Dept. Of Psychology
ACTIVITIES – 2021-2022

DELTA Page No.
Date / /

Activity No. - 22

Name Of The Activity :-

Road Safety Seminar at the Departmental Level."

Held On :- 10/04/2021

Purpose :- To bring the awareness about

i> Road Safety Measurese and its importance.

ii> To aware the students for being more careful on the Roads & follow the Traffic-Rules.

मनोविज्ञान विभाग द्वारा "सड़क-सुरक्षा आयाम" पर आधारित सेमिनार का आयोजन।

मनोविज्ञान विभाग द्वारा 10/04/2021 को सड़क सुरक्षा आयामों पर आधारित सेमिनार का आयोजन किया गया। इस सेमिनार में विभाग से डॉ॰ शिल्पी तथा डॉ॰ कन्चन ने बच्चों के समक्ष सड़क सुरक्षा नियमों का पालन करने के महत्व को व्यवस्थित एवं प्रभावी शब्दों में प्रस्तुत किया। इस सेमिनार में मानसिक स्वास्थ्य तथा मनोवैज्ञानिक तथ्यों का प्रभाव किस प्रकार से सड़क दुर्घटनाओं के लिये ज़िम्मेदार होते हैं, यह भी समझाया गया।

विभागाध्यक्ष

DELTA Page No.
Date

Activity No - 23

Name of The Activity :—

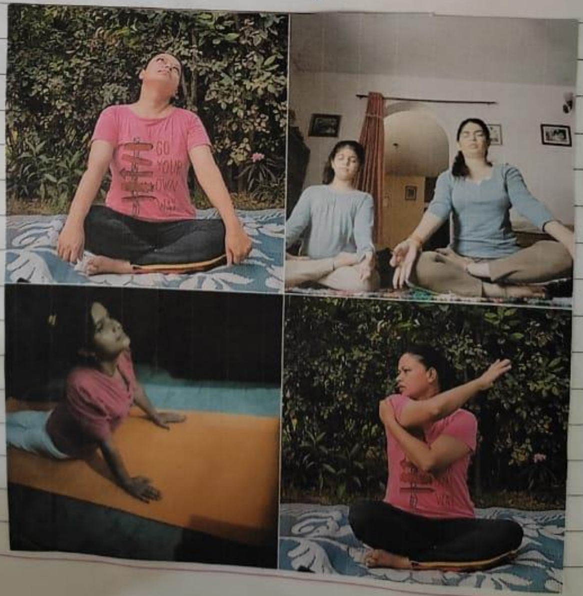
"Health Awareness Through Yoga"

Held On :- 21/06/2021

Purpose :- To bring the awareness for the following :—

* To promote Physical & Mental Health with the proper use of "YOGA".

* To aware the students about how important is a good Health.



मनोविज्ञान विभाग द्वारा "अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस" पर करवाई गई ऑनलाइन गतिविधियों का वर्णन :—

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर 21 जून 2021 को ऑनलाइन प्लेटफॉर्म के माध्यम से विद्यार्थियों को योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम के अन्तर्गत विद्यार्थियों को योग के महत्व एवं हमारे दैनिक जीवन में योग की भूमिका का वर्णन किया गया।
ऑनलाइन के माध्यम से समस्त विभाग के सदस्यों के साथ ही साथ छात्र-छात्राओं ने भी भाग लिया तथा अपनी सक्रिय प्रतिभागिता दी।

विभागाध्यक्ष

DELTA Page No.
Date

Activity No - 24

Name Of The Activity :-

" Online (Virtual) Discussion on → "The Impac of IInd Wave of Corona on our Education System."

Held On :- 03/07/2021

Purpose :- * "To ponder on the struggles during second wave of Corona."

* To get some suggestions to promote online Education.

मनोविज्ञान विभाग द्वारा ऑनलाइन प्लेटफॉर्म के माध्यम से वर्तमान शिक्षा प्रणाली पर पड़ रहे प्रभावों विशेषकर कोरोना महामारी की दूसरी लहर के प्रभावों पर वार्ता -

मनोविज्ञान विभाग की विभागाध्यक्ष के निर्देशों एवं कुशल संचालन द्वारा ऑनलाइन के माध्यम से विभिन्न कक्षाओं - बी॰ए॰ ऑनर्स तथा एम॰ए॰ मनोविज्ञान के छात्र-छात्राओं के साथ एक पैनल वार्तालाप कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमें सभी विभाग के सदस्यों तथा छात्र-छात्राओं ने कोरोना महामारी की दूसरी लहर के कारणों, उनसे होने वाले प्रभावों तथा शिक्षा प्रणाली पर पड रहे इनके प्रभावों पर चर्चा की। साथ ही साथ भविष्य में ऐसी आपदाओं तथा उनसे बचने हेतु अनेक सुझाव भी प्रस्तुत किये गये।

विभागाध्यक्ष

Activity No - 25

Name of The Activity :-

" Induction Programme In the Department of Psychology."

Held on :— 18/10/2021

Purpose :— * To introduce the Faculty Members to the new students got admission in the Ist Year classes.

* To guide the students for the different classes and venues according to the Time-Table

मनोविज्ञान विभाग द्वारा प्रथम वर्ष के विद्यार्थियों के लिये इंडक्शन कार्यक्रम का आयोजन

आज दिनांक 18/10/2021 को महाविद्यालय के मनोविज्ञान विभाग में प्रथम वर्ष में दाखिला लिये हुऐ नये विद्यार्थियों के लिये इंडक्शन कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर बी.ए. ऑनर्स साइकोलॉजी, प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय वर्ष की कक्षाओं के छात्र - छात्राएं तथा साथ ही बी.ए. पास कोर्स प्रथम वर्ष के विद्यार्थी भी उपस्थित थे।

इस आयोजन के दौरान विभागाध्यक्ष डॉ. प्रोमिला काजल, श्रीमती रजनी, डॉ. कन्चन जमीर, डॉ. रोहित, डॉ शिल्पी अग्रवाल, तथा डॉ चित्रा और मनोविज्ञान विभाग के लैब इंचार्ज श्री सौरभ भी उपस्थित थे। इस इंडक्शन कार्यक्रम में मनोविज्ञान विभाग के सभी प्राध्यापकों ने अपना परिचय दिया तथा प्रथम वर्ष की कक्षाओं को विशेष रूप से संबोधित करते हुऐ अपनी- अपनी कक्षाओं के स्थान, समय तथा विषय के बारे में जानकारी दी।

विभागाध्यक्ष

Activity No - 26

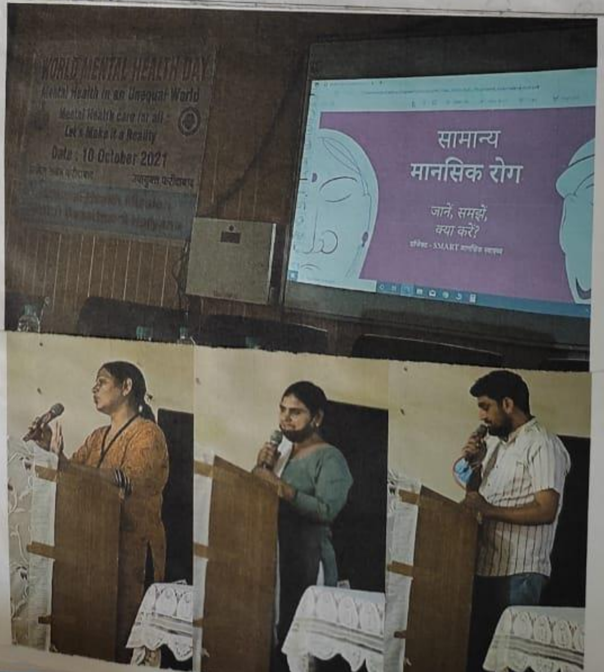
Name of the Activity :—

"World Mental Health Awareness Programm

Held On :— 14/10/2021

Purpose :— * To bring awareness for the Mental-Health among the students and Faculty-Members.

* To impart the nature, types, causes, symptoms and therapies for mental-Health.



"विश्व मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता सप्ताह"

मनोविज्ञान विभाग द्वारा विश्व मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता सप्ताह के अवसर पर स्वास्थ्य विभाग फरीदाबाद के सौजन्य से बैंदा हॉल में कार्यक्रम का आयोजन

आज दिनांक 14 अक्टूबर 2021 को राजकीय महाविद्यालय फरीदाबाद में " विश्व मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता सप्ताह " के महत्व को देखते
डॉ. एम.के. गुप्ता (संरक्षक एवं प्रिंसिपल , पंडित जे .एल .एन गवर्नमेंट कॉलेज फरीदाबाद) के कुशल मार्गदर्शन में महाविद्यालय के बैंदा हाल
मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में स्वास्थ्य विभाग फरीदाबाद से आई टीम ने भी सक्रिय भूमि
निभाई जिनमें मुख्य वक्ता श्री प्रदीप, श्री संजीव, श्रीमती ममता तथा संतोष ने विद्यार्थियों को मानसिक स्वास्थ्य के लाभ एवं रखरखाव के तरीकों
अवगत कराया। उन्होंने कॉलेज के सभी छात्र छात्राओं एवं प्राध्यापकों को मानसिक स्वास्थ्य के महत्व की जानकारियां दीं जैसे - कुछ नया सीख
रहें -दिमाग को स्वस्थ रखने के लिए कोशिश करनी चाहिए कि कुछ नया सीखते रहें। इसके अलावा जो काम आपको पसंद है उसके लिए सम
निकालकर उन्हें करें। इससे आपको मज़ा भी आएगा और अधिक सीखने का मौका भी मिलेगा। शरीर का ध्यान रखें -ऐसा माना जाता है कि स
शरीर में स्वस्थ दिमाग रहता है। स्वस्थ शरीर रखने के लिए आपको अपनी सेहत का ध्यान रखना चाहिए। इसके लिए आप हेल्दी भोजन का से
करें और खूब पानी पिएं। इसके अलावा व्यायाम करें और पूरी नींद लें। सकारात्मक लोगों के साथ समय बिताएं -ऐसे लोगों के साथ अधिक सम
बिताएं जो सकारात्मक सोच के हों। तनाव को दूर रखें - तनाव से छुटकारा पाने के लिए जीवन में प्रंबधन की बहुत आवश्यकता होती है। इसके
लिए हमें नियमित रूप से व्यायाम करना, खेलना, टहलना आदि को अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए। जीवन में शांत रहने के लिए ध्या
और योग का भी महत्व है। यह हमें मानसिक रूप से शांत रखता है और एकाग्रता को बढ़ाता है। शांत रहने से दिमाग स्वस्थ रहता है। ज़रूरत
पड़ने पर मदद लें -ज़िंदगी में कई बार पेरशानियां आती हैं, इसके लिए हमें कभी-कभी दूसरों से भी मदद की ज़रूरत पड़ती है। ऐसे में हमें बि
संकोच किए मदद लेनी चाहिए। इससे काफी हद तक हमारी परेशानी कम हो जाती हैं और हम मानसिक रूप से स्वस्थ रहते हैं।

विभागाध्यक्ष

Activity No - 27

Name of the Activity :-

Model Presentation On "Impact of Post-Covid on Mental Health and its Safety Measures.

Held on :- 20/11/2021

Purpose :- To bring the awareness among the students about :-

1. Impact of Post-Covid on Mental Health
2. To guide them about its Safety-Measures.

मनोविज्ञान विभाग द्वारा "कोविड उपरान्त मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों तथा उनके रोकथाम हेतु उपायों" पर मॉडल प्रस्तुतिकरण :-

मनोविज्ञान विभाग द्वारा कोविड उपरान्त मानसिकस्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों तथा उनके रोकथाम हेतु उपायों पर दिनांक २०/११/२०२१ को बी॰ ए॰ ऑनर्स के विद्यार्थियों द्वारा मॉडल का प्रस्तुतिकरण किया गया।
इस कार्यक्रम का प्रमुख उद्देश्य विद्यार्थियों में कोविड के बाद मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों के प्रति जागरूकता लाना था ताकि वह अपने आस-पास के लोगों के प्रति संवेदनशील होकर प्रतिक्रिया करें और इन प्रभावों के रोकथाम की विधियों को सीखकर अपने दैनिक जीवन में भी इनका उपयोग करें।

Pramila

विभागाध्यक्ष
मनोविज्ञान विभाग

Activity No - 28

Name of the Activity :-

A lecture on "Managing Emotions" (Participation

Held on :- 06/12/2021

Purpose :- To bring the awareness among students about :-

1. Managing Emotions, methods to control and also the expression on the right time in a correct manner.
2. To help the students solving their confusions related to the Emotions.

मनोविज्ञान विभाग द्वारा "संवेगों की व्यवस्था" कार्यक्रम में प्रतिभागिता -

06 दिसम्बर २०२१ को महाविद्यालय के बैंदा हॉल में संवेगों की व्यवस्था कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमें विशेष मनोवैज्ञानिक प्रियंका त्रिपाठी जी ने मनोविज्ञान विषय के विद्यार्थियों को सम्बोधित किया। इस सम्बोधन द्वारा उन्होंने संवेगों के नियमन, अभिव्यक्ति तथा नियन्त्रण के सही तरीके बताये उन्होंने बताया कि संवेग सरल तथा जटिल किसी भी प्रकार के क्यों न हों उनका सही नियमन अत्यधिक आवश्यक है अन्यथा वह प्रत्यक्ष व परोक्ष रूप से हमारे मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकते हैं। इस अवसर पर मनोविज्ञान की सभी कक्षाओं के बच्चे तथा विभाग के सदस्य भी उपस्थित थे।

Pramila
विभागाध्यक्ष
मनोविज्ञान विभाग

Activity No -29

Name of the Activity :-

"Psychological Awareness Towards Environment" (Online Activity)

Held on :- 13/01/2022

Topic :- "Tree Plantation and Environmental Awareness."

Purpose :- 1. To save Environment.
2. To aware the students towards Environment.

मनोविज्ञान विभाग द्वारा ऑनलाइन पर करवाई गई " Tree Plantation Activity " की व्याख्या

मनोविज्ञान विभाग के प्राध्यापकों के द्वारा Tree Plantation Activity (पौधारोपण) का संचालन ऑनलाइन के माध्यम से कराया गया जिसमें विभिन्न कक्षाओं के छात्र- छात्राओं - एम॰ ए॰ प्रथम व द्वितीय वर्ष ऑनर्स के विद्यार्थियों के साथ ही साथ बी॰ ए॰ पास कोर्स के छात्र- छात्राओं ने भी बढ़-चढ़कर योगदान किया और भाग लिया।

कुछ विद्यार्थियों ने तो वृक्षों तथा पौधों के महत्व पर व्याख्यान भी प्रस्तुत किये।

Pramila

विभागाध्यक्ष
मनोविज्ञान विभाग

Activity No - 30

Name of the Activity :-

Topic :- "Career Placement in Psychology"

Held On :- 14/02/2022

Purpose :- "To aware the students with the areas and scope, including importance of Psychology."

मनोविज्ञान विभाग द्वारा विद्यार्थियों को व्यवसायिक मार्गदर्शन कार्यक्रम में हिस्सा लेना

महाविद्यालय ~~विभाग~~ द्वारा विद्यार्थियों का मनोविज्ञान के क्षेत्र मे व्यवसायिक मार्गदर्शन करने हेतु बैंदा हॉल में एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया। जिसमे मनोविज्ञान की सभी कक्षाओं के छात्र-छात्राओं ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। इस कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में "विज्ञान संस्थान" के माननीय प्रिंसिपल डॉ एस. पी. सिंह जी को आमंत्रित किया गया जिन्होंने सभी जिज्ञासु विद्यार्थियों के प्रश्नों एंव उत्सुकताओं का निवारण कर उनका मार्गदर्शन किया।

इस कार्यक्रम के माध्यम से सिंह सर ने मनोविज्ञान विषय की उपयोगिता, महत्व एंव व्यवसायिक स्रोत के रूप में मनोविज्ञान विषय की भूमिका पर अपने अनुभवों एंव विचारों को बांटा।

Pramila

विभागाध्यक्ष
मनोविज्ञान विभाग

Activity No - 31

Name of the Activity :-

"Earth Day Celebration"

Held On :- 22nd April 2022

Topic :- "Bring the awareness among students on the Occasion of Earth Day."

Purpose :- To aware the Students Towards Environment.

मनोविज्ञान विभाग द्वारा पृथ्वी दिवस पर पोस्टर मेकिंग कार्यक्रम का आयोजन

मनोविज्ञान विभाग द्वारा २२ अप्रैल २०२२ को पृथ्वी दिवस के अवसर पर पोस्टर मेकिंग कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमें सभी मनोविज्ञान कक्षाओं के विद्यार्थियों ने बढ़चढ़ कर भाग लिया।
कुछ कक्षाओं के विद्यार्थियों ने "पृथ्वी दिवस" के महत्व पर व्याख्यान भी प्रस्तुत किये तथा अपने विचार रखे। उन्होंने पर्यावरण प्रदूषण एवं उसे रोकने के उपाय भी बतलाये, साथ ही पृथ्वी को प्रदूषण मुक्त, एवं रहने योग्य बनाये रखने में प्रत्येक मनुष्य की भूमिका का भी वर्णन किया।

विभागाध्यक्ष
मनोविज्ञान विभाग