

**Shrikrishnadas Jajoo Grameen Seva Mahavidyalaya,
Pipri-Wardha**

Activity : Career Guidance & counselling Cell .
Activity Report

Date :

Name of activity	मीनासक समुपदेशन
Date of activity	२७ जुलै २०२१ - (२०२१-२०२२)
No. of Students participated	३७
Faculty members	प्रा. डॉ. राजकुमार मूर्ति.
Brief report	<p>महात्मा जयानंद विद्यालयाच्या मानसिक समस्यांचा शोध घेण्यासाठी दि. २७ जुलै २०२१ रोजी, दुरुसूपीवाट माहिती गॅलरी ३७ मध्ये विद्यार्थ्यांची माहिती गॅलरी कक्षात कार्य विरलक्षण करण्यात आले. ज्या विद्यार्थ्यांना ताण मिती घेता तेराथ निरुत्साह जावेवीर इ. समस्या जाणून घेतामारीत घेता त्यात जात करणाऱ्यांही विविध उपरावता कार्यदिशने करण्यात आले. याच प्रसंगी जायदा रुमक विद्यार्थ्यांना सामाजिक चर्चेतून घेता सांगितले</p> <p style="text-align: right;">B. moon (B.K. moon)</p>

श्रीकृष्णदास जाजू शैक्षणिक सेवा महाविद्यालय,



स्थापना १५ जुलै १९६१

पिंपरी, वर्धा - ४४२ ००१

संलग्न : राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज नागपूर विद्यापीठ, नागपूर

बँक द्वारा मान्यता 'अ' श्रेणी

सांकेतिक क्र. :

वर्षिक महा. : ८०९

कनिष्ठ महा. : ०९.०१.००४

जावक क्र. श्रीजाप्रासेम/

दिनांक : २० जुलै २०१९-२२

सूचना

२०१९-२३

सर्व विद्यार्थ्यांना सूचित करण्यात येते की, २०-२२ वी नॉन होमाच्या विविध स्पर्धापरीक्षा विषयी माहिती होण्यासाठी महाविद्यालयाने 'कारिअर गायडन्स व कोन्सिलींग कक्ष' वार्षिक आहे. त्याचा आपण लाभ घ्यावा. सोबतच ताण, त्रिती, चिंता, नेराश्य, निराकार, मोषीया इ. समस्यांबाबतही मानसिक समुपदेशन केले जाते. म्हणून सर्वांनी याची नोंद घेवून डॉ. राजकुमार मूण यांचशी संपर्क साधावा.

(Rm000)
 डॉ. राजकुमार मूण
 समन्वयक

(Signature)
 प्राचार्य,
 श्रीकृष्णदास जाजू
 शैक्षणिक सेवा महाविद्यालय
 पिंपरी, (वर्धा)

BACRS)-I

BACRS)-II - *(Signature)*

BACRS) III

शिक्षा मंडळ, वर्धा द्वारा संचालित,
श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी - वर्धा
“विद्यार्थी समुपदेशन केंद्र”

समुपदेशक - प्रा. राजकुमार मून

२०२१-२०२२

मानसिक आरोग्य चाचणी

सूचना - १) फक्त टीक करा. २) आवश्यक तेथे पूर्ण सुस्पष्ट माहिती लिहा.

अ) कौटुंबिक माहिती

१) संपूर्ण नांव - अर्जुन संतोषराव उडव

वर्ग -

२) कुटुंबातील सदस्य - अ) आई ब) वडील क) भाऊ ड) बहिण

३) कौटुंबिक संबंध -

अ) आई-वडील संवाद : चांगला आहे थोडा चांगला सतत भांडण
 ब) आई, भाऊ व बहिण संवाद : चांगला आहे थोडा चांगला सतत मतभेद
 क) भाऊ-बहिण संवाद : चांगला आहे थोडा चांगला सतत भांडण
 ड) वडील-मूले मुली संवाद : चांगला असतो सतत वादविवाद कधी-कधी विवाद
 इ) घरातील वातावरण : नेहमी आनंददायी चांगले नसते कधी-कधी चांगले

ब) मानसिक घटक

४) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?

१) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटते ३) इच्छा होत नाही
 ४) आनंद वाटत नाही ५) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो

५) आपणांस खालीलपैकी कशाची भिती वाटते?

१) परीक्षेत नापास होण्याची २) अभ्यास करण्याची
 ३) रोगाची भिती ४) अंधाराची भिती
 ५) भविष्याबद्दलची भिती ६) उंच जागा ७) अकारण भिती
 ८) लोकांत मिसळण्याची

६) झोपे संबंधी काही अडचणी

१) उत्तम झोप येते २) उशिरा झोप येते ३) झोपमोड होते
 ४) अर्धवट झोप ५) झोप गेल्यानंतरही फ्रेश न वाटणे

७) नैराश्याबाबत

१) अनाहुत भिती वाटणे २) भविष्याबद्दलची चिंता सतावणे
 ३) मित्र-समाजात मिसळणे जमत नाही ४) भिती वाटते
 ५) निर्णय घेणे जमत नाही ६) छातीत धडधड होते
 ७) शरीर ताणल्यासारखे वाटते ८) जिवण जगावेसे वाटत नाही
 ९) आत्महत्तेचे विचार येतात

(Bmoan)
(Dr R.K. Moan)
मंगळपूर



Principal
Shrikrishnadas Jajou
Grameen Seva Mahavidyalaya
PIPRI (WARDHA)

कृ.मा.प.

८) आपणांस एखाद्या प्रश्नाबद्दल सतत काळजी वाटत राहते.

१) होय २) नाही

काळजी वाटत असल्यास, कारणे कोणती - १)

९) आपल्या मनाची एकाग्रता अकारण भंग होते काय?

१) होय २) नाही

होत असल्यास कोणते कारण **माझ्या मनास अल्प विचार घुमव करीत उच्चवर्ती अनेकदा पाहिले राहिले**

१०) एखाद्या ठोस कारणाशिवाय दुःखी होता काय?

१) होय २) नाही

११) आपणांस शुल्लक कारणावरून प्रचंड राग येतो, चिडचिड होते

१) होय २) नाही

१२) बदलत्या परिस्थितीनुसार आपण स्वतःचे विचार व आचरण यात बदल घडवून आणता येतात?

१) होय २) नाही

१३) आपण सतत दुःखात राहाता काय?

१) होय २) नाही

१४) आपणांस कमीपणाची (न्युनगंड) भावना वाटते काय? १) होय २) नाही

वाटल्यास कशाबद्दलचा न्युनगंड वाटतो १)

२)

१५) मनात सतत जाईट नकारात्मक विचार येतात काय?

१) होय २) नाही

१६) माझेच म्हणणे खरे आहे इतरांचे म्हणणे खोटे आहे असे सतत वाटत राहते काय?

१) होय २) नाही

१७) आपले मन-मनशांत, स्थिर, समाधानी, आनंदी ठेवता येते काय?

१) होय २) नाही कधी-कधी

१८) स्वतःच्या धर्म-जाती शिवाय इतरांबद्दलची भूमिका -

१) सकारात्मक २) नकारात्मक ३) सांगता येत नाही

१९) स्वतःच्या भविष्याकडे बघण्याचा दृष्टीकोण कसा आहे?

१) उत्तम आशावादी २) चांगला ३) नकारात्मक

४) सांगता येत नाही

२०) आपल्याकडे कौटूंबिक, सामाजिक, आर्थिक जबाबदाऱ्या सोपविल्यास -----

१) पूर्ण कार्यक्षमतेने पार पाडेल

२) ते शक्य होणार नाही

३) आवडत नाही/अत्मविश्वास वाटत नाही

२१) मुलांबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत नाही.

२२) मुलींबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत



शिक्षा मंडळ, वर्धा द्वारा संचालित,
श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी - वर्धा
“विद्यार्थी समुपदेशन केंद्र”

समुपदेशक - प्रा. राजकुमार मून

२०२१-२०२२

मानसिक आरोग्य चाचणी

सूचना - १) फक्त टीक करा. २) आवश्यक तेथे पूर्ण सुस्पष्ट माहिती लिहा.

अ) कौटुंबिक माहिती

१) संपूर्ण नांव - आझिनादिनाशाद संभावतः अनी वर्ग -
२) कुटुंबातील सदस्य - अ) आई ब) वडील क) भाऊ ड) बहिण

३) कौटुंबिक संबंध -

अ) आई-वडील संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ब) आई,भाऊ व बहिण संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत मतभेद	<input type="checkbox"/>
क) भाऊ-बहिण संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ड) वडील-मुले-मुली संवाद : चांगला असतो	<input checked="" type="checkbox"/>	सतत वादविवाद	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी विवाद	<input type="checkbox"/>
इ) घरातील वातावरण : नेहमी आनंददायी	<input checked="" type="checkbox"/>	चांगले नसते	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी चांगले	<input type="checkbox"/>

ब) मानसिक घटक

४) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?

१) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटते ३) इच्छा होत नाही
४) आनंद वाटत नाही ५) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो

५) आपणांस खालीलपैकी कशाची भीती वाटते?

१) परीक्षेत नापास होण्याची २) अभ्यास करण्याची
३) रोगाची भीती ४) अंधाराची भीती
५) भविष्याबद्दलची भीती ६) उंच जागा ७) अकारण भीती
८) लोकांत मिसळण्याची

६) झोपे संबंधी काही अडचणी

१) उत्तम झोप येते २) उशिरा झोप येते ३) झोपमोड होते
४) अर्धवट झोप ५) झोप गेल्यानंतरही फ्रेश न वाटणे

७) नैराश्याबाबत

१) अनाहुत भीती वाटणे २) भविष्याबद्दलची चिंता सतावणे
३) मित्र-समाजात मिसळणे जमत नाही ४) भीती वाटते
५) निर्णय घेणे जमत नाही ६) छातीत धडधड होते
७) शरीर ताणल्यासारखे वाटते ८) जिवण जगावेसे वाटत नाही
९) आत्महत्तेचे विचार येतात

कृ.मा.प.

८) आपणांस एखाद्या प्रश्नाबद्दल सतत काळजी वाटत राहते.

१) होय २) नाही

काळजी वाटत असल्यास, कारणे कोणती - १)

९) आपल्या मनाची एकाग्रता अकारण भंग होते काय?

१) होय २) नाही

होत असल्यास कोणते कारण -

१०) एखाद्या ठोस कारणाशिवाय दुःखी होता काय?

१) होय २) नाही

११) आपणांस शुल्लक कारणावरून प्रचंड राग येतो, चिडचिड होते

१) होय २) नाही

१२) बदलत्या परिस्थितीनुसार आपण स्वतःचे विचार व आचरण यात बदल घडवून आणता येतात?

१) होय २) नाही

१३) आपण सतत दुःखात राहाता काय?

१) होय २) नाही

१४) आपणांस कमीपणाची (न्युनगंड) भावना वाटते काय? १) होय २) नाही

वाटल्यास कशाबद्दलचा न्युनगंड वाटतो १)

२)

१५) मनात सतत जाईट नकारात्मक विचार येतात काय?

१) होय २) नाही

१६) माझेच म्हणणे खरे आहे इतरांचे म्हणणे खोटे आहे असे सतत वाटत राहते काय?

१) होय २) नाही

१७) आपले मन-मनशांत, स्थिर, समाधानी, आनंदी ठेवता येते काय?

१) होय २) नाही कधी-कधी

१८) स्वतःच्या धर्म-जाती शिवाय इतरांबद्दलची भूमिका -

१) सकारात्मक २) नकारात्मक ३) सांगता येत नाही

१९) स्वतःच्या भविष्याकडे बघण्याचा दृष्टीकोण कसा आहे?

१) उत्तम आशावादी २) चांगला ३) नकारात्मक

४) सांगता येत नाही

२०) आपल्याकडे कौटुंबिक, सामाजिक, आर्थिक जबाबदाऱ्या सोपविल्यास -----

१) पूर्ण कार्यक्षमतेने पार पाडेल

२) ते शक्य होणार नाही

३) आवडत नाही/अत्मविश्वास वाटत नाही

२१) मुलांबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट २) चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत नाही.

२२) मुलींबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट २) चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत

शिक्षा मंडळ, वर्धा द्वारा संचालित,
श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी - वर्धा
“विद्यार्थी समुपदेशन केंद्र”

समुपदेशक - प्रा. राजकुमार मून

२०२१-२०२२

मानसिक आरोग्य चाचणी

सूचना - १) फक्त टीक करा. २) आवश्यक तेथे पूर्ण सुस्पष्ट माहिती लिहा.

अ) कौटुंबिक माहिती

१) संपूर्ण नांव - पुनीक प्रविणराव भानसे

वर्ग - BA(RS) III

२) कुटुंबातील सदस्य - अ) आई ब) वडील क) भाऊ ड) बहिण

३) कौटुंबिक संबंध -

अ) आई-वडील संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ब) आई, भाऊ व बहिण संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत मतभेद	<input type="checkbox"/>
क) भाऊ-बहिण संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ड) वडील-मुले-मुली संवाद: चांगला असतो	<input checked="" type="checkbox"/>	सतत वादविवाद	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी विवाद	<input type="checkbox"/>
इ) घरातील वातावरण : नेहमी आनंददायी	<input checked="" type="checkbox"/>	चांगले नसते	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी चांगले	<input type="checkbox"/>

ब) मानसिक घटक

४) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?

१) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटते ३) इच्छा होत नाही

४) आनंद वाटत नाही ५) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो

५) आपणांस खालीलपैकी कशाची भीती वाटते?

१) परीक्षेत नापास होण्याची २) अभ्यास करण्याची
 ३) रोगाची भीती ४) अंधाराची भीती
 ५) भविष्याबद्दलची भीती ६) उंच जागा ७) अकारण भीती
 ८) लोकांत मिसळण्याची

६) झोपे संबंधी काही अडचणी

१) उत्तम झोप येते २) उशिरा झोप येते ३) झोपमोड होते

४) अर्धवट झोप ५) झोप गेल्यानंतरही फ्रेश न वाटणे

७) नैराश्याबाबत

१) अनाहृत भीती वाटणे २) भविष्याबद्दलची चिंता सतावणे
 ३) मित्र-समाजात मिसळणे जमत नाही ४) भीती वाटते
 ५) निर्णय घेणे जमत नाही ६) छातीत धडधड होते
 ७) शरीर ताणल्यासारखे वाटते ८) जिवण जगावेसे वाटत नाही
 ९) आत्महत्तेचे विचार येतात

Epilepsy

कृ.मा.प.

८) आपणांस एखाद्या प्रश्नाबद्दल सतत काळजी वाटत राहते.

१) होय २) नाही

काळजी वाटत असल्यास, कारणे कोणती - १) ...

९) आपल्या मनाची एकाग्रता अकारण भंग होते काय?

१) होय २) नाही

होत असल्यास कोणते कारण -

१०) एखाद्या ठोस कारणाशिवाय दुःखी होता काय?

१) होय २) नाही

११) आपणांस शुल्लक कारणावरून प्रचंड राग येतो, चिडचिड होते

१) होय २) नाही

१२) बदलत्या परिस्थितीनुसार आपण स्वतःचे विचार व आचरण यात बदल घडवून आणता येतात?

१) होय २) नाही

१३) आपण सतत दुःखात राहाता काय?

१) होय २) नाही

१४) आपणांस कमीपणाची (न्युनगंड) भावना वाटते काय? १) होय २) नाही

वाटल्यास कशाबद्दलचा न्युनगंड वाटतो १) ...

२)

१५) मनात सतत वाईट नकारात्मक विचार येतात काय?

१) होय २) नाही

१६) माझेच म्हणणे खरे आहे इतरांचे म्हणणे खोटे आहे असे सतत वाटत राहते काय?

१) होय २) नाही

१७) आपले मन-मनशांत, स्थिर, समाधानी, आनंदी ठेवता येते काय?

१) होय २) नाही कधी-कधी

१८) स्वतःच्या धर्म-जाती शिवाय इतरांबद्दलची भूमिका -

१) सकारात्मक २) नकारात्मक ३) सांगता येत नाही

१९) स्वतःच्या भविष्याकडे बघण्याचा दृष्टीकोण कसा आहे?

१) उत्तम आशावादी २) चांगला ३) नकारात्मक

४) सांगता येत नाही

२०) आपल्याकडे कौटुंबिक, सामाजिक, आर्थिक जबाबदाऱ्या सोपविल्यास -----

१) पूर्ण कार्यक्षमतेने पार पाडेल

२) ते शक्य होणार नाही

३) आवडत नाही/अत्मविश्वास वाटत नाही

२१) मुलांबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट २) चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत नाही.

२२) मुलींबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट २) चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत नाही.

शिक्षा मंडळ, वर्धा द्वारा संचालित,
श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी - वर्धा
“विद्यार्थी समुपदेशन केंद्र”

समुपदेशक - प्रा. राजकुमार मून

२०२१-२०२२

मानसिक आरोग्य चाचणी

सूचना - १) फक्त टीक करा. २) आवश्यक तेथे पूर्ण सुस्पष्ट माहिती लिहा.

अ) कौटुंबिक माहिती

१) संपूर्ण नांव - अक्षय भगवानराव अवधके

वर्ग - १०

२) कुटुंबातील सदस्य - अ) आई ब) वडील क) भाऊ ड) बहिण

३) कौटुंबिक संबंध -

अ) आई-वडील संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ब) आई,भाऊ व बहिण संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत मतभेद	<input type="checkbox"/>
क) भाऊ-बहिण संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ड) वडील-मुले-मुली संवाद: चांगला असतो	<input checked="" type="checkbox"/>	सतत वादविवाद	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी विवाद	<input type="checkbox"/>
इ) घरातील वातावरण : नेहमी आनंददायी	<input checked="" type="checkbox"/>	चांगले नसते	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी चांगले	<input type="checkbox"/>

ब) मानसिक घटक

४) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?

१) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटते ३) इच्छा होत नाही

४) आनंद वाटत नाही ५) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो

५) आपणांस खालीलपैकी कशाची भीती वाटते?

१) परीक्षेत नापास होण्याची २) अभ्यास करण्याची

३) रोगाची भीती ४) अंधाराची भीती

५) भविष्याबद्दलची भीती ६) उंच जागा ७) अकारण भीती

८) लोकांत मिसळण्याची

६) झोपे संबंधी काही अडचणी

१) उत्तम झोप येते २) उशिरा झोप येते ३) झोपमोड होते

४) अर्धवट झोप ५) झोप गेल्यानंतरही फ्रेश न वाटणे

७) नैराश्याबाबत

१) अनाहुत भीती वाटणे २) भविष्याबद्दलची चिंता सतावणे

३) मित्र-समाजात मिसळणे जमत नाही ४) भीती वाटते

५) निर्णय घेणे जमत नाही ६) छातीत धडधड होते

७) शरीर ताणल्यासारखे वाटते ८) जिवण जगावेसे वाटत नाही

९) आत्महत्तेचे विचार येतात

कृ.मा.प.

शिक्षा मंडळ, वर्धा द्वारा संचालित,
श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी - वर्धा
“विद्यार्थी समुपदेशन केंद्र”

समुपदेशक - प्रा. राजकुमार मून

२०२१-२०२२

मानसिक आरोग्य चाचणी

सूचना - १) फक्त टीक करा. २) आवश्यक तेथे पूर्ण सुस्पष्ट माहिती लिहा.

अ) कौटुंबिक माहिती

१) संपूर्ण नांव - पवन राजेंद्रराव गायकवाड

वर्ग - बी.ए. (ग्रा.से) III

२) कुटुंबातील सदस्य - अ) आई ब) वडील क) भाऊ ड) बहिण

३) कौटुंबिक संबंध -

अ) आई-वडील संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ब) आई, भाऊ व बहिण संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत मतभेद	<input type="checkbox"/>
क) भाऊ-बहिण संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ड) वडील-मुले-मुली संवाद : चांगला असतो	<input checked="" type="checkbox"/>	सतत वादविवाद	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी विवाद	<input type="checkbox"/>
इ) घरातील वातावरण : नेहमी आनंददायी	<input checked="" type="checkbox"/>	चांगले नसते	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी चांगले	<input type="checkbox"/>

ब) मानसिक घटक

४) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?

१) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटते ३) इच्छा होत नाही

४) आनंद वाटत नाही ५) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो

५) आपणांस खालीलपैकी कशाची भिती वाटते?

- १) परीक्षेत नापास होण्याची २) अभ्यास करण्याची
 ३) रोगाची भिती ४) अंधाराची भिती
 ५) भविष्याबद्दलची भिती ६) उंच जागा ७) अकारण भिती
 ८) लोकांत मिसळण्याची

६) झोपे संबंधी काही अडचणी

१) उत्तम झोप येते २) उशिरा झोप येते ३) झोपमोड होते

४) अर्धवट झोप ५) झोप गेल्यानंतरही फ्रेश न वाटणे

७) नैराश्याबाबत

- १) अनाहुत भिती वाटणे २) भविष्याबद्दलची चिंता सतावणे
 ३) मित्र-समाजात मिसळणे जमत नाही ४) भिती वाटते
 ५) निर्णय घेणे जमत नाही ६) छातीत धडधड होते
 ७) शारीर ताणल्यासारखे वाटते ८) जिवण जगावेसे वाटत नाही
 ९) आत्महत्तेचे विचार येतात

कृ.मा.प.

८) आपणांस एखाद्या प्रश्नाबद्दल सतत काळजी वाटत राहते.

१) होय २) नाही

काळजी वाटत असल्यास, कारणे कोणती - १)

९) आपल्या मनाची एकाग्रता अकारण भंग होते काय?

१) होय २) नाही

होत असल्यास कोणते कारण -

१०) एखाद्या ठोस कारणाशिवाय दुःखी होता काय?

१) होय २) नाही

११) आपणांस शुल्लक कारणावरून प्रचंड राग येतो, चिडचिड होते

१) होय २) नाही

१२) बदलत्या परिस्थितीनुसार आपण स्वतःचे विचार व आचरण यात बदल घडवून आणता येतात?

१) होय २) नाही

१३) आपण सतत दुःखात राहाता काय?

१) होय २) नाही

१४) आपणांस कमीपणाची (न्युनगंड) भावना वाटते काय? १) होय २) नाही

वाटल्यास कशाबद्दलचा न्युनगंड वाटतो १)

२)

१५) मनात सतत वाईट नकारात्मक विचार येतात काय?

१) होय २) नाही

१६) माझेच म्हणणे खरे आहे इतरांचे म्हणणे खोटे आहे असे सतत वाटत राहते काय?

१) होय २) नाही

१७) आपले मन-मनशांत, स्थिर, समाधानी, आनंदी ठेवता येते काय?

१) होय २) नाही कधी-कधी

१८) स्वतःच्या धर्म-जाती शिवाय इतरांबद्दलची भूमिका -

१) सकारात्मक २) नकारात्मक ३) सांगता येत नाही

१९) स्वतःच्या भविष्याकडे बघण्याचा दृष्टीकोण कसा आहे?

१) उत्तम आशावादी २) चांगला ३) नकारात्मक

४) सांगता येत नाही

२०) आपल्याकडे कौटूंबिक, सामाजिक, आर्थिक जबाबदाऱ्या सोपविल्यास -----

१) पूर्ण कार्यक्षमतेने पार पाडेल

२) ते शक्य होणार नाही

३) आवडत नाही/अत्मविश्वास वाटत नाही

२१) मुलांबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट २) चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत नाही.

२२) मुलींबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट २) चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत

**Shrikrishnadas Jajoo Grameen Seva Mahavidyalaya,
Pipri-Wardha**

Activity : Career Guidance & counselling Cell.
Activity Report

Date :

Name of activity	हीनशिक संयुक्तेशन.
Date of activity	२५ जुलै २०१९ (२०१९-२०२०)
No. of Students participated	४२
Faculty members	प्रा. डॉ. रागकुमार मून.
Brief report	<p>विद्यार्थ्यांना मजालीक भावनेक प्रतांचा शोध घेऊन याच उपाय स्यावियासाठी दि. २५ जुलै २०१९ रोजी कठरावीहरा एकरुन हेर विद्यार्थ्यांकडून अडरुवत मकरुन संख्यात कामी कामी तीच विशेषकरुन करुवात येरुव उधा विद्यार्थ्यांचि लारु, भिती चिना उरुवत फोडीया, ननुवगंड सुसकरुवत कारुकरुवा थांन। प्रत्येक संयुक्तेशन करुवात येरुन मी याच भाग करुवासाठी विधीय कोरुवले। मंजे थांन। सांगरुवात कामी. तसुच वरुविल जाऊन यारु भाग</p>

करुवाचें माणसुवास्तुवांनी भोकरुवत विधीय पध्दती / उधा रासकरुन विद्यार्थ्यांकरुन स्याविलकरुवात कामी यारु विद्यार्थ्यांना रूय वाचरा सांगुवाचें थांन। कुरुकरुव सांगुविले.

(R. Moon)
(R. Moon)

विद्या मंदिर, चर्ची नगर, सांगली

श्रीकृष्णदास जाजू शार्मीण सेवा महाविद्यालय,



स्थापना १५ जुलै १९६१

पिपरी, चर्ची - ४४२ ००१

उत्पन्न : राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज नागपूर विद्यापीठ, नागपूर

बँक द्वारे मान्यता 'अ' श्रेणी

सांकेतिक क्र. :

चरित्र महा. : ८०९

कनिष्ठ महा. : ०७.०१.००४

जावक क्र. श्रीजाग्रासेम/

दिनांक : २५ जुलै १९-२०

२०१९-२०

सुचना

सर्व विद्यार्थ्यांना सूचित करण्यात येते की, महाविद्यालयात 'कारिकर मायडस डेट्स को-ऑपरेटिव्ह क्लब' वार्शियल असून विद्यार्थ्यांना विविध स्पर्धापरीक्षांकरिता संपूर्ण माहिती दिली जाते. सोबतच लागू, भिती, चिंता, नैराश्य, निद्रानाश, फोबीया इ. क्वचित विद्यार्थ्यांचे समुपदेशन करण्यात येते. विद्यार्थ्यांनी याक्वचित डॉ. राजकुमार मून यांचेशी संपर्क साधावा.

Bmoon

डॉ. राजकुमार मून,
संभव्यक

Shankar
प्रीतार्य
प्राचार्य,

श्रीकृष्णदास जाजू
शार्मीण सेवा महाविद्यालय
पिपरी, चर्ची

BACRS) - I

BACRS) - II

BACRS) - III Sh

दूरध्वनी - कार्यालय : ०७१५२ - २३०५९८/२३०५९० फॅक्स नं. : ०७१५२ - २३०५९८

Website : www.sjgsm.shikshamandal.org

Email : sjgs_pw@rediffmail.com

श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी वर्धा

समुपदेशक : राजकुमार मून, मो. ९१५८५५१११७

August

सूचना : (१) फक्त ✓ करा. (२) आवश्यक तेथे सुस्पष्ट माहिती लिहा.

(अ) कौटुंबिक माहिती :-

१. संपूर्ण नांव :- २५१११ डिप्लोमा रीट माजरेडे
२. कुटुंबातील सदस्य :- १) आई २) वडील ३) बहिण ४) भाऊ
३. कौटुंबिक सुसंवाद :-
- A) आई-वडील संवाद :- १) चांगला आहे २) थोडा चांगला ३) सतत भांडणे
- B) आई-बहिण-भाऊ संवाद :- १) चांगला आहे २) थोडा चांगला ३) सतत मतभेद
- C) वडील मुले-मुली संवाद :- १) चांगला आहे २) साधारण बरा ३) सतत संघर्ष
- D) भाऊ-बहिण संवाद :- १) खूप चांगला २) साधारण बरा ३) सतत भांडणे
- E) घरातील वातावरण :- १) नेहमी आनंददायी २) साधारण चांगले ३) कधीकधी चांगले ४) सतत भांडणे, दुःखद असते

मानसिक - भावनिक- शारिरीक घटक

- ४) आपण जिवनात काय बनायचे ठरविले आहे काय? (१) होय (२) नाही
- ५) आई-वडील इतरांसोबत करिअरबद्दल चर्चा करता काय? (१) होय (२) नाही
- ६) आपली मनातली आवड कोणती? (१) २५.१.११ नृत्य (२) फुटबॉल
- ७) आपल्या मनातील पुस्तके वाचनाबद्दलची भावना -
- १) पुस्तकांवर प्रेम करणं आवडत २) पुस्तकांच वाचन करणं आवडत
- ३) वाचन करतांना आनंद होतो ४) हुशार आहोत असं वाटतं
- ५) आई-वडीलांनी अन्य पुस्तके घेऊन वाचनाकरिता प्रेरित केले
- ८) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?
- १) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटतं ३) इच्छा होत नाही
- ४) आनंद वाटत नाही ५) अभ्यासावर लक्ष केंद्रीत होत नाही
- ६) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो
- ९) आपणांस खालीलपैकी कसे वाटते?
- १) परीक्षेत नापास होण्याची भिती २) रोगाची भिती ३) अभ्यासाची भिती
- ४) अंधाराची भिती ५) लोकांत मिसळण्याची भिती ६) कमीपणाची भावना
- ७) उंच जागेची भिती ८) भविष्याबद्दल चिंता ९) अकारण भिती
- १०) मरणाची भिती
- १०) झोपेसंबंधी काही अडचणी आहे काय?
- १) उत्तम झोप येते २) अर्धवट झोप येते ३) वारंवार झोपमोड होते
- ४) उशिरा झोप येते ५) झोपल्यावरही फ्रेश वाटत नाही

(BMD09)

(Dr. R.K. Mool)

११/११/१९



PRINCIPAL

Shrikrishnadas Jajoo
Gramin Seva Mahavidyalaya
PIPRI (WARDHA)

शिक्षा मंडळ

श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी वर्धा

समुपदेशक : राजकुमार मून, मो. ९१५८५५१९१७

42

सूचना : (१) फक्त ✓ करा. (२) आवश्यक तेथे सुस्पष्ट माहिती लिहा.

(अ) कौटुंबिक माहिती :-

१. संपूर्ण नांव :- पिपिणा विठ्ठलराव खुजूसी
२. कुटुंबातील सदस्य :- १) आई २) वडील ३) बहिण ४) भाऊ
३. कौटुंबिक सुसंवाद :-
- A) आई-वडील संवाद :- १) चांगला आहे २) थोडा चांगला ३) सतत भांडणे
- B) आई-बहिण-भाऊ संवाद :- १) चांगला आहे २) थोडा चांगला ३) सतत मतभेद
- C) वडील मुले-मुली संवाद :- १) चांगला आहे २) साधारण बरा ३) सतत संघर्ष
- D) भाऊ-बहिण संवाद :- १) खूप चांगला २) साधारण बरा ३) सतत भांडणे
- E) घरातील वातावरण :- १) नेहमी आनंददायी २) साधारण चांगले ३) कधीकधी चांगले ४) सतत भांडणे, दुःखद असते

मानसिक - भावनिक- शारिरीक घटक

- ४) आपण जिवनात काय बनायचे ठरविले आहे काय? (१) होय (२) नाही
- ५) आई-वडील इतरांसोबत करिअरबद्दल चर्चा करता काय? (१) होय (२) नाही
- ६) आपली मनातली आवड कोणती? (१) S-T मझामंडळ (२) खो-खो
- ७) आपल्या मनातील पुस्तके वाचनाबद्दलची भावना -
- १) पुस्तकांवर प्रेम करणं आवडत २) पुस्तकांच वाचन करणं आवडत
- ३) वाचन करतांना आनंद होतो ४) हुशार आहोत असं वाटतं
- ५) आई-वडीलांनी अन्य पुस्तके घेऊन वाचनाकरिता प्रेरित केले
- ८) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?
- १) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटतं ३) इच्छा होत नाही
- ४) आनंद वाटत नाही ५) अभ्यासावर लक्ष केंद्रीत होत नाही
- ६) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो
- ९) आपणांस खालीलपैकी कसे वाटते?
- १) परीक्षेत नापास होण्याची भिती २) रोगाची भिती ३) अभ्यासाची भिती
- ४) अंधाराची भिती ५) लोकांत मिसळण्याची भिती ६) कमीपणाची भावना
- ७) उंच जागची भिती ८) भविष्याबद्दल चिंता ९) अकारण भिती
- १०) मरणाची भिती
- १०) झोपेसंबंधी काही अडचणी आहे काय?
- १) उत्तम झोप येते २) अर्धवट झोप येते ३) वारंवार झोपमोड होते
- ४) उशिरा झोप येते ५) झोप गेल्यावरही फ्रेश वाटत नाही

११) आपणांस खालीलपैकी कशाचा त्रास होतो?

- १) अनाहुत भिती वाटते २) मित्र -समाजात मिसळणे जमत नाही
३) निर्णय घेणे जमत नाही ४) शरिर ताणल्यासारखे वाटते
५) छातीत धडधड होते ६) जीवन जगावेसे वाटत नाही
७) आत्महत्तेचे सतत विचार मनात येतात ८) एकांतवास प्रिय वाटतो

१२) आपल्या मनातील भावनांबाबत -

- १) नकारात्मक विचारांचा उद्रेक होतो, वारंवार येतात २) प्रचंड क्रोध, राग येतो
३) चिडचिड हांते ४) मूड लवकर बदलतो ५) भयानक स्वप्न पडतात
६) निर्णय घेणे जमत नाही ७) मन एकाग्र करणे कठीण जाते

१३) आपणांस एकाद्या प्रश्नाबद्दल सतत काळजी वाटत राहते काय?

- १) होय २) नाही असल्यास प्रश्न कोणता? मी पुढे जाणार की नाही?

१४) आपल्या मनाची एकाग्रता अकारण भंग होते काय?

- १) होय २) नाही

१५) एकाद्या ठास कारणाशिवाय दुःखी होता काय?

- १) होय २) नाही असल्यास कारण -----

१६) आपणांस शुल्लक कारणावरून प्रचंड क्रोध, राग, चिडचिड होते काय?

- १) होय २) नाही

१७) बदलत्या परिस्थितीनुसार आपणांस स्वतःचे विचार व आचरण यात बदल घडवून आणता येतात काय?

- १) होय २) नाही

१८) आपण सतत दुःखात राहता काय?

- १) होय २) नाही असल्यास कारण -----

१९) आपणांस न्यूनगंड (कमीपणाची भावना) वाटते काय?

- १) होय २) नाही न्यूनगंड/कमीपणा कशाबाबत वाटतो -----

२०) माझेच म्हणणे खरे, इतरांचे म्हणणे खोटेच आहे, असे सतत वाटत राहते काय?

- १) होय २) नाही

२१) आपले मान शांत, स्थिर, समाधानी, आनंदी ठेवता येते काय?

- १) होय २) नाही ३) कधी कधी

२२) स्वतःच्या जाती धर्माशिवाय इतरांबद्दलची भूमिका कशी आहे?

- १) सकारात्मक/चांगली २) नकारात्मक (वाईट) ३) सांगता येत नाही
४) काही वाईट/चांगली (मिश्र स्वरूपाची)

२३) आपल्याकडे कौटुंबिक-सामाजिक-आर्थिक जबाबदाऱ्या सोपविल्यास काय कराल?

- १) पूर्ण कार्यक्षमतेने पार पाडील २) शक्य होणार नाही
३) पार पाडण्याचा प्रयत्न करेल ४) आत्मविश्वास वाटत नाही

Always be Positive

धन्यवाद!

श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय



स्थापना १५ जुलै १९६१

पिपरी, वर्धा - ४४२ ००१

संलग्न : राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज नागपूर विद्यापीठ, नागपूर

नेक द्वारा पुनर्मानांकित 'अ' श्रेणी

सांकेतिक क्र.

वरिष्ठ महा. : ८०९

कनिष्ठ महा. : ०७.०९.००४

जावक क्र. श्रीजाग्रासेम / _____

दिनांक 39 जुलै 2021
2021-22

सूचना

महाविद्यालयातील सर्व विद्यार्थ्यांना सूचित करण्यात येते की; महाविद्यालयाने 'करिअर मागडन्स' आणि 'मानसिक समुपदेशन कक्ष' अखून यात १२ वी नंतरच्या विविध स्पर्धापरीक्षाबद्दल माहिती देण्यात येत आहे. सोबतच साठा, भिती, चिंता, नेराश्या, निद्रानाश, भावानेक असंतुलन, वाढत उघेत साठविलेले केल्या जाईल यासंदर्भात विद्यार्थ्यांनी प्रा. राजकुमार मून यांचेशी संपर्क साधावा.

सहस्रक
(Broom)

Shrikrishnadas Jaju
प्रचारक
PRINCIPAL

Shrikrishnadas Jaju
Gramin Seva Mahavidyalaya
PIPARI (WARDHA)

- ३१ विज्ञान *Shamendra*
३२ विज्ञान *Shamendra*
३१ कला *Shamendra*
३२ कला *Shamendra*
३१ एमसीएससी. *Shamendra*
३२ एमसीएससी. *Shamendra*
बी.ए. (आसे) भाग-१ *Shamendra*
बी.ए. (आसे) भाग-२ *Shamendra*
बी.ए. (आसे) भाग-३ *Shamendra*

**Shrikrishnadas Jajoo Grameen Seva Mahavidyalaya,
Pipri-Wardha**

Activity : Career Guidance & Counselling cell
Activity Report

Date :

Name of activity	हीनासिक समुपदेशन
Date of activity	39 जुलै 2018 (2018-2019)
No. of Students participated	46
Faculty members	प्रा.डा. राजकुमार मून.
Brief report	<p>विद्यार्थ्यांमध्ये लागू मिती जिमा नेरायण निहालभा, मयुजागड, OCD, PTSD, प्रेमभंग (भावनात्मक असंतुलन) इ. मानसिक प्रश्न असतात. त्यांचे निरसन करण्यासाठी प्रकृत व्यक्तींसाठी दि 39 जुलै 2018 रोजी 46 विद्यार्थ्यांमध्ये कडुसूची असून संध्याकाळी 4:30 ते 6:30 पर्यंत विद्यार्थ्यांना प्रत्यक्ष भेटून झपाट्यात वचन संबंधीत प्रश्न/समस्या कळविल्या गेल्यात त्यांचे मानसिक प्रश्नांचे कारणे याची लक्षणे सारखे पध्दती, त्रिगंड सांगण्यात आली त्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या विचा (कायदा) यात बदल झाल्याचे लक्षात आले जसून कळविले आहे</p>

(R. K. Moon)
(Dr. R. K. Moon)

शिक्षा मंडळ

श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी वर्धा

समुपदेशक : राजकुमार मून, मो. ९१५८५५१९१७

सूचना : (१) फक्त ✓ करा (२) आवश्यक तेथे सुस्पष्ट माहिती लिहा.

(अ) कौटुंबिक माहिती :-

१. संपूर्ण नांव :- दिपाली जनेश्वराव जेदार
२. कुटुंबातील सदस्य :- १) आई ब) वडील क) बहिण ड) भाऊ
३. कौटुंबिक सुसंवाद :-
- A) आई-वडील संवाद :- १) चांगला आहे २) थोडा चांगला ३) सतत भांडणे
- B) आई-बहिण-भाऊ संवाद :- १) चांगला आहे २) थोडा चांगला ३) सतत मतभेद
- C) वडील मुले-मुली संवाद :- १) चांगला आहे २) साधारण बरा ३) सतत संघर्ष
- D) भाऊ-बहिण संवाद :- १) खूप चांगला २) साधारण बरा ३) सतत भांडणे
- E) घरातील वातावरण :- १) नेहमी आनंददायी २) साधारण चांगले ३) कधीकधी चांगले ४) सतत भांडणे, दुःखद असते

मानसिक - भावनिक- शारिरीक घटक

- ४) आपण जिवनात काय बनायचे ठरविले आहे काय? (१) होय (२) नाही
- ५) आई-वडील इतरांसोबत करिअरबद्दल चर्चा करता काय? (१) होय (२) नाही
- ६) आपली मनातली आवड कोणती? (१) वाचनाची (२) खेळाची
- ७) आपल्या मनातील पुस्तके वाचनाबद्दलची भावना -
- १) पुस्तकांवर प्रेम करणं आवडत २) पुस्तकांच वाचन करणं आवडत
- ३) वाचन करतांना आनंद होतो ४) हुशार आहोत असं वाटतं
- ५) आई-वडीलांनी अन्य पुस्तके घेऊन वाचनाकरिता प्रेरित केले
- ८) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?
- १) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटतं ३) इच्छा होत नाही
- ४) आनंद वाटत नाही ५) अभ्यासावर लक्ष केंद्रीत होत नाही
- ६) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो
- ९) आपणांस खालीलपैकी कसे वाटते?
- १) परीक्षेत नापास होण्याची भिती २) रोगाची भिती ३) अभ्यासाची भिती
- ४) अंधाराची भिती ५) लोकांत मिसळण्याची भिती ६) कमीपणाची भावना
- ७) उंच जागंची भिती ८) भविष्याबद्दल चिंता ९) अकारण भिती
- १०) मरणाची भिती
- १०) झोपेसंबंध काही अडचणी आहे काय?
- १) उत्तम झोप येते २) खूपच झोप येते ३) वारंवार झोपमोड होते
- ४) उशिरा झोप येते ५) झोपल्यावरही फ्रेश वाटत नाही

(Ramesh)
(Dr. R. K. Moon)
K. M. V. D.



PRINCIPAL
Shrikrishnadas Jajoo
Gramoon Seva Mahavidyalaya
PIPARI (WARDHA)

११) आपणांस खालीलपैकी कशाचा त्रास होतो?

- १) अनाहृत भिती वाटते २) मित्र -समाजात मिसळणे जमत नाही
३) निर्णय घेणे जमत नाही ४) शरीर ताणल्यासारखे वाटते
५) छातीत धडधड होते ६) जीवन जगावेसे वाटत नाही
७) आत्महत्तेचे सतत विचार मनात येतात ८) एकांतवास प्रिय वाटतो

१२) आपल्या मनातील भावनांबाबत -

- १) नकारात्मक विचारांचा उद्रेक होतो, वारंवार येतात २) प्रचंड क्रोध, राग येतो
३) चिडचिड होते ४) मूड लवकर बदलतो ५) भयानक स्वप्न पडतात
६) निर्णय घेणे जमत नाही ७) मन एकाग्र करणे कठीण जाते

१३) आपणांस एकाद्या प्रश्नाबद्दल सतत काळजी वाटत राहते काय?

- १) होय २) नाही असल्यास प्रश्न कोणता?-----

१४) आपल्या मनाची एकाग्रता अकारण भंग होते काय?

- १) होय २) नाही

१५) एकाद्या ठांस कारणाशिवाय दुःखी होता काय?

- १) होय २) नाही असल्यास कारणे -----

१६) आपणांस शुल्लक कारणावरून प्रचंड क्रोध, राग, चिडचिड होते काय?

- १) होय २) नाही

१७) बदलत्या परिस्थितीनुसार आपणांस स्वतःचे विचार व आचरण यात बदल घडवून आणता येतात काय?

- १) होय २) नाही

१८) आपण सतत दुःखात राहता काय?

- १) होय २) नाही असल्यास कारणे -----

१९) आपणांस न्युनगंड (कमीपणाची भावना) वाटते काय?

- १) होय २) नाही न्युनगंड/कमीपणा कशाबाबत वाटतो -----

२०) माझेच म्हणणे खरे, इतरांचे म्हणणे खोटेच आहे, असे सतत वाटत राहते काय?

- १) होय २) नाही

२१) आपले मान शांत, स्थिर, समाधानी, आनंदी ठेवता येते काय?

- १) होय २) नाही ३) कधी कधी

२२) स्वतःच्या जाती धर्माशिवाय इतरांबद्दलची भूमिका कशी आहे?

- १) सकारात्मक/चांगली २) नकारात्मक (वाईट) ३) सांगता येत नाही
४) काही वाईट/चांगली (मिश्र स्वरूपाची)

२३) आपल्याकडे कौटुंबिक-सामाजिक-आर्थिक जबाबदाऱ्या सोपविल्यास काय कराल?

- १) पूर्ण कार्यक्षमतेने पार पाडील २) शक्य होण्यास नाही
३) पार पाडण्याचा प्रयत्न करेल ४) आत्मविश्वास वाटत नाही

Always be Positive

धन्यवाद!

शिक्षा मंडळ

श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी वर्धा

समुपदेशक : राजकुमार मून, मो. ९१५८५५१९१७

सूचना : (१) फक्त ✓ करा. (२) आवश्यक तेथे सुस्पष्ट माहिती लिहा.

(अ) कौटुंबिक माहिती :-

१. संपूर्ण नांव :- पूजा मोहनराव शंकरपुरे
२. कुटुंबातील सदस्य :- १) आई व) वडील क) बाहण ड) भाऊ
३. कौटुंबिक सुसंवाद :-
- A) आई-वडील संवाद :- १) चांगला आहे २) थोडा चांगला ३) सतत भांडणे
- B) आई-बाहण-भाऊ संवाद :- १) चांगला आहे २) थोडा चांगला ३) सतत मतभेद
- C) वडील मुले-मुली संवाद :- १) चांगला आहे २) साधारण बरा ३) सतत संघर्ष
- D) भाऊ-बाहण संवाद :- १) खूप चांगला २) साधारण बरा ३) सतत भांडणे
- E) घरातील वातावरण :- १) नेहमी आनंददायी २) साधारण चांगले ३) कधीकधी चांगले ४) सतत भांडणे, दुःखद असते

मानसिक - भावनिक- शारिरीक घटक

- ४) आपण जिजनात काय बनायचे ठरविले आहे काय? (१) होय (२) नाही
- ५) आई-वडील इतरांसोबत करिअरबद्दल चर्चा करता काय? (१) होय (२) नाही
- ६) आपली मनातली आवड कोणती? (१) ~~जन्म जन्म खेळाची~~ (२) ~~खेळाची~~
- ७) आपल्या मनातील पुस्तके वाचनाबद्दलची भावना --
- १) पुस्तकांवर प्रेम करणं आवडत २) पुस्तकांच वाचन करणं आवडत
- ३) वाचन करतांना आनंद होतो ४) हुशार आहोत असं वाटतं
- ५) आई-वडीलांनी अन्य पुस्तके घेऊन वाचनाकरिता प्रेरित केले
- ८) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?
- १) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटतं ३) इच्छा होत नाही
- ४) आनंद वाटत नाही ५) अभ्यासावर लक्ष केंद्रीत होत नाही
- ६) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो
- ९) आपणांस खालीलपैकी कसे वाटते?
- १) परीक्षेत नापास होण्याची भिती २) रोगाची भिती ३) अभ्यासाची भिती
- ४) अंधाराची भिती ५) लोकांत मिसळण्याची भिती ६) कमीपणाची भावना
- ७) उंच जागची भिती ८) भविष्याबद्दल चिंता ९) अकारण भिती
- १०) मरणाची भिती
- १०) झोपेसंबंध काही अडचणी आहे काय?
- १) उत्तम झोप येते २) अर्धवट झोप येते ३) वारंवार झोपमोड होतो
- ४) उशिरा झोप येते ५) झोप गेल्यावरही फ्रेश वाटत नाही

११) आपणांस खालीलपैकी कशाचा त्रास होतो ?

- १) अनाहुत भिती वाटते २) मित्र -समाजात मिसळणे जमत नाही
३) निर्णय घेणे जमत नाही ४) शरीर ताणल्यासारखे वाटते
५) छातीत धडधड होते ६) जीवन जगावेसे वाटत नाही
७) आत्महत्तेचे सतत विचार मनात येतात ८) एकांतवास प्रिय वाटतो

१२) आपल्या मनातील भावनांबाबत —

- १) नकारात्मक विचारांचा उद्रेक होतो, वारंवार येतात २) प्रचंड क्रोध, राग येतो
३) चिडचिड होतं ४) मूड लवकर बदलतो ५) भयानक स्वप्न पडतात
६) निर्णय घेणे जमत नाही ७) मन एकाग्र करणे कठीण जाते

१३) आपणांस एकाद्या प्रश्नाबद्दल सतत काळजी वाटत राहते काय ?

- १) होय २) नाही असल्यास प्रश्न कोणता ?-----

१४) आपल्या मनाची एकाग्रता अकारण भंग होते काय ?

- १) होय २) नाही

१५) एकाद्या ठोस कारणाशिवाय दुःखी होता काय ?

- १) होय २) नाही असल्यास कारणे -----

१६) आपणांस शुल्लक कारणावरून प्रचंड क्रोध, राग, चिडचिड होते काय ?

- १) होय २) नाही

१७) बदलत्या परिस्थितीनुसार आपणांस स्वतःचे विचार व आचरण यात बदल घडवून आणता येतात काय ?

- १) होय २) नाही

१८) आपण सतत दुःखात राहता काय ?

- १) होय २) नाही असल्यास कारण -----

१९) आपणांस न्यूनगंड (कमीपणाची भावना) वाटते काय ?

- १) होय २) नाही न्यूनगंड/कमीपणा कशाबाबत वाटतो -----

२०) माझेच म्हणणे खरे, इतरांचे म्हणणे खोटेच आहे, असे सतत वाटत राहते काय ?

- १) होय २) नाही

२१) आपले मान शांत, स्थिर, समाधानी, आनंदी ठेवता येते काय ?

- १) होय २) नाही ३) कधी कधी

२२) स्वतःच्या जाती धर्माशिवाय इतरांबद्दलची भूमिका कशी आहे ?

- १) सकारात्मक/चांगली २) नकारात्मक (वाईट) ३) सांगता येत नाही
४) काही वाईट/चांगली (मिश्र स्वरूपाची)

२३) आपल्याकडे कौटुंबिक-सामाजिक-आर्थिक जबाबदाऱ्या सोपविल्यास काय कराल ?

- १) पूर्ण कार्यक्षमतेने पार पाडील २) शक्य होणार नाही
३) पार पाडण्याचा प्रयत्न करेल ४) आत्मविश्वास वाटत नाही

Always be Positive

धन्यवाद !

**Shrikrishnadas Jajoo Grameen Seva Mahavidyalaya,
Pipri-Wardha**

Activity : Career Guidance & Counselling cell.
Activity Report

Date :

Name of activity	श्रीनासिक समुपदेशन
Date of activity	३० जुलै २०१७. (२०१७-२०१८)
No. of Students participated	६४
Faculty members	प्रा. डॉ. राजकुमार मून.
Brief report	<p>महाविद्यालयशास्त्रीय विद्यार्थ्यांमध्ये लागू भिन्नी, चिन्ता, नैराश्या, गुणगंड, झोसडी, PTTD, निदानासाठी, भावनिक अस्तेवुलन इ. या रोध घेवून उचित समुपदेशन करण्यासाठी ३० जुलै २०१७ ला आता-१ चा ६४ विद्यार्थ्यांकरिता अनुसूची अन्तर्गत घेवून कामी. कामी यांचे प्रेरणन करवून घेवून प्रत्यक्ष किंवा काल विद्यार्थ्यांना याच नियोजना ठेवण्यासाठी REBT, RBT, Logo therapy, Postive thinking इ. अन्तर्गत गादिरित करवून कामी. याच गुणांचे प्रश्न सुव्याप्त भवत कामी.</p>

B. moon

(Dr. R. K. moon)

श्रीनासिक समुपदेशन

श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय,



स्थापना १५ जुलै १९६९

पिपरी, वर्धा - ४४२ ००१

संलग्न : राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज नागपूर विद्यापीठ, नागपूर

बॅंक द्दारा मान्यंकित 'अ' श्रेणी

सांकेतिक क्र. :

परिष्ठ महा. : ८०९

कनिष्ठ महा. : ०७.०१.००४

जावक क्र. श्रीजाग्रसेम/ _____

दिनांक : १७ जुलै २०२७
२०१८-१८

सूचना

महाविद्यालयानील सर्व विद्यार्थ्यांना स्फुटित करण्यात येते की,
महाविद्यालयाने 'कारिअर गायडन्स अँड कौन्सिलिंग सेल' वार्यरत
असून यात ३०-३० वी नंतर असणाऱ्या विविध स्वर्धपरीक्षा याबाबत
माग्विरनि कोले जाते. तसेच विद्यार्थ्यांचे 'मानसिक समुपदेशन'
करण्यात येते. यासंदर्भाने आपणा समन्वयक डॉ. राजकुमार मून
यांचेशी संपर्क साधावा.

१७/०७/२०२७

डॉ. राजकुमार मून,
समन्वयक.

१७/०७/२०२७
श्रीकृष्णदास जाजू

ग्रामीण सेवा महाविद्यालय
पिपरी, वर्धा

१
२
३

Sample copies

२०१७-२०१८

शिक्षा मंडळ, वर्धा द्वारा संचालित,
श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी - वर्धा
“विद्यार्थी समुपदेशन केंद्र”

64
Students

समुपदेशक - प्रा. राजकुमार मून

मानसिक आरोग्य चाचणी

सूचना - १) फक्त टीक करा. २) आवश्यक तेथे पूर्ण सुस्पष्ट माहिती लिहा.

अ) कौटुंबिक माहिती

१) संपूर्ण नांव - कु. कांचन जभादिन फामतीडे

वर्ग -

२) कुटुंबातील सदस्य - अ) आई ब) वडोळ क) भाऊ ड) बहिण

३) कौटुंबिक संबंध -

अ) आई-वडोळ संवाद : चांगला आहे	<input type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input checked="" type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ब) आई,भाऊ व बहिण संवाद : चांगला आहे	<input type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत मतभेद	<input checked="" type="checkbox"/>
क) भाऊ-बहिण संवाद : चांगला आहे	<input type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input checked="" type="checkbox"/>
ड) वडोळ-मुले मूली संवाद: चांगला असतो	<input type="checkbox"/>	सतत वादविवाद	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी विवाद	<input checked="" type="checkbox"/>
इ) घरातील वातावरण : नेहमी आनंददायी	<input type="checkbox"/>	चांगले नसते	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी चांगले	<input checked="" type="checkbox"/>

ब) मानसिक घटक

४) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?

१) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटते ३) इच्छा होत नाही

४) आनंद वाटत नाही ५) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो

५) आपणांस खालीलपैकी कशाची भिती वाटते?

१) परीक्षेत नापास होण्याची २) अभ्यास करण्याची
३) रोगाची भिती ४) अंधाराची भिती
५) भविष्याबद्दलची भिती ६) उंच जागा ७) अकारण भिती
८) लोकांत मिसळण्याची

६) झोपे संबंधी काही अडचणी

१) उत्तम झोप येते २) उशिरा झोप येते ३) झोपमोड होते

४) अर्धवट झोप ५) झोप गेल्यानंतरही फ्रेश न वाटणे

नैराश्याबाबत

१) अनाहुत भिती वाटणे २) भविष्याबद्दलची चिंता सतावणे
३) मित्र-समाजात मिसळणे जमत नाही ४) भिती वाटते
५) शरीर ताणल्यासारखे वाटते ६) छातीत धडधड होते
७) प्रसंगाने विचार येतात ८) जिवण जगावेस वाटत नाही



Dr. R.K. Mohan
Shri is
Bhukar
dajman

ATR

Relaxation
Positive posture
Logo

Impression

कृ.मा.प.

[Signature]

PRINCIPAL

Shrikrishnadas Jajoo
Gramen Seva Mahavidyalaya
PIPRI (WARDHA)

८) आपणांस एखाद्या प्रश्नावदल सतत काळजी वाटत राहते.

१) होय २) नाही

काळजी वाटत असल्यास, कारणे कोणती -

१) मूखादी गोष्टी गोप्य संपली तरी तेच विचार मेळून अर्ध जेफ पुखले.

९) आपल्या मनाची एकाग्रता अकारण भंग होते काय?

१) होय २) नाही

होत असल्यास कोणते कारण -

१) एखाद्या गोष्टीचा स्वतः विचारणे

१०) एखाद्या ठोस कारणाशिवाय दुःखी होता काय?

१) होय २) नाही

११) आपणांस शुल्लक कारणावरून प्रचंड राग येतो, चिडचिड होते

१) होय २) नाही

१२) बदलत्या परिस्थितीनुसार आपण स्वतःचे विचार व आचरण यात बदल घडवून आणता येतात?

१) होय २) नाही

१३) आपण सतत दुःखात राहाता काय?

१) होय २) नाही

१४) आपणांस कमीपणाची (न्युनगंड) भावना वाटते काय? १) होय २) नाही

वाटल्यास कशाबद्दलचा न्युनगंड वाटतो

१) पुस्तकाचे विचारलेल्या किंवा सांगलेल्या
२) घडणांवर प्रतिउत्तर येता येत नाही.

१५) मनात सतत वाईट नकारात्मक विचार येतात काय?

१) होय २) नाही

१६) माझेच म्हणणे खरे आहे इतरांचे म्हणणे खोटे आहे असे सतत वाटत राहते काय?

१) होय २) नाही

१७) आपले मन-मनशांत, स्थिर, समाधानी, आनंदी ठेवता येते काय?

१) होय २) नाही कधी-कधी

१८) स्वतःच्या धर्म-जाती शिवाय इतरांबद्दलची भूमिका -

१) सकारात्मक २) नकारात्मक ३) सांगता येत नाही

१९) स्वतःच्या भविष्याकडे बघण्याचा दृष्टीकोण कसा आहे?

१) उत्तम आशावादी २) चांगला ३) नकारात्मक

४) सांगता येत नाही

२०) आपल्याकडे कौतूंबिक, सामाजिक, आर्थिक जबाबदाऱ्या सोपविल्यास -----

१) पूर्ण कार्यक्षमतेने पार पाडेल

२) ते शक्य होणार नाही

३) आचडत नाही/ अत्मविश्वास वाटत नाही

१) आत्मविश्वास वाहत नाही

२१) मुलांबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत नाही.

२२) मुलींबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत? १) वाईट चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत

वैचारी



शिक्षा मंडळ, वर्धा द्वारा संचालित,
श्रीकृष्णदास जाजू ग्रामीण सेवा महाविद्यालय, पिपरी - वर्धा
“विद्यार्थी समुपदेशन केंद्र”

समुपदेशक - प्रा. राजकुमार मून

मानसिक आरोग्य चाचणी

सूचना - १) फक्त टीक करा. २) आवश्यक तेथे पूर्ण सुस्पष्ट माहिती लिहा.

अ) कौटुंबिक माहिती

१) संपूर्ण नांव - शेजाली शेशराव कडे

वर्ग - BA(RS)I

२) कुटुंबातील सदस्य - अ) आई ब) वडील क) भाऊ ड) बहिण

३) कौटुंबिक संबंध -

अ) आई-वडील संवाद : चांगला आहे	<input type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input checked="" type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ब) आई,भाऊ व बहिण संवाद : चांगला आहे	<input checked="" type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input type="checkbox"/>	सतत मतभेद	<input type="checkbox"/>
क) भाऊ-बहिण संवाद : चांगला आहे	<input type="checkbox"/>	थोडा चांगला	<input checked="" type="checkbox"/>	सतत भांडण	<input type="checkbox"/>
ड) वडील-मुले-मुली संवाद: चांगला असतो	<input checked="" type="checkbox"/>	सतत वादविवाद	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी विवाद	<input type="checkbox"/>
इ) घरातील वातावरण : नेहमी आनंददायी	<input type="checkbox"/>	चांगले नसते	<input type="checkbox"/>	कधी-कधी चांगले	<input checked="" type="checkbox"/>

ब) मानसिक घटक

४) अभ्यास करतांना आपणांस कसे वाटते?

१) ताण येतो २) डोक जड-जड वाटते ३) इच्छा होत नाही
४) आनंद वाटत नाही ५) आनंदाने अभ्यास करावासा वाटतो

५) आपणांस खालीलपैकी कशाची भिती वाटते?

१) परीक्षेत नापास होण्याची २) अभ्यास करण्याची
३) रोगाची भिती ४) अधाराची भिती
५) भविष्याबद्दलची भिती ६) उंच जागा ७) अकारण भिती
८) लोकांत मिसळण्याची

६) झोपे संबंधी काही अडचणी

१) उत्तम झोप येते २) उशिरा झोप येते ३) झोपमोड होते
४) अर्धवट झोप ५) झोप गेल्यानंतरही फ्रेश न वाटणे

७) नैराश्याबाबत

१) अनाहुत भिती वाटणे २) भविष्याबद्दलची चिंता सतावणे
३) मित्र-समाजात मिसळणे जमत नाही ४) भिती वाटते
५) निर्णय घेणे जमत नाही ६) छातीत धडधड होते
७) शरीर ताणल्यासारखे वाटते ८) जिवण जगावेसे वाटत नाही
९) आत्महत्तेचे विचार येतात

ATR
o Sleep tempo
o Positive psycho
o RBT.

Om

कृ.मा.प.

८) आपणांस एखाद्या प्रश्नाबद्दल सतत काळजी वाटत राहते.

१) होय २) नाही

काळजी वाटत असल्यास, कारणे कोणती - १)

९) आपल्या मनाची एकाग्रता अकारण भंग होते काय ?

१) होय २) नाही

होत असल्यास कोणते कारण -

१०) एखाद्या ठोस कारणाशिवाय दुःखी होता काय ?

१) होय २) नाही

११) आपणांस शुल्लक कारणावरून प्रचंड राग येतो, चिडचिड होते

१) होय २) नाही

१२) बदलत्या परिस्थितीनुसार आपण स्वतःचे विचार व आचरण यात बदल घडवून आणता येतात ?

१) होय २) नाही

१३) आपण सतत दुःखात राहाता काय ?

१) होय २) नाही

१४) आपणांस कमीपणाची (न्युनगंड) भावना वाटते काय ? १) होय २) नाही

वाटल्यास कशाबद्दलचा न्युनगंड वाटतो १) अभ्यासाने

२)

१५) मनात सतत वाईट नकारात्मक विचार येतात काय ?

१) होय २) नाही

१६) माझेच म्हणणे खरे आहे इतरांचे म्हणणे खोटे आहे असे सतत वाटत राहते काय ?

१) होय २) नाही

१७) आपले मन-मनशांत, स्थिर, समाधानी, आनंदी ठेवता येते काय ?

१) होय २) नाही कधी-कधी

१८) स्वतःच्या धर्म-जाती शिवाय इतरांबद्दलची भूमिका -

१) सकारात्मक २) नकारात्मक ३) सांगता येत नाही

१९) स्वतःच्या भविष्याकडे बघण्याचा दृष्टीकोण कसा आहे ?

१) उत्तम आशावादी २) चांगला ३) नकारात्मक

४) सांगता येत नाही

२०) आपल्याकडे कौटुंबिक, सामाजिक, आर्थिक जबाबदाऱ्या सोपविल्यास -----

१) पूर्ण कार्यक्षमतेने पार पाडेल

२) ते शक्य होणार नाही

३) आवडत नाही/अत्मविश्वास वाटत नाही

२१) मुलांबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत ? १) वाईट २) चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत नाही.

२२) मुलींबद्दल आपल्या भावना कशा आहेत ? १) वाईट २) चांगल्या ३) संयमित ४) विवेकी ५) सांगता येत