

**NOTICE**  
**(2019 – 20)**  
**(STUDENTS)**

This is to inform all the B.A.B.Ed. students that workshop on **“Life Skill approach in Psychological Health Promotion of Students”** will be organized by the Department of Marathi of our college on 05<sup>th</sup> March 2020 in the college campus.

All the students requested to attend the workshop.



  
Principal

Date: 25<sup>th</sup> February, 2020

B.A.B.Ed	
F.Y.B.A.B.Ed A	
F.Y.B.A.B.Ed B	
S.Y.B.A.B.Ed A	
S.Y.B.A.B.Ed B	
T.Y.B.A.B.Ed A	
T.Y.B.A.B.Ed B	
4 TH .Y.B.A.B.Ed A	
4 TH .Y.B.A.B.Ed B	

# ACTIVITY REPORT

Submission Date : 05-03-2020

Course Name : B.A.B.Ed.  
Department Name : Marathi  
Nature of the Activity : Life Skill Approach in psychological health promotion of students  
Name of the Activity : Workshop  
Activity In-Charge : KULDEEP A KAMAT  
Activity Venue : College Campus  
Event Date : 05-03-2020

## Resource Person Details

Name : Dr. Rupesh Patkar  
Organisation : Dept. of Psychiatry, District Hospital Asilo  
Contact Number :  
Email-id :

## Report

Organised a workshop on the "Life Skill Approach in psychological health promotion of students" in collaboration with the Department of Psychiatry, District Hospital, Asilo. A total of 100 students participated in the workshop.

  
Principal

  
Activity In-charge





PRABODHAN EDUCATION SOCIETY'S  
**VIDYA PRABODHINI COLLEGE  
OF COMMERCE, EDUCATION, COMPUTER & MANAGEMENT**  
(Recognised by Govt. of Goa, UGC under Section 2(f) and 12 (B) of the UGC Act 1956 & Affiliated to  
Goa University) and Approved by NCTE  
Accredited by NAAC with B+ Grade on a Seven Point Scale under New Framework (1st Cycle)



## **‘Life skill approach in Psychological health promotion of student’ held 05<sup>th</sup> March 2020**







॥ विद्या सर्वस्य भूषणम् ॥

PRABODHAN EDUCATION SOCIETY'S

## VIDYA PRABODHINI COLLEGE OF COMMERCE, EDUCATION, COMPUTER & MANAGEMENT

(Recognised by Govt. of Goa, UGC under Section 2(f) and 12(B) of the UGC Act 1956 & Affiliated to Goa University) and Approved by NCTE

Accredited by NAAC with B+ Grade on a Seven Point Scale under New Framework (1st Cycle)

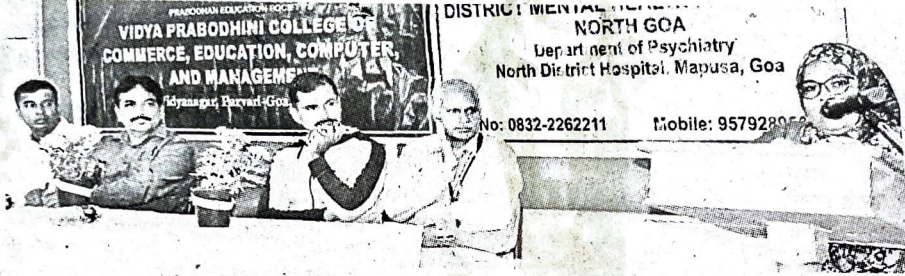


# ‘जीवन कौशल्य’ वर विद्याप्रबोधिनीत कार्यशाळा

। वार्ताहर, मोरजी

पर्वरी येथील विद्या प्रबोधिनी महाविद्यालयात विद्या प्रबोधिनी शिक्षण विभाग व जिल्हा मानसिक स्वास्थ्य परिषद, जिल्हा रुग्णालय म्हापसा यांच्या संयुक्त विद्यमाने ‘जीवन कौशल्य’ या विषयावर एक दिवशीय कार्यशाळा संपन्न झाली. या कार्यशाळेत शेवटच्या वर्षातील विद्यार्थ्यांनी सहभाग घेतला होता.

उद्घाटन सत्रात विद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. एम. आर. पाटील यांनी मान्यवरांचे स्वागत करून प्रास्तविक केले. व्यासपीठावर जिल्हा हॉस्पिटलच्या मनोचिकित्सक डॉ. शाहीन सय्यद, डॉ. रुपेश पाटकर, परिचारिका मेलिसा डायस, समाज सेविका अश्विनी नाईक, मनोविकारतज्ज्ञ दुर्गा चारी, विद्यालयाचे उपप्राचार्य डॉ. सुखाची नाईक, शिक्षण विभाग प्रमुख डॉ. अनिल ठोसरे, प्रा. कुलदीप



पर्वरी : ‘जीवन कौशल्य’ या कार्यशाळेत बोलताना डॉ. शाहीन सय्यद. बाजूला प्रा. कुलदीप कामत, डॉ. सुखाजी नाईक, डॉ. रुपेश पाटकर, डॉ. एम.आर.पाटील

कामत आदी उपस्थित होते.

ही कार्यशाळा दोन सत्रात घेण्यात आली होती. डॉ. पाटकर तसेच समाजसेविका अश्विनी नाईक, मनोविकारतज्ज्ञ दुर्गा चारी, परिचारिका मेलिसा डायस इत्यादींनी या कार्यशाळेत मार्गदर्शन केले. सकाळच्या सत्रात सुरुवातीला दहा

मुख्य जीवन कौशल्य कोणती? यावर मार्गदर्शन करण्यात आले. जिल्हा मानसिक स्वास्थ्य परिषदच्या संघाने विविध उपक्रम घेऊन ‘जीवन कौशल्य’ वयात येणाऱ्या मुलांच्या जीवनात किती महत्त्वाची आहेत हे पटवून दिले. आजकाल तरुण वयातील मुले क्षुल्लक कारणासाठी

आत्महत्या सारखे टोकाचे पाऊल उचलतात. अशा मुलांना आत्महत्या करण्यापासून कसे परावृत्त करावे, हे यावेळी सांगण्यात आले. मानसिक ताण कसा कमी करावा, कसा हाताळवा हे विविध प्रश्नावली देऊन विचारण्यात आले आणि या विषयावर विचारविनिमय करण्यात आला.

मानसाला रागावर नियंत्रण सहजासहजी राहत नाही. उत्कृष्टरित्या राग कसा शांत करावा, याचे सखोल मार्गदर्शन दुसऱ्या सत्रात करण्यात आले. जीवनात जर खूप संकट आली तर त्यावर तोडगा कसा काढावा यासाठी विविध उदाहरणे देऊन त्यावर प्रत्येकाला विचार मांडायला सांगितले.

या कार्यशाळेच्या शेवटी प्रा. कुलदीप कामत यांनी मनोगत व्यक्त केले. मानसी धावसकर, अलिशा गडेकर, श्रीधर राऊत यांनी कार्यशाळेविषयी प्रतिक्रिया व्यक्त केली. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन साक्षी पंडित व पूजा गवस यांनी केले. अदिती भट हिने आभार मानले. कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी प्रा. रेणुका परदेशी यांनी सहकार्य केले.

२२/७/२०२० आरत - २१/३/२०२०