पंजाब केसरी 11/09/2025

जागरुकता अभियान के तहत विद्यार्थियों को जानकारी देती मनोविज्ञान विभाग की अध्यक्ष डा. अनुपमा सिहाग। (चंद्रमोहन)

'आशावादी दृष्टिकोण से आत्महत्या को रोका जा सकता है'

जागरुकता अभियान के तहत कार्यक्रम आयोजित

अम्बाला, 10 सितम्बर (बलराम): जी.एम.एन. कॉलेज में आत्महत्या रोकथाम दिवस के अवसर पर एक जागरुकता अभियान चलाया गया। यह जागरुकता कार्यक्रम छात्रों, शिक्षण और गैर-शिक्षण कर्मचारियों के लिए आयोजित किया गया।

इस कार्यक्रम का आयोजन मनोविज्ञान विभाग, मैंटल हैल्थ क्लब, मनोवैज्ञानिक परामर्श केंद्र और छात्र सेवा केंद्र द्वारा संयुक्त रूप से किया गया। कॉलेज के प्रिंसीपल डा. रोहित दत्त के मार्गदर्शन और नेतृत्व में यह कार्यक्रम आयोजित किया गया।

डा. रोहित दत्त ने बताया कि विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस 10 सितम्बर को मनाया जाता है, जिसका उद्देश्य आत्महत्या की रोकथाम के बारे में जागरुकता बढ़ाना और मानसिक स्वास्थ्य के महत्व को समझाना है। डा. दत्त ने अपने विचार सांझा करते हुए कहा कि आशावादी दृष्टिकोण से आत्महत्या को रोका जा सकता है।

मनोविज्ञान विभाग की अध्यक्ष डा. अनुपमा सिहाग बताया कि छात्रों ने आत्महत्या के मुद्दे पर जागरुकता बढ़ाने के लिए रोल प्ले का आयोजन किया है, जो आत्महत्या के मुद्दे पर जागरुकता बढ़ाने और मानसिक स्वास्थ्य के महत्व को समझने के लिए प्रेरित करेगा। छात्रों को रोल प्ले के माध्यम से बताया गया कि जरूरत के समय मदद के लिए आगे आने से एक जीवन बचाया जा सकता है।

डा. अनुपमा सिहाग ने कहा कि आत्महत्या की समस्या एक गंभीर मुद्दा है और मानसिक स्वास्थ्य के लिए नियमित जांच, काऊंसलिंग और सपोर्ट ग्रुप प्रदान करना आवश्यक है।

मानसिक स्वास्थ्य क्लब के छात्र अर्शप्रीत, दशमीत, रिद्धि, अवनी, जेसिका, यशिका, तेजवीर, दृष्टि, सृष्टि, सावन, राधिका, हर्ष, अखिल, रीवा और तन्वी ने रोल प्ले का आयोजन किया। अनिल कुमार, प्रयोगशाला सहायक मनोविज्ञान विभाग उपस्थित रहे।