

## मार्गदर्शन और परामर्श

व्यक्तिगत और सामाजिक विकास, विद्यालय मार्गदर्शन और परामर्श पाठ्यक्रम का एक अभिन्न अंग है। विद्यालयों में प्रभावी शिक्षण और अधिगम में मार्गदर्शन और परामर्श एक आवश्यक भूमिका निभाते हैं।

हमारे विद्यालय परामर्श विभाग का उद्देश्य है कि छात्र शैक्षणिक, व्यक्तिगत/सामाजिक और करियर में सफलता, और अपनी पूरी क्षमता तक पहुँचने के लिए स्वस्थ, जिम्मेदार, सक्षम और उत्पादक व्यक्ति के रूप में अपने जीवन को सफलतापूर्वक प्रबंधित कर सकें और उन्हें उनकी पूरी क्षमता तक सफलतापूर्वक पहुँचने में मदद करना है।

छात्र को स्वयं को समझने में मदद करने के लिए और अपने जीवन की स्थितियों से निपटने के लिए परामर्श सेवाएँ प्रदान की जाती हैं। सेवाएँ व्यक्तिगत रूप से और साथ ही समूह परामर्श सत्रों के माध्यम से प्रदान की जाती हैं। जिसके माध्यम से हमारे परामर्शदाता छात्रों के किसी भी शैक्षणिक मुद्दे, भावनात्मक संघर्ष, व्यक्तिगत और पारस्परिक समस्याओं को हल करने में मदद करते हैं। छात्रों को प्रभावी अध्ययन तकनीकों, प्राप्त करने योग्य लक्ष्य कैसे निर्धारित करें और उन्हें पूरा करने के लिए अपने प्रयासों को कैसे निर्देशित करें, और उनके सामने आने वाली कठिन और तनावपूर्ण स्थितियों से कैसे निपटें, इस पर भी मार्गदर्शन दिया जाता है।

छात्रों के लिए कक्षा मार्गदर्शन गतिविधियाँ और जीवन कौशल पाठ नियमित आधार पर किए जाते हैं। कक्षा की प्रस्तुतियों और पाठों के माध्यम से आत्म-जागरूकता, संचार कौशल, निर्णय लेने, क्रोध प्रबंधन और समय प्रबंधन कौशल विकसित किया जाता है। हमारी परामर्श सेवाओं का प्राथमिक उद्देश्य छात्रों को अपने साथियों के साथ अच्छे संबंध बनाना सीखना और प्रभावी व्यक्तिगत और सामाजिक कौशल विकसित करने में मदद करना है। हम उनकी समग्र सहायता के लिए उनके आत्मविश्वास के स्तर को बढ़ाने में उनकी मदद करते हैं।

यदि छात्र शैक्षणिक, व्यक्तिगत, सामाजिक या भावनात्मक संबंधित चुनौतियों से गुजरने के लिए समर्थन की तत्काल आवश्यकता महसूस करते हैं, तो छात्र सीधे काउंसलर को संपर्क कर सकते हैं। माता-पिता या तो सीधे स्कूल संपर्कों के माध्यम से काउंसलर की अतिरिक्त मदद ले सकते हैं या कक्षा शिक्षक के साथ अपनी चिंताओं को साझा कर सकते हैं, जो तब उन्हें काउंसलर की मदद लेने के लिए मार्गदर्शन करेंगे।

परामर्शदाता/काउंसलर द्वारा संबोधित कुछ क्षेत्र :

- स्कूल परामर्शदाता कक्षा मार्गदर्शन प्रदान करते हैं, छात्रों को आत्म-जागरूकता, आत्म-प्रबंधन, पारस्परिक कौशल, व्यवहार संबंधी अपेक्षाएँ सिखाते हैं।
- अध्ययन कौशल पर समूह परामर्श व्यक्तिपरक और मनोवैज्ञानिक कल्याण के लिए उन्हें सकारात्मक रूप से कैसे प्रबंधित किया जाए उस पर मार्गदर्शन प्रदान करते हैं।
- छात्रों को अधिक आत्मविश्वास और प्रभावशीलता के बारे में उनके तरीके को जानने में मदद करने के उद्देश्य से छात्रों को सशक्त बनाने और सुविधा प्रदान करने के उद्देश्य से जीवन कौशल प्रदान करना।

- छात्रों को यथार्थवादी शैक्षणिक और कैरियर के लक्ष्यों को निर्धारित करने और उन्हें प्राप्त करने के लिए एक योजना विकसित करने में मदद करना।
- ग्रेड 10 छात्रों को विषय विकल्पों के साथ मार्गदर्शन प्रदान करना और कुशल और पेशेवर कैरियर परामर्श प्रदान करके ग्रेड 11 और 12 के छात्रों की मदद करना।

इस विभाग का उद्देश्य न केवल विद्यालय के छात्रों को चुनौतियों से निपटकर उत्कृष्ट उपलब्धियाँ हासिल कराना और उनके व्यक्तित्व को निखारना है, बल्कि मानवीय मूल्यों के प्रति समझ और सम्मान के साथ अच्छे इंसान बनाना भी है।

## **Guidance and Counseling**

*Personal and social development is an integral part of the school guidance and counseling curriculum. Guidance and counseling play an essential role in effective teaching and learning in schools.*

*The purpose of our school counseling department is to enable students to successfully manage their lives as healthy, responsible, capable and productive individuals to achieve academic, personal/social and career success, and to reach their full potential. Counseling services are provided to help the student understand himself and deal with his life situations. Services are provided individually as well as through group counseling sessions. Our counselors help in solving any academic issues, emotional conflicts, personal and interpersonal problems of the students. Students are also given guidance on effective study techniques, how to set achievable goals and direct their efforts to accomplish them, and how to deal with difficult and stressful situations they encounter.*

*Classroom guidance activities and life skills lessons are conducted on regular basis for the students. Self-awareness, communication skills, decision making, anger management and time management skills are developed through classroom presentations and lessons. The primary objective of our counseling services is to help students learn to build good relationships with their peers and develop effective personal and social skills. We help them in increasing their confidence level to help them overall. If students feel in immediate need of support to overcome academic, personal, social or emotional related challenges, students can directly contact the counselor. Parents can either seek additional help from the counselor through direct school contacts or share their concerns with the class teacher, who will then guide them to seek help from the counselor.*

***Some areas addressed by the counselor:***

- *School counselors provide classroom guidance, teaching students self-awareness, self-management, interpersonal skills, behavioural expectations.*
- *Group counseling on study skills provides guidance on how to manage them positively for subjective and psychological well-being.*
- *To impart life skills aimed at empowering and facilitating students to learn their way to greater confidence and effectiveness.*

- *Helping students set realistic academic and career goals and develop a plan to achieve them.*
- *Providing guidance to Grade 10 students with subject choices and helping Grade 11 and 12 students by providing efficient and professional career counseling.*

*The objective of this department is not only to make the students of the school achieve outstanding achievements and enhance their personality by overcoming the challenges but also to make them good human beings with understanding and respect for human values.*