

शालेय शिक्षणात स्पर्धा परीक्षांचे महत्त्व

विनोद कुमार पाटिल

Date of Submission: 25-07-2025

Date of Acceptance: 05-08-2025

अमूर्त (Abstract)

हा शोधनिबंध भारतीय शालेय शिक्षण प्रणालीतील स्पर्धा परीक्षांच्या बहुआयामी महत्त्वाचे सखोल विश्लेषण करतो. यामध्ये गंभीर विचार, समस्या सोडवण्याची कौशल्ये आणि प्रतिष्ठित उच्च शिक्षण व करिअरच्या संधींसाठी मार्ग उपलब्ध करून देणे यासारख्या महत्त्वपूर्ण सकारात्मक परिणामांचा शोध घेण्यात आला आहे. त्याचबरोबर विद्यार्थ्यांवरील वाढता ताण, चिंता, घोकंपट्टीला प्रोत्साहन आणि परीक्षा प्रणालीतील अखंडतेसारख्या आव्हानांसह गंभीर नकारात्मक परिणामांवरही प्रकाश टाकण्यात आला आहे. राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण (NEP) 2020 सारख्या अद्ययावत शैक्षणिक धोरणांची भूमिका आणि स्पर्धा परीक्षांच्या तयारीला विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासाशी कसे जोडले जात आहे, याचाही अभ्यास या शोधनिबंधात करण्यात आला आहे. शिक्षक, पालक आणि विद्यार्थी यांच्या विविध दृष्टिकोनांचे विश्लेषण करून, स्पर्धा परीक्षांच्या फायद्यांचा लाभ घेतानाच त्यांच्या हानिकारक परिणामांवर सक्रियपणे नियंत्रण ठेवण्यासाठी संतुलित दृष्टिकोन आवश्यक असल्याचे यामध्ये अधोरेखित केले आहे. या विश्लेषणातून धोरणे आणि कार्यप्रणालीसाठी महत्त्वाच्या शिफारसी पुढे येतात.

1. प्रस्तावना

1.1 शालेय शिक्षण आणि स्पर्धा परीक्षांची संकल्पना

शिक्षण ही ज्ञान, कौशल्ये, मूल्ये, नैतिकता, श्रद्धा, सवयी आणि वैयक्तिक विकासाची एक व्यापक प्रक्रिया आहे. औपचारिक शिक्षण हे एका संरचित वातावरणात होते, ज्याचा मुख्य उद्देश विद्यार्थ्यांना शिकवणे हा असतो. हे शिक्षण सामान्यतः शाळेच्या वातावरणात प्रशिक्षित शिक्षकांद्वारे दिले जाते, जिथे अनेक विद्यार्थी एकत्र शिकतात. भारतात, शिक्षण प्रणालीमध्ये विविध टप्पे समाविष्ट आहेत. पूर्व-प्राथमिक शिक्षण, जे साधारणपणे 3 ते 6 वयोगटातील मुलांसाठी असते, मुलांच्या सर्वांगीण विकासावर लक्ष केंद्रित करते आणि त्यांच्या पुढील औपचारिक शिक्षणासाठी पाया तयार करते. या टप्प्यात खेळ-आधारित शिक्षण आणि मूलभूत साक्षरता व संख्याज्ञानावर भर दिला जातो. यानंतर प्राथमिक शिक्षण

येते, जे साधारणपणे इयत्ता 1 ते 5 किंवा 6 पर्यंत असते आणि 6 ते 11 वयोगटातील मुलांसाठी असते. या टप्प्यात मुलांना मूलभूत शैक्षणिक पाया आणि आवश्यक कौशल्ये प्रदान केली जातात, ज्यात भाषा, गणित, पर्यावरण अभ्यास आणि सामाजिक विज्ञान यांचा समावेश असतो. शिक्षण हक्क कायदा 2009 नुसार, प्राथमिक शाळांमध्ये शिक्षणविषयक सर्व सुविधा उपलब्ध करून दिल्या आहेत आणि प्रत्येक बालकाच्या किमान मूलभूत क्षमता विकसित होण्यास वाव आहे.

या औपचारिक शिक्षण प्रणालीमध्ये स्पर्धा परीक्षा (Competitive Examinations) एक महत्त्वपूर्ण घटक बनल्या आहेत. स्पर्धा परीक्षा म्हणजे विशिष्ट पदांसाठी किंवा उच्च शिक्षणासाठी विद्यार्थ्यांची निवड करण्यासाठी घेतल्या जाणाऱ्या परीक्षा. या परीक्षांमध्ये केवळ पाठांतर नव्हे, तर आकलनशक्ती, तर्कक्षमता, समस्या सोडवण्याची क्षमता आणि वेळेचे नियोजन यांसारख्या कौशल्यांचीही चाचणी घेतली जाते. NEET, JEE, MPSC, UPSC यांसारख्या परीक्षांची तयारी अनेक विद्यार्थी शालेय जीवनापासूनच सुरू करतात. या परीक्षांमध्ये उमेदवाराला वस्तुनिष्ठ ज्ञान आणि संकल्पनांचे उपयोजन करण्याची क्षमता तपासली जाते.

1.2 भारतातील शिक्षण प्रणालीतील स्पर्धा परीक्षांचे वाढते महत्त्व आणि ऐतिहासिक संदर्भ

भारतातील शिक्षण प्रणालीमध्ये स्पर्धा परीक्षांना अलिकडच्या काळात अनन्यसाधारण महत्त्व प्राप्त झाले आहे. या परीक्षा उच्च शिक्षण संस्थांमध्ये प्रवेशासाठी आणि विविध सरकारी पदांवर भरतीसाठी महत्त्वाचे प्रवेशद्वार मानल्या जातात. देशातील रोजगाराची स्थिती पाहता, केवळ सैद्धांतिक ज्ञान नव्हे, तर शिक्षणातून रोजगार निर्माण करण्याची क्षमता विकसित होणे आवश्यक आहे. यामुळे शालेय शिक्षणात व्यवसायाभिमुखता असणे महत्त्वाचे ठरले आहे, ज्यामध्ये स्पर्धा परीक्षांची तयारी एक अविभाज्य भाग बनली आहे. शालेय जीवनापासूनच विद्यार्थ्यांना स्पर्धा परीक्षांचे महत्त्व समजावले जाते, ज्यामुळे ते या परीक्षांचा अभ्यास करण्यासाठी आणि त्यासाठी स्वतःला तयार करण्यासाठी प्रवृत्त होतात.

भारतीय शिक्षण प्रणालीमध्ये सैद्धांतिकदृष्ट्या सर्वांगीण विकासावर भर दिला जातो, ज्यात ज्ञान, कौशल्ये, मूल्ये आणि वैयक्तिक विकास यांचा समावेश आहे. तथापि, स्पर्धा परीक्षांचे वाढते महत्त्व पाहता, या परीक्षा केवळ निवड प्रक्रिया म्हणून नव्हे, तर अभ्यासक्रम, अध्यापन पद्धती आणि विद्यार्थ्यांच्या अभ्यासाची दिशा ठरवणारे प्रमुख घटक बनले आहेत. यामुळे शिक्षणाचे उद्दिष्ट केवळ सर्वांगीण विकास न राहता, स्पर्धा परीक्षांमध्ये यश मिळवणे हे प्राथमिक उद्दिष्ट बनले आहे. या परिस्थितीमुळे शिक्षण प्रणालीमध्ये एक मूलभूत ताण निर्माण झाला आहे, जिथे बौद्धिक जिज्ञासा, सर्जनशीलता आणि सर्वांगीण वैयक्तिक वाढीसारख्या व्यापक शैक्षणिक उद्दिष्टांपेक्षा परीक्षेतील यश अधिक महत्त्वाचे मानले जाते. या ताणाचा अभ्यास करणे

हे स्पर्धा परीक्षांच्या 'महत्त्वा'चे विश्लेषण करण्यासाठी आवश्यक आहे, कारण ते केवळ त्यांच्या फायद्याबद्दलच नव्हे, तर शिक्षण प्रणालीवर होणाऱ्या त्यांच्या व्यापक आणि काहीवेळा विकृत प्रभावाबद्दलही माहिती देते.

2. स्पर्धा परीक्षांचे सकारात्मक परिणाम

स्पर्धा परीक्षांची तयारी हा विद्यार्थ्यांसाठी एक परिवर्तनात्मक अनुभव असतो. यासाठी शिस्तबद्ध अभ्यास दिनचर्या, धोरणात्मक नियोजन आणि अथक प्रयत्न आवश्यक असतात, ज्यामुळे केवळ शैक्षणिक कौशल्येच नव्हे, तर अनेक महत्त्वाची जीवन कौशल्येही विकसित होतात.

सकारात्मक परिणाम (Positive Impacts)	तपशील (Details)
ज्ञान आणि संकल्पनात्मक समज वाढवणे	स्पर्धा परीक्षांच्या तयारीसाठी सखोल संकल्पनात्मक समज आवश्यक असते, ज्यामुळे विद्यार्थी मूलभूत संकल्पना स्पष्टपणे समजून घेतात आणि वस्तुनिष्ठ ज्ञान प्राप्त करतात.
महत्त्वाच्या कौशल्यांचा विकास	गंभीर विचार, समस्या सोडवण्याची क्षमता, विश्लेषणात्मक तर्कशक्ती, प्रभावी वेळ व्यवस्थापन आणि शिस्त व मजबूत कार्य नैतिकता यांसारखी कौशल्ये विकसित होतात.
उच्च शिक्षण आणि करिअरच्या संधींसाठी प्रवेशद्वार	JEE, NEET, CLAT, UPSC यांसारख्या परीक्षा नामांकित संस्थांमध्ये प्रवेश आणि सरकारी नोकऱ्यांमध्ये सुरक्षित करिअरसाठी मार्ग मोकळा करतात.
आत्मविश्वास आणि प्रेरणा वाढवणे	परीक्षेत यश मिळाल्यास विद्यार्थ्यांचा आत्मविश्वास वाढतो आणि त्यांना पुढील आव्हानांना सामोरे जाण्यासाठी प्रेरणा मिळते. निरोगी स्पर्धेची भावना सतत सुधारणा करण्यास प्रोत्साहित करते.

2.1 ज्ञान आणि संकल्पनात्मक समज वाढवणे

स्पर्धा परीक्षांच्या तयारीसाठी केवळ माहिती गोळा करणे पुरेसे नसते; त्यासाठी विषयांची सखोल आणि संकल्पनात्मक समज असणे आवश्यक आहे. विद्यार्थ्यांना मूलभूत संकल्पना स्पष्टपणे समजून घ्याव्या लागतात, कारण परीक्षेतील प्रश्न अनेकदा संकल्पनांच्या उपयोजनावर आधारित असतात. ही तयारी विद्यार्थ्यांना वस्तुनिष्ठ ज्ञान आत्मसात करण्यास मदत करते आणि त्यांच्या आकलन क्षमतेला चालना देते. यामुळे, विद्यार्थी केवळ माहितीची धोकंपट्टी करण्याऐवजी, त्यामागील तत्त्वे आणि तर्क समजून घेतात, ज्यामुळे त्यांचे ज्ञान अधिक मजबूत आणि टिकाऊ होते.

2.2 महत्त्वाच्या कौशल्यांचा विकास: गंभीर विचार, समस्या सोडवणे आणि वेळ व्यवस्थापन

स्पर्धा परीक्षांची तयारी विद्यार्थ्यांमध्ये अनेक महत्त्वपूर्ण कौशल्ये विकसित करते. यामध्ये गंभीर विचार कौशल्ये (**critical thinking**), समस्या सोडवण्याची क्षमता (**problem-solving abilities**) आणि विश्लेषणात्मक तर्कशक्ती (**analytical reasoning**) यांचा समावेश आहे. या परीक्षांमध्ये अनेकदा जटिल समस्या सादर केल्या जातात, ज्यांना विश्लेषणात्मक विचार आणि पद्धतशीर समस्या सोडवण्याची कौशल्ये लागतात. यामुळे विद्यार्थी तार्किक आणि पद्धतशीर विचार करण्यास शिकतात, ज्यामुळे त्यांना समस्यांचे लहान भागांमध्ये

विभाजन करून प्रभावी उपाय शोधता येतात.

वेळेचे बंधन असलेल्या परीक्षांमुळे प्रभावी वेळ व्यवस्थापन शिकायला मिळते. उमेदवारांना वेळेचे वाटप करणे, महत्त्वाच्या विषयांना प्राधान्य देणे आणि वेग व अचूकता यांचा समतोल साधणे शिकवले जाते. ही वेळ व्यवस्थापन कौशल्ये केवळ परीक्षेसाठीच नव्हे, तर दैनंदिन जीवनातील विविध परिस्थितींमध्येही, जसे की प्रकल्पांच्या अंतिम मुदती पूर्ण करणे किंवा अनेक कामांचा समतोल साधणे, अत्यंत उपयुक्त ठरतात. याशिवाय, स्पर्धा परीक्षांच्या तयारीमुळे विद्यार्थ्यांमध्ये शिस्त आणि मजबूत कार्य नैतिकता (**strong work ethic**) विकसित होते. सातत्यपूर्ण प्रयत्न आणि केंद्रित अभ्यास दिनचर्या यातून अशा सवयी विकसित होतात ज्या परीक्षेच्या तयारीपलीकडेही उपयोगी पडतात.

स्पर्धा परीक्षा, जेव्हा सकारात्मक आणि विचारपूर्वक पद्धतीने घेतल्या जातात, तेव्हा त्या विद्यार्थ्यांची प्रतिबद्धता वाढवू शकतात आणि शिकण्याची प्रक्रिया गतिमान करू शकतात. या परीक्षांचे सकारात्मक परिणाम केवळ अंतिम निकालावर अवलंबून नसतात, तर त्यामागील कठोर तयारी प्रक्रियेतूनही ते मोठ्या प्रमाणात प्राप्त होतात. ही प्रक्रिया विद्यार्थ्यांना आवश्यक संज्ञानात्मक आणि मेटा-संज्ञानात्मक कौशल्ये, शिस्त आणि एक मजबूत कार्य नैतिकता विकसित करण्यास प्रवृत्त करते. स्पर्धेची निरोगी भावना सतत आत्म-सुधारणेसाठी एक शक्तिशाली प्रेरक शक्ती म्हणून कार्य करू शकते, ज्यामुळे विद्यार्थी मूलभूत शैक्षणिक आवश्यकतांच्या पलीकडे जाण्यासाठी प्रेरित होतात. लहानपणापासूनच ऑलिम्पियाडसारख्या स्पर्धात्मक घटकांचा परिचय करून देणे हे कौशल्ये हळूहळू विकसित करण्याचा एक मार्ग म्हणून पाहिले जाते, ज्यामुळे नंतरच्या टप्प्यावर येणारा उच्च-दाबाचा भार कमी होऊ शकतो. यामुळे स्पर्धा परीक्षांचे महत्त्व केवळ प्रवेशद्वार म्हणून नव्हे, तर कौशल्य विकासासाठी एक शक्तिशाली शैक्षणिक साधन म्हणूनही दिसून येते.

2.3 उच्च शिक्षण आणि करिअरच्या संधीसाठी प्रवेशद्वार

स्पर्धा परीक्षा उच्च शिक्षण आणि करिअरच्या संधीसाठी महत्त्वाचे प्रवेशद्वार म्हणून कार्य करतात. JEE Mains, JEE Advanced, NEET, आणि CLAT यांसारख्या परीक्षा 12वी नंतर आणि पदवीधर स्तरावर अभियांत्रिकी, वैद्यकीय आणि कायदा यांसारख्या प्रतिष्ठित

अभ्यासक्रमांसाठी प्रवेश मिळवण्यासाठी घेतल्या जातात. या परीक्षा उत्तीर्ण केल्याने विद्यार्थ्यांना IITs, NITs, AIIMS, IIMs यांसारख्या भारतातील नामांकित महाविद्यालयांमध्ये प्रवेश मिळतो, जी गुणवत्तापूर्ण शिक्षण, उत्कृष्ट पायाभूत सुविधा आणि प्रतिष्ठित कंपन्यांमध्ये प्लेसमेंटसाठी ओळखली जातात.

याशिवाय, UPSC, SSC, बँकिंग आणि रेल्वे यांसारख्या सरकारी सेवांमधील स्पर्धा परीक्षा उत्तीर्ण केल्याने आजीवन नोकरीची सुरक्षितता, निवृत्तीवेतन लाभ, गृहनिर्माण सुविधा आणि इतर विविध फायदे मिळतात. यामुळे मोठ्या संख्येने विद्यार्थी या परीक्षांकडे आकर्षित होतात. उच्च श्रेणी मिळवल्यास विद्यार्थ्यांना शिष्यवृत्ती (scholarships) आणि आर्थिक सहाय्य (financial aid) मिळते, ज्यामुळे शिक्षणाचा आर्थिक भार कमी होतो. हे आर्थिक लाभ अनेक कुटुंबांसाठी उच्च शिक्षण अधिक सुलभ बनवतात. स्पर्धा परीक्षांमध्ये यश मिळवणे हे कठोर परिश्रम, बुद्धिमत्ता आणि समर्पणाचे प्रतीक मानले जाते, ज्यामुळे या परीक्षांचे आकर्षण समाजात आणखी वाढते.

2.4 शिस्त, कार्य नैतिकता आणि प्रेरणा

स्पर्धा परीक्षांची तयारी विद्यार्थ्यांना शिस्त आणि कठोर परिश्रमाची सवय लावते. नियमित अभ्यास दिनचर्या, वेळेचे व्यवस्थापन आणि सातत्यपूर्ण प्रयत्न यामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये एक मजबूत कार्य नैतिकता विकसित होते, जी केवळ परीक्षेच्या तयारीसाठीच नव्हे, तर त्यांच्या भविष्यातील व्यावसायिक आणि वैयक्तिक जीवनासाठीही महत्त्वाची ठरते.

स्पर्धेचे स्वरूप उमेदवारांमध्ये निरोगी स्पर्धेची भावना वाढवते. इतरांपेक्षा चांगली कामगिरी करण्याची आणि उत्कृष्टतेसाठी प्रयत्न करण्याची इच्छा व्यक्तींना त्यांच्या मर्यादा ओलांडण्यास आणि सतत सुधारणा करण्यासाठी प्रेरणा देते. यशस्वीरित्या परीक्षा उत्तीर्ण करणे हे कठोर परिश्रम, बुद्धिमत्ता आणि समर्पणाचे प्रतीक मानले जाते, ज्यामुळे या परीक्षांचे आकर्षण वाढते आणि विद्यार्थ्यांना उच्च ध्येये गाठण्यासाठी आत्मविश्वास मिळतो.

3. स्पर्धा परीक्षांचे नकारात्मक परिणाम आणि आव्हाने

स्पर्धा परीक्षांचे सकारात्मक पैलू असले तरी, त्यांचा विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यावर आणि शिक्षण प्रणालीवर गंभीर नकारात्मक परिणाम होऊ शकतो.

आव्हाने (Challenges)	तपशील (Details)
मानसिक आरोग्याचा ताण	उच्च-दाबाच्या परीक्षांमुळे ताण, चिंता, नैराश्य आणि बर्नआउट वाढतो. काही प्रकरणांमध्ये आत्महत्येचे विचारही येऊ शकतात.
रड्डा मारण्याला प्रोत्साहन	भारतीय शिक्षण प्रणालीमध्ये घोळपट्टीला अधिक महत्त्व दिले जाते, ज्यामुळे गंभीर विचार आणि सर्जनशीलतेचा विकास थांबतो. विद्यार्थी माहिती पाठ करण्यावर लक्ष केंद्रित करतात.
कोचिंग संस्थांवरील अवलंबित्व	स्पर्धा परीक्षांच्या तयारीसाठी कोचिंग संस्थांचा उदय झाला आहे, ज्यामुळे विद्यार्थ्यांवरील ताण वाढतो आणि नियमित शालेय शिक्षणाला दुय्यम स्थान मिळते.
उच्च खर्च आणि आर्थिक भार	प्रवेश परीक्षा आणि कोचिंग सेवांचा खर्च अनेक कुटुंबांसाठी मोठा आर्थिक भार असतो, ज्यामुळे परवडण्याबाबत आणि प्रवेशक्षमतेबाबत चिंता निर्माण होते.
पारदर्शकतेचा अभाव आणि पेपरफुटी	परीक्षा प्रक्रियेतील पारदर्शकतेचा अभाव, पेपरफुटी आणि फसवणुकीच्या घटनांमुळे प्रणालीच्या अखंडतेवर प्रश्नचिन्ह निर्माण होते आणि विद्यार्थ्यांचा विश्वास कमी होतो.
सामाजिक आणि पालकांचा दबाव	पालक आणि समाजाच्या अवास्तव अपेक्षांमुळे विद्यार्थ्यांवर प्रचंड दबाव येतो, ज्यामुळे त्यांच्या मानसिक आरोग्यावर नकारात्मक परिणाम होतो.
सर्जनशीलता आणि गंभीर विचारांचा अभाव	परीक्षा-केंद्रित शिक्षणामुळे विद्यार्थ्यांची मूळ जिज्ञासा आणि शोध घेण्याची, नवनिर्मिती करण्याची क्षमता दबून जाते.

3.1 विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यावर परिणाम: ताण, चिंता आणि नैराश्य

स्पर्धा परीक्षांचा विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यावर आणि शैक्षणिक कामगिरीवर गंभीर नकारात्मक परिणाम होतो. या उच्च-दाबाच्या परीक्षांमुळे विद्यार्थ्यांमध्ये प्रचंड ताण आणि चिंता निर्माण होते. तीव्र स्पर्धा, सामाजिक अपेक्षा आणि उत्कृष्ट कामगिरीसाठी संस्थात्मक दबाव यामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये नैराश्य, चिंता आणि बर्नआउट यांसारख्या मानसिक आरोग्य समस्यांमध्ये वाढ झाली आहे. परीक्षेच्या ताणामुळे भावनिक प्रतिक्रिया, जसे की भीती आणि चिंता, तसेच शारीरिक लक्षणे जसे की घाम येणे, हृदयाचे ठोके वाढणे आणि श्वास घेण्यास त्रास होणे, अनुभवता येतात. काही विद्यार्थ्यांना झोपेचे विकार होतात आणि औषधे वापरण्याची इच्छाही होऊ शकते.

अपुन्या मानसिक आरोग्यामुळे शैक्षणिक संघर्ष, नोकरीतील असमाधान आणि जीवनाची गुणवत्ता कमी होऊ शकते. दीर्घकाळ चालणारा ताण व्यक्तीच्या शारीरिक, भावनिक किंवा संज्ञानात्मक स्थितीला हानी पोहोचवू शकतो, ज्यामुळे रोगप्रतिकारशक्ती कमी होते आणि

विद्यार्थी आजारपणाला आणि थकव्याला बळी पडतात. भावनिकदृष्ट्या, यामुळे निराशेची भावना, चिडचिडेपणा आणि नैराश्य येऊ शकते, तर संज्ञानात्मकदृष्ट्या, यामुळे एकाग्रता, स्मरणशक्ती आणि समस्या सोडवण्याच्या क्षमतेवर नकारात्मक परिणाम होतो. काही प्रकरणांमध्ये, स्पर्धा परीक्षांच्या ताणामुळे आत्महत्येचे विचार येऊ शकतात. विशेषतः, कोटा शहरात विद्यार्थ्यांच्या आत्महत्यांचे प्रमाण चिंताजनक आहे, जे या ताणाचे गंभीर परिणाम दर्शवते.

3.2 रड्डा मारण्यावर भर आणि सर्जनशीलतेचा अभाव

भारतातील शिक्षण प्रणालीमध्ये गंभीर विचारांपेक्षा घोळपट्टीला (**rote memorization**) अधिक प्राधान्य दिले जाते. यामुळे विद्यार्थी ज्ञान मिळवण्याऐवजी केवळ गुण मिळवण्यावर लक्ष केंद्रित करतात. विद्यार्थ्यांकडून मोठ्या प्रमाणात माहिती पाठ करण्याची आणि परीक्षेत ती पुन्हा लिहिण्याची अपेक्षा केली जाते, ज्यामुळे त्यांना खऱ्या अर्थाने संकल्पना समजून घेण्यास किंवा गंभीर विचार कौशल्ये विकसित करण्यास फारसा

वाव मिळत नाही.

उच्च-दाबाच्या परीक्षा, विशेषतः JEE आणि NEET सारख्या प्रवेश परीक्षांसाठी, अभ्यासक्रम कठोर आणि परीक्षा-केंद्रित असतो, ज्यामुळे विद्यार्थ्यांना सकाळी लवकर ते रात्री उशिरापर्यंत अभ्यास करावा लागतो. यामुळे मनोरंजनासाठी, सामाजिकीकरणासाठी किंवा संतुलित मानसिक आरोग्यासाठी आवश्यक असलेल्या इतर क्रियाकलापांसाठी खूप कमी वेळ मिळतो. परीक्षा-केंद्रित शिक्षणामुळे विद्यार्थ्यांची मूळ जिज्ञासा आणि शोध घेण्याची, नवनिर्मिती करण्याची क्षमता दबून जाते. यामुळे विद्यार्थी एका पूर्वनिर्धारित मार्गावर चालण्यास भाग पडल्यासारखे वाटू शकते, ज्यामुळे त्यांना अभ्यासक्रमापलीकडील त्यांच्या आवडी किंवा प्रतिभा जोपासता येत नाहीत.

3.3 शिक्षण प्रणालीवरील ताण आणि कोचिंग संस्थांचा उदय

स्पर्धा परीक्षांच्या तयारीसाठी कोचिंग संस्थांचा मोठ्या प्रमाणात उदय झाला आहे, विशेषतः JEE आणि NEET सारख्या उच्च-स्पर्धात्मक प्रवेश परीक्षांसाठी. या संस्था विद्यार्थ्यांना प्रतिष्ठित संस्थांमध्ये प्रवेशासाठी 'शॉर्टकट' किंवा विशेष प्रशिक्षण देण्याचे वचन देतात. तथापि, या कोचिंग संस्थांमधील तीव्र स्पर्धा, कठोर अभ्यास वेळापत्रक आणि दीर्घ तास विद्यार्थ्यांच्या ताणामध्ये लक्षणीय भर घालतात.

कोचिंग अभ्यासक्रमांमध्ये वेळ आणि ऊर्जा खर्च झाल्यामुळे नियमित शालेय शिक्षणाला अनेकदा दुय्यम स्थान मिळते. यामुळे शिक्षणाचा एक-आयामी दृष्टिकोन विकसित होतो, जिथे विद्यार्थ्यांना प्रामुख्याने प्रमाणित चाचण्यांसाठी प्रशिक्षित केले जाते आणि त्यांच्या शिक्षणाचे व्यापक, सर्वांगीण पैलू दुर्लक्षित होतात. या कोचिंग संस्थांच्या वाढीमुळे शिक्षण प्रणालीवर अतिरिक्त ताण येतो, कारण शाळांना केवळ नियमित अभ्यासक्रम पूर्ण करण्याबरोबरच स्पर्धा परीक्षांच्या तयारीचीही जबाबदारी घ्यावी लागते.

3.4 प्रवेश परीक्षा प्रणालीतील आव्हाने: खर्च, पारदर्शकता आणि पेपरफुटी

प्रवेश परीक्षा आणि कोचिंग सेवांचा जास्त खर्च अनेक कुटुंबांसाठी मोठा आर्थिक भार असतो. यामुळे परवडण्याबाबत आणि प्रवेशक्षमतेबाबत गंभीर चिंता निर्माण होते, विशेषतः कमी उत्पन्न असलेल्या कुटुंबांतील विद्यार्थ्यांसाठी.

परीक्षा प्रक्रियेतील पारदर्शकतेचा अभाव ही एक मोठी चिंता आहे, काही विद्यार्थ्यांना असे वाटते की परीक्षा नेहमीच निष्पक्षपणे घेतल्या जात नाहीत. पेपरफुटी (exam paper leaks) आणि फसवणुकीच्या घटनांमुळे परीक्षा प्रणालीच्या अखंडतेवर गंभीर प्रश्नचिन्ह निर्माण होते. यामुळे विद्यार्थी, पालक आणि शिक्षकांचा प्रणालीवरील विश्वास कमी होतो आणि लाखो विद्यार्थ्यांचे भविष्य धोक्यात येते. NEET परीक्षेतील अलीकडील अनियमितता, जिथे अनेक विद्यार्थ्यांना 'ग्रेस मार्क्स' देण्यात आले आणि काही विद्यार्थ्यांना सांख्यिकीयदृष्ट्या अशक्य गुण मिळाले, यामुळे प्रणालीच्या अखंडतेबद्दल गंभीर शंका निर्माण झाल्या आहेत. यामुळे विद्यार्थ्यांमध्ये निराशा आणि 'स्वप्न भंग' झाल्याची भावना निर्माण होते.

स्पर्धा परीक्षांमुळे निर्माण होणारा तीव्र दबाव केवळ वैयक्तिक मानसिक ओझे नाही, तर एक पद्धतशीर समस्या आहे. हा दबाव विद्यार्थ्यांना घोकंपडू हा एक जगण्याचा मार्ग म्हणून अवलंबण्यास प्रवृत्त करतो, ज्यामुळे गंभीर विचार आणि सर्जनशीलतेचा विकास थांबतो. पारंपरिक शालेय प्रणाली विद्यार्थ्यांना या उच्च-दाबाच्या परीक्षांसाठी पुरेसे तयार करू शकत नाही, अशी धारणा कोचिंग संस्थांच्या वाढीस कारणीभूत ठरते. यामुळे एक समांतर, अनेकदा अधिक तणावपूर्ण, शैक्षणिक व्यवस्था निर्माण होते. ही समांतर व्यवस्था आणि व्यापक स्पर्धा परीक्षा बाजारपेठ उच्च खर्च, पारदर्शकतेचा अभाव आणि भ्रष्टाचार यांसारख्या समस्यांना बळी पडते, ज्यामुळे विद्यार्थ्यांचा विश्वास आणखी कमी होतो आणि चिंता वाढते. हे नकारात्मक परिणाम एकमेकांशी खोलवर जोडलेले आहेत, ज्यामुळे एक दुष्टचक्र निर्माण होते. सध्याच्या स्पर्धा परीक्षांच्या संरचनेमुळे, पुरेशा पद्धतशीर सुरक्षा उपाययोजना आणि सर्वांगीण शैक्षणिक दृष्टिकोनाचा अभाव असल्यामुळे, मानसिक आरोग्याचा गंभीर संकट, खऱ्या शिक्षणाच्या गुणवत्तेत घट आणि शिक्षण प्रणालीच्या निष्पक्षतेवरील सार्वजनिक विश्वासाचा अभाव यासारख्या समस्या उद्भवू शकतात.

4. नवीन शैक्षणिक धोरण (NEP 2020) आणि स्पर्धा परीक्षा

नवीन शैक्षणिक धोरण (NEP) 2020 भारतीय शिक्षण प्रणालीतील अनेक आव्हानांना तोंड देण्यासाठी आणि स्पर्धा परीक्षांच्या वाढत्या प्रभावाला प्रतिसाद देण्यासाठी एक महत्त्वाचा प्रयत्न आहे.

वर्ष (Year)	लागू होणाऱ्या इयत्ता (Grades to be Implemented)	मुख्य भर (Key Focus)
2025	1ली	मूलभूत साक्षरता आणि संख्याज्ञान वाढवणे
2026	2री, 3री, 4थी, 6वी	संकल्पनांवर आधारित शिक्षणाला महत्त्व
2027	5वी, 7वी, 9वी, 11वी	स्पर्धा परीक्षांसाठी अनुकूल अभ्यासक्रम समाविष्ट
2028	8वी, 10वी, 12वी	उच्च माध्यमिक शिक्षणात व्यावसायिक आणि कौशल्याधारित शिक्षणाला प्राधान्य

4.1 धोरणात्मक बदल आणि अभ्यासक्रमाचे संरेखन

नवीन शैक्षणिक धोरण 2020 हे शिक्षण हक्क कायदा 2009 ची प्रभावी अंमलबजावणी करण्यास आणि शिक्षण प्रणालीचे सक्षमीकरण करण्यास मदत करेल अशी अपेक्षा आहे. या धोरणांतर्गत, महाराष्ट्राने आपले राज्यस्तरीय शालेय शिक्षण धोरण 2025 विकसित केले आहे, जे राष्ट्रीय स्तरावरील JEE, NEET, UPSC यांसारख्या परीक्षांसाठी आवश्यक संकल्पना अभ्यासक्रमात समाविष्ट करून स्पर्धा परीक्षा तयारीला औपचारिक शिक्षणाशी एकत्रित करते. या दृष्टिकोनाचा उद्देश विद्यार्थ्यांना घोकंपट्टीवर अवलंबून न राहता संकल्पना समजून घेण्याची क्षमता वाढवणे हा आहे, ज्यामुळे नवीन ज्ञान आत्मसात करण्याची त्यांची क्षमता सुधारेल.

महाराष्ट्र राज्य शिक्षण मंडळाने (बालभारती) अभ्यासक्रम सुधारणा प्रस्तावित केल्या आहेत, ज्या राष्ट्रीय स्तरावरील CBSE अभ्यासक्रमाशी सुसंगत असतील, ज्यामुळे विद्यार्थ्यांना राष्ट्रीय स्पर्धा परीक्षांसाठी अधिक प्रभावीपणे तयार करता येईल. पारंपरिक गुणाधारित परीक्षांऐवजी सतत आणि सर्वसमावेशक मूल्यमापन (Continuous and Comprehensive Evaluation - CCE) प्रणालीचा अवलंब केला जात आहे, ज्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या बौद्धिक क्षमतेचा संतुलित विकास करण्यावर भर दिला जातो.

या सुधारित अभ्यासक्रमाची अंमलबजावणी टप्प्याटप्प्याने केली जाईल. 2025 मध्ये प्राथमिक स्तरावर सुरुवात करून इयत्ता 1ली साठी नवीन अभ्यासक्रम लागू केला जाईल, जो मूलभूत साक्षरता आणि संख्याज्ञान वाढवण्यासाठी महत्त्वाचा असेल. 2027 मध्ये, सुधारित माध्यमिक शिक्षण अभ्यासक्रम इयत्ता 5वी, 7वी, 9वी आणि

11वी साठी लागू होईल, ज्यात स्पर्धा परीक्षांसाठी अनुकूल अभ्यासक्रम समाविष्ट असेल. त्यानंतर, 2028 मध्ये इयत्ता 8वी, 10वी आणि 12वी साठी सुधारित अभ्यासक्रम लागू होईल, ज्यात उच्च माध्यमिक शिक्षणात व्यावसायिक आणि कौशल्य-आधारित शिक्षणाला प्राधान्य दिले जाईल. ही विस्तृत एकात्मता सुनिश्चित करते की विद्यार्थी केवळ शैक्षणिकदृष्ट्याच नव्हे, तर स्पर्धा परीक्षांमध्ये उत्कृष्ट कामगिरी करण्यासाठी आवश्यक संज्ञानात्मक आणि सॉफ्ट स्किल्सही विकसित करतील.

4.2 समग्र विकासावर भर

नवीन शैक्षणिक धोरण 2020 मध्ये सर्वांना समान शिक्षण, समानता, गुणवत्ता, परवडणारे शिक्षण आणि उत्तरदायित्व या पाच स्तंभांचा विचार केला आहे. हे धोरण विद्यार्थ्यांच्या बौद्धिक क्षमतेचा संतुलित विकास करण्यावर भर देते.

समग्र शिक्षण (Holistic education) हा एक असा दृष्टिकोन आहे जो मानवी विकासाचा संज्ञानात्मक, भावनिक, शारीरिक आणि सामाजिक पैलूंचा समतोल आणि संपूर्ण विकास साधण्याचा प्रयत्न करतो. पारंपरिक शैक्षणिक पद्धती, ज्या केवळ शैक्षणिक कामगिरीवर लक्ष केंद्रित करतात, त्यांच्या विपरीत, समग्र शिक्षण हे शिकणे ही एक बहुआयामी प्रक्रिया आहे हे मान्य करते, जी विद्यार्थ्यांच्या जीवनातील सर्व पैलूंना व्यापली पाहिजे. हा दृष्टिकोन केवळ ज्ञानाचे हस्तांतरण नसून मूल्ये, सामाजिक आणि भावनिक कौशल्ये आणि जागतिक चेतना विकसित करण्याचा एक मार्ग आहे. समग्र शिक्षणामुळे विद्यार्थ्यांचे मानसिक आरोग्य आणि कल्याण सुधारते, चिंता आणि ताण यांसारख्या समस्यांना प्रतिबंध होतो, ज्या शालेय

वातावरणात सामान्य बनल्या आहेत. याशिवाय, हे शिक्षण गंभीर विचार, समस्या सोडवणे, सर्जनशीलता आणि सहकार्य यांसारख्या 21 व्या शतकातील कौशल्यांना प्रोत्साहन देते.

NEP 2020 आणि महाराष्ट्राचे धोरण स्पर्धा परीक्षांच्या तयारीला औपचारिक अभ्यासक्रमात समाविष्ट करण्याचा स्पष्टपणे प्रयत्न करतात, संकल्पनात्मक समज आणि कौशल्य विकासावर भर देतात, आणि घोक्पट्टीपासून दूर जाण्याचे ध्येय ठेवतात. त्याच वेळी, ही धोरणे सर्वांगीण विकासाची जोरदार वकिली करतात, जे कलम 3 मध्ये ओळखल्या गेलेल्या मानसिक आरोग्य संकटावर आणि सर्जनशीलतेच्या अभावावर थेट उपाय आहे.

ही धोरणात्मक चौकट स्पर्धा परीक्षांच्या सर्वव्यापी प्रभावाला अप्रत्यक्षपणे ओळखते आणि त्यांच्या मागण्यांना औपचारिक शालेय प्रणालीमध्ये समाविष्ट करण्याचा प्रयत्न करते. घोक्पट्टीपासून संकल्पनात्मक समजाकडे होणारा बदल हा 'गुणांचा खेळ' या मानसिकतेला विरोध करण्यासाठी एक थेट धोरणात्मक प्रतिसाद आहे. त्याचप्रमाणे, सर्वांगीण विकासावर भर हा गंभीर मानसिक आरोग्य परिणामांना सामोरे जाण्यासाठी एक धोरणात्मक पाऊल आहे. टप्प्याटप्प्याने अंमलबजावणी एक दीर्घकालीन धोरणात्मक दृष्टिकोन दर्शवते.

धोरणात्मक उद्दिष्टे कौतुकास्पद असली आणि ओळखल्या गेलेल्या नकारात्मक परिणामांना थेट लक्ष्य करत असली तरी, या दुहेरी उद्दिष्टाच्या प्रभावी अंमलबजावणीमध्ये मोठे आव्हान आहे. एक खोलवर रुजलेली, परीक्षा-केंद्रित प्रणाली खरोखरच सर्वांगीण विकास आणि खरी संकल्पनात्मक समज वाढवण्यासाठी स्वतःला बदलू शकते का, त्याच वेळी विद्यार्थ्यांना अत्यंत स्पर्धात्मक आणि उच्च-दाबाच्या परीक्षांसाठी तयार करू शकते का, हा प्रश्न महत्त्वाचा आहे. या धोरणांचे यश शिक्षकांच्या योग्य प्रशिक्षणावर, पुरेशा संसाधनांच्या वाटपावर आणि शैक्षणिक परिणामांबद्दलच्या सामाजिक आणि पालक मानसिकतेमध्ये मूलभूत बदलावर मोठ्या प्रमाणात अवलंबून असेल, जे केवळ गुणांच्या पलीकडे जाईल.

5. शिक्षक, पालक आणि विद्यार्थ्यांचे दृष्टिकोन

स्पर्धा परीक्षा प्रणाली ही केवळ अभ्यासक्रमाचा भाग नसून, ती शिक्षक, पालक आणि विद्यार्थी या तिन्ही प्रमुख घटकांच्या दृष्टिकोनावर आणि अनुभवांवर खोलवर परिणाम करते. या घटकांचे अनुभव आणि अपेक्षा या प्रणालीच्या यशात आणि आव्हानांमध्ये महत्त्वाची भूमिका

बजावतात.

5.1 शिक्षकांची भूमिका आणि मार्गदर्शन

स्पर्धा परीक्षांच्या तयारीमध्ये शिक्षकांची भूमिका अत्यंत महत्त्वाची आहे, ती केवळ शैक्षणिक ज्ञान देण्यापुरती मर्यादित नाही. शिक्षक विद्यार्थ्यांना भावनिक आणि मानसिक आधारही देतात, जे या तणावपूर्ण काळात अत्यंत आवश्यक असते. ते विद्यार्थ्यांना अभ्यासक्रमाचे स्वरूप, वेळ व्यवस्थापन, पुनरावृत्ती कौशल्ये आणि ताण व्यवस्थापनाबद्दल मार्गदर्शन करतात.

शिक्षकांना विद्यार्थ्यांमधील ताण आणि थकव्याची सुरुवातीची चिन्हे ओळखण्याची क्षमता असते. नियमित संवाद, प्रेरक सत्रे आणि अगदी वर्गात लहान श्वासोच्छ्वास किंवा माइंडफुलनेस व्यायाम समाविष्ट करून, शिक्षक विद्यार्थ्यांना मानसिकदृष्ट्या निरोगी आणि भावनिकदृष्ट्या स्थिर राहण्यास मदत करतात. तथापि, स्पर्धा परीक्षांसाठी विद्यार्थ्यांना प्रभावीपणे तयार करण्यासाठी शिक्षकांना योग्य प्रशिक्षण आणि संसाधनांची आवश्यकता असते. शाळांनी स्पर्धा परीक्षांची तयारी अभ्यासक्रमात समाविष्ट केल्यास विद्यार्थ्यांचा सर्वांगीण विकास होतो, ताण कमी होतो आणि त्यांना उच्च शिक्षण संस्थांमध्ये प्रवेश मिळण्याची शक्यता वाढते. शिक्षकांचे मार्गदर्शन विद्यार्थ्यांना योग्य संसाधने निवडण्यास आणि प्रभावी अभ्यास योजना तयार करण्यास मदत करते, ज्यामुळे त्यांचा वेळ वाया जात नाही.

5.2 पालकांच्या अपेक्षा आणि पाठिंबा

भारतीय समाजात, अनेक पालक आपल्या मुलांना डॉक्टर, अभियंता किंवा IIT मध्ये प्रवेश मिळावा अशी अपेक्षा ठेवतात, ज्यामुळे मुलांवर प्रचंड दबाव येतो. पालकांचा दबाव, सामाजिक आणि समवयस्क (peer) दबाव यामुळे मुलांना शैक्षणिक यश मिळवण्यासाठी आणि व्यावसायिकदृष्ट्या यशस्वी होण्यासाठी कठोर परिश्रम करण्यास भाग पाडले जाते. ही अपेक्षा अनेकदा मुलांच्या क्षमतेपेक्षा जास्त असते, ज्यामुळे त्यांच्यावर अवास्तव ताण येतो.

काही पालक स्पर्धा परीक्षांमुळे मुलांवर ताण येतो आणि ते चिंताग्रस्त होतात अशी चिंता व्यक्त करतात. त्यांना वाटते की लहान वयातच स्पर्धा परीक्षांना सामोरे गेल्याने मुलांचे शिकण्यातील स्वारस्य कमी होऊ शकते. तथापि, पालकांचा भावनिक आधार, मार्गदर्शन आणि प्रोत्साहन विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यासाठी आणि लवचिकतेसाठी महत्त्वाचे आहे. पालक मुलांना वेळ व्यवस्थापन, सर्जनशील विचार आणि योग्य अभ्यास योजना तयार करण्यात मदत करू शकतात, तसेच त्यांना अभ्यासासाठी योग्य वातावरण प्रदान करू शकतात.

पालकांचे त्यांच्या मुलांच्या क्षमतेवरील अटूट विश्वास विद्यार्थ्यांचा आत्मविश्वास आणि दृढनिश्चय वाढवण्यासाठी एक शक्तिशाली प्रेरक म्हणून कार्य करतो.

5.3 विद्यार्थ्यांचे अनुभव आणि आव्हाने

विद्यार्थी स्वतः तीव्र स्पर्धा, अपयशाची भीती आणि उच्च वैयक्तिक अपेक्षांमुळे प्रचंड ताण आणि चिंता अनुभवतात. त्यांना अनेकदा एकाकीपणा आणि एकटेपणा जाणवू शकतो, विशेषतः जेव्हा ते घरापासून दूर राहून तयारी करतात, ज्यामुळे त्यांच्या मानसिक आरोग्यावर नकारात्मक परिणाम होतो. कठोर अभ्यासक्रम आणि सामाजिक जीवनाचा अभाव यामुळे त्यांचा ताण आणखी वाढतो.

पेपरफुटीसारख्या घटनांमुळे परीक्षा प्रणालीच्या अखंडतेवर विद्यार्थ्यांचा विश्वास कमी होतो आणि त्यांचे स्वप्न भंग पावते. NEET परीक्षेतील अलीकडील अनियमितता हे याचे प्रमुख उदाहरण आहे, जिथे विद्यार्थ्यांना वाटले की त्यांचे कठोर परिश्रम वाया गेले आहेत. काही विद्यार्थी स्वतंत्र वातावरणात चांगले काम करतात आणि स्वतःहून शिकण्यास प्राधान्य देतात, तर इतरांना अधिक मार्गदर्शन आणि पर्यवेक्षणाची आवश्यकता असते. पालकांच्या मार्गदर्शनाशिवाय, विद्यार्थ्यांना विचलित होण्याचा आणि नकारात्मक प्रभावांना बळी पडण्याचा धोका जास्त असतो, ज्यामुळे त्यांचे शैक्षणिक उद्दिष्टे धोक्यात येऊ शकतात.

शिक्षक, पालक आणि विद्यार्थी यांच्या दृष्टिकोनातून, स्पर्धा परीक्षा प्रणाली एक जटिल आणि बहुआयामी आव्हान सादर करते. 'स्पर्धेची शर्यत' ही केवळ एक अमूर्त संकल्पना नसून, पालक, समाज आणि खुद्द विद्यार्थ्यांच्या सामूहिक अपेक्षांनी आकारलेली एक जगलेली वास्तविकता आहे. पालकांचा दबाव हा विद्यार्थ्यांच्या ताणाचे एक महत्त्वाचे कारण आहे. शिक्षक, स्वतःआव्हानांना तोंड देत असतानाही, सर्वांगीण पाठिंबा देऊन मानसिक आरोग्याच्या नकारात्मक परिणामांना कमी करण्याचा प्रयत्न करत आहेत. तथापि, परीक्षा प्रणालीतील पेपरफुटीसारख्या पद्धतशीर त्रुटी स्पर्धा परीक्षा ज्या प्रेरणा आणि विश्वास निर्माण करण्यासाठी असतात, त्यांना थेट कमी करतात, ज्यामुळे 'स्वप्न भंग' झाल्याची भावना निर्माण होते.

एक खरोखरच टिकाऊ आणि निरोगी स्पर्धा परीक्षा व्यवस्था निर्माण करण्यासाठी सर्व भागधारकांच्या मानसिकतेत आणि कार्यप्रणालीत मूलभूत बदल आवश्यक आहे. पालकांनी त्यांच्या मुलांच्या मानसिक आरोग्याचा सखोल विचार करून त्यांच्या अपेक्षांचा समतोल राखणे आवश्यक आहे. शाळा आणि शिक्षकांना व्यापक शैक्षणिक

उद्दिष्टे धोक्यात न आणता स्पर्धात्मक तयारी प्रभावीपणे समाविष्ट करण्यासाठी अधिक संसाधने, प्रशिक्षण आणि स्वायत्तता आवश्यक आहे. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे, विद्यार्थ्यांना त्यांच्या प्रचंड ओझ्यापासून मुक्त करण्यासाठी मजबूत मानसिक आरोग्य समर्थन यंत्रणा आणि निष्पक्ष, पारदर्शक आणि नैतिक परीक्षा प्रक्रियेची ठोस हमी आवश्यक आहे.

6. निष्कर्ष आणि शिफारसी

6.1 शालेय शिक्षणात स्पर्धा परीक्षांचे संतुलित महत्त्व

शालेय शिक्षणात स्पर्धा परीक्षांचे महत्त्व दुहेरी आहे. एका बाजूला, त्या विद्यार्थ्यांना गंभीर विचार, समस्या सोडवणे आणि वेळ व्यवस्थापन यांसारखी आवश्यक कौशल्ये विकसित करण्यास मदत करतात. त्या उच्च शिक्षण आणि करिअरच्या संधींसाठी महत्त्वाचे प्रवेशद्वार म्हणूनही काम करतात, ज्यामुळे विद्यार्थ्यांना प्रतिष्ठित संस्थांमध्ये प्रवेश मिळतो आणि सुरक्षित करिअरची संधी मिळते. या परीक्षांमुळे शिस्त, कार्य नैतिकता आणि उच्च ध्येये गाठण्याची प्रेरणाही मिळते.

तथापि, या परीक्षांमुळे विद्यार्थ्यांवर प्रचंड मानसिक ताण येतो, ज्यामुळे चिंता, नैराश्य आणि काही प्रकरणांमध्ये आत्महत्येचे विचारही येऊ शकतात. शिक्षण प्रणालीमध्ये घोकंपट्टीला प्रोत्साहन मिळते आणि सर्जनशीलतेचा अभाव दिसून येतो. कोचिंग संस्थांचा वाढता प्रभाव आणि परीक्षा प्रक्रियेतील खर्च, पारदर्शकतेचा अभाव आणि पेपरफुटी यांसारख्या समस्यांमुळे शिक्षण प्रणालीवर ताण येतो.

नवीन शैक्षणिक धोरण 2020 (NEP 2020) या आव्हानांना तोंड देण्यासाठी संकल्पनात्मक समज आणि समग्र विकासावर लक्ष केंद्रित करून स्पर्धा परीक्षा तयारीला अभ्यासक्रमात समाविष्ट करण्याचा प्रयत्न करते. शिक्षक, पालक आणि विद्यार्थी या सर्वांना या प्रणालीतील आव्हाने आणि फायदे दोन्ही अनुभवायला मिळतात, ज्यामुळे एक संतुलित दृष्टिकोन आवश्यक आहे.

स्पर्धा परीक्षांचे महत्त्व केवळ त्यांच्या तात्काळ उपयुक्ततेपुरते मर्यादित नाही; त्यात प्रतिभा ओळखण्यासाठी आणि कौशल्य विकासासाठी एक विधायक शक्ती म्हणून त्यांची भूमिका सुनिश्चित करण्यासाठी सतत सुधारणा करण्याची गंभीर आवश्यकता समाविष्ट आहे, जेणेकरून त्या व्यापक ताणाचे आणि खऱ्या, सर्वांगीण शिक्षणाच्या प्रगतीतील अडथळ्याचे कारण बनणार नाहीत. भारतीय शिक्षणाचे भविष्य या नाजूक संतुलनाला यशस्वीपणे हाताळण्यावर आणि सर्व विद्यार्थ्यांसाठी समान, नैतिक आणि मानसिकदृष्ट्या निरोगी

मार्ग सुनिश्चित करण्यावर अवलंबून आहे.

6.2 नकारात्मक परिणामांवर मात करण्यासाठी शिफारसी

स्पर्धा परीक्षांचे नकारात्मक परिणाम कमी करण्यासाठी आणि त्यांच्या सकारात्मक योगदानाचा पुरेपूर फायदा घेण्यासाठी खालील शिफारसी विचारात घेतल्या जाऊ शकतात:

1. **समग्र विकासावर अधिक भर:** केवळ शैक्षणिक कामगिरीवर लक्ष केंद्रित करण्याऐवजी विद्यार्थ्यांच्या मानसिक, भावनिक, शारीरिक आणि सामाजिक विकासाला प्रोत्साहन द्यावे. अभ्यासक्रमात कला, संगीत, खेळ आणि ध्यान यांसारख्या क्रियाकलापांचा समावेश असावा, जे संतुलन राखण्यास मदत करतील.

2. **संकल्पनात्मक शिक्षणाला प्रोत्साहन:** घोकंपट्टीऐवजी संकल्पनांच्या सखोल समजावर भर द्यावा, जेणेकरून विद्यार्थी गंभीर विचार आणि समस्या सोडवण्याची कौशल्ये विकसित करू शकतील. अभ्यासक्रमाची रचना अशी असावी की ती विद्यार्थ्यांना प्रश्न विचारण्यास, विश्लेषण करण्यास आणि स्वतःची मते तयार करण्यास प्रोत्साहित करेल.

3. **मानसिक आरोग्य समर्थन प्रणाली मजबूत करणे:** शाळांमध्ये समुपदेशन सेवा, ताण व्यवस्थापन तंत्रे आणि मानसिक आरोग्य जागरूकता कार्यक्रम वाढवावेत. विद्यार्थ्यांसाठी सुरक्षित आणि सहाय्यक वातावरण निर्माण करणे महत्त्वाचे आहे जिथे ते त्यांच्या चिंता व्यक्त करू शकतील.

4. **शिक्षक प्रशिक्षण आणि सक्षमीकरण:** शिक्षकांना स्पर्धा परीक्षांच्या बदलत्या स्वरूपाबद्दल, ताण व्यवस्थापनाबद्दल आणि समग्र अध्यापन पद्धतींबद्दल प्रशिक्षण द्यावे. त्यांना विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्याच्या गरजा ओळखण्यासाठी आणि त्यांना योग्य मार्गदर्शन करण्यासाठी आवश्यक साधने प्रदान करावीत.

5. **परीक्षा प्रणालीत पारदर्शकता आणि निष्पक्षता:** परीक्षा प्रक्रियेत अधिक पारदर्शकता आणि जबाबदारी आणणे आवश्यक आहे. पेपरफुटी आणि फसवणुकीला आळा घालण्यासाठी कठोर उपाययोजना कराव्यात, जेणेकरून विद्यार्थ्यांचा प्रणालीवरील विश्वास पुनर्संचयित होईल.

6. **पालक आणि समाजाचे प्रबोधन:** पालकांना केवळ गुणांवर लक्ष केंद्रित न करता मुलांच्या सर्वांगीण विकासाचे महत्त्व समजावून सांगावे. अवास्तव अपेक्षांचा ताण कमी करण्यास मदत करावी आणि मुलांच्या आवडीनिवडी आणि क्षमतांना पाठिंबा देण्यास प्रोत्साहित करावे.

7. लवकर कौशल्य विकासाला

प्रोत्साहन: लहानपणापासूनच ऑलिम्पियाडसारख्या स्पर्धाद्वारे विश्लेषणात्मक आणि समस्या सोडवण्याची कौशल्ये विकसित करण्यास प्रोत्साहन द्यावे. यामुळे विद्यार्थ्यांना नंतरच्या टप्प्यावर येणारा उच्च-दाबाचा भार कमी करण्यास मदत होईल आणि ते अधिक आत्मविश्वासाने आव्हानांना सामोरे जातील.

या शिफारसी केवळ स्पर्धा परीक्षांच्या सामग्रीला अभ्यासक्रमात समाविष्ट करण्यापलीकडे जातात. त्या ताण आणि घोकंपट्टीच्या मूळ कारणांवर लक्ष केंद्रित करतात: खोलवर रुजलेला सामाजिक दबाव, अपुरी मानसिक आरोग्य पायाभूत सुविधा आणि परीक्षा प्रक्रियेतील अखंडतेचा अभाव. पालक आणि समाजाच्या पुनर्शिक्षणावर भर दिल्याने या पद्धतशीर सुधारणांना पाठिंबा देण्यासाठी आवश्यक सांस्कृतिक बदल दिसून येतो.

6.3 भविष्यातील संशोधनासाठी दिशा

या शोधनिबंधातून भविष्यातील संशोधनासाठी अनेक दिशा उघड होतात:

- **NEP 2020** च्या अंमलबजावणीचे विद्यार्थ्यांच्या मानसिक आरोग्यावर आणि शिकण्याच्या पद्धतींवर होणारे दीर्घकालीन परिणाम तपासणे.
- कोचिंग संस्थांच्या भूमिकेचे आणि त्यांच्या नियमनाचे शिक्षण प्रणालीवरील परिणाम तपासणे, विशेषतः त्यांच्या वाढत्या प्रभावामुळे शालेय शिक्षणावर होणारे परिणाम.
- ग्रामीण आणि शहरी भागातील विद्यार्थ्यांवर स्पर्धा परीक्षांच्या प्रभावातील असमानता आणि सामाजिक-आर्थिक घटकांचा अभ्यास करणे.
- शिक्षकांवरील वाढत्या दबावाचा आणि त्यांच्या मानसिक आरोग्यावर होणाऱ्या परिणामांचा अभ्यास करणे, कारण ते या प्रणालीतील एक महत्त्वाचे दुवे आहेत.
- परीक्षा प्रणालीतील पारदर्शकतेच्या अभावामुळे विद्यार्थ्यांच्या विश्वासावर आणि प्रेरणा पातळीवर होणाऱ्या परिणामांचे सखोल गुणात्मक विश्लेषण करणे.