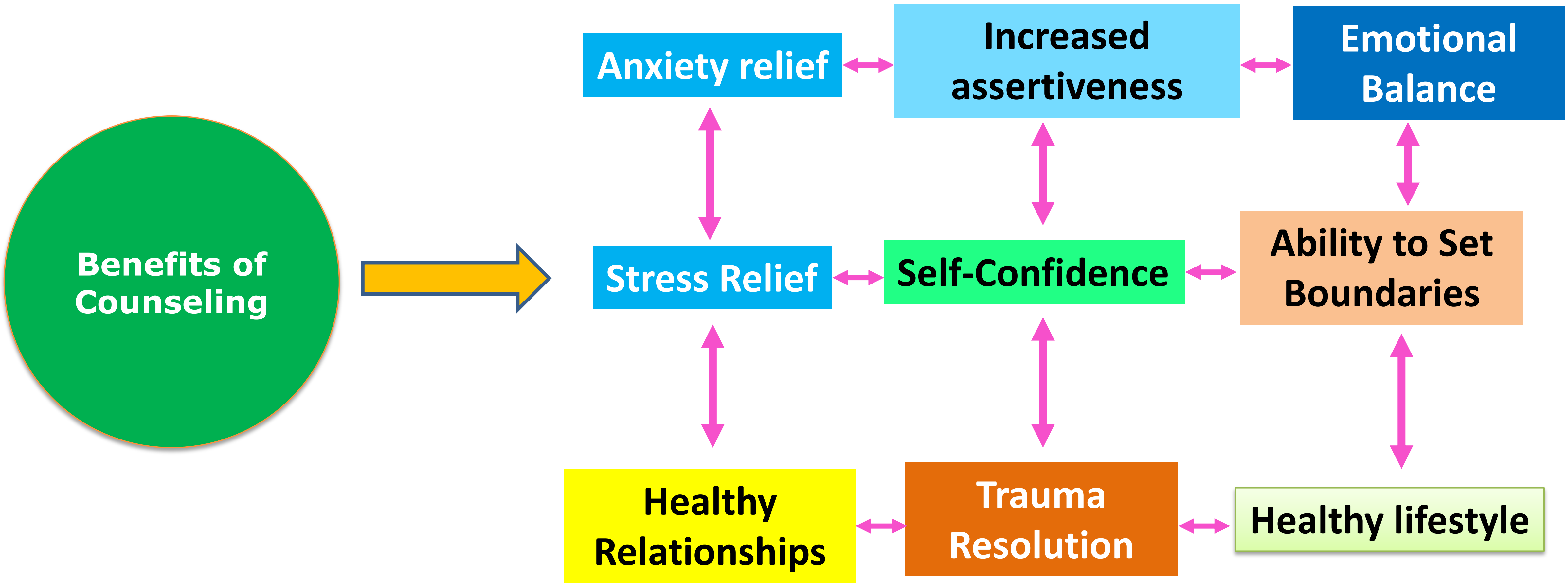
Mahatma Gandhi Vidyamandir's Loknete Vyankatrao Hiray Arts, Science And Commerce College, Panchavati, Nashik-422003

Mental Health and Counseling



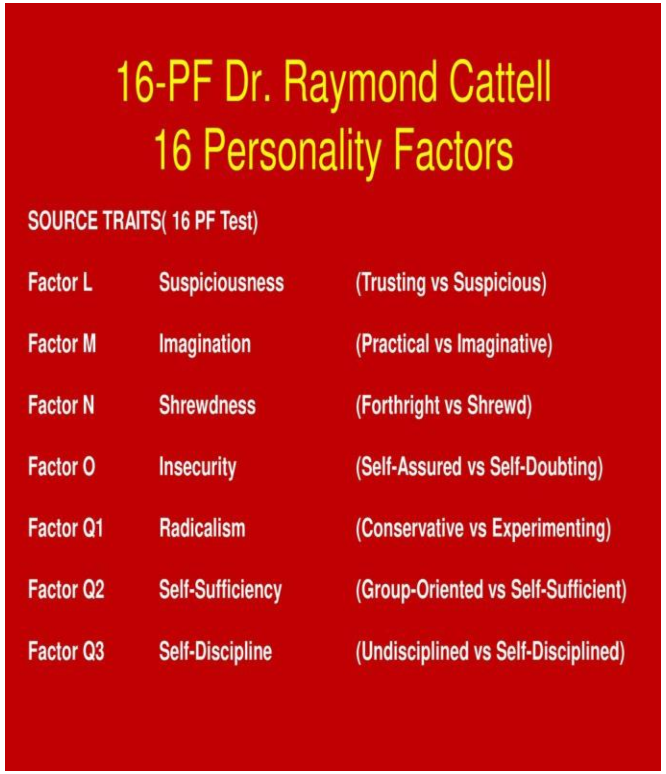
Provide counseling and testing to the society

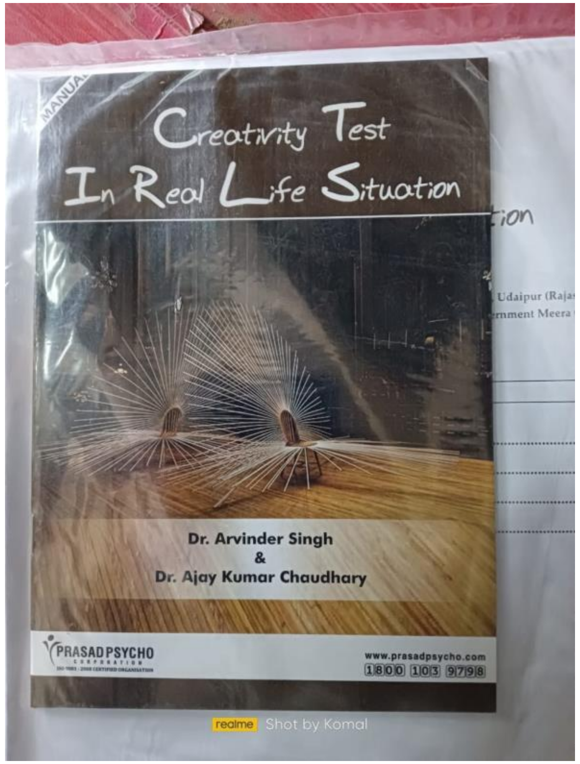
Objectives

- Provide counseling and psychometric testing facility.
- Helping people for mental health related issues.
- Addressing psychosocial issues by various means.

Outcomes of the activity

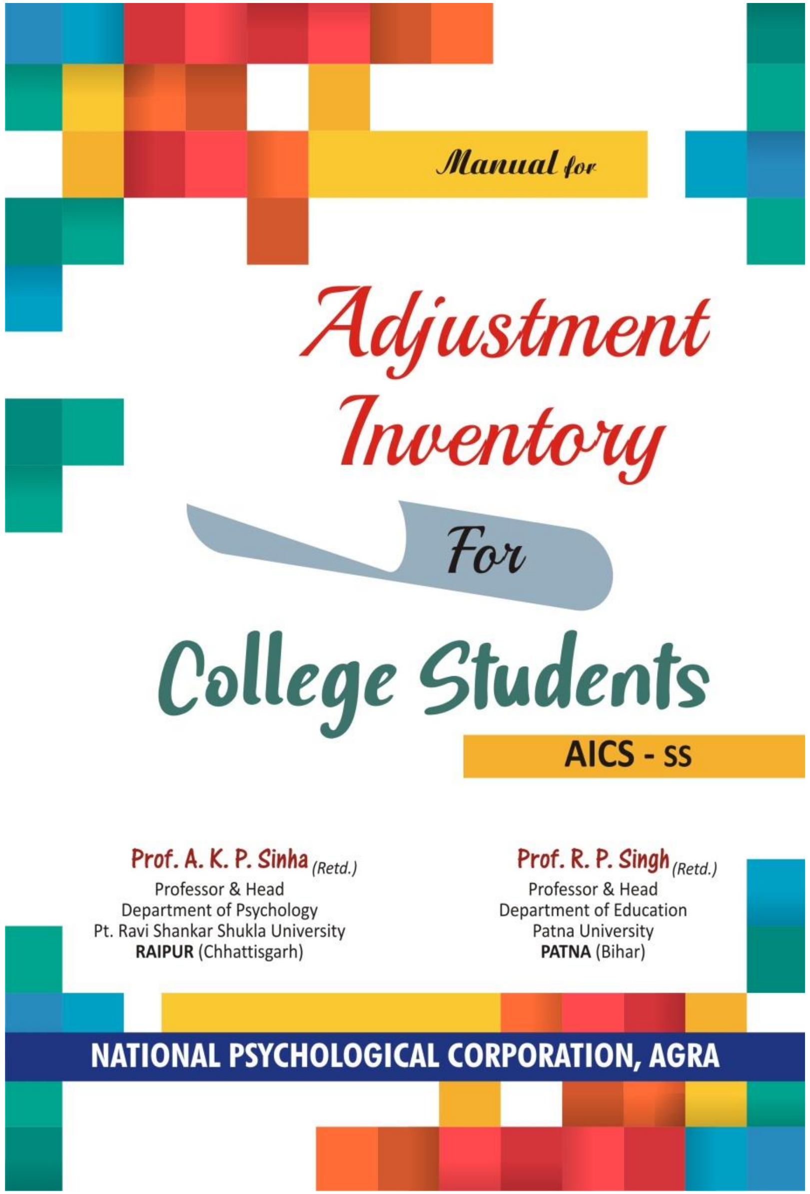
- Faculty members of the department provided counseling to students with psychometric testing and counseling as well as through telephonic and various medium/ platforms.
- Providing of different types of counseling as an effective solution to helping clients with various psychological issues.

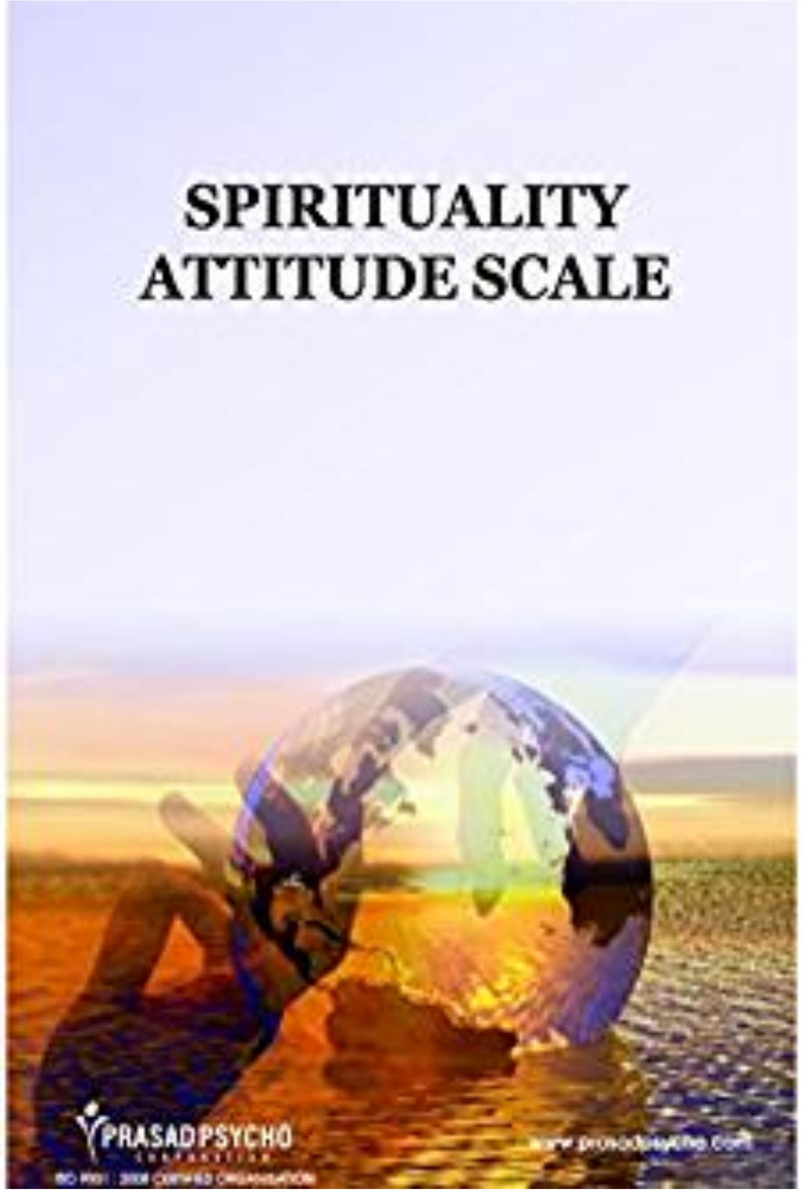


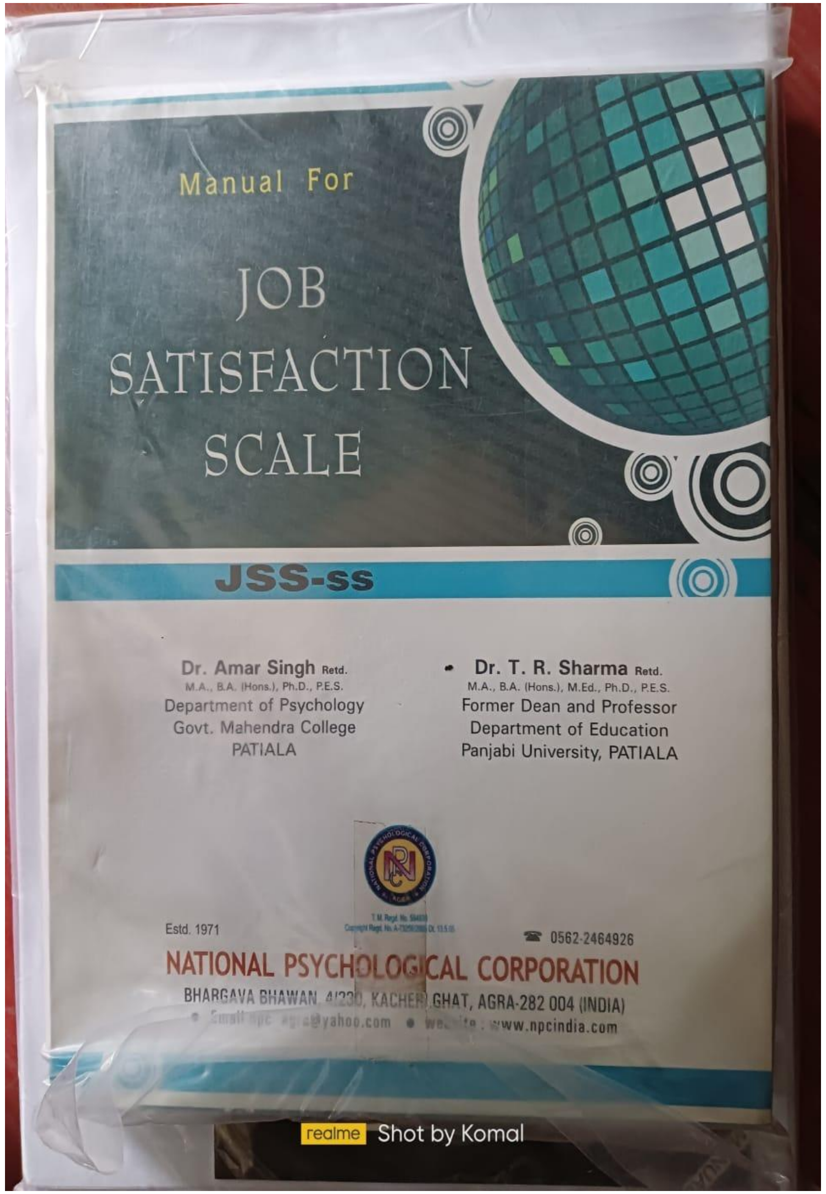


No	Contents	Year Number of Subjects (people)							
		2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
I	Clinical Guidance								
1	Hamilton Depression Inventory (HDI)	4	5	5	5	6	6	5	7
2	Stress Profile	4	3	6	7	5	6	6	9
3	Sinha's Comprehensive Anxiety Test (SCAT)	4	6	5	4	4	5	4	6
4	Adjustment Inventory	7	8	12	11	8	10	6	4
II	Ability, Aptitude, Education & Profession oriented Guidance.								
1	Ravens Progressive matrices (SPM)	6	9	6	7	10	13	4	3
2	Wechsler Adult Performance Intelligence scale.	3	3	5	4	4	4	10	6
3	Differential Aptitude test	4	4	3	4	3	5	6	7
4	Interest Inventory	6	7	4	7	5	7	6	4
III	Career Oriented Guidance								
1	Career Decision Scale	5	3	4	7	6	5	3	9
IV	Personality Development Guidance & SWOT Analysis								
1	16 Personality Factors test	7	3	4	6	6	9	4	6
2	SWOT Analysis	7	3	4	6	6	9	10	3
V	Humanity & Attitude Guidance								
1	Spirituality Attitude Scale	11	8	11	10	10	11	9	10
2	Religiosity Scale	12	10	10	8	10	10	5	8
3	Marriage Attitude Scale	6	7	5	6	8	7	12	10

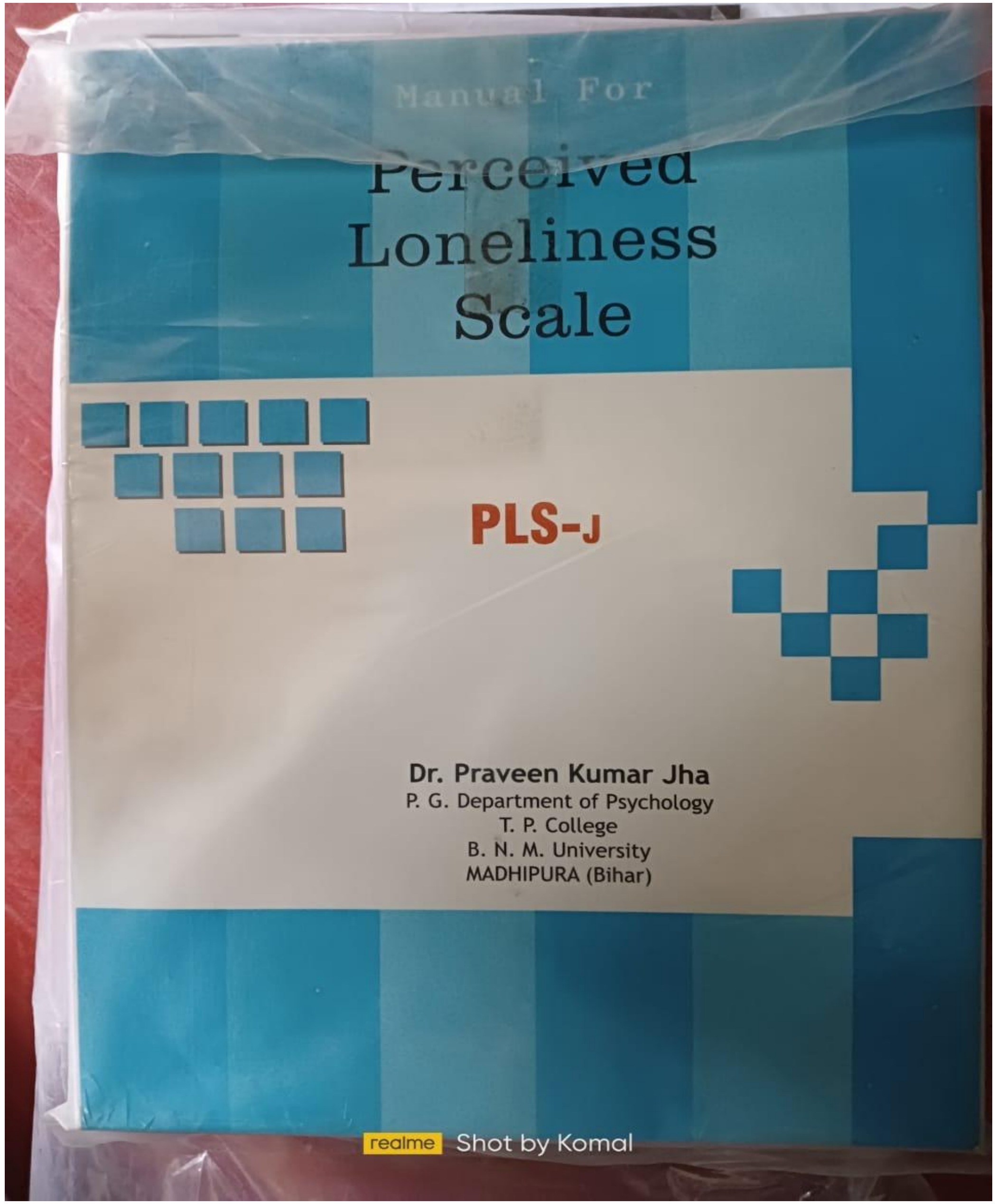
Provide counseling and testing to the society







Provide counseling and testing to the society



WAPIS-Wechsler Adult Performance Intelligence Scale

- WAPIS Indian adaptation of WAIS

[Ramalingaswamy, 1975]

- Age: 15-45
- Edu : min 5th std

Psychometric Evaluation & Counseling of students by Faculty members

Academic Year 2021-22

Counselling based Personality Development Workshop

Academic Year 2021-22

Interaction with Media & Published Articles on various Psychosocial issues in Newspapers

Academic Year 2021-22

लोकसत्ता१२ मे २२

बुध्दी विकास, वर्तन विद्यार्थ्यांसाठी

– डॉ. मृणाल भारव्दाज

ाार्थ्यांची भावना आणि बुद्धीचा विकास तसेच वर्तन
ा मानसिक, शारीरिक वाढीबरोबर वैचारिक आणि
ाड घातली तर तो चांगल्या प्रकारे आदर्श व्यक्ती घड
द्धिमत्ता वाढवून त्याचे व्यवस्थापन करता आले पाहि
ळखता आले पाहिजे, असे मत महात्मा गांधी विद्या
शाखेच्या अधिष्टाता आणि मानसशास्त्र विभाग प्रमुख
मांडले. शहरातील लोकनेते व्यंकटराव हिरे महाविद्या
ला तक्रार निवारण समितीच्या वतीने भावनिक साक्षरता
यावर डॉ. भारव्दाज यांचे व्याख्यान झाले. महात्मा गांधी
कनेते व्यंकटराव हिरे महाविद्यालय सुवर्णमहोत्सवी व
या निमित्ताने महाविद्यालयात विशाखा समितीच्या वतीने
सांस्कृतिक अशा विविध कार्यक्रमाचे आयोजन करण
ाच्या अध्यक्षस्थानी प्राचार्य डॉ. बी. एस. जगदाळे होते
रकवार यांनी मानले.

भावनिक साक्षरता काळाची गरज या विषयावर व्याख्यान

'विचारांनी घडते आदर्श व्यक्ती'

म. टा. वृत्तसेवा, पंचवटी

विद्यार्थ्यांच्या मानसिक, शारीरिक वाढीबरोबरच त्यांच्या वैचारिक व भावनिक विचारांची सांगड घातली तर तो आदर्श व्यक्ती होऊ शकतो, असे प्रतिपादन महात्मा गांधी विद्यामंदिरच्या मानव विद्याशाखेच्या अधिष्ठाता व मानसशास्त्र विभागप्रमुख डॉ. मृणाल भारद्वाज यांनी केले.

लोकनेते व्यंकटराव हिरे महाविद्यालयाच्या महिला तक्रार निवारण समितीच्या वतीने आयोजित 'भावनिक साक्षरता काळाची गरज' या विषयावरील व्याख्यानात त्या बोलत होत्या. हिरे महाविद्यालयाच्या सुवर्ण

लोकमत

झटपट श्रीमंतीच्या लालसेने घरली पोलीस कोठडीची वाट !

१९ ते ३५ वयोगटांतील गुन्हेगार : जबरी चोरी, घरफोड्या करणारे तरुण चोर

लोकमत न्यूज नेटवर्क

नाशिक : कमी वेळ, कमी श्रम अन् जास्त फायदा, असा विचार करत तरुणवर्ग गुन्हेगारीकडे वळत असल्याचे दिसून येत आहे. कोरोनाच्या लाटेनंतर तरुणाईने गुन्ह्यांची वाट अधिक धरल्याचे दिसून येते. चोरी, घरफोडी, जबरी चोरी, लुटीच्या घटनांमध्ये तरुणाईचा समावेश असल्याचे पोलिसांच्या कारवाईतून वारंवार समोर येत आहे.

कोरोनाच्या पहिल्या लाटेनंतर अन् दुसऱ्या लाटेनंतर निर्बंध शिथिल होताच गुन्हेगारीच्या घटनांमध्ये वाढ झाली. पहिल्या लाटेच्या तुलनेत दुसऱ्या लाटेनंतर अनलॉक होताच गुन्ह्यांचे प्रमाण वाढले. शहरात सोनसाखळी चोरी, घरफोडी, वाहनचोरी, मोबाइल चोरीच्या घटनांमध्ये वाढ झाली.

मागील वर्षाच्या तुलनेत यावर्षी गुन्हे अधिक घडले. वाहनचोरी असो की, घरफोडी किंवा चेन स्नॅचिंग अशा विविध गुन्ह्यांमध्ये तरुण मुलांचा समावेश असल्याचे पोलीस तपासात पुढे आले आहे.

...हे असे का घडतेय?

तरुणवर्ग हा केवळ मौजमजेसाठी आणि झटपट श्रीमंत होण्यासाठी गुन्हेगारीचा शॉर्टकट शोधू लागल्याचे दिसते. हा शॉर्टकट तरुणाईला जरी सुरक्षित वाटत असला तरीदेखील मात्र तो थेट तुरुंगात घेऊन जाणारा आहे, हे निश्चित असल्याचे पोलीस उपायुक्त संजय बारकुंड यांनी सांगितले. तरुणाईने आपले तारुण्य कारावास भोगण्याऐवजी चांगले जीवन जगण्यासाठी सार्थकी लावावे, जेणेकरून देशाला आणि समाजालाही त्याचा उपयोग होईल, असेही बारकुंड म्हणाले.

पालकांनी काळजी घेणे अत्यावश्यक

मुलांच्या आजूबाजूला वावरणारे त्यांचे मित्रवर्ग नेमका काय करतो? याबाबत पालकांनीसुद्धा वेळोवेळी माहिती घेणे गरजेचे आहे. सोशल मीडियाच्या वाढत्या व्यसनामुळे तरुणाई गुन्हेगारीकडे विशेषतः ऑनलाइन जुगार, अमलीपदार्थांची नशा यांकडे वळताना दिसत आहे. मुले घरातून बाहेर पडल्यानंतर कोठे जातात? कोणासोबत राहतात? काय करतात? याविषयी वेळोवेळी संपर्कात राहून चाचपणी करायला हवी, जेणेकरून पालकांचा मुलांना धाक राहील, असे पोलीस अधिकारी सांगतात.

इंटरनेटवरून तरुणाई गुन्हेगारीच्या विश्वाकडे जाताना दिसते. तरुणांनी इंटरनेट व सोशल मीडियाचा वापर अधिकाधिक सतर्कतेने करायला हवा. तरुण वयात मुलांमध्ये बेरोजगारीचे मोठे कारण आहे. सदसद्विवेकबुद्धीने तरुणांनी वर्तन करायला हवे. झटपट फायदा व समाधान व आर्थिक लाभ मिळविण्याच्या लालसेने तरुण गुन्हेगारीकडे वळतो आहे. तर्कबुद्धी तरुणवर्ग गमावून बसल्याचे दिसतो. भावना आणि विचार यांचा जवळचा संबंध असून, हा ताळमेळ तरुणाईमध्ये बिघडत चालला आहे. यामुळे पालकांसह कुटुंबीयांची जबाबदारी मोठी वाढली आहे. कुटुंबामधील संवाद खूप महत्त्वाचा आहे आणि दुर्दैवाने हा संवाद आजच्या तरुण खुंटत चालला आहे.

– डॉ. मृणाल भारद्वाज, मानसोपचारतज्ज्ञ

Hello Nashik
Page No. 4 Nov 12, 2021

Interaction with Media & Published Articles on various Psychosocial issues in Newspapers

Academic Year 2021-22

लोकमत

कोरोनाने जगण्याची उमेद घालविली; अनेकांनी संपविले आपले जीवन

तरुणांचे प्रमाण अधिक : पहिल्या लॉकडाऊनमध्ये ९८लोकांची आत्महत्या

लोकमत न्यूज नेटवर्क

नाशिक : कोरोनाच्या आजाराने अनेकांना हादरवून सोडले. या आजाराच्या पहिल्या व दुसऱ्या लाटेत बहुतांश लोकांनी आपल्या जवळच्या व्यक्तींना कायमचे गमाविले.

अनेक निरागस चिमुकल्यांचा आई-वडिलांचा आधारही हरपला तर बहुतांश तरुणांच्या नोकऱ्यांवर गंडांतर आले अन् अशा अनेक दुर्दैवी प्रसंगातून सावरण्याच्या प्रयत्नात काही जण अपयशी ठरले आणि नैराश्याच्या गर्तेत बुडून अखेरीस त्यांनी गळफास लावत जीवनप्रवास संपविला.

पहिल्या लॉकडाऊनच्या काळात शहरात ९८लोकांनी आत्महत्या केली.

कोणत्या वर्षात किती आत्महत्या

वर्ष	आत्महत्या
२०१९	२०६
२०२०	९८

युवकांचे प्रमाण जास्त

२० पेक्षा कमी	३० पेक्षा कमी	५० पेक्षा कमी	७० पेक्षा कमी
४०	१२३	५८	२१

कोरोनाची पहिली लाटेने दहशत निर्माण केली होती. शहरापासून सामान्यांपर्यंत सर्वांसाठीच नवा असलेल्या या आजाराने सर्वत्र हाहाकार उडाला होता. त्या तुलनेत दुसऱ्या लाटेत मृत्यूचे प्रमाण वाढले मात्र तोपर्यंत कोरोनाची भीती काहीशी कमी झाली होती.

मृत्यू हा पर्याय कसा होऊ शकतो?

कोरोनाने जरी नाउमेद केले असले तरी आता कोरोनावर मात करण्याची शक्ती मात्र नागरिकांना मिळाली आहे. त्यामुळे कोरोनापासून हारणे अन् आत्महत्येचा मार्ग स्वीकारणे हे मूर्खपणाचे आणि भित्रेपणाचे ठरेल. कारण शास्त्रज्ञांनी अथक परिश्रम घेत कोरोनापासून बचावासाठी प्रतिबंधात्मक लसदेखील शोधली आहे आणि मुळात आपण सर्व भारतीय लढवय्ये असून संकटावर मात करण्याची ताकद आपल्या रक्तात आहे. त्यामुळे सकारात्मक विचारातून आलेल्या [illegible] मात करावी यश नक्की मिळेल.

- डॉ. मृणाल भारद्वाज, मानसोपचारतज्ज्ञ

Hello Nashik
Page No. 1 Aug 12, 2021

Interaction with Media & Published Articles on various Psychosocial issues in Newspapers

लोकमत

मुले मोबाइलवर काय सर्च करतात; काय पाहतात, हे कधी बघितले आहे का?

मन-शरीरस्वास्थ्यावर परिणाम : अधिकाधिक वेळ चिमुकले गेम्स अन् सोशल मीडियावर खिळून

लोकमत न्यूज नेटवर्क

नाशिक : हातात स्मार्टफोन अन् इंटरनेटच्या उपलब्धतेमुळे सोशल मीडिया अन् विविध गेम्सवर चिमुकले तासन् तास खिळून राहत असल्याचे चित्र घरा-घरात पाहावयास मिळत आहे; मात्र मुले मोबाईलवर नेमके काय सर्च करतात, याकडेसुद्धा पालकांनी वेळोवेळी लक्ष देणे गरजेचे आहे.

तरुणाईसह बाळगोपाळांनाही मोबाईलचे वेड लागत आहे. शाळकरी मुलेसुद्धा जणू स्मार्टफोनच्या आहारीच गेली की काय, अशीच शंका त्यांचे मोबाईलप्रेम बघून येते. मुलांच्या हाती स्मार्टफोनच्या माध्यमातून सोशल मीडिया आल्यामुळे वेगवेगळे व्हिडीओ, छायाचित्रे, एकापेक्षा एक वेगवेगळ्या गेम्सच्या आहारात मुले अडकताना दिसून येत आहे. कोरोनामुळे झालेले लॉकडाऊन आणि त्यामुळे आलेल्या ऑनलाईन शिक्षण पद्धतीने तर शाळकरी मुलांना ऐन पौगंडावस्थेत मोबाईलच्या प्रेमात पाडले आहे.

फोन हवाच, पण वेळही ठरवा

मुलांना फोन हवा-हवासाच वाटतो; मात्र मुले किती वेळ स्मार्ट फोनवर खिळून राहतात, याकडे पालकांनी लक्ष देणे तितकेच गरजेचे आहे. पालकांनी मुलांना मोबाईल वापरासाठी ठराविक मर्यादित वेळ ठरवून देणे गरजेचे आहे. त्यामुळे मुले मोबाईलवर जास्त वेळ देणार नाही.

मोबाइलचे कौतुक नको अन् दुर्लक्षही नको

- मोबाईल फोनचे कौतुक करणेदेखील मुलांसाठी घातक ठरू शकते, त्यामुळे मुलांच्या मोबाईल वापराकडे पालकांनी वेळोवेळी लक्ष देणे गरजेचे आहे.
- केवळ आपली लहान मुले मोबाईल हाताळू लागली, या आनंदापोटी त्यांचे कौतुक करत मोबाईल वापराबाबत दुर्लक्ष करणेही चुकीचे ठरू शकते. नको त्या वयात नको त्या बाबी स्मार्ट फोनमुळे लहान मुलांपर्यंत सहजरित्या पोहोचत असून पालकांनी याबाबत दक्ष राहणे गरजेचे आहे.

असे केले तर गुन्हा...

- मुले अल्पवयीन असल्यामुळे त्यांच्याकडून कळत-नकळत स्मार्टफोन चुकीच्या पद्धतीने हाताळला जाऊन सायबरसंबंधित किंवा माहिती तंत्रज्ञान कायद्याविरोधी कृती घडू शकते.
- मुलांच्या हाती स्मार्टफोन बघताना पालकांना जितका आनंद होतो, तितकेच पालकांनी त्याबाबत अधिक सतर्क राहून चाचपणीसुद्धा करायला हवी.

मुलांचे मित्र व्हा...

- ऑनलाईन तासिकांच्या माध्यमातून 'झूम'द्वारे शिक्षण घेण्याचा नवीन फंडा लॉकडाऊन काळात पुढे आला.
- ऑनलाईन शिक्षणापुळे मोबाईलसोबत मुलांचे नाते घट्ट होत गेले. स्मार्टफोन हाताळणीत मुलांनी पालकांनाही मागे टाकले आहे.

स्मार्टफोन हाती आल्यामुळे सोशल मीडियाचे वेड आता लहान मुलांनाही लागत आहे. व्यसन केवळ अंमली पदार्थांचेच असते असे नाही, तर इलेक्ट्रॉनिक गॅझेट्सचेसुद्धा लहान मुलांमध्ये व्यसन पाहावयास मिळते. मुलांच्या हाती मोबाईल न दिल्यास त्यांची चिडचिड होणे, स्वभावात आक्रमकता व रागीटपणा येणे अशाप्रकारचे बदल मुलांच्या वागण्यात होताना सहज दिसतात. मुलांचे मन व शरीरस्वास्थ्यावरही मोबाईलचा गंभीर परिणाम होत आहे

\- डॉ. मृणाल भारद्वाज, मानसोपचारतज्ज्ञ

लहान मुलांच्या हाती मोबाईल सोपविणे हे अधिकच धोक्याचे आहे. कारण मुलांच्या अज्ञानपणाचा गैरफायदादेखील सोशल मीडियाच्या माध्यमातून विकृत मानसिकता किंवा गुन्हेगारी प्रवृत्तीच्या लोकांकडून घेतला जाऊ शकतो. त्यामुळे पालकांनी मुलांना मोबाईल सोपविताना अनेकदा विचार करायला हवा. तक्रार प्राप्त झाल्यास बाल कायद्यानुसार कारवाई होऊ शकते. त्यामुळे पालकांनी मोबाईल वापरावर लक्ष द्यायला हवे.

\- सूरज बिजली, पोलीस निरीक्षक, सायबर पोलीस ठा

Hello Nashik
Page No. 4 Nov 22, 2021

पुढारी

कंत्राटाने भरले अन् नैराश्याने ग्रासले

पुन्हा बेरोजगारीचा शिक्का : नोकरीचा आनंद ठरतोय क्षणभंगुर

बेरोजगारांची नोंदणी, नोकरीच्या संधी

\- डॉ. मृणाल भारद्वाज, मानसोपचारतज्ज्ञ

Nashik Edition
Jul 19, 2021 Page No. 9

लोकमत

लोकमत इन्फोग्राफिक्स

ओळखीतल्यांकडूनच मुलींवर अत्याचार !

नाशिक : शहर व परिसरात अल्पवयीन मुलींवर शारीरिक अत्याचारासह त्यांच्या लैंगिक शोषण करण्यात आल्याच्या विविध घटना वारंवार समोर येतात. कधी ओळखीच्या व परिचयाच्या व्यक्तीकडून बलात्कार, तर कधी विनयभंग केल्याच्या घटनांची पोलिसांच्या दप्तरी नोंद आहे. काही दिवसांपूर्वीच गांधीनगरच्या भग्नावस्थेत असलेल्या इमारतीमध्ये एका अल्पवयीन मुलीवर ओळखीच्या तरुणाकडून वारंवार शारीरिक अत्याचार करण्यात आल्याचे उघडकीस आले होते. तसेच मुलींसोबत लैंगिक अपराधाच्याही घटना घडत असतात. यामध्ये ओळखीतल्या लोकांचा सहभाग निष्पन्न होतो.

गुड टच-बॅड टच मुलींना शिकवा

GOOD BAD TOUCH

जागतिक महिला दिनानिमित्त २०२० साली राज्यातील सर्व शाळांमधील मुला-मुलींमध्ये कार्यक्रम व उपक्रमांद्वारे चांगला स्पर्श किंवा वाइट स्पर्शाविषयी (गुड टच, बॅड टच) जागरूक करत माहिती द्यावी.

चार वर्षांतील अत्याचाराच्या घटना

वर्ष	बलात्कार	विनयभंग
२०१८	५४	१८०
२०१९	५८	२०५
२०२०	५७	१८१
२०२१	७२	९५

- शारीरिक, मानसिक लैंगिक शोषणाचे प्रसंग मुलींसोबत घडल्यास त्यांनी भीती न बाळगता, याबाबत शिक्षक, पालक, जवळच्या मित्र-मैत्रिणी, विश्वासू व्यक्तींना निर्भयपणे माहिती द्यावी, असेही शिक्षण विभागाने २०२० साली काढलेल्या आदेशात म्हटले होते.

लैंगिक शिक्षणावर जागृती वाढलीच पाहिजे. कौटुंबिक नात्यांमध्ये लवचिकता व खुल्या विचारांची पेरणी गरजेची आहे. पालकांनी तसे नातेसंबंध प्रस्थापित करायला हवे. ओटीटी प्लॅटफॉर्म, वेबसीरिजच्या माध्यमांमधून अस्वीकार्य वर्तन स्वीकार्यच आहे, असे दाखविले जाते. यामुळे मुलांची मनस्थिती बिघडते. त्यांना सामाजिक-कौटुंबिक मर्यादा नंतर बंधने वाटू लागतात.

\- डॉ. मृणाल भारद्वाज, मानसोपचार तज्ज्ञ

७५% आरोपी ओळखतील

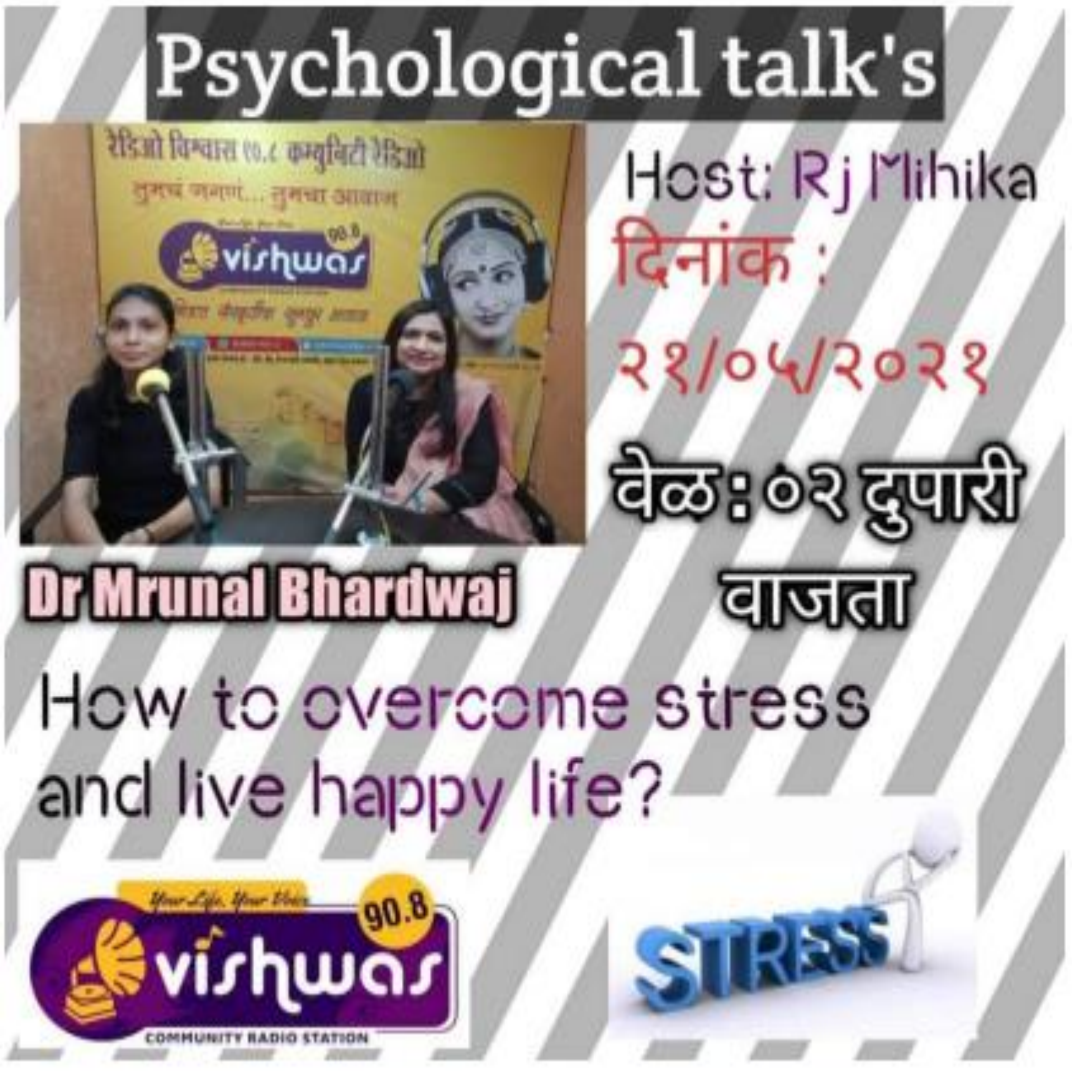
कधी मित्र, तर कधी कथित प्रियकर तर कधी नात्यातीलच व्यक्तीकडून अल्पवयीन मुलींसोबत अश्लील चाळे, गैरवर्तन करत शारीरिक अत्याचार करण्यापर्यंतच्या घटना शहर व परिसरात घडलेल्या आहेत. या घटनांचा पोलिसांकडून जेव्हा तपास सुरू केला जातो, तेव्हा ७० ते ८० टक्के संशयित आरोपी हे मुलींच्या ओळखीचे किंवा परिचयातील असल्याचे समोर येते.

Hello Nashik
Page No. 10 Jan 26, 2022

Interaction with Media & Published Articles on various Psychosocial issues in Newspapers

Academic year 2020-2021

➤ Radio talk on Stress Management



पोलीस, आरोग्य कर्मचाऱ्यांचा मानसिक थकवा कसा घालविणार?

मन स्थिर ठेवा : सभोवताली घडणाऱ्या सकारात्मक घटनांवर लक्ष केंद्रित करा

Mrunal Bhardwaj

Mar 6 at 15:16

My opinion as a Psychologist. Thanks to Dainik pudhari for addressing this psychosocial issue.

पुढारी

चिठ्ठीला 'सोडचिठ्ठी', व्हिडिओतून वेदनांना वाट...

आत्महत्येपूर्वी वापरल्या जाणाऱ्या माध्यमांचा बदलता प्रवास अंतर्मुख करणारा

लोकमत

बाबांसारखे पोलीस, डॉक्टर होणार का; मुले म्हणतात, नको रे बाबा...!

कोरोनावर नाराज : आई, बाबा आम्हाला वेळच देत नसल्याची चिमुकल्यांची खंत

Interaction with Media & Published Articles on various Psychosocial issues in Newspapers

Academic year 2020-2021

मानसिक समस्यांवर समुपदेशन

वैद्य रिसर्च फाउंडेशनचा उपक्रम

म. टा. प्रतिनिधी, नाशिक

सतत घरात बसल्यामुळे चिडचिडा स्वभाव, झोपेच्या सवयीत बदल अशा अनेक समस्यांनी सध्या नागरिक त्रस्त आहेत या समस्यांवर उपाय म्हणून शहरातील सुशांत वैद्य रिसर्च फाउंडेशनने फोनद्वारे मोफत मार्गदर्शन करणे सुरू केले आहे.

गेल्या अनेक दिवसांपासून नागरिक घरात आहेत. सतत घरात थांबून अनेक नागरिकांच्या मानसिकतेत बदल झाला आहे. यावर उपचारासाठी नागरिकांना बाहेरही जाता येत नाही ही समस्या ओळखून सुशांत वैद्य रिसर्च फाउंडेशनने हा उपक्रम हाती घेतला आहे.

यामध्ये मानसशास्त्रीय मापन करून नागरिकांचे समुपदेशन केले जात आहे. शहरातील नागरिकांचे मानसिक आरोग्य चांगले राहावे यासाठी हा उपक्रम सुरू केल्याची माहिती डॉ. अश्विनीकुमार भारद्वाज यांनी दिली.

ते म्हणाले की, मानसिक आरोग्यासाठी हा उपक्रम महत्त्वाचा ठरतो आहे. सध्या लॉकडाऊन सुरू आहे. त्यामुळे अनेक नागरिक घरांमध्ये बसले आहेत. त्यामुळे अनेकांच्या मनाची घालमेल सुरू आहे. या समस्यांबाबत सुशांत वैद्य रिसर्च फाउंडेशनच्या माध्यमातून मोफत समुपदेशन केंद्र सुरू करण्यात आले आहे. यामध्ये करोनाच्या पार्श्वभूमीवर अत्यधिक भीती, चिंता किंवा अस्वस्थता, सतत घरात बसण्याचा त्रास, झोपेच्या दैनंदिन सवयीत बदल, भूक न लागणे, अती खाणे किंवा न खाणे, चिडचिडेपणा वाढणे, अतिकाळजी, प्रमाणापेक्षा जास्त वारंवार हात धुणे, करोनाच्या अनुषंगाने मुलांमध्ये निर्माण झालेल्या मानसिक समस्या यापैकी कोणतीही लक्षणे आढळल्यास सुशांत वैद्य फाउंडेशनशी संपर्क साधावा असे आवाहन करण्यात आले आहे.

डॉ. अश्विनकुमार भारद्वाज, डॉ. मृणाल भारद्वाज, प्रमोद वाघ, सोनल पवार, शरद सावळकर, उमेश गिरणारकर ही तज्ज्ञ मंडळी येणाऱ्या फोनच्या माध्यमातून समुपदेशन करीत आहेत. समुपदेशनासाठी ९४२३९७७७३९ या क्रमांकावर संपर्क साधावा असे आवाहन करण्यात आले आहे.

लोकमत

बालपण होतंय गुन्हेगारीमुक्त

यंदा केवळ ६५ गुन्ह्यांत बालके : गतवर्षाच्या तुलनेत ७९ बालगुन्हे घटले

कायदा काय सांगतो..?

१८ वर्षांखालील मुलांवर दाखल गुन्हे

कुटुंबातील व्यक्तींच्या हिंसक वागण्याचाही परिणाम

Hello Nashik
Page No. 3 Dec 27, 2020
Powered by: erelego.com

लोकमत

कोरोनाला आम्ही घाबरणारे नाही; आत्महत्या घटल्या

चालू वर्षी प्रमाण कमी : मागील वर्षी कोरोनाकाळात ९८ घटना

लोकमत न्यूज नेटवर्क

संकट माझ्या एकट्यावर नाही...

'त्या' घटनेने सारेच हळहळले

- डॉ. मृणाल भारद्वाज, मानसोपचारतज्ज्ञ

Hello Nashik
Page No. 3 Apr 30, 2021
Powered by: erelego.com

Counseling for school children on Stress Management, Akole Nagar District

Academic year 2018-2019

Academic year 2017-2018

Contribution by writing article on Psycho Social Issue (EQ)

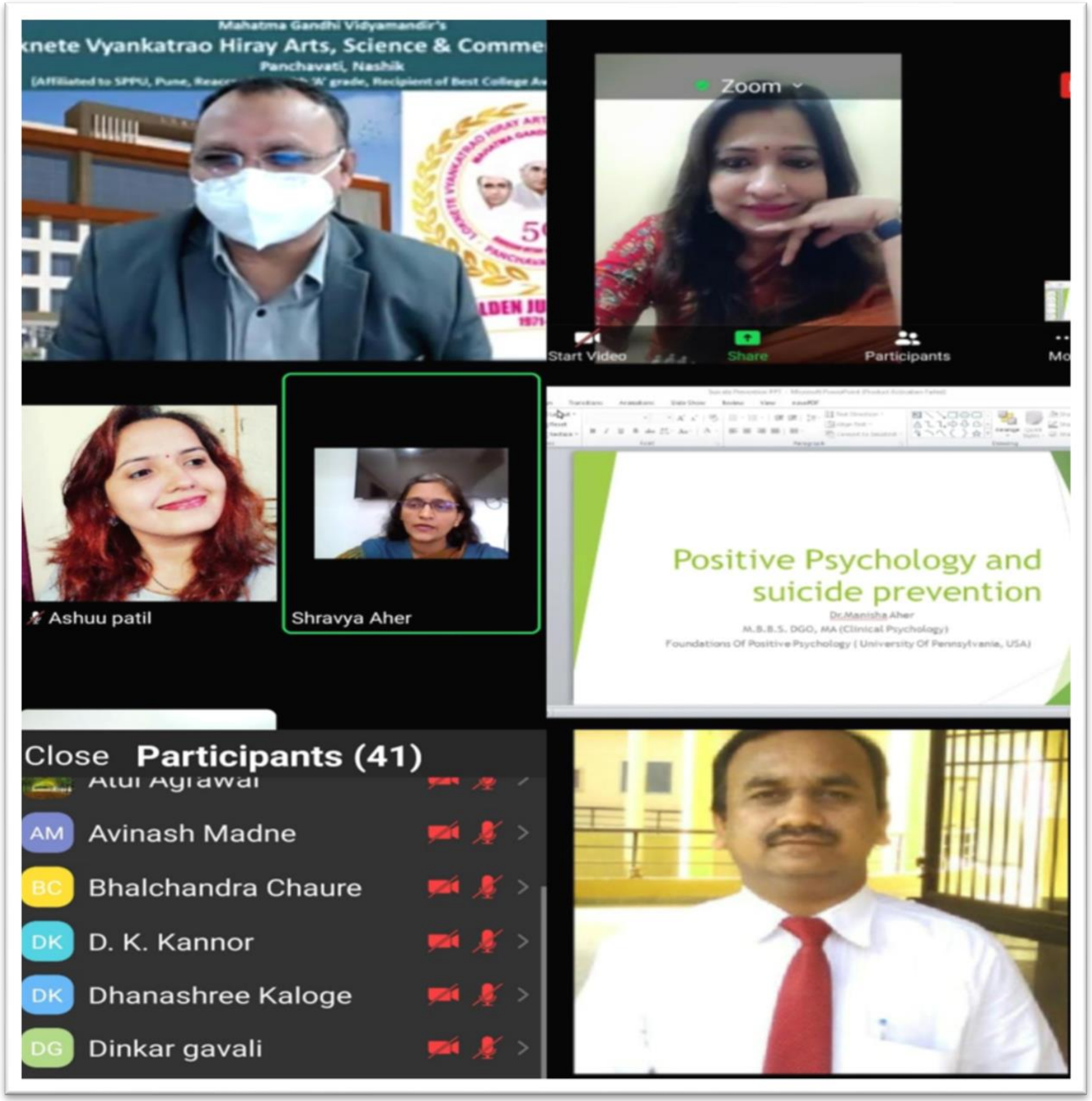
'आयक्यू' सोबतच 'इक्यू' देखील मोलाचा

- डॉ. मृणाल भारद्वाज, उपप्राचार्या, पंचवटी कॉलेज

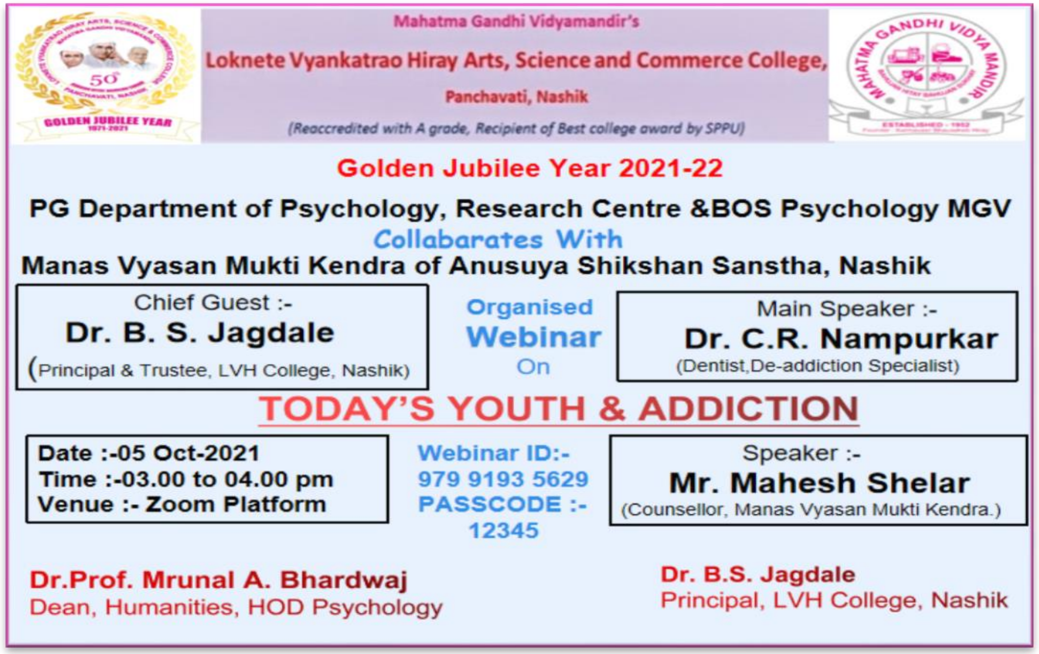
Counseling session for physical directors of Nasik District organised by Nasik District sports Director office, Govt. of India on 10th March 2018

Academic year 2017-2018

State level Webinar on Suicide Prevention and Intervention

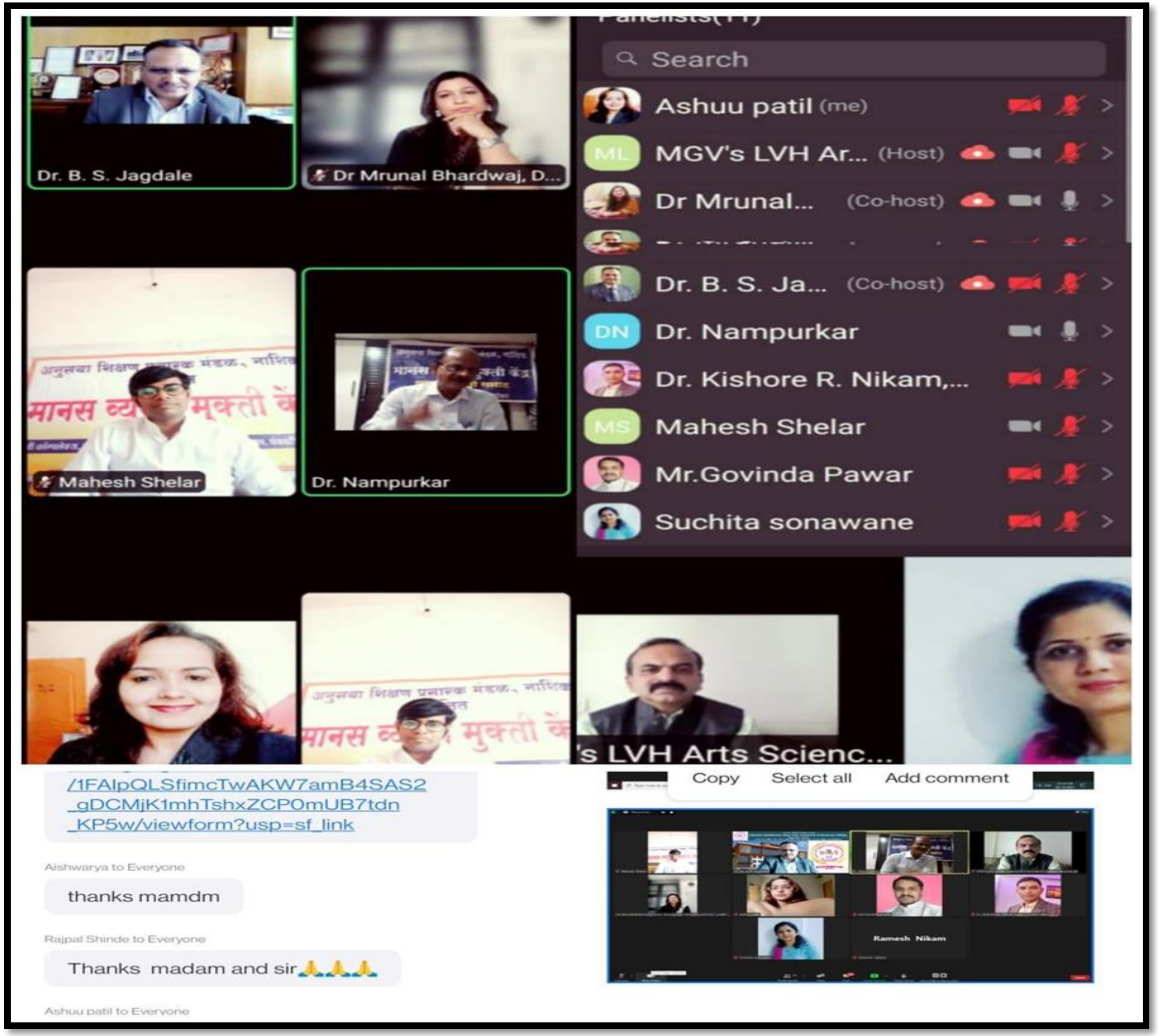


State level Webinar on Today's Youth and Addiction

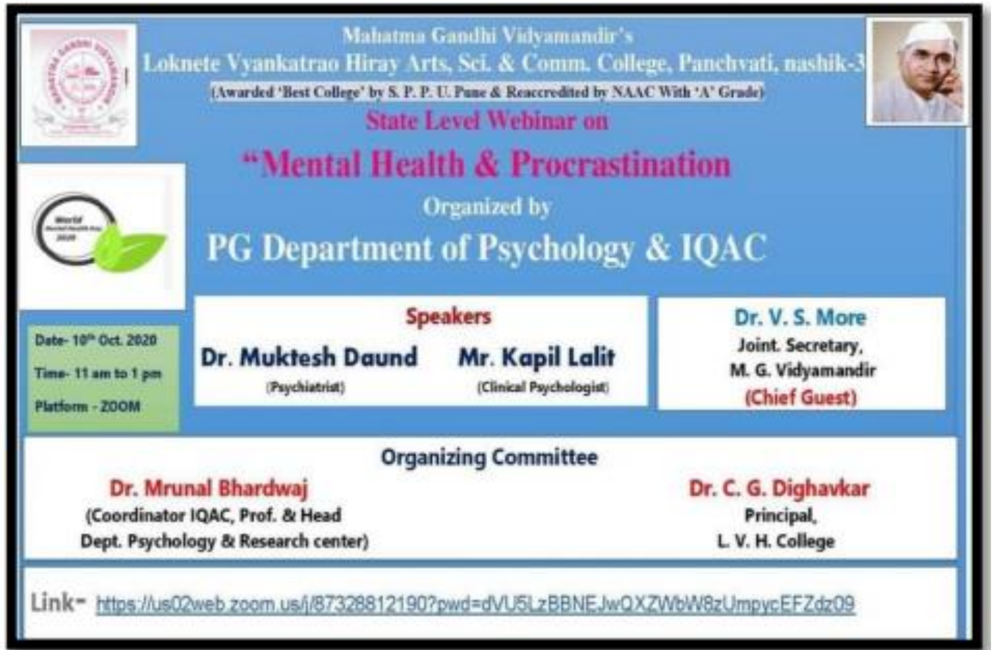


Mahatma Gandhi Vidyamandir's
Loknete Vyankatrao Hiray Arts, Science and Commerce College,
Panchavati, Nashik-422003
Department of Psychology, Board of Students' Development and
Anusaya Shikshan Prasarak Mandal Jointly Organized
A Special Lecture on
Today's Youth and Addiction
Certificate
This is to certify that,
Mrs./Miss/Mr./Dr. Ashwini Gunwant patil.
of, L.V.H.hire college . Nashik
has actively participated in a Special Lecture on "Today's Youth and Addiction" on 5th October, 2021.
We wish her/him best wishes for future.

Dr.Rakesh Patil (Coordinator) | Dr. C.R. Nampurkar (Co-Convener) | Dr.Mrunal Bhardwaj (Convener) | Dr.B.S.Jagdale (Principal) | Dr.Yogita A. Hiray. (Chairperson,CDC)



State level webinar on Mental Health and Procrastination on the occasion of World Mental Health Day (10th Oct 2020)



हिरे महाविद्यालयात मानसिक आरोग्यदिनी राष्ट्रीय वेबिनार

नाशिक : प्रतिनिधी

लोकनेते व्यंकटराव हिरे महाविद्यालयाचा मानसशास्त्र विभाग आणि आय.क्यू.एसी. यांच्या संयुक्त विद्यमाने जागतिक मानसिक आरोग्य दिनानिमित्त राष्ट्रीय पातळीवरील ऑनलाइन वेबिनार घेण्यात आला. 'कोविड-१९ दरम्यान व नंतर मानसिक आरोग्य आणि आरोग्याची चालढकल' या विषयावर तज्ज्ञांनी यावेळी मार्गदर्शन केले.

वेबिनारचे उद्घाटन संस्थेचे सहसचिव डॉ. व्ही. एस. मोरे यांच्या हस्ते करण्यात आले. क्रीडा अधिकारी रवींद्र नाईक प्रमुख पाहुणे म्हणून उपस्थित होते. डॉ. मोरे म्हणाले की, मानसिक आरोग्याशी संघर्ष आहे त्यापरिस्थितीमध्ये टिकून राहण्याची शिकवण देतो. मानसिक आजारापासून दूर रहा ,आनंदी रहा असे सांगून वेबिनारला शुभेच्छा दिल्या. तसेच महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. चंद्रकांत दिघावकर यांनी महाविद्यालयाच्या विकासाबाबत माहिती देत वेबिनारला शुभेच्छा दिल्या. राष्ट्रीय व आंतरराष्ट्रीय पातळीवरील कामगिरीविषयी व मानसशास्त्र विभागाच्या पी. एचडी. व एम.फील. केंद्राविषयी माहिती दिली.

'वेबिनारची गरज व विषयाचे महत्त्व' या विषयावर मानसशास्त्राच्या विभागप्रमुख व आय.क्यू.सी.च्या समन्वयक डॉ. मृणाल भारद्वाज यांनी विशद करून व्याख्यात्यांचा परिचय करून दिला. वेबिनारचे मार्गदर्शक मनोचिकित्सक डॉ. मुक्तेश दौंड यांनी आज मानसिक आरोग्याबद्दल नागरिक जागरूक नसल्याचे दिसून येते व काही जणांच्या मते ही चांगली गोष्ट असल्याचे समजले जाते. दौंड यांनी मानसिक आरोग्याच्या सर्व पैलूंना स्पर्श करीत मार्गदर्शन केले. या नंतर क्लिनिकल मानसशास्त्रज्ञ डॉ. कपिल ललित यांनीही मानसिक आरोग्याकर विद्यार्थी व प्राध्यापकांनी आरोग्याविषयी चालढकल करू नये, असे आवाहन केले. सूत्रसंचालन प्रमोद वाघ यांनी केले. प्रा. मृणाल भारद्वाज यांनी आभार मानले. वेबिनारमध्ये १५० प्राध्यापक, विद्यार्थी, मानसशास्त्रज्ञ, व खेळाडू सहभागी झाले होते. मानसिक आरोग्याबद्दल वेबिनार असल्याने सर्वांनाच त्याबद्दल उत्कंठा लागली होती.

National Webinar on Mental health and physical fitness during & after Covid 19 pandemic (26th Sep, 2020)

हिरे महाविद्यालयात वेबिनार

मानसिक स्वास्थ्य व शारीरिक सुदृढता या विषयावर मंथन

State level webinar on the occasion of 'World Suicide Prevention Day' on 10th of September 2020

आत्महत्या प्रतिबंधावर संवाद

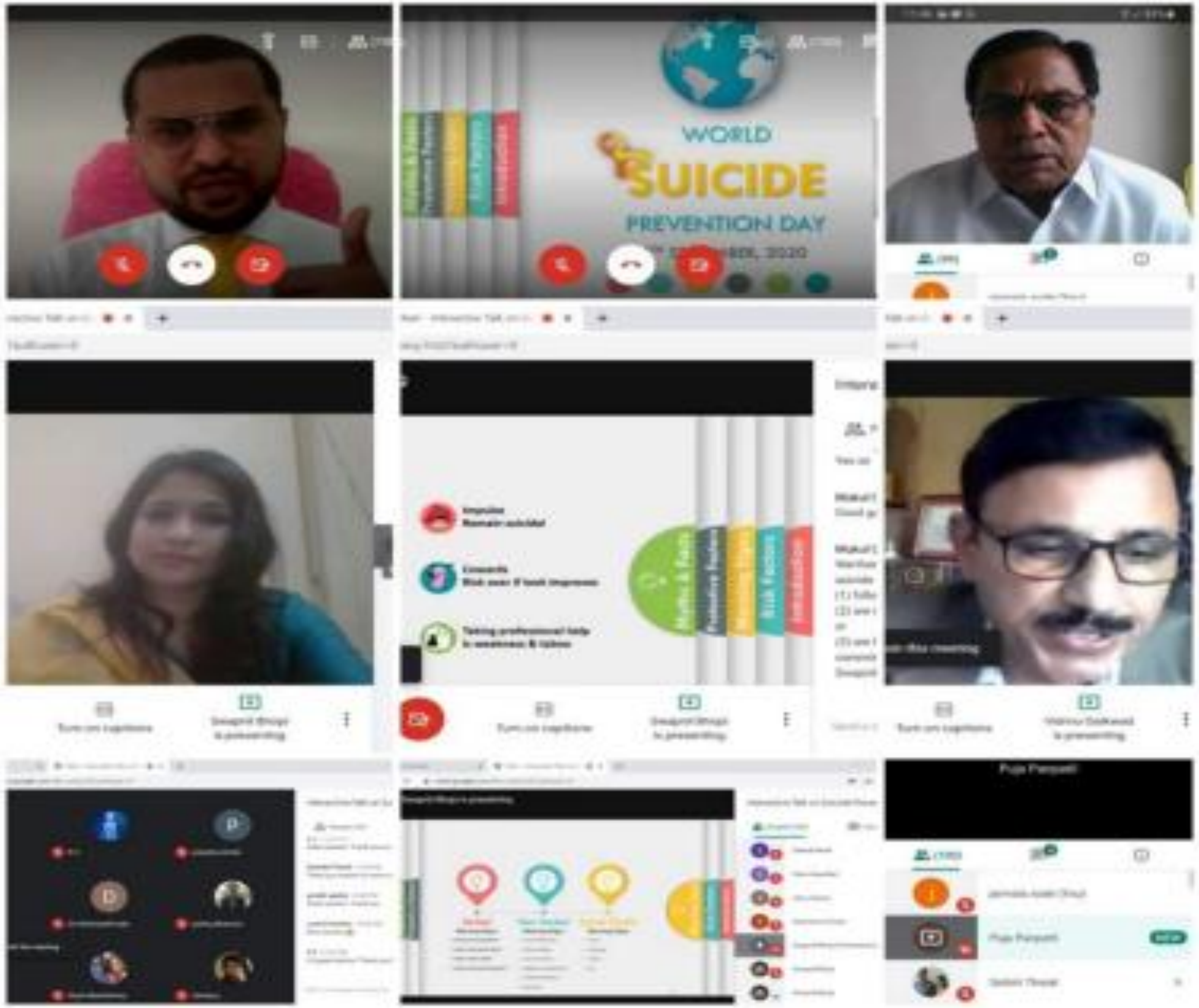
हिरे महाविद्यालयात मानसशास्त्र विभागातर्फे वेबिनार

म. टा. वृत्तसेवा, पंचवटी

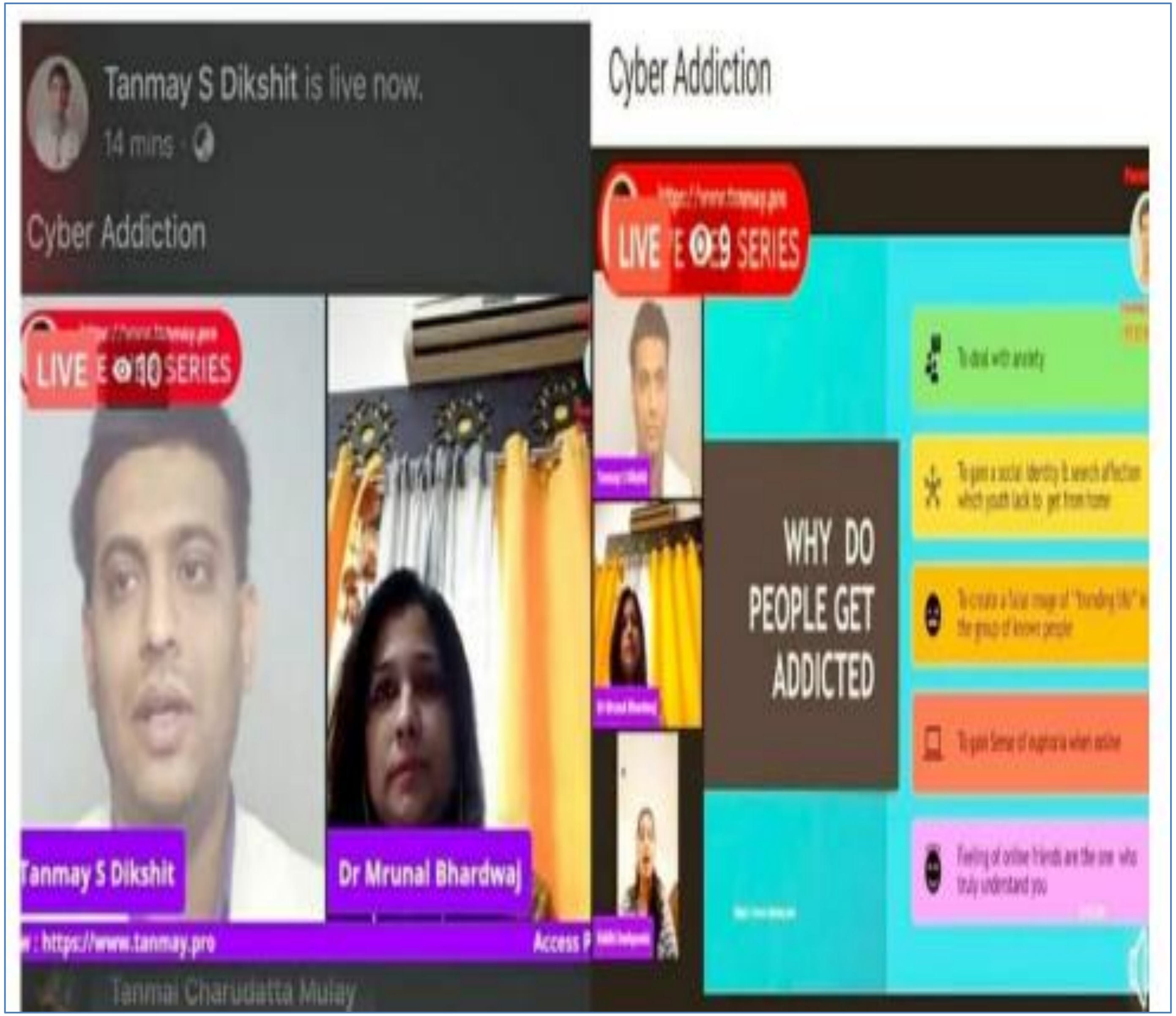
लोकनेते व्यंकटराव हिरे कला, विज्ञान आणि वाणिज्य महाविद्यालयातील पीजी मानसशास्त्र विभागाच्या संशोधन केंद्र आणि 'आयक्यूएसी'च्या वतीने 'जागतिक आत्महत्या प्रतिबंधदिन' या विषयावर ऑनलाइन राज्यस्तरीय वेबिनार घेण्यात आला. त्यात आत्महत्या प्रतिबंधावर संवादपर चर्चा झाली.

महात्मा गांधी विद्यामंदिरचे सहसचिव डॉ. व्ही. एस. मोरे, एल. व्ही. एच. पंचवटी महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ. सी. जी. दिघावकर, विभागप्रमुख आणि आयक्यूएसी समन्वयक डॉ. एम. ए. भारद्वाज आणि क्लिनिकल मानसशास्त्रज्ञ स्वप्निल भोपी उपस्थित होते. प्रमुख वक्ते स्वप्निल भोपी यांनी आत्महत्या करण्याच्या प्रवृत्तींची लक्षणे, कारणे, प्रतिबंध आणि सामान्य उपचारांविषयी उपस्थितांचे प्रबोधन केले. त्यांनी या क्षेत्रात काम करताना आलेले अनुभव सांगितले.

चर्चेदरम्यान सोशल मीडियाची भूमिका, पालकत्व, स्पर्धा, साथीचे रोग, कार्य संस्कृती या आत्महत्येसंदर्भातील बाबींवर विचार व्यक्त केले. संवादात्मक प्रश्नोत्तरे सत्राने वेबिनारचा समारोप झाला. मानसशास्त्रज्ञ विभागप्रमुख डॉ. मृणाल भारद्वाज यांनी प्रास्ताविकात आत्महत्या प्रतिबंधदिनाचे महत्त्व सांगितले. डॉ. योगेश वानखेडे यांनी आभार मानले. महाविद्यालयाचे वरिष्ठ प्राध्यापक डॉ एन. बी. पवार, प्रा. डॉ. के. एच. कपाडणीस, डॉ. किशोर निकम, डॉ. एस. बी. शिसोदे, डॉ संतोष पवार आदी सहभागी झाले.



Interactive session on cyber addiction on 23rd May 2020



Radio talk on Applications of Psychology and need of counseling