इंटर्नशिप रिपोर्ट
प्रथम दिवस (Day 1 Report)

संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: इंटर्नशिप का परिचय, नियम, उद्देश्य एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 1वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "इंटर्नशिप का परिचय, नियम, उद्देश्य एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

इंटर्नशिप का परिचय, नियम, उद्देश्य एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। संस्था की कार्यप्रणाली, उपस्थिति, रिपोर्ट लेखन, अनुशासन और 20 दिनों की प्रशिक्षण योजना जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान

प्रत्येक दिन **theoretical learning** के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Orientation & Skill Development** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज इंटर्नशिप का परिचय, नियम, उद्देश्य एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान संस्था की कार्यप्रणाली, उपस्थिति, रिपोर्ट लेखन, अनुशासन और 20 दिनों की प्रशिक्षण योजना पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning, observation, communication, documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में इंटर्नशिप का परिचय, नियम, उद्देश्य एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया

बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। संस्था की कार्यप्रणाली, उपस्थिति, रिपोर्ट लेखन, अनुशासन और 20 दिनों की प्रशिक्षण योजना से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. इंटर्नशिप के उद्देश्य, नियम और 20 दिनों की कार्ययोजना को समझना। 2. संस्था, प्रशिक्षक और प्रशिक्षण पद्धति से परिचय प्राप्त करना। 3. समय पालन, उपस्थिति, अनुशासन और रिपोर्ट लेखन के नियम लिखना। 4. **Social Work** क्षेत्र में सीखने वाले प्रमुख कौशलों की सूची बनाना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "इंटर्नशिप का परिचय, नियम, उद्देश्य एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने

के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि इंटर्नशिप का परिचय, नियम, उद्देश्य एवं प्रशिक्षण कार्यक्रम जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर प्रथम दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे

तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
द्वितीय दिवस (Day 2 Report)

संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: **Social Work** का परिचय और समाज में इसका महत्व

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 2वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "**Social Work** का परिचय और समाज में इसका महत्व" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

Social Work का परिचय और समाज में इसका महत्व के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। व्यक्ति, परिवार, समूह और समुदाय के साथ कार्य करने की प्रक्रिया जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Orientation & Skill Development** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज **Social Work** का परिचय और समाज में इसका महत्व से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान व्यक्ति, परिवार, समूह और समुदाय के साथ कार्य करने की प्रक्रिया पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में **Social Work** का परिचय और समाज में इसका महत्व को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से

पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। व्यक्ति, परिवार, समूह और समुदाय के साथ कार्य करने की प्रक्रिया से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. **Social Work** की परिभाषा, उद्देश्य और महत्व लिखना। 2. समाज में सामाजिक कार्यकर्ता की आवश्यकता पर संक्षिप्त टिप्पणी तैयार करना। 3. व्यक्ति, परिवार और समुदाय से जुड़े उदाहरणों को नोट करना। 4. आज की सीख को दैनिक रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "**Social Work** का परिचय और समाज में इसका महत्व" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से

मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि **Social Work** का परिचय और समाज में इसका महत्व जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर द्वितीय दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और

जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
तृतीय दिवस (**Day 3 Report**)
संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका, जिम्मेदारियाँ और नैतिक मूल्य
1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 3वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका, जिम्मेदारियाँ और नैतिक मूल्य" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका, जिम्मेदारियाँ और नैतिक मूल्य के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। गोपनीयता, निष्पक्षता, सेवा भावना, संवेदनशीलता और पेशेवर आचरण जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन

theoretical learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Orientation & Skill Development** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका, जिम्मेदारियाँ और नैतिक मूल्य से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान गोपनीयता, निष्पक्षता, सेवा भावना, संवेदनशीलता और पेशेवर आचरण पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका, जिम्मेदारियाँ और नैतिक मूल्य को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति

को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। गोपनीयता, निष्पक्षता, सेवा भावना, संवेदनशीलता और पेशेवर आचरण से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. सामाजिक कार्यकर्ता की मुख्य भूमिकाओं की सूची बनाना। 2. गोपनीयता, निष्पक्षता और सहानुभूति जैसे नैतिक मूल्यों को समझना। 3. किसी सामाजिक स्थिति में जिम्मेदार व्यवहार का उदाहरण लिखना। 4. प्रशिक्षण सत्र में सीखी गई बातों पर समूह चर्चा करना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका, जिम्मेदारियाँ और नैतिक मूल्य" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के

साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका, जिम्मेदारियाँ और नैतिक मूल्य जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर तृतीय दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की

गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
चतुर्थ दिवस (**Day 4 Report**)
संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: समुदाय का परिचय और सामुदायिक विकास की अवधारणा
1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 4वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "समुदाय का परिचय और सामुदायिक विकास की अवधारणा" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

समुदाय का परिचय और सामुदायिक विकास की अवधारणा के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। समुदाय की संरचना, संसाधन, जरूरतें, नेतृत्व और सहभागिता जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Orientation & Skill Development** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज समुदाय का परिचय और सामुदायिक विकास की अवधारणा से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान समुदाय की संरचना, संसाधन, जरूरतें, नेतृत्व और सहभागिता पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में समुदाय का परिचय और सामुदायिक विकास की अवधारणा को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने

से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। समुदाय की संरचना, संसाधन, जरूरतें, नेतृत्व और सहभागिता से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. समुदाय के अर्थ, प्रकार और प्रमुख विशेषताओं को लिखना। 2. स्थानीय समुदाय में उपलब्ध संसाधनों की सूची बनाना। 3. सामुदायिक विकास की आवश्यकता और उद्देश्य समझना। 4. समुदाय से जुड़े एक छोटे उदाहरण का विश्लेषण करना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "समुदाय का परिचय और सामुदायिक विकास की अवधारणा" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई।

मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि समुदाय का परिचय और सामुदायिक विकास की अवधारणा जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर चतुर्थ दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार

करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
पंचम दिवस (Day 5 Report)

संस्था का नाम: Ali Tech Computer Education Foundation
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: संचार कौशल, व्यवहार और लोगों से प्रभावी बातचीत

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 5वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "संचार कौशल, व्यवहार और लोगों से प्रभावी बातचीत" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

संचार कौशल, व्यवहार और लोगों से प्रभावी बातचीत के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। सुनना, बोलना, प्रश्न पूछना, सहानुभूति और विनम्र व्यवहार जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical learning** के साथ

practical observation को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Orientation & Skill Development** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज संचार कौशल, व्यवहार और लोगों से प्रभावी बातचीत से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान सुनना, बोलना, प्रश्न पूछना, सहानुभूति और विनम्र व्यवहार पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में संचार कौशल, व्यवहार और लोगों से प्रभावी बातचीत को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को

देखना चाहिए। सुनना, बोलना, प्रश्न पूछना, सहानुभूति और विनम्र व्यवहार से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. प्रभावी संचार के मुख्य सिद्धांतों को नोट करना। 2. सुनने और बोलने के सही तरीके का अभ्यास करना। 3. लोगों से बातचीत करते समय विनम्र भाषा का प्रयोग करना। 4. एक संवाद आधारित छोटी गतिविधि में भाग लेना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "संचार कौशल, व्यवहार और लोगों से प्रभावी बातचीत" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत

बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि संचार कौशल, व्यवहार और लोगों से प्रभावी बातचीत जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर पंचम दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की

career तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
षष्ठ दिवस (Day 6 Report)

संस्था का नाम: Ali Tech Computer Education Foundation

दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____

विषय: समाज की समस्याओं की पहचान और उनका विश्लेषण

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 6वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "समाज की समस्याओं की पहचान और उनका विश्लेषण" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

समाज की समस्याओं की पहचान और उनका विश्लेषण के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। समस्या पहचान, कारण खोज, प्रभाव समझना और समाधान की दिशा तय करना जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन

theoretical learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Introduction** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज समाज की समस्याओं की पहचान और उनका विश्लेषण से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान समस्या पहचान, कारण खोज, प्रभाव समझना और समाधान की दिशा तय करना पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में समाज की समस्याओं की पहचान और उनका विश्लेषण को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को

देखना चाहिए। समस्या पहचान, कारण खोज, प्रभाव समझना और समाधान की दिशा तय करना से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. किसी सामाजिक समस्या को पहचानने की प्रक्रिया लिखना। 2. समस्या के कारण, प्रभाव और संभावित समाधान अलग-अलग नोट करना। 3. फील्ड में अवलोकन के समय ध्यान रखने वाली बातों की सूची बनाना। 4. समस्या विश्लेषण का छोटा प्रारूप तैयार करना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "समाज की समस्याओं की पहचान और उनका विश्लेषण" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ -साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने

यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि समाज की समस्याओं की पहचान और उनका विश्लेषण जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर षष्ठ दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है

कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
सप्तम दिवस (Day 7 Report)

संस्था का नाम: Ali Tech Computer Education Foundation

दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____

विषय: गरीबी, बेरोजगारी और अशिक्षा जैसी सामाजिक समस्याएँ

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 7वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "गरीबी, बेरोजगारी और अशिक्षा जैसी सामाजिक समस्याएँ" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

गरीबी, बेरोजगारी और अशिक्षा जैसी सामाजिक समस्याएँ के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। आर्थिक स्थिति, रोजगार के अवसर, शिक्षा की कमी और सामाजिक असमानता जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन

theoretical learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Introduction** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज गरीबी, बेरोजगारी और अशिक्षा जैसी सामाजिक समस्याएँ से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान आर्थिक स्थिति, रोजगार के अवसर, शिक्षा की कमी और सामाजिक असमानता पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में गरीबी, बेरोजगारी और अशिक्षा जैसी सामाजिक समस्याएँ को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को

देखना चाहिए। आर्थिक स्थिति, रोजगार के अवसर, शिक्षा की कमी और सामाजिक असमानता से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. गरीबी, बेरोजगारी और अशिक्षा के कारणों को समझना। 2. इन समस्याओं के परिवार और समाज पर प्रभाव लिखना। 3. समाधान के लिए शिक्षा, कौशल और रोजगार की भूमिका पर चर्चा करना। 4. स्थानीय उदाहरण के आधार पर संक्षिप्त टिप्पणी तैयार करना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "गरीबी, बेरोजगारी और अशिक्षा जैसी सामाजिक समस्याएँ" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने

यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि गरीबी, बेरोजगारी और अशिक्षा जैसी सामाजिक समस्याएँ जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर सप्तम दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और

जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
अष्टम दिवस (**Day 8 Report**)
संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: स्वास्थ्य, स्वच्छता और जागरूकता कार्यक्रम का महत्व
1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 8वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "स्वास्थ्य, स्वच्छता और जागरूकता कार्यक्रम का महत्व" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

स्वास्थ्य, स्वच्छता और जागरूकता कार्यक्रम का महत्व के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। स्वास्थ्य शिक्षा, सफाई, पोषण, सुरक्षित पानी और जागरूकता अभियान जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Introduction** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज स्वास्थ्य, स्वच्छता और जागरूकता कार्यक्रम का महत्व से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान स्वास्थ्य शिक्षा, सफाई, पोषण, सुरक्षित पानी और जागरूकता अभियान पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में स्वास्थ्य, स्वच्छता और जागरूकता कार्यक्रम का महत्व को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को

देखना चाहिए। स्वास्थ्य शिक्षा, सफाई, पोषण, सुरक्षित पानी और जागरूकता अभियान से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. स्वास्थ्य और स्वच्छता से संबंधित मुख्य संदेश लिखना। 2. जागरूकता कार्यक्रम के उद्देश्य और लाभ समझना। 3. सुरक्षित पानी, पोषण और सफाई पर नोट तैयार करना। 4. समुदाय में स्वास्थ्य जागरूकता हेतु पोस्टर/संदेश का प्रारूप बनाना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "स्वास्थ्य, स्वच्छता और जागरूकता कार्यक्रम का महत्व" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत

बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि स्वास्थ्य, स्वच्छता और जागरूकता कार्यक्रम का महत्व जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर अष्टम दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की

career तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
नवम दिवस (Day 9 Report)

संस्था का नाम: Ali Tech Computer Education Foundation
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: महिला सशक्तिकरण और लैंगिक समानता

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 9वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "महिला सशक्तिकरण और लैंगिक समानता" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

महिला सशक्तिकरण और लैंगिक समानता के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। महिलाओं के अधिकार, आत्मनिर्भरता, सुरक्षा, शिक्षा और समान अवसर जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Introduction** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज महिला सशक्तिकरण और लैंगिक समानता से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान महिलाओं के अधिकार, आत्मनिर्भरता, सुरक्षा, शिक्षा और समान अवसर पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में महिला सशक्तिकरण और लैंगिक समानता को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए।

महिलाओं के अधिकार, आत्मनिर्भरता, सुरक्षा, शिक्षा और समान अवसर से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. महिला सशक्तिकरण का अर्थ और महत्व लिखना। 2. लैंगिक समानता से जुड़े अधिकारों और अवसरों को समझना। 3. समाज में महिलाओं की भागीदारी बढ़ाने के उपाय नोट करना। 4. समूह चर्चा में अपने विचार प्रस्तुत करना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "महिला सशक्तिकरण और लैंगिक समानता" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन

सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि महिला सशक्तिकरण और लैंगिक समानता जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर नवम दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की

career तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
दशम दिवस (Day 10 Report)

संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: बाल अधिकार, बाल सुरक्षा और शिक्षा का महत्व

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 10वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "बाल अधिकार, बाल सुरक्षा और शिक्षा का महत्व" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

बाल अधिकार, बाल सुरक्षा और शिक्षा का महत्व के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। बाल संरक्षण, शिक्षा का अधिकार, बाल श्रम, पोषण और सुरक्षित वातावरण जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Introduction** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज बाल अधिकार, बाल सुरक्षा और शिक्षा का महत्व से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान बाल संरक्षण, शिक्षा का अधिकार, बाल श्रम, पोषण और सुरक्षित वातावरण पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में बाल अधिकार, बाल सुरक्षा और शिक्षा का महत्व को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए।

बाल संरक्षण, शिक्षा का अधिकार, बाल श्रम, पोषण और सुरक्षित वातावरण से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. बाल अधिकार और बाल सुरक्षा के मुख्य बिंदु लिखना। 2. शिक्षा, पोषण और सुरक्षित वातावरण की आवश्यकता समझना। 3. बाल श्रम और बाल विवाह जैसी समस्याओं पर चर्चा करना। 4. बच्चों के हित में सामाजिक कार्य की भूमिका लिखना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "बाल अधिकार, बाल सुरक्षा और शिक्षा का महत्व" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन

सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि बाल अधिकार, बाल सुरक्षा और शिक्षा का महत्व जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर दशम दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की

career तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट

एकादश दिवस (**Day 11 Report**)

संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**

दिनांक: __________ स्थान: __________ इंटर्न का नाम: __________

विषय: वृद्धजन, दिव्यांगजन और कमजोर वर्गों के लिए सामाजिक कार्य

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 11वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "वृद्धजन, दिव्यांगजन और कमजोर वर्गों के लिए सामाजिक कार्य" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

वृद्धजन, दिव्यांगजन और कमजोर वर्गों के लिए सामाजिक कार्य के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। वृद्धजन सेवा, दिव्यांग सहायता, पुनर्वास, सम्मान और समावेश जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Training** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज वृद्धजन, दिव्यांगजन और कमजोर वर्गों के लिए सामाजिक कार्य से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान वृद्धजन सेवा, दिव्यांग सहायता, पुनर्वास, सम्मान और समावेश पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में वृद्धजन, दिव्यांगजन और कमजोर वर्गों के लिए सामाजिक कार्य को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने

से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। वृद्धजन सेवा, दिव्यांग सहायता, पुनर्वास, सम्मान और समावेश से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. वृद्धजन, दिव्यांगजन और कमजोर वर्ग की जरूरतें समझना। 2. समावेशी व्यवहार और सम्मानजनक भाषा का अभ्यास करना। 3. सहायता, पुनर्वास और सरकारी सुविधाओं की जानकारी नोट करना। 4. कमजोर वर्गों के लिए सामाजिक कार्य की भूमिका लिखना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "वृद्धजन, दिव्यांगजन और कमजोर वर्गों के लिए सामाजिक कार्य" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के

साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि वृद्धजन, दिव्यांगजन और कमजोर वर्गों के लिए सामाजिक कार्य जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर एकादश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की

गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
द्वादश दिवस (Day 12 Report)

संस्था का नाम: Ali Tech Computer Education Foundation

दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____

विषय: नशा मुक्ति, घरेलू हिंसा और सामाजिक जागरूकता

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 12वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "नशा मुक्ति, घरेलू हिंसा और सामाजिक जागरूकता" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

नशा मुक्ति, घरेलू हिंसा और सामाजिक जागरूकता के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। नशा मुक्ति, परिवार पर प्रभाव, हिंसा की रोकथाम और परामर्श जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical learning** के साथ

practical observation को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Training** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज नशा मुक्ति, घरेलू हिंसा और सामाजिक जागरूकता से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान नशा मुक्ति, परिवार पर प्रभाव, हिंसा की रोकथाम और परामर्श पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में नशा मुक्ति, घरेलू हिंसा और सामाजिक जागरूकता को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। नशा मुक्ति, परिवार पर प्रभाव, हिंसा की रोकथाम और

परामर्श से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. नशा मुक्ति और घरेलू हिंसा के कारण व प्रभाव लिखना। 2. जागरूकता, परामर्श और सहायता सेवाओं की भूमिका समझना। 3. पीड़ित व्यक्ति से संवेदनशील बातचीत का तरीका सीखना। 4. समस्या रोकथाम के लिए सामाजिक संदेश तैयार करना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "नशा मुक्ति, घरेलू हिंसा और सामाजिक जागरूकता" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि नशा मुक्ति, घरेलू हिंसा और सामाजिक जागरूकता जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर द्वादश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की

सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
त्रयोदश दिवस (Day 13 Report)

संस्था का नाम: Ali Tech Computer Education Foundation
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: सरकारी योजनाएँ और समाज कल्याण कार्यक्रम

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 13वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "सरकारी योजनाएँ और समाज कल्याण कार्यक्रम" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

सरकारी योजनाएँ और समाज कल्याण कार्यक्रम के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। जन कल्याण योजनाएँ, आवेदन प्रक्रिया, पात्रता और लाभार्थी तक पहुँच जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Training** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज सरकारी योजनाएँ और समाज कल्याण कार्यक्रम से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान जन कल्याण योजनाएँ, आवेदन प्रक्रिया, पात्रता और लाभार्थी तक पहुँच पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में सरकारी योजनाएँ और समाज कल्याण कार्यक्रम को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को

देखना चाहिए। जन कल्याण योजनाएँ, आवेदन प्रक्रिया, पात्रता और लाभार्थी तक पहुँच से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. मुख्य सरकारी योजनाओं और समाज कल्याण कार्यक्रमों की सूची बनाना। 2. पात्रता, आवेदन और लाभार्थी तक जानकारी पहुँचाने की प्रक्रिया समझना। 3. योजनाओं के प्रचार-प्रसार में सामाजिक कार्यकर्ता की भूमिका लिखना। 4. एक योजना पर संक्षिप्त नोट तैयार करना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "सरकारी योजनाएँ और समाज कल्याण कार्यक्रम" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह

भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि सरकारी योजनाएँ और समाज कल्याण कार्यक्रम जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर त्रयोदश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है

कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
चतुर्दश दिवस (**Day 14 Report**)
संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: **NGO** और सामाजिक संस्थाओं की भूमिका
1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 14वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "**NGO** और सामाजिक संस्थाओं की भूमिका" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

NGO और सामाजिक संस्थाओं की भूमिका के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। सामाजिक संस्थाओं का प्रबंधन, स्वयंसेवक, फंडिंग और सेवा कार्यक्रम जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical learning** के साथ

practical observation को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Training** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज **NGO** और सामाजिक संस्थाओं की भूमिका से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान सामाजिक संस्थाओं का प्रबंधन, स्वयंसेवक, फंडिंग और सेवा कार्यक्रम पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में **NGO** और सामाजिक संस्थाओं की भूमिका को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। सामाजिक संस्थाओं का प्रबंधन, स्वयंसेवक, फंडिंग और सेवा कार्यक्रम से

जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. NGO की संरचना, उद्देश्य और कार्यक्षेत्र को समझना। 2. स्वयंसेवक, फील्ड वर्कर और प्रबंधन की भूमिका लिखना। 3. सामाजिक संस्थाओं द्वारा चलाए जाने वाले कार्यक्रमों के उदाहरण नोट करना। 4. NGO की कार्यशैली पर समूह चर्चा करना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि Social Work केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "NGO और सामाजिक संस्थाओं की भूमिका" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि **NGO** और सामाजिक संस्थाओं की भूमिका जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर चतुर्दश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की

सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट

पंचदश दिवस (**Day 15 Report**)

संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**

दिनांक: __________ स्थान: __________ इंटर्न का नाम: __________

विषय: सर्वेक्षण, डेटा संग्रहण और फील्ड वर्क की प्रक्रिया

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 15वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "सर्वेक्षण, डेटा संग्रहण और फील्ड वर्क की प्रक्रिया" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

सर्वेक्षण, डेटा संग्रहण और फील्ड वर्क की प्रक्रिया के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। प्रश्नावली, साक्षात्कार, अवलोकन, डेटा रिकॉर्ड और फील्ड नोट्स जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical learning** के साथ

practical observation को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Domain Training** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज सर्वेक्षण, डेटा संग्रहण और फील्ड वर्क की प्रक्रिया से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान प्रश्नावली, साक्षात्कार, अवलोकन, डेटा रिकॉर्ड और फील्ड नोट्स पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में सर्वेक्षण, डेटा संग्रहण और फील्ड वर्क की प्रक्रिया को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। प्रश्नावली, साक्षात्कार, अवलोकन, डेटा रिकॉर्ड और फील्ड नोट्स से जुड़े

उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. सर्वेक्षण, प्रश्नावली और साक्षात्कार की प्रक्रिया समझना। 2. डेटा संग्रहण में शुद्धता और गोपनीयता का महत्व लिखना। 3. फील्ड नोट्स और अवलोकन रिकॉर्ड तैयार करना। 4. एक नमूना प्रश्नावली बनाना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "सर्वेक्षण, डेटा संग्रहण और फील्ड वर्क की प्रक्रिया" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि सर्वेक्षण, डेटा संग्रहण और फील्ड वर्क की प्रक्रिया जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर पंचदश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की

सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
षोडश दिवस (Day 16 Report)
संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: समुदाय में जागरूकता अभियान की योजना बनाना
1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 16वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "समुदाय में जागरूकता अभियान की योजना बनाना" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

समुदाय में जागरूकता अभियान की योजना बनाना के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। लक्ष्य समूह, संदेश, सामग्री, स्थान, समय और प्रचार माध्यम जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical learning** के साथ

practical observation को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Practical Learning & Project Work** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज समुदाय में जागरूकता अभियान की योजना बनाना से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान लक्ष्य समूह, संदेश, सामग्री, स्थान, समय और प्रचार माध्यम पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में समुदाय में जागरूकता अभियान की योजना बनाना को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को

देखना चाहिए। लक्ष्य समूह, संदेश, सामग्री, स्थान, समय और प्रचार माध्यम से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. जागरूकता अभियान का उद्देश्य और लक्ष्य समूह तय करना। 2. संदेश, सामग्री, स्थान और समय की योजना बनाना। 3. पोस्टर, भाषण और समूह बैठक की रूपरेखा तैयार करना। 4. अभियान के मूल्यांकन के तरीके समझना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "समुदाय में जागरूकता अभियान की योजना बनाना" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत

बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि समुदाय में जागरूकता अभियान की योजना बनाना जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर षोडश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की

career तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
सप्तदश दिवस (**Day 17 Report**)
संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: समूह चर्चा, काउंसलिंग और समस्या समाधान तकनीक
1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 17वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "समूह चर्चा, काउंसलिंग और समस्या समाधान तकनीक" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

समूह चर्चा, काउंसलिंग और समस्या समाधान तकनीक के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। समूह सहभागिता, सक्रिय सुनना, समस्या साझा करना और समाधान खोज जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Practical Learning & Project Work** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज समूह चर्चा, काउंसलिंग और समस्या समाधान तकनीक से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान समूह सहभागिता, सक्रिय सुनना, समस्या साझा करना और समाधान खोज पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में समूह चर्चा, काउंसलिंग और समस्या समाधान तकनीक को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने

से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। समूह सहभागिता, सक्रिय सुनना, समस्या साझा करना और समाधान खोज से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. समूह चर्चा के नियम और उद्देश्य लिखना। 2. काउंसलिंग में सक्रिय सुनने और सहानुभूति का अभ्यास करना। 3. समस्या समाधान के चरणों को नोट करना। 4. एक छोटी भूमिका-निर्वाह गतिविधि में भाग लेना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "समूह चर्चा, काउंसलिंग और समस्या समाधान तकनीक" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने

यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि समूह चर्चा, काउंसलिंग और समस्या समाधान तकनीक जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर सप्तदश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है

कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट

अष्टादश दिवस (**Day 18 Report**)

संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**

दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____

विषय: केस स्टडी और सामाजिक समस्या पर रिपोर्ट तैयार करना

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 18वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "केस स्टडी और सामाजिक समस्या पर रिपोर्ट तैयार करना" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

केस स्टडी और सामाजिक समस्या पर रिपोर्ट तैयार करना के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। समस्या का चयन, केस विवरण, कारण, प्रभाव, हस्तक्षेप और निष्कर्ष जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Practical Learning & Project Work** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज केस स्टडी और सामाजिक समस्या पर रिपोर्ट तैयार करना से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान समस्या का चयन, केस विवरण, कारण, प्रभाव, हस्तक्षेप और निष्कर्ष पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning, observation, communication, documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में केस स्टडी और सामाजिक समस्या पर रिपोर्ट तैयार करना को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने

से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। समस्या का चयन, केस विवरण, कारण, प्रभाव, हस्तक्षेप और निष्कर्ष से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. केस स्टडी का अर्थ और संरचना समझना। 2. किसी सामाजिक समस्या से संबंधित केस विवरण तैयार करना। 3. कारण, प्रभाव, हस्तक्षेप और निष्कर्ष को व्यवस्थित करना। 4. रिपोर्ट लेखन में भाषा और गोपनीयता का ध्यान रखना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "केस स्टडी और सामाजिक समस्या पर रिपोर्ट तैयार करना" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने

यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि केस स्टडी और सामाजिक समस्या पर रिपोर्ट तैयार करना जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर अष्टादश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है

कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
एकोनविंश दिवस (Day 19 Report)

संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: प्रोजेक्ट वर्क, अनुभव साझा करना और रिपोर्ट लेखन

1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 19वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "प्रोजेक्ट वर्क, अनुभव साझा करना और रिपोर्ट लेखन" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

प्रोजेक्ट वर्क, अनुभव साझा करना और रिपोर्ट लेखन के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। प्रोजेक्ट योजना, गतिविधि रिपोर्ट, अनुभव, सीख और अंतिम प्रस्तुति जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical learning** के साथ

practical observation को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Practical Learning & Project Work** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज प्रोजेक्ट वर्क, अनुभव साझा करना और रिपोर्ट लेखन से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान प्रोजेक्ट योजना, गतिविधि रिपोर्ट, अनुभव, सीख और अंतिम प्रस्तुति पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में प्रोजेक्ट वर्क, अनुभव साझा करना और रिपोर्ट लेखन को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को

देखना चाहिए। प्रोजेक्ट योजना, गतिविधि रिपोर्ट, अनुभव, सीख और अंतिम प्रस्तुति से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. प्रोजेक्ट वर्क की रूपरेखा और उद्देश्य लिखना। 2. फील्ड अनुभव और गतिविधियों का क्रमबद्ध विवरण तैयार करना। 3. टीम के साथ सीख और चुनौतियाँ साझा करना। 4. अंतिम रिपोर्ट के लिए सामग्री व्यवस्थित करना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "प्रोजेक्ट वर्क, अनुभव साझा करना और रिपोर्ट लेखन" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत

बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि प्रोजेक्ट वर्क, अनुभव साझा करना और रिपोर्ट लेखन जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर एकोनविंश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की

career तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____

इंटर्नशिप रिपोर्ट
विंश दिवस (**Day** 20 **Report**)
संस्था का नाम: **Ali Tech Computer Education Foundation**
दिनांक: _____ स्थान: _____ इंटर्न का नाम: _____
विषय: इंटर्नशिप का समापन, मूल्यांकन और सीख का निष्कर्ष
1. परिचय

आज मेरी **Social Work** इंटर्नशिप का 20वाँ दिवस था। आज का मुख्य विषय "इंटर्नशिप का समापन, मूल्यांकन और सीख का निष्कर्ष" रहा। यह दिन मेरे लिए ज्ञानवर्धक, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा, क्योंकि आज के प्रशिक्षण में मुझे सामाजिक कार्य से जुड़ी बुनियादी समझ के साथ-साथ उसके व्यावहारिक महत्व को जानने का अवसर मिला। प्रशिक्षक ने सरल भाषा, उदाहरणों और चर्चा के माध्यम से बताया कि इंटर्नशिप का उद्देश्य केवल जानकारी प्राप्त करना नहीं होता, बल्कि सीखी गई बातों को व्यवहार में लागू करना भी होता है। **Social Work** का क्षेत्र समाज के कमजोर, वंचित और जरूरतमंद वर्गों के साथ संवेदनशीलता से काम करने की प्रेरणा देता है। इस विषय के माध्यम से मुझे यह समझ आया कि किसी भी सामाजिक समस्या को केवल सुनकर या देखकर निर्णय लेना उचित नहीं है, बल्कि उसके कारण, प्रभाव, परिस्थिति और उपलब्ध संसाधनों को समझना जरूरी होता है।

इंटर्नशिप का समापन, मूल्यांकन और सीख का निष्कर्ष के संदर्भ में आज की चर्चा ने यह स्पष्ट किया कि सामाजिक कार्य में सेवा भावना, अनुशासन, नैतिकता और संवाद कौशल का विशेष महत्व है। सीखे गए कौशल, मूल्यांकन, आत्मविश्वास, भविष्य की तैयारी और निष्कर्ष जैसे बिंदुओं को समझते हुए यह बताया गया कि समाज में परिवर्तन लाने के लिए व्यक्ति को धैर्य, सहानुभूति और जिम्मेदारी के साथ कार्य करना चाहिए। सामाजिक कार्यकर्ता समाज और संस्था के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी का कार्य करता है। वह लोगों की समस्याओं को सुनता है, उनकी जरूरतों को पहचानता है, उचित मार्गदर्शन देता है और उपलब्ध सेवाओं तक पहुँच बनाने में सहायता करता है। इसलिए इंटर्नशिप के दौरान प्रत्येक दिन **theoretical**

learning के साथ **practical observation** को भी महत्व दिया गया।

2. प्रशिक्षण सत्र

आज का प्रशिक्षण सत्र **Practical Learning & Project Work** चरण के अंतर्गत आयोजित किया गया। सत्र की शुरुआत में प्रशिक्षक ने आज के विषय की आवश्यकता और उपयोगिता पर चर्चा की। उन्होंने बताया कि **Social Work** में किसी भी विषय को केवल सैद्धांतिक रूप से समझना पर्याप्त नहीं होता, बल्कि फील्ड वर्क, अवलोकन, समूह चर्चा, केस स्टडी और रिपोर्ट लेखन के माध्यम से उसे व्यवहार में समझना जरूरी होता है। आज इंटर्नशिप का समापन, मूल्यांकन और सीख का निष्कर्ष से जुड़े प्रमुख बिंदुओं पर विस्तार से जानकारी दी गई। प्रशिक्षक ने उदाहरण देकर समझाया कि सामाजिक कार्यकर्ता को व्यक्ति की समस्या सुनते समय बिना भेदभाव के व्यवहार करना चाहिए और उसकी गोपनीयता का सम्मान करना चाहिए।

प्रशिक्षण के दौरान सीखे गए कौशल, मूल्यांकन, आत्मविश्वास, भविष्य की तैयारी और निष्कर्ष पर विशेष चर्चा की गई। विद्यार्थियों को अपने विचार रखने, प्रश्न पूछने और अनुभव साझा करने का अवसर दिया गया, जिससे सत्र सहभागितापूर्ण बना। प्रशिक्षक ने यह भी बताया कि सामाजिक कार्य में **planning**, **observation**, **communication**, **documentation** और **follow-up** बहुत जरूरी होते हैं। यदि किसी समस्या का सही रिकॉर्ड न रखा जाए या लाभार्थी की वास्तविक स्थिति को समझे बिना निर्णय लिया जाए, तो समाधान प्रभावी नहीं हो पाता। इसलिए सामाजिक कार्यकर्ता को तथ्य, मानवीय संवेदना और जिम्मेदार आचरण के आधार पर कार्य करना चाहिए। आज के सत्र में समय प्रबंधन, टीमवर्क, पेशेवर व्यवहार और फील्ड रिपोर्ट की भाषा पर भी जोर दिया गया।

आज के व्यावहारिक भाग में इंटर्नशिप का समापन, मूल्यांकन और सीख का निष्कर्ष को वास्तविक जीवन से जोड़कर समझाया गया। प्रशिक्षक ने बताया कि सामाजिक कार्य में समस्या को देखने का नजरिया बहुत महत्वपूर्ण होता है। किसी भी व्यक्ति या समुदाय की स्थिति को समझने से

पहले उसके सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक और सांस्कृतिक संदर्भ को देखना चाहिए। सीखे गए कौशल, मूल्यांकन, आत्मविश्वास, भविष्य की तैयारी और निष्कर्ष से जुड़े उदाहरणों के माध्यम से यह स्पष्ट किया गया कि सामाजिक कार्यकर्ता का काम केवल सलाह देना नहीं है, बल्कि व्यक्ति को सम्मान के साथ सुनना, उपलब्ध विकल्प समझाना और उसे आत्मनिर्भर बनने की दिशा में प्रेरित करना भी है। इस अभ्यास से हमें फील्ड में कार्य करने की तैयारी, व्यवहारिक भाषा और रिपोर्ट के लिए आवश्यक नोट्स तैयार करने का तरीका समझ में आया।

3. सौंपे गए कार्य

आज के दिन हमें निम्नलिखित कार्य सौंपे गए- 1. पूरे 20 दिनों की सीख का पुनरावलोकन करना। 2. प्रशिक्षण से प्राप्त कौशल और अनुभव लिखना। 3. इंटर्नशिप मूल्यांकन और सुधार बिंदु समझना। 4. अंतिम निष्कर्ष और भविष्य की उपयोगिता लिखना। इन कार्यों के माध्यम से आज के विषय को केवल सुनने तक सीमित नहीं रखा गया, बल्कि उसे समझने, लिखने और सामाजिक जीवन के उदाहरणों से जोड़ने का अभ्यास कराया गया। हमें यह भी बताया गया कि प्रत्येक दिन की सीख को डायरी या रिपोर्ट में व्यवस्थित रूप से लिखना जरूरी है, क्योंकि इसी से अंतिम इंटर्नशिप रिपोर्ट तैयार करने में आसानी होती है। प्रशिक्षक ने सलाह दी कि फील्ड में जाते समय भाषा, व्यवहार, गोपनीयता और समय पालन का विशेष ध्यान रखना चाहिए।

4. आज का अनुभव

आज का अनुभव मेरे लिए काफी लाभदायक रहा। मैंने महसूस किया कि **Social Work** केवल एक विषय नहीं है, बल्कि समाज के प्रति जिम्मेदारी निभाने की एक सकारात्मक प्रक्रिया है। आज के विषय "इंटर्नशिप का समापन, मूल्यांकन और सीख का निष्कर्ष" ने मेरे ज्ञान को बढ़ाने के साथ-साथ मेरे दृष्टिकोण को भी व्यावहारिक बनाया। मुझे यह समझ आया कि सामाजिक कार्य में किसी भी व्यक्ति या समुदाय की समस्या को समझने के लिए संवेदनशीलता और धैर्य बहुत आवश्यक है। टीम के साथ चर्चा करने से मुझे सहयोग, नेतृत्व और सामूहिक कार्य की उपयोगिता समझ में आई। मैंने

यह भी सीखा कि समाज में छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव की शुरुआत बन सकते हैं, यदि उन्हें सही योजना और ईमानदारी के साथ किया जाए।

मुझे यह भी महसूस हुआ कि सामाजिक कार्य में लगातार अभ्यास और फील्ड अनुभव बहुत जरूरी है। केवल परिभाषाएँ याद करने से कार्य पूरा नहीं होता, बल्कि लोगों से संवाद करना, उनकी स्थिति को समझना, उपलब्ध साधनों का उपयोग करना और समाधान की दिशा में कदम बढ़ाना भी जरूरी होता है। आज के अभ्यास ने मुझे अपनी बात को सरल भाषा में रखने, दूसरों की बात ध्यान से सुनने और परिस्थिति के अनुसार व्यवहार करने की प्रेरणा दी। इस प्रकार आज का दिन मेरे व्यक्तिगत, सामाजिक और पेशेवर विकास के लिए उपयोगी रहा।

आज की सीख से मेरे अंदर सामाजिक जिम्मेदारी की भावना और मजबूत हुई। मैंने समझा कि इंटर्नशिप का समापन, मूल्यांकन और सीख का निष्कर्ष जैसे विषयों का अध्ययन केवल परीक्षा या रिपोर्ट के लिए नहीं, बल्कि समाज में वास्तविक परिवर्तन के लिए आवश्यक है। जब हम किसी समस्या को संवेदनशील ढंग से समझते हैं, तो समाधान अधिक मानवीय और प्रभावी बनता है। इस सत्र ने मुझे यह भी सिखाया कि **Social Work** में **patience**, **empathy**, **leadership**, **teamwork** और **documentation** समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। आगे फील्ड वर्क के दौरान मैं इन सभी बातों को ध्यान में रखते हुए लोगों से संवाद करने, उनकी जरूरतों को समझने और सही ढंग से रिपोर्ट तैयार करने का प्रयास करूँगा।

5. निष्कर्ष

कुल मिलाकर विंश दिवस अत्यंत सफल, उपयोगी और प्रेरणादायक रहा। आज के प्रशिक्षण से मुझे विषय की स्पष्ट समझ प्राप्त हुई और आगे के दिनों के लिए उत्साह भी बढ़ा। मैंने सीखा कि **Social Work** में सेवा, संवेदना, अनुशासन, संचार, दस्तावेजीकरण और टीमवर्क जैसे छोटे-छोटे तत्व मिलकर बड़े सामाजिक परिवर्तन का आधार बनते हैं। आज की गतिविधियों ने मुझे अपने व्यवहार, सोच और कार्य करने के तरीके में सुधार करने की प्रेरणा दी। मैं आने वाले दिनों में पूरी लगन, अनुशासन और जिम्मेदारी के साथ प्रशिक्षण में भाग लेने के लिए तैयार हूँ। मुझे विश्वास है

कि यह इंटर्नशिप मेरे ज्ञान, कौशल, व्यक्तित्व विकास और भविष्य की **career** तैयारी को मजबूत करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी। आज की सीख को मैं केवल रिपोर्ट तक सीमित नहीं रखूँगा, बल्कि पढ़ाई, **project work** और दैनिक जीवन में भी लागू करने का प्रयास करूँगा।

इस प्रकार आज का प्रशिक्षण अध्ययन, व्यवहार और सामाजिक कौशल के स्तर पर उपयोगी सिद्ध हुआ। इससे मेरी सोच अधिक जिम्मेदार, व्यावहारिक और समाज केंद्रित बनी। आने वाले दिनों में मैं समुदाय, फील्ड वर्क, सर्वेक्षण, काउंसलिंग, जागरूकता अभियान और रिपोर्ट लेखन जैसे सभी **topics** को ध्यानपूर्वक सीखकर एक प्रभावी **final report** तैयार करने का प्रयास करूँगा।

इंटर्न के हस्ताक्षर: _____