जनसंपर्क कक्ष
शिवाजी विद्यापीठ, कोल्हापूर
07 APR 2025
सकाळ

तणावमुक्तीसाठी खेळा, वाचन-लेखन करा : शुभंकर

कोल्हापूर, ता. ६ : 'आजची युवा पिढी सोशल मीडियाच्या विळख्यात सापडत चालली आहे. यातून या पिढीला बाहेर पडायचे असेल, तर मोबाईलचा वापर कमी करत मित्रमंडळी, परिवाराशी त्यांनी संवाद वाढवला पाहिजे. त्यासह वाचन, लेखन, मैदानी खेळ यावर अधिक भर देण्याची नितांत गरज आहे. हाच तणावमुक्तीचा खरा मार्ग आहे', असे प्रतिपादन शिवाजी विद्यापीठातील समुपदेशक ऊर्मिला शुभंकर यांनी केले.

विद्यापीठातील हिंदी विभागातर्फे आयोजित 'नाती, भावना आणि करिअरचे संतुलन : हाच यशाचा महामार्ग' या विषयावरील कार्यशाळेत त्या बोलत होत्या. यावेळी त्यांनी विद्यार्थ्यांकडून 'स्मार्टफोन व्यसन मापन चाचणी' व 'भावनिक परिपक्वता मापन चाचणी' सोडवून घेतली. त्यांनी करिअरच्या नव्या वाटा शोधताना नात्यांचा समतोल राखणे, भावनिक क्षमता वाढविणे गरजेचे असल्याचे सांगितले. हिंदी विभागप्रमुख डॉ. तृप्ती करेकट्टी यांनी प्रास्ताविक केले. यावेळी त्यांनी विद्यार्थ्यांना परस्पर सहकार्याचे कौशल्य वाढविणे व पुस्तकांशी मैत्री करण्याचे आवाहन केले.