DEPARTMENT OF HUMAN DEVELOPMENT AND CHILDHOOD STUDIES

विभाग परिचय

मानव विकास एवं बाल्यावस्था अध्ययन विभाग (HDCS) एक सशक्त शैक्षणिक मंच है, जो जीवन-चक्र के सभी चरणों में मानव विकास, अधिगम और कल्याण के ज्ञान एवं व्यवहार को आगे बढ़ाने के लिए प्रतिबद्ध है। नई शिक्षा नीति 2020 के अनुरूप, विभाग बी.एससी. (पास) होम साइंस, बी.एससी. (ऑनर्स) होम साइंस प्रदान करता है, तथा इग्नू (IGNOU) दूरस्थ शिक्षा के माध्यम से दो वर्षीय एम.एससी. और एक वर्षीय परास्नातक डिप्लोमा इन काउंसलिंग एंड फैमिली थैरेपी का संचालन करता है। विभाग *आरंभ लर्निंग एंड डेवलपमेंट सेंटर* भी संचालित करता है, जो छोटे बच्चों के समग्र विकास को खेल-आधारित, विकासानुकूल अनुभवों के माध्यम से प्रोत्साहित करता है और डे-केयर, आफ्टर-स्कूल केयर तथा प्ले स्कूल जैसी सुविधाएँ प्रदान करता है। सभी कार्यक्रमों का पाठ्यक्रम जीवन-चक्र विकास में मज़बूत दक्षताएँ विकसित करने हेतु तैयार किया गया है—जिसमें प्रारंभिक बाल देखभाल और शिक्षा, किशोरावस्था विकास, वयस्कता एवं वृद्धावस्था, परिवार अध्ययन, सामुदायिक और सामाजिक विकास, तथा मानव विकास में शोध विधियाँ शामिल हैं। विभाग प्रशिक्षण, विशेषज्ञ व्याख्यान, क्षेत्रीय भ्रमण, इंटर्नशिप और कार्यशालाओं के माध्यम से अधिगम को और समृद्ध करता है।

शैक्षणिक वर्ष 2024–2025 में, विभाग ने छात्रों, संकाय सदस्यों और व्यापक समुदाय के लिए विविध गतिविधियाँ आयोजित कीं, जो पाँच मुख्य विषयों पर केंद्रित थीं—सामुदायिक जुड़ाव और सामाजिक उत्तरदायित्व; संज्ञानात्मक और जीवन कौशल संवर्धन; सृजनात्मक अभिव्यक्ति और अनुभवात्मक अधिगम; मानसिक स्वास्थ्य और समग्र कल्याण; तथा शैक्षणिक संवर्धन और शोध दृष्टिकोण। ये पहल विभाग की इस प्रतिबद्धता को दर्शाती हैं कि वह अकादमिक उत्कृष्टता, सामुदायिक भागीदारी और पेशेवर सहयोग को मिलाकर ऐसे पेशेवर तैयार करता है जो व्यक्तियों और समुदायों की बदलती आवश्यकताओं को पूरा कर सकें।

About the Department

The Department of Human Development and Childhood Studies (HDCS) is a dynamic academic space committed to advancing knowledge and practice in human development, learning and wellbeing across the lifespan. In line with NEP 2020, the department offers B.Sc. (Pass) Home Science, B.Sc. (Hons.) Home Science, and through IGNOU distance learning, a two-year M.Sc. and one-year PG Diploma in Counselling and Family Therapy. The department also operates the AARAMBH Learning and Development Centre, a vibrant space that nurtures the holistic growth of young children through play-rich, developmentally appropriate experiences by offering facilities for daycare, after school care and play school. The curriculum across all programmes is designed to build strong competencies in lifespan development—including early childhood care and education, adolescent development, adulthood and aging, and family studies—along with community and social development and research methods in human development. The department enriches learning through training, expert lectures, field visits, internships and workshops.

In the academic year 2024–2025, the department organized a wide range of activities for students, faculty, and the wider community, focusing on five core themes: *Community Connection and Social Responsibility; Cognitive and Life Skills Enhancement; Creative Expression and Experiential Learning; Mental Health and Holistic Wellbeing; and Academic Enrichment and Research Insight*. These initiatives show the department's commitment to blending academic rigor, community engagement, and professional collaboration to prepare professionals who meet the changing needs of individuals and communities.

Key Initiatives and Engagements (2024–2025)

Theme I -सामुदायिक जुड़ाव और सामाजिक उत्तरदायित्व
Community Connection and Social Responsibility

सामुदायिक पहुँच गतिविधियाँ और आयोजन

Community Outreach Activities and Events

अनुभवात्मक अधिगम और सामाजिक उत्तरदायित्व के प्रति अपनी प्रतिबद्धता के तहत, मानव विकास एवं बाल्यावस्था अध्ययन विभाग ने 14 बी.एससी. (ऑनर्स) छात्रों को *मोबाइल क्रेचेज़* द्वारा 16 फरवरी 2025 को त्यागराज स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स, नई दिल्ली में आयोजित वार्षिक खेल महोत्सव में स्वयंसेवा करने के लिए जोड़ा। इस आयोजन में दिल्ली भर से 6 से 12 वर्ष आयु वर्ग के 1,200 से अधिक बच्चों ने भाग लिया, साथ ही एचसीएल टेक, जामिया मिलिया इस्लामिया, इग्नू, शिवाजी कॉलेज और डेलॉइट सीएसआर के प्रतिभागी भी शामिल थे। विभिन्न खेल गतिविधियों में बच्चों का समन्वय और सहयोग करते हुए, छात्रों ने कार्यक्रम को सुचारु, समावेशी और आकर्षक बनाने में योगदान दिया और बाल सहभागिता एवं कार्यक्रम प्रबंधन का बहुमूल्य अनुभव प्राप्त किया।

As part of its commitment to experiential learning and social responsibility, the Department of Human Development and Childhood Studies engaged fourteen B.Sc. (Hons.) students in volunteering at the Annual Sports Meet organised by Mobile Creches at Thyagraj Sports Complex, New Delhi, on 16 February 2025. The event brought together over 1,200 children aged 6–12 from across Delhi, alongside participants from HCL Tech, Jamia Millia Islamia, IGNOU, Shivaji College, and Deloitte CSR. By coordinating and assisting children in various athletic activities, the students contributed to the smooth, inclusive, and engaging conduct of the event, gaining valuable hands-on experience in child engagement and event management.

ग्रीष्मकालीन शिविर 2025

आरंभ लर्निंग एंड डेवलपमेंट सेंटर के अंतर्गत 2025 में दो सप्ताह का ग्रीष्मकालीन शिविर आयोजित किया गया,

जिसमें बच्चों को एक थीम-आधारित वातावरण में जोड़ा गया, जो उनकी सृजनात्मकता, जिज्ञासा और भावनात्मक विकास को पोषित करता था। गतिविधियों में कला, कहानी-कथन, मूवमेंट, नाटक, विज्ञान प्रयोग और सर्कल ऑफ वंडर, क्राफ्टी क्रीचर्स, मिस्ट्री बैग मेकर्स और मिनी म्यूरल टाइम जैसे इंटरैक्टिव चैलेंज शामिल थे। मुख्य आकर्षणों में डिटेक्टिव रोल-प्ले, ग्रैटिट्यूड सर्कल, फैंटेसी ड्रामा और पुनर्चक्रित सामग्रियों से अभिनव परियोजनाएँ

शामिल थीं। लोकप्रिय ज्वालामुखी विस्फोट प्रयोग ने विज्ञान को हाथों-हाथ अनुभव के साथ जोड़ा। शिविर का समापन मेमोरी लेन मेज़, प्रतिभा प्रदर्शन और ग्लो डांस पार्टी के साथ हुआ, जिसमें बच्चों की उपलब्धियों का जश्न मनाया गया। इस शिविर ने भावनात्मक, संज्ञानात्मक, शारीरिक और सामाजिक विकास को प्रोत्साहित किया, जो विभाग की समग्र बाल विकास और संवर्धन के प्रति प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

Summer Camp 2025

A summer camp under the AARAMBH Learning and Development Centre was held in 2025 over two weeks, engaging children in a theme-based environment that nurtured creativity, curiosity, and emotional growth. Participants took part in activities such as art, storytelling, movement, drama, science experiments, and interactive challenges like Circle of Wonder, Crafty Creatures, Mystery Bag Makers, and Mini Mural Time. Highlights included detective role-play, gratitude circles, fantasy drama, and inventive projects using recycled materials. The popular Volcano Eruption experiment combined science with hands-on excitement. The camp concluded with a Memory Lane Maze, talent showcases, and a Glow Dance Party celebrating the children's achievements. Overall, it fostered emotional, cognitive, physical and social development, reflecting the department's commitment to holistic child growth and development.

Theme II - जीवन कौशल संवर्धन (Life Skills Enhancement)

व्यावसायिक पहचान, विकास और कार्य नैतिकता पर वेबिनार श्रृंखला

मानव विकास एवं बाल्यावस्था अध्ययन विभाग ने एमिनेंस प्लेसमेंट सेल के सहयोग से अक्टूबर–नवंबर 2024 में वर्किंग विद पीपल वैकल्पिक पाठ्यक्रम (VAC) में नामांकित छात्रों के लिए तीन सत्रों की प्रोफेशनल आइडेंटिटी एंड डेवलपमेंट श्रृंखला आयोजित की। इसे आईआरएमए (IRMA) के बिज़नेस डेवलपमेंट निदेशक श्री दुश्यंत मिश्रा ने संचालित किया। इसमें शामिल विषय थे—सोशल मीडिया पर प्रोफेशनल आइडेंटिटी, प्रोफेशनल एथिक्स एवं लिंक्डइन के माध्यम से पेशेवरों से जुड़ना, और फ़ोकस्ड रेज़्यूमे एप्रोच एवं कोल्ड ईमेल्स।

छात्रों ने व्यक्तिगत कहानी कहने, लिंक्डइन प्रोफ़ाइल निर्माण, रेज़्यूमे तैयार करने और पेशेवर आत्म-परिचय देने जैसे व्यावहारिक अभ्यास किए। चर्चाओं में प्रामाणिकता, शब्द और कर्म में सामंजस्य, पेशेवर जीवन में मूल्यों–नैतिकताओं का महत्व और सार्थक रिश्ते बनाने की आवश्यकता पर बल दिया गया। अंतिम सत्र में छात्रों को साक्ष्य-आधारित रेज़्यूमे और प्रभावी कोल्ड ईमेल तैयार करने की रणनीतियाँ सिखाई गईं, जिससे उनके पेशेवर आत्मविश्वास और कार्यस्थल की तैयारी में वृद्धि हुई।

Webinar Series on Professional Identity, Development and Work Ethics

The Department of Human Development and Childhood Studies, in collaboration with the Eminence Placement Cell, organized a three-part Professional Identity and Development series in October–November 2024 for VAC students enrolled in Working with People. Conducted by Mr. Dushyant Mishra, Director of Business Development, IRMA, the series comprised Professional Identity on Social Media, Professional Ethics and Approaching Professionals via LinkedIn, and Focused Resume Approach and Cold Emails. Students engaged in interactive tasks such as personal storytelling, LinkedIn profile creation, resume drafting, and practicing professional introductions. Discussions emphasized authenticity, consistency between words and actions, the importance of values, ethics, and

morals in professional life, and the need to build meaningful relationships rather than simply amassing connections. The final session equipped students with strategies for crafting focused, evidence-based resumes and impactful cold emails, fostering both professional confidence and readiness for diverse work environments.

संज्ञानात्मक बूटकैम्प (*आरंभ* और *परामर्श कॉग्निटिव इंटरवेंशन सेंटर* के सहयोग से)

शैक्षणिक सत्र 2024–2025 में कॉलेज छात्रों के लिए 50 घंटे का एक एड-ऑन प्रमाणपत्र कोर्स आयोजित किया गया। यह कोर्स *आरंभ* में डॉ. भावना नेगी के समन्वय में और आईएचई की पूर्व छात्रा व *परामर्श कॉग्निटिव इंटरवेंशन सेंटर* की निदेशक सुश्री मानसी नारंग के सहयोग से हुआ। *कॉग्निटिव बूटकैम्प – ट्रेनिंग द ट्रेनर्स* का उद्देश्य बच्चों की स्मृति, ध्यान और समस्या-समाधान कौशल को लक्षित, साक्ष्य-आधारित हस्तक्षेपों के माध्यम से बढ़ाना था। यह कार्यक्रम विभाग के उस लक्ष्य के अनुरूप है, जो समग्र विकास के लिए बुनियादी संज्ञानात्मक क्षमताओं को सशक्त बनाना चाहता है।

Cognitive Bootcamp (under AARAMBH in collaboration with Paramarsh Cognitive Intervention Centre)

In the academic session 2024–2025, an add on certificate course for 50 hours was organised for college students The course was coordinated by Dr. Bhavna Negi at AARAMBH in partnership with Ms. Mansi Narang, an IHE alumnus and director of the Paramarsh Cognitive Intervention Centre. The Cognitive Bootcamp, Training the trainers aimed to enhance children's memory, attention, and problem-solving skills through targeted, evidence-based interventions. This programme aligns with the department's objective of strengthening foundational cognitive abilities to support holistic developmental growth.

विवाद समाधान – छात्रों के लिए स्वस्थ विवाद समाधान कौशल

Conflict Resolution – Healthy Conflict Resolution Skills for Students

काउंसलिंग मनोवैज्ञानिक सुश्री सुनीता बाजाज ने VAC समूह– *एथिक्स एंड कल्चर* के लिए सत्र संचालित किए। इन सत्रों में प्रभावी संचार, सहानुभूति और भावनात्मक नियंत्रण के माध्यम से विवादों को सुलझाने की व्यावहारिक रणनीतियों पर ध्यान दिया गया। चर्चाओं, वास्तविक उदाहरणों और भूमिका-निभाने (रोल-प्ले) के ज़रिये छात्रों को सम्मानजनक और आत्मविश्वासपूर्ण तरीके से असहमतियों को सुलझाने का प्रशिक्षण दिया गया। प्रतिभागियों ने "मैं" कथन (*I Statements*) और सक्रिय सुनने जैसे उपकरणों को सकारात्मक और सहयोगी सहपाठी वातावरण बनाने में उपयोगी पाया।

Counselling psychologist Ms. Sunita Bajaj conducted sessions for the VAC group- Ethics and Culture. The sessions focused on practical strategies for managing conflicts through effective communication, empathy, and emotional regulation. Using discussions, real-life examples, and role-play, students were guided to resolve disagreements in a respectful and assertive manner. Participants found the tools—such as "I" statements and active listening—valuable for fostering a positive and supportive peer environment.

Theme III- सृजनात्मक अभिव्यक्ति और अनुभवात्मक अधिगम
Creative Expression and Experiential Learning

अकादमिक फेस्ट 2025: रचनात्मकता और अधिगम का उत्सव

19 मार्च 2025 को सुप्रसिद्ध लेखिका और फिल्म निर्माता सुश्री समीना मिश्रा द्वारा ए सीकिंग प्लेस: चिल्ड्रेन, स्टोरीज़ एंड द वर्ल्ड शीर्षक से एक संवादात्मक सत्र आयोजित किया गया। यह सत्र मानव विकास एवं बाल्यावस्था अध्ययन विभाग तथा कॉन्टेंट डेवलपमेंट एंड मीडिया फॉर चिल्ड्रेन पाठ्यक्रम में नामांकित अन्य विभागों के छात्रों द्वारा उत्साहपूर्वक अटेंड किया गया।सुश्री मिश्रा ने बच्चों की दृष्टि को आकार देने में कहानी कहने की भूमिका पर चर्चा की और बच्चों की किताबों में कल्पना व वास्तविकता के संतुलन पर बल दिया। उन्होंने बच्चों के साहित्य में भाषा, चित्रांकन, समावेशिता और प्रतिनिधित्व के महत्व को रेखांकित किया। सत्र का समापन प्रश्नोत्तर से हुआ, जिसमें उन्होंने छात्रों को जिज्ञासा बनाए रखने और नवीन कहानी कहने के तरीकों को अपनाने के लिए प्रेरित किया।

Academic Fest 2025: Celebrating Creativity and Learning

An interactive session titled *A Seeking Place: Children, Stories, and the World* was conducted by Ms. Samina Mishra, a renowned writer and filmmaker, on 19th March 2025. The session was attended by students from the Department of Human Development and Childhood Studies and other departments enrolled in the Skill Enhancement Course 'Content Development & Media for Children'. Ms. Mishra discussed the role of storytelling in shaping children's perspectives, emphasizing the balance between imagination and reality in writing children's books. She highlighted the importance of language, illustrations, inclusivity, and representation in children's literature. The session concluded with a Q&A segment, during which Ms. Mishra encouraged students to nurture curiosity and explore innovative storytelling methods.

ब्रिंगिंग स्टोरीज़ टू लाइफ़: बच्चों की सामग्री विकास में नाट्य कला का प्रयोग

29 मार्च 2025 को, लेडी इरविन कॉलेज की सेवानिवृत्त एसोसिएट प्रोफेसर और अज़ीम प्रेमजी विश्वविद्यालय की अतिथि प्राध्यापक डॉ. आशा सिंह ने *कॉन्टेंट डेवलपमेंट एंड मीडिया फॉर चिल्ड्रेन* पाठ्यक्रम के छात्रों के लिए एक विशेष सत्र का संचालन किया। इस सत्र में उन्होंने बताया कि नाटकीय कहानी-कथन, गति और संवाद कैसे भावनात्मक जुड़ाव और बच्चों की कल्पनाशक्ति को बढ़ावा देने में सहायक होते हैं। डॉ. सिंह ने नाट्य कला की भूमिका को केवल रचनात्मकता तक सीमित न रखते हुए इसे प्रारंभिक साक्षरता, पाठ्यक्रम डिजाइन और मीडिया प्रोग्रामिंग में एक प्रभावी शैक्षिक उपकरण के रूप में प्रस्तुत किया। उन्होंने प्रतिभागियों को नाट्य तकनीकों के व्यावहारिक उपयोग के माध्यम से कलात्मक और शैक्षिक मूल्य दोनों से युक्त बच्चों की सामग्री तैयार करने के तरीके बताए।

Bringing Stories to Life: Using Theatre in Children's Content Development

Dr. Asha Singh, Retired Associate Professor at Lady Irwin College and Visiting Faculty at Azim Premji University, conducted a focused session on 29th March 2025 for students of the SEC course *Content Development and Media for Children* on the application of theatre in children's content development. Hosted by the Department of Human Development and Childhood Studies, the session examined how performative storytelling, movement, and dialogue serve as effective pedagogical tools to enhance emotional engagement and imagination in young audiences. Emphasizing theatre's role beyond creativity, Dr. Singh highlighted its integration within early literacy, curriculum design, and media programming, underscoring its developmental relevance. The session offered participants practical insights into leveraging theatre techniques to enrich children's content with both artistic and educational value.

Theme IV- मानसिक स्वास्थ्य और समग्र कल्याण
Mental Health and Holistic Wellbeing

वॉइसेज़ (*मानस्थिति*)

विभाग की मानसिक स्वास्थ्य सोसाइटी *VOICES* ने 14 फरवरी 2025 को अपना वार्षिक उत्सव *मानस्थिति* आयोजित किया — जो भावनात्मक कल्याण, आत्म-अभिव्यक्ति और रचनात्मक उपचार पर केंद्रित था। इस कार्यक्रम में प्रतियोगिताएँ, कार्यशालाएँ और प्रस्तुतियाँ शामिल थीं, जिसमें विभिन्न विभागों और कॉलेजों के छात्रों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। फ़ोटोग्राफ़ी, नुक्कड़ नाटक और ओपन-माइक सत्र जैसी गतिविधियों ने एक ऐसा सुरक्षित और रचनात्मक मंच प्रदान किया जहाँ संवाद, आत्म-चिंतन और उपचार को बढ़ावा मिला। *मानस्थिति 2025* ने मानसिक स्वास्थ्य को दृश्यमान और सुलभ बनाने के अपने उद्देश्य को सार्थक रूप से आगे बढ़ाया।

VOICES (MANASTHITI)

VOICES, the mental health society, organized its annual fest, Manasthiti, on 14th February 2025—a celebration centred on emotional well-being, self-expression, and creative healing. The event featured a mix of competitions, workshops, and performances, attracting enthusiastic participation from students across various departments and colleges. Students from different colleges took part in events such as photography, nukkad natak, and open-mic sessions. Manasthiti 2025 left a lasting impression as a safe

and creative space for reflection, dialogue, and healing, staying true to VOICES' vision of making mental health both visible and approachable.

आत्म-जागरूकता: मानसिक स्वास्थ्य की ओर एक मार्ग

एक काउंसलिंग मनोवैज्ञानिक द्वारा आयोजित इस सत्र में भावनात्मक कल्याण में आत्म-जागरूकता की भूमिका पर चर्चा हुई। आत्म-जागरूकता को अपने विचारों और भावनाओं को समझने, ट्रिगर्स पहचानने, सजग निर्णय लेने और संबंधों को सुधारने की क्षमता के रूप में परिभाषित किया गया। चर्चा, आत्म-चिंतन और माइंडफुलनेस अभ्यासों के माध्यम से प्रतिभागियों ने भावनात्मक साक्षरता, संज्ञानात्मक विकृतियों और निष्पक्ष अवलोकन के बारे में सीखा। सत्र में यह स्पष्ट किया गया कि आत्म-जागरूकता भावनात्मक नियंत्रण, तनाव में कमी और संतुलित व्यक्तित्व निर्माण में कैसे सहायक होती है।

Self-Awareness: A Path to Mental Health

A counselling psychologist led a session titled "Self-Awareness: A Path to Mental Health" focusing on the role of self-awareness in emotional wellbeing. The psychologist defined self-awareness as understanding one's thoughts and feelings to identify triggers, make mindful decisions and improve relationships. Through discussions, self-reflection, and mindfulness exercises, participants learned about emotional literacy, cognitive distortions, and non-judgmental observation. How self-awareness aids emotional regulation, reduces stress, and fosters a balanced self was emphasised through this session.

योगा ब्लिस जर्नी: ब्रीद एंड बैलेंस

26 और 28 मार्च 2025 को जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय के डॉ. अजय कुमार शास्त्री ने *आरंभ* (HDCS) में आंतरिक गुणवत्ता आश्वासन प्रकोष्ठ (IQAC) के तहत एक योग कार्यशाला का संचालन किया। इसमें श्वास तकनीक (अनुलोम-विलोम) और संतुलन बढ़ाने वाले आसनों के माध्यम से मानसिक स्पष्टता, तनाव में कमी और लचीलापन बढ़ाने पर जोर दिया गया।
डॉ. शास्त्री ने योग के दार्शनिक आधार बताए, जिनका उद्देश्य शरीर, मन और आत्मा का एकीकरण और कष्टों का निवारण है। उन्होंने यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि जैसे शास्त्रीय साधनों का परिचय दिया, साथ ही सुरक्षित अभ्यास के लिए निर्देश भी दिए। महिलाओं के लिए विशेष सुझाव दिए गए, जिनमें मासिक धर्म के दौरान आयुर्वेदिक सहयोग, हाइपोथायरॉयडिज़्म, रक्तचाप नियंत्रण और तनाव प्रबंधन हेतु योगाभ्यास शामिल थे। सत्र में कपालभाति, ग्रीवा मोड़ और स्ट्रेचिंग जैसी क्रियाओं का अभ्यास कराया गया और अंत में प्रश्नोत्तर भी हुआ।

Yoga Bliss Journey: Breathe and Balance

Bridging tradition and wellness, Dr. Ajay Kumar Shastri from Jawaharlal Nehru University led a transformative workshop on 26th and 28th March 2025. Organized under the Internal Quality Assurance Cell (IQAC) at AARAMBH, HDCS, the workshop promoted holistic well-being through fundamental yoga practices, emphasizing breathing techniques (Anulom Vilom) and balance-enhancing asanas to improve mental clarity, reduce stress, and increase flexibility.
Dr. Shastri explained yoga's philosophical roots, highlighting its aim to unite body, mind, and spirit and overcome suffering. He introduced classical yoga sadhanas—Yama, Niyama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana, Dhyana, and Samadhi—along with practical guidelines for safe practice. Special recommendations were given for women, including Ayurvedic support during menstruation and tailored yoga for hypothyroidism, blood pressure regulation, and stress management. The sessions included breathing exercises, postures such as Kapalbhati and neck bending, and stretching to enhance flexibility and mental focus. An interactive Q&A enabled participants to deepen their understanding.

लचीलापन और ग्रोथ माइंडसेट का निर्माण

7 और 8 अप्रैल 2025 को काउंसलिंग मनोवैज्ञानिक सुश्री सुनीता बाजाज ने "लचीलापन और ग्रोथ माइंडसेट का निर्माण" विषय पर सत्र संचालित किए। उन्होंने लचीलेपन को एक ऐसा कौशल बताया जो सहायक संबंधों और भावनात्मक नियंत्रण से विकसित होता है। कैरल ड्वेक के *ग्रोथ माइंडसेट* सिद्धांत को समझाते हुए उन्होंने बताया कि बुद्धिमत्ता के प्रति हमारे विश्वास, प्रेरणा और सीखने की प्रक्रिया को कैसे प्रभावित करते हैं। चिंतनशील गतिविधियों के माध्यम से प्रतिभागियों ने दृढ़ता बनाए रखने और चुनौतियों को सकारात्मक दृष्टिकोण से स्वीकार करने के तरीके सीखे, जिसमें "अभी नहीं" (*yet*) की अवधारणा पर जोर दिया गया।

Building Resilience and Growth Mindset

On 7th and 8th April, counselling psychologist Ms. Sunita Bajaj led sessions on "Building Resilience and Growth Mindset." She emphasized resilience as a skill cultivated through supportive relationships and emotional regulation. Introducing Carol Dweck's growth mindset theory, the sessions highlighted how beliefs about intelligence affect motivation and learning. Through reflective activities, participants learned to foster persistence and embrace challenges with a positive outlook using the concept of "yet."

Theme V- शैक्षणिक संवर्धन और शोध दृष्टिकोण
Academic Enrichment and Research Insight

उपलब्धि प्रेरणा का सामाजिक संदर्भ: भारत के एक विश्वविद्यालय में महिला शोधार्थियों के अनुभव

आंतरिक गुणवत्ता आश्वासन प्रकोष्ठ (IQAC) के अंतर्गत 6 मार्च 2025 को आयोजित वैज्ञानिक अनुसंधान समिति की मासिक बैठक में अतिथि सहायक प्राध्यापक डॉ. ऋचा राणा ने महिलाओं की उपलब्धि प्रेरणा पर अपना शोध

प्रस्तुत किया। यह अध्ययन *रिलेटिविस्ट ऑंटोलॉजी* और *सोशल कंस्ट्रक्शनिस्ट एपिस्टेमोलॉजी* पर आधारित था तथा इसमें *इंटरसेक्शनैलिटी फ्रेमवर्क* का प्रयोग करते हुए यह जांचा गया कि जाति और वर्ग की पहचान के परस्पर प्रभाव उपलब्धि प्रेरणा को कैसे आकार देते हैं। डॉ. राणा ने मौजूदा साहित्य की सीमाओं की आलोचनात्मक समीक्षा की और भारतीय सामाजिक संदर्भ के महत्व को रेखांकित किया। उन्होंने दिखाया कि सामाजिक पहचानों का जटिल अंतर्संबंध प्रेरक प्रक्रियाओं और सामाजिक-मानसिक परिणामों को मूल रूप से प्रभावित करता है। संवाद के माध्यम से उन्होंने इन परस्पर जुड़े कारकों के समेकन की आवश्यकता पर बल दिया, ताकि विषय की गहन और सूक्ष्म समझ विकसित हो सके।

Social Context of Achievement Motivation: Experiences of Women Research Scholars in a University in India

In the Scientific Research Committee monthly meeting under the aegis of IQAC, held on 06 March 2025 in the conference room, Dr. Richa Rana, Assistant Professor (Guest), presented her research on women's achievement motivation. Grounded in a relativist ontology and social constructionist epistemology, her study employed an intersectionality framework to explore how achievement motivation is shaped by the overlapping influences of caste and class identities. Dr. Rana critically examined limitations in existing literature and highlighted the importance of the Indian social

context by demonstrating how the complex interplay of social identities fundamentally shapes motivational processes and socio-psychological outcomes. Through interactive dialogue, she emphasized the importance of integrating these interconnected factors for a deeper and more nuanced understanding.

जीवन संतुष्टि और सफल वृद्धावस्था: मनोवैज्ञानिक और सामाजिक निर्धारक

2 और 7 अप्रैल 2025 को इंस्टीट्यूट ऑफ होम इकोनॉमिक्स की सेवानिवृत्त प्राध्यापक एवं मानव रचना विश्वविद्यालय की अतिथि प्राध्यापक प्रो. रेनू गुलाटी ने "जीवन संतुष्टि और सफल वृद्धावस्था: मनोवैज्ञानिक और सामाजिक निर्धारक" विषय पर व्याख्यान दिया। उन्होंने सफल वृद्धावस्था को केवल शारीरिक स्वास्थ्य तक सीमित न मानते हुए इसमें मनोवैज्ञानिक कल्याण, भावनात्मक लचीलापन और सामाजिक समर्थन को भी शामिल किया। सिद्धांत, शोध और केस स्टडीज़ के आधार पर उन्होंने उद्देश्य, स्वायत्तता, बौद्धिक संलग्नता, पीढ़ियों के बीच संबंध और सामुदायिक भागीदारी जैसे प्रमुख कारकों को उजागर किया। व्याख्यान में आत्म-स्वीकार्यता, अनुकूलन क्षमता, सकारात्मक आत्म-दृष्टिकोण और निरंतर लक्ष्य-निर्धारण के महत्व पर चर्चा हुई, साथ ही सामाजिक भूमिकाओं, पारिवारिक समर्थन, आजीवन अधिगम और आयु-आधारित पूर्वाग्रहों को चुनौती देने की आवश्यकता पर बल दिया गया।

Life Satisfaction and Successful Aging: Psychological and Social Determinants

Prof. Renu Gulati, Retired Faculty at the Institute of Home Economics and Visiting Faculty at Manav Rachna University, delivered a lecture on "Life Satisfaction and Successful Aging: Psychological and Social Determinants" on 2nd and 7th April 2025. She explored successful aging as encompassing psychological well-being, emotional resilience, and social support beyond physical health. Drawing on theory, research, and case studies, she highlighted key factors influencing life satisfaction in older adults: purpose, autonomy, cognitive engagement, intergenerational relationships, and community involvement. The lecture emphasized self-acceptance, adaptability, positive self-view, and continuous

goal-setting, along with the importance of social roles, family support, lifelong learning, and challenging ageist stereotypes in promoting well-being in later life.

दूसरों की दृष्टि से देखना: एक विधि और दृष्टिकोण के रूप में नृवंशविज्ञानजीवन संतुष्टि और सफल वृद्धावस्था: मनोवैज्ञानिक और सामाजिक निर्धारक

7 अप्रैल 2025 को आईएचई की अतिथि सहायक प्राध्यापक डॉ. दीप्ति गुप्ता ने "दूसरों की दृष्टि से देखना: एक विधि और दृष्टिकोण के रूप में नृवंशविज्ञान" विषय पर सत्र लिया। उन्होंने नृवंशविज्ञान को केवल एक शोध पद्धति नहीं, बल्कि एक ऐसे दृष्टिकोण के रूप में प्रस्तुत किया जो सहानुभूति और जीवन्त अनुभवों के साथ गहरे जुड़ाव पर आधारित है। प्रतिभागी अवलोकन, फील्ड नोट्स, साक्षात्कार और आत्म-चिंतन जैसी प्रमुख तकनीकों को समझाते हुए उन्होंने लिटिल रण ऑफ कच्छ के नमक मजदूरों के बच्चों पर अपने अध्ययन का उदाहरण दिया। उन्होंने निर्णय स्थगित करने, अनिश्चितता को स्वीकारने और अपरिचित को अपनाने के महत्व को रेखांकित किया, तथा सामाजिक रूप से आधारित शोध और व्यवहार में नृवंशविज्ञान की भूमिका को स्पष्ट किया।

Seeing Through Others' Eyes: Ethnography as a Method and Mindset

On 7th April 2025, Dr. Deepti Gupta, Assistant Professor (Guest) at IHE, led a session titled "Seeing Through Others' Eyes: Ethnography as a Method and Mindset." She presented ethnography as both a research method and a mindset centered on empathy and deep engagement with lived experiences. Dr. Gupta explained key techniques—participant observation, field notes, interviews, and reflexivity—using her study of children of salt workers from Little Rann of Kutch to illustrate how ethnography reveals cultural and social nuances. She emphasized the importance of suspending judgment, embracing uncertainty, and remaining open to the unfamiliar, highlighting ethnography's role in socially grounded research and practice.

प्ले थेरेपी की नींव

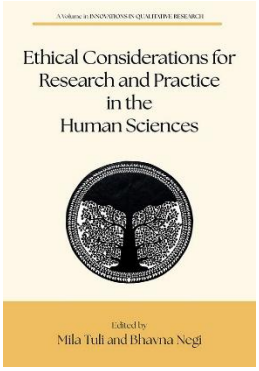
21 अप्रैल 2025 को आरसीआई लाइसेंस प्राप्त इंटरवेंशनल स्पेशलिस्ट सुश्री ऐश्वर्या जैन ने "प्ले थेरेपी की नींव" विषय पर एक ज्ञानवर्धक सत्र लिया। उन्होंने बताया कि खेल बच्चों की स्वाभाविक भाषा है, जिसके माध्यम से वे अपनी भावनाओं को व्यक्त करते हैं और मनोवैज्ञानिक आवश्यकताओं को संबोधित करते हैं। सत्र में *डायरेक्टिव* और *नॉन-डायरेक्टिव* प्ले थेरेपी दोनों दृष्टिकोणों का विवरण दिया गया और गुड़िया, कला सामग्री और सैंड ट्रे जैसे प्रतीकात्मक उपकरणों के चिकित्सीय उपयोग पर चर्चा की गई। उन्होंने नैतिक विचारों और सांस्कृतिक संवेदनशीलता के महत्व पर भी बल दिया। केस स्टडीज़ और व्यावहारिक अभ्यासों के माध्यम से प्रतिभागियों ने सीखा कि प्ले थेरेपी कैसे विश्वास स्थापित करती है, भावनात्मक उपचार को बढ़ावा देती है और बच्चों के विकासात्मक संवर्धन में सहायक होती है।

Foundations of Play Therapy

On 21st April 2025, an insightful session on "Foundations of Play Therapy" was conducted by Ms. Aishwarya Jain, an RCI-licensed interventional specialist. The session explored how play serves as a child's natural language for expressing emotions and addressing psychological needs. Ms. Jain detailed both directive and non-directive play therapy approaches, emphasizing the therapeutic use of symbolic tools such as dolls, art materials, and sand trays. The session also highlighted critical ethical considerations and the importance of cultural sensitivity in therapy. Through interactive case studies and practical exercises, participants gained a clear understanding of how play therapy fosters trust, facilitates emotional healing, and supports children's developmental growth.

शोध और प्रकाशन
Research and Publication

वर्ष 2024–2025 में विभाग ने शोध और प्रकाशन के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान दिया। इसमें शोध और व्यवहार में नैतिकता, साथ ही सांस्कृतिक एवं विकासात्मक दृष्टिकोणों पर केंद्रित कई पुस्तकों और अध्यायों का प्रकाशन शामिल था। विशेष रूप से *Ethical Considerations for Research and Practice in the Human Sciences* (ISBN 979-8-88730-863-0) पुस्तक, जिसका संपादन मीला तुली और भावना नेगी द्वारा किया गया, में विभाग के संकाय और सहयोगियों के विविध योगदान शामिल थे। विभागीय संकाय द्वारा लिखित प्रमुख अध्यायों में शामिल हैं।



In 2024–2025, the Department contributed significantly to scholarly discourse through a series of books and chapters addressing ethics in research and practice, as well as cultural and developmental perspectives. Notably, *Ethical Considerations for Research and Practice in the Human Sciences* (ISBN 979-8-88730-863-0), edited by Mila Tuli and Bhavna Negi, brought together diverse contributions from faculty and collaborators. Specific Chapters contributed by the faculty included "Ethics and Practice in the Human Sciences: A View from Developmental Psychology" by M. Tuli, "Living on the Street: Ethics of Researching Invisible Families and Children" by B. Negi, "Engaging Children in Co-Constructing Research: Perspectives from Indian Classrooms" by S. Shukla and F. Farooqi, and "Deciphering Ethics: Dharma in Ethnographic Research" by D. Gupta.

Workshops / Seminars / Lectures Organized for Students by the Department: A Glance

Title of the Session	Resource Person & Organization	Date(s) & Time	Mode / Venue
Workshop on Mindfulness	Ms. Saiba Nangia, Counsellor and Therapist	17 Sep 2024	Offline
A Talk on Universal Design	Ms. Sharmila Rathee, Assistant Professor, Department of Elementary Education, Institute of Home Economics, DU	12 Sep 2024	Offline
Navigating Professional Identity on Social Media Platforms: A Web Series for SEC Students Working with People	Mr. Dushyant Mishra, Director of Business Development, Institute of Rural Management Anand (IRMA)	Oct–Nov 2024	Online
Session 1: Understanding Professional Identity on Social Media	Mr. Dushyant Mishra, Director of Business Development, IRMA	18 Oct 2024	Online
Workshop on Learning Disability	Ms. Aishwarya Jain, Interventional Specialist – Specific Learning Disability, RCI Licensed	23 Oct 2024	Offline
Session 2: Professional Ethics and Approaching Professionals via LinkedIn	Mr. Dushyant Mishra, Director of Business Development, IRMA	4 Nov 2024	Online
Dementia and the Care of Elderly and Society	Ms. Renu Sachdeva, Counsellor, Prism Counselling	12 Nov 2024	Offline

Title of the Session	Resource Person & Organization	Date(s) & Time	Mode / Venue
Session 3: Focused Resume Approach and Responding to Cold Emails	Mr. Dushyant Mishra, Director of Business Development, IRMA	14 Nov 2024	Online
ECCE Workshop – Promoting Development of the Pre-school Child Across Domains	Ms. Sunita Bajaj, Counselling Psychologist, TEDx Speaker, Soft Skills Consultant	30 Nov 2024	Offline
Workshop on Dance and Movement	Dr. Deepti Gupta, Assistant Professor, Department of Human Development and Childhood Studies, IHE, DU	14 Dec 2024	Offline
A Seeking Place: Children, Stories and the World	Ms. Samina Mishra, Documentary Filmmaker, Writer, Teacher	19 Mar 2025, 10:00 AM–11:30 AM	Conference Room
Laws for Women and Children	Upma Srivastava, Advocate on Record, Supreme Court	19 Mar 2025, 12:00 PM–1:00 PM	Conference Room
Conflict Resolution – Healthy Conflict Resolution Skills for Students	Ms. Sunita Bajaj, Counselling Psychologist	18 Mar 2025, 1:30 PM–3:30 PM & 24 Mar 2025, 9:00 AM–11:00 AM	Offline
Self Awareness: A Path to Mental Health	Ms. Sunita Bajaj, Counselling Psychologist	22 Mar 2025, 11:00 AM–1:00 PM	Conference Room
Yoga Bliss Journey: Breath and Balance	Dr. Ajay Kumar Shastri, JNU	26 & 28 Mar 2025, 11:00 AM–1:00 PM	Offline – Aarambh Learning & Development Centre, IHE
Bringing Stories to Life: Using Theatre in Children's Content Development	Dr. Asha Singh, Retd. Associate Professor, Lady Irwin College; Visiting Faculty, Azim Premji University	29 Mar 2025, 1:30 PM–3:30 PM	Conference Room
Life Satisfaction and Successful Aging: Psychological and Social Determinants	Prof. Renu Gulati, Retd. Faculty, IHE; Visiting Faculty, Manav Rachna University	2 Apr 2025, 10:00 AM–11:00 AM & 7 Apr 2025, 10:00 AM–11:00 AM	Conference Room
Building Resilience and Growth Mindset	Ms. Sunita Bajaj, Counselling Psychologist	7 Apr 2025, 11:00 AM–1:00 PM & 8 Apr 2025, 9:00 AM–11:00 AM	Offline

Title of the Session	Resource Person & Organization	Date(s) & Time	Mode / Venue
Seeing Through Others' Eyes: Ethnography as a Method and Mindset	Dr. Deepti Gupta	7 Apr 2025, 11:00 AM–12:00 PM	Offline
Foundations of Play Therapy	Ms. Aishwarya Jain, RCI Licensed Interventional Specialist	21 Apr 2025, 11:00 AM–1:00 PM	Conference Room
Mental Health Awareness: Dealing with Exam Stress	Ms. Saiba Nangia, Counsellor, with Dr. Shashi Shukla & Dr. Veenu Wadhwa	25 Apr 2025, 4:00 PM–6:00 PM	Online
Preparing for Examination: An Interaction with Peer Mentors	Dr. Bhavna Negi with IHE Alumni – Sanchita Sen, Priya Dixit & Ankita Narula	25 Apr 2025, 4:00 PM–6:00 PM	Online