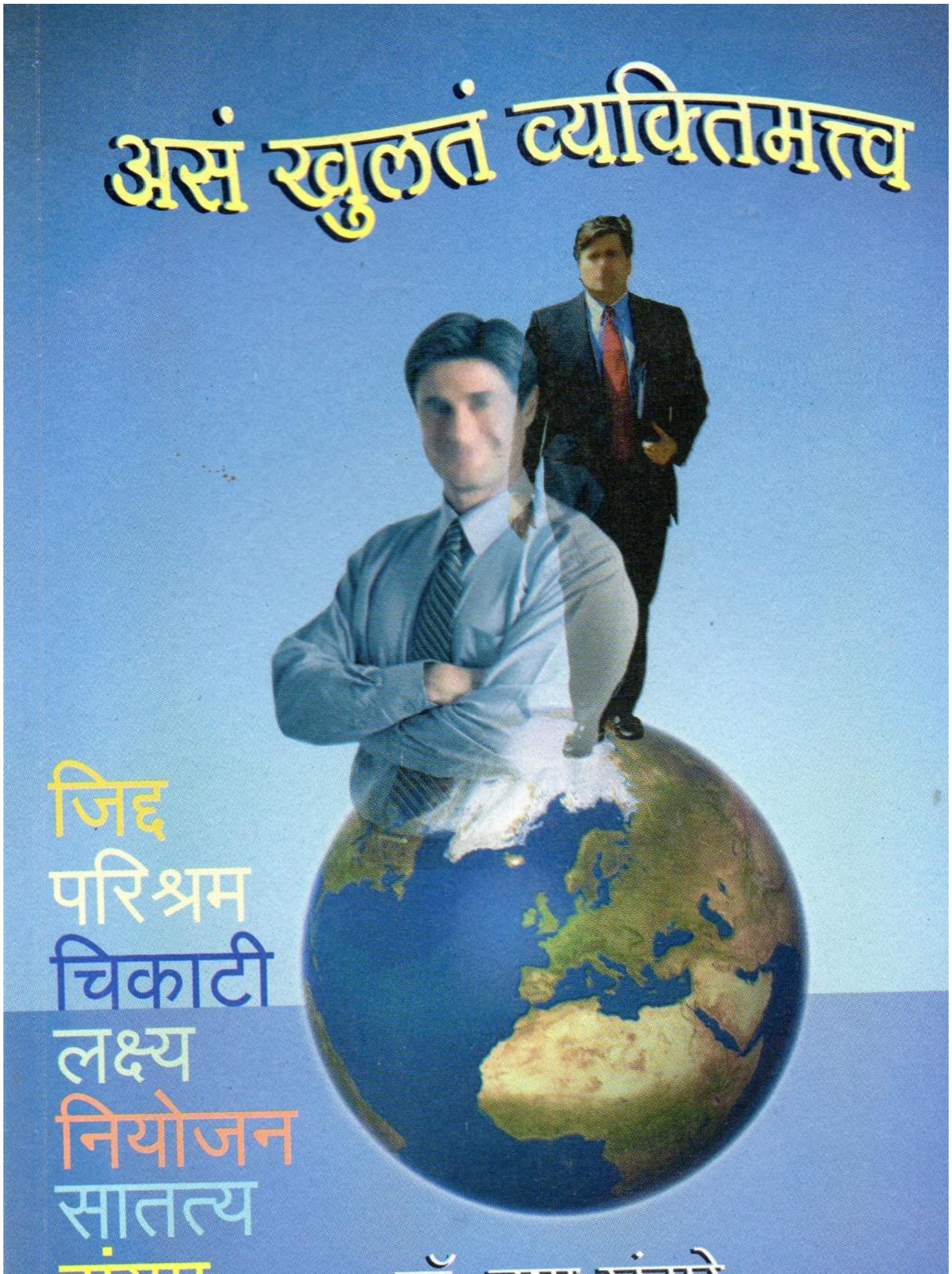
असं खुलतं व्यक्तिमत्त्व
जिद्द
परिश्रम
चिकाटी
लक्ष्य
नियोजन
सातत्य
संयम
डॉ. उषा खंदारे

अनुक्रमणिका

व्यक्तिमत्त्वाचे स्वरूप १
व्यक्तिभेदांच्या अभ्यासाची गरज १७
व्यक्तिमत्त्व विकासाचे व्यासपीठ २५
व्यक्ती आणि व्यक्तिमत्त्व यांचा परस्पर संबंध ३२
जीवनाला आकार देताना ४६
शोध व्यक्तिमत्त्वाचा ५६
संवाद कौशल्याचं महत्त्व ६०
वेळेचे नियोजन आणि व्यवस्थापन ६९
व्यक्तिमत्त्व विकासासाठी महत्त्वाच्या टिप्स ७५
यश मिळवायचं असेल तर १००
समतोल साधण्याचा मूलमंत्र १०७
करिअरची योग्य दिशा १२०
ध्येयपूर्ततेसाठी १२९

मनोगत

'असं खुलतं व्यक्तिमत्त्व' हे पुस्तक आपल्या हाती देताना मला अतिशय आनंद होत आहे. वीस पंचवीस वर्षापूर्वी व्यक्तिमत्त्व हा शब्द आपण नुसतं ऐकत होतो. पण त्यावर सखोलपणे विचार केला जात नसे. आजच्या काळात मात्र व्यक्तिमत्त्व विकासास अत्यंत महत्त्व प्राप्त झाले आहे. किंबहुना प्रत्येकजण आज व्यक्तिमत्त्वा बाबत जागरूक राहताना दिसतो.

या विषयाचा शालेय पातळीवर अभ्यासक्रमात समावेश केला आहे. विद्यार्थ्यांनी नीटनेटकेपणाने राहावं. अंगी शिस्त असावी हा उद्देश तर आहेच याशिवाय वक्तशीरपणा, नम्रता, संवेदनशीलता, स्त्री-पुरुष समानता या मूल्यांची अधिक जोपासना होऊन त्यांचा व्यक्तिमत्त्वावर विशेष प्रभाव असावा हाही हेतू दिसतो.

व्यवस्थितपणामुळे एक विशिष्ट पद्धत अंगी बाणली जाते. या वक्तशीरपणामुळं कोणताही विद्यार्थी जीवनात खूप काही करू शकतो. जगात ज्या अनेक मोठ्या व्यक्ती होऊन गेल्या त्यांच्या यशाचे रहस्य म्हणजे अनेक मूल्यांची व सद्‌गुणांची जोपासना होय.

काही भावना या जन्मजात असतात. पण काही भावना समाजातून, आजूबाजूच्या परिसरातून निर्माण होतात. फुलासारखं आपलं मन टवटवीत असेल तर कामात उत्साह वाढेल. संवेदनशील असेल तर प्राणी, पशु, पक्षी, पाने, फुले, निसर्ग यांच्याविषयी मनात ममत्त्व वाटेल. या सर्वाचा परिणाम आपल्या व्यक्तिमत्त्वावर होत असतो. काही व्यक्ती अतिशय भावुक असतात. त्यांना कठोर होता येत नाही. त्यांच्या मनात इतरांविषयी आपुलकी असते. अशा व्यक्ती समाजासाठी रात्रंदिन झटत असतात. त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाचा आदर्श समाजापुढे राहतो.

स्वत:ला एक शिस्त असणं हे वेगळं मूल्य आहे. आपण स्वप्रयत्नानं शिस्त अंगी बाणल्यास त्याचा परिणाम आपल्या व्यक्तिमत्त्वावर होतो. आपलें संस्कार, सद्‌गुण यातूनच आपलं व्यक्तिमत्त्व आकारास येतं. प्रेम, आनंद, सुख या गुणांची जोपासना सौजन्यामधून होत असते. सभ्यतेमुळे कोणतीही व्यक्ती अधिक आकर्षिली जाते. यातूनच आपण इतरांना सुख देऊ शकतो.

प्रामाणिकपणा, विनय, त्याग अशी काही मूल्यं आपल्या व्यक्तिमत्त्वास सतेज करीत असतात. त्यामुळे अशा व्यक्तींची समाजात चांगली प्रतिमा निर्माण झालेली असते. रीतीरिवाज, शिष्टाचार, चांगुलपणा, करुणा, मित्रपरिवार, सहकार्य यांच्यामुळं आयुष्य परिपूर्ण जगता येतं. त्यामुळे आपल्या व्यक्तिमत्त्वाचा इतरांना आदर वाटतो. सौजन्यपूर्ण वागणूक ही व्यक्तीची किमयाच असते. त्यांचा आदर सर्वच राखतात. त्यांचे हे वेगळे गुणच व्यक्तिमत्त्वावर प्रकाश टाकतात. म्हणूनच असे व्यक्तिमत्त्व इतराहून वेगळे भासते.

आपल्या समाजात अनेक व्यक्ती ऋषितुल्य जीवन जगतात. सेवेने, दयेने, ममतेने त्यांचे जीवन भरलेले असते. त्यांचे व्यक्तिमत्त्व हे प्रकाशासारखे असते. म्हणूनच अशा व्यक्ती समाजाला प्रकाश देऊन तेजोमय करीत असतात. महात्मा फुले, महात्मा गांधी, डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर, अशी कितीतरी नावे घेता येतील.

जीवनाच्या या व्यासपीठावर व जगाच्या रंगभूमीवर आपण जगत असताना विविध प्रकारच्या व्यक्ती पाहायला मिळतात. भिन्न भिन्न स्वभाव, त्यांच्या व्यक्तिरेखा प्रत्येकाची वैशिष्ट्ये लक्षात राहातात. एखादं व्यक्तिमत्त्व असं असतं की, ते सदैव आपल्या स्मरणात राहातं. तर काही व्यक्तीचं व्यक्तिमत्त्व आपल्याच जीवनाला व्यापून टाकतं. व्यक्तिमत्त्व विकास हा शब्द आपल्या कानावर अनेकवेळा पडतो. जीवनात त्याची उपयुक्तत्ता खूप आहे याची माहिती मात्र अतिशय कमी लोकांना असते. व्यक्तिमत्त्व म्हणजे केवळ बाह्यरूपाची चमकधमक, त्याला थोड पॉलिश केल की झाल असा अनेकांचा समज असतो. तसच व्यक्तिमत्त्व चांगले घडविण्यासाठी मेहनत घ्यावी लागते. याचे गांभीर्य ही सहसा कुणी लक्षात घेत नाही. परंतु करिअर करण्यासाठी असो वा यश मिळविण्यासाठी व्यक्तिमत्त्व प्रभावी असणं अत्यंत आवश्यक आहे. जीवनात यशाचे शिखर गाठण्यासाठी व्यक्तिमत्त्वाचा फार मोठा वाटा आहे. कारण संभाषण, कष्ट, मेहनत, शिस्त, सचोटी या गुणांवरच यशाचे शिखर गाठता येते.

आकर्षक व्यक्तिमत्त्व म्हणजे यश, कीर्ती, संपत्ती, मनःशांती आणि आनंद यांचे उगमस्थान होय. अनेक महान व्यक्ती त्यांची सफलता, त्यांचे यश आपण पाहात असतो. या सफलतेचे बीज कुठेतरी त्यांच्या प्रभावी व्यक्तिमत्त्वात रुजलेले असते. म्हणून त्यांच्या कर्तृत्वाचा वटवृक्ष आपल्याला पहायला मिळतो.

आपल्या जीवनात अनेक व्यक्ती येत असतात. काही व्यक्तींचा चेहरा

आपल्याला आवडतो तर काहींचे बोलणे तर काहींचा स्वभाव आपल्याला आवडत असतो. काही व्यक्तीचा स्नेह आणि आपुलकी आपल्याला मंत्रमुग्ध करते. काही व्यक्तींचे योगदान समाजात खूप मोठे असते. समाज अशा व्यक्तीचा ऋणी असतो. त्यांचे व्यक्तिमत्त्व म्हणजे चैतन्याचा झराच होय! त्यांचे व्यक्तिमत्त्व हे जीवनाला संजीवनी देणार ठरते. फोनवरील संभाषण असो वा शिक्षकांचे अध्यापन वा मैत्रीतील संवाद आपल्या भोवतालच्या व्यक्ती आपल्या व्यक्तिमत्त्वातील विविध पैलुंचे निरीक्षण करीत असतात.

आपण जर आपल्या व्यक्तिमत्त्वाला योग्य आकार दिला तर आपल्या जीवनाचा कायापालट होऊ शकतो. इतकेच नाही तर आपले जीवन आमूलाग्र बदलू शकते. आपला दृष्टिकोन संस्कार, अपेक्षा, प्रेरणा, भावना, जडणघडण, उत्साह यांना प्रेरणा देणारी एक प्रभावी इच्छाशक्ती असते. त्यामुळे आपले व्यक्तिमत्त्व तेजाने वलयांकित होते. कोणत्याही व्यक्तीच्या ध्येयाची उंची व दर्जा हा त्या व्यक्तीचे व्यक्तिमत्त्व अधिक सक्षम बनविण्यास साहाय्य करीत असते.

आकर्षक व्यक्तिमत्त्व घडविण्याकरिता व त्याचा विकास साधण्याकरिता बाह्य स्वरूप, आंतरिक स्वरूप यांचा विचार करून प्रयत्न करायला हवा. कोणतीही गोष्ट असो ती उत्तम होण्याकरिता खूप चांगले प्रयत्न केल्यास ती गोष्ट चांगली होते. यातूनच प्रभावी व्यक्तिमत्त्व तयार होते. इतरांचे जीवन आपण फुलवितो तेही आपल्या आंतरिक प्रेरणेनेच! म्हणून जसे आपले समृद्ध व्यक्तिमत्त्व तसे आपले संपन्न जीवन!

विद्यार्थ्यांनी शालेय जीवनापासूनच अनेक गोष्टींकडे लक्ष दिल्यास त्यांना भविष्यात चांगला उपयोग होऊ शकतो. उदा. आपला युनिफॉर्म व्यवस्थित, स्वच्छ नीटनेटका असेल तर तशीच पुढे सवय लागते व त्याचा परिणाम भविष्यात व्यवस्थित राहण्यासाठी होतो. त्याबरोबरच संभाषण चांगले असेल तर लीडरशीपही चांगली होते. या सर्व गोष्टींचा परिणाम व्यक्तिमत्त्वावर झाल्यामुळे प्रभावी व आकर्षक व्यक्तिमत्त्व इतरांना प्रभावित करते.

शाळेतच वक्तशीरपणाची सवय लागल्यास पुढे नोकरी वा व्यवसाय वा

इतरांशी कसे वागावे, बोलावे, हस्तांदोलन, स्वभाव, हास्य, सद्‌सद्‌विवेकबुद्धी, ड्रेसकोड, रंगसंगती, ॲक्सेसरीज अशा गोष्टींचा प्रभाव व्यक्तिमत्त्वावर पडत असतो. आपण रागीट आहोत की मनमिळाऊ हेही इतरांना ज्ञात होत असते. जवळ ज्ञानाचा खजिना असेल तर भाषण उत्कृष्ट होऊन व्यक्तिमत्त्व विद्युल्लतेसारखे चमकून जाते.

'आपले व्यक्तिमत्त्व जितके चांगले तितके आपले प्रभावी जीवन' या न्यायाने आपण प्रयत्न केल्यास आपले व्यक्तिमत्त्व सर्व गुणांनी संपन्न तळपत राहते.

हे पुस्तक विद्यार्थी, पालक, शिक्षक या सर्वांना अतिशय उपयुक्त ठरेल असा विश्वास वाटतो. आपल्या समोर काही आदर्श असतात. अशा व्यक्तींचे कार्य सतत डोळ्यांपुढे ठेवल्यास वेगळीच प्रेरणा आपल्याला मिळू शकते.

या पुस्तकाचे मुखपृष्ठ श्री. सतिश भावसार यानी अल्पावधीत तयार करून दिले त्यांचे मनापासून आभार.

कोमल प्रकाशनचे श्री. गुरूनाथ शेटये यांनी हे आस्थेने पुस्तक तयार करून दिले. त्यांचे नेहमीच उत्तम सहकार्य मिळत असते त्यांचे आभार. श्री. प्रकाश गवळी यांनी अतिशय मेहनत घेऊन हे पुस्तक तयार केले त्यांचेही आभार. अनेकांचे सहकार्य लाभले त्या सर्वांची मी आभारी आहे.

श्री. विनायक कल्याणकर यांनी मोलाचे सहकार्य केले. त्याबद्दल त्यांचे आभार.

डॉ. उषा खंदारे

माहिती तंत्रज्ञानाच्या क्षेत्रात स्पर्धा वाढली आहे.
प्रत्येकास या स्पर्धेत यशस्वी व्हायचं आहे.
सध्याच्या काळात यश मिळविण्यासाठी शैक्षणिक परीक्षांमधील गुणांबरोबर भाषिक कौशल्ये व इतर कलागुणांचा विकास महत्त्वाचा ठरला आहे.
स्कोअर फॉर्म्युला आता बदलला असून आकर्षक व्यक्तिमत्त्व, उत्तम संभाषण, भाषेवर प्रभुत्व असेल तर तुमची स्वतःची वेगळी ओळख निर्माण होऊ शकेल. तुमच्यातील गुण-दोष तुम्हीच शोधा.
ते दोष घालवण्याचा प्रयत्न करा.
यश तुमचेच आहे.