DISTRICT MENTAL HEALTH PROGRAMME
DHAMTARI (C.G.)
GATEKEEPER TRAINING
ON
SUICIDE PREVENTION
District Mental Health Unit, Dhamtari (C.G.)

मनोविज्ञान विभाग

बी.सी.एस.शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, धमतरी (छ.ग.)

प्रतिवेदन

बी.सी.एस. शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, धमतरी में दिनांक 29.01.2024 को जिला अस्पताल धमतरी से श्रीमती मीरा गौतम एवं श्रीमती दिव्या साहू के द्वारा व्याख्यान एवं गतिविधियों से संबंधित "आत्महत्या निवारण दिवस'' के बारे में विद्यार्थियों को जानकारी दी ।

यह किसी भी उम्र में लोगों में आज बहुत बड़ी समस्या है, 75 प्रतिशत बिमारियों का कारण तनाव का होना है। ह्रदय रोग एवं कैंसर जैसी जानलेवा बीमारी भी तनाव के कारण होते हैं इससे आत्महत्या भी कर लेते है। इसे समझने के लिए विद्यार्थियों को तीन ग्रुप में तीन रंगों के गुब्बारे वितरित किए एक ग्रुप को गुब्बारे फुलाकर कर फिर उसे हवा निकाल देने के लिए कहा गया । दूसरे ग्रुप में गुब्बरो को इतना फूलने के लिए कहा गया कि वह फूट जाए और तीसरे ग्रुप के लोगों को गुब्बारा फुला कर पीछे गांठ बांधने के लिए कहा गया । इससे तनाव की समस्या को समझाया गया। पोस्टर में तनाव के कारणों को लिखने के लिए कहा गया तथा लक्षणों एवं कारणों को बताकर उसे आत्महत्या के विचार ना आए इसके उपायों को भी बताया गया।

श्रीमती मीरा गौतम ने लाफिंग के बहुत से तरीके बताएं, योग से शरीर व मन को स्वस्थ रखने के बारे में बताया। इस कार्यक्रम में महाविद्यालय की प्राध्यापक डॉ. हेमवती ठाकुर, डॉ. चंद्रिका साहू एवं श्रीमती जयश्री पंचांगम, सहायक प्राध्यापक मनोविज्ञान, मनोविज्ञान बी.ए.- प्रथम सेमेस्टर एवं द्वितीय वर्ष एवं तृतीय वर्ष के सभी विद्यार्थी सम्मिलित थे।

Panch

*श्रीमती जयश्री पंचांगम,

सहायक प्राध्यापक, मनोविज्ञान

कार्यालय प्राचार्य
बी.सी.एस. शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, धमतरी (छ.ग.)
Website - www.bcspgcdmt.com
E-mail - pgcollege.dhamtari@gmail.com
AISHE CODE: C-21763
NAAC GRADE B+
दूरभाष– 07722–238933
फैक्स – 07722–237933

दिनांक 27/01/2024

॥ सूचना ॥

महाविद्यालय के समस्त नियमित विद्यार्थियों एवं शैक्षणिक स्टॉफ को सूचित किया जाता है कि दिनांक 29.01.2024 को मनोविज्ञान विभाग द्वारा "आत्महत्या निवारण" विषय पर जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया जाना है। अतः मनोविज्ञान विभाग में बी.ए.-प्रथम वर्ष, द्वितीय वर्ष एवं तृतीय वर्ष के छात्र-छात्राएँ एवं समस्त स्टॉफ महाविद्यालय के मुख्य भवन सेमीनार हॉल में अपनी उपस्थिति सुनिश्चित करें।

(डॉ.श्रीदेवी चौबे)
प्र.प्राचार्य
बी.सी.एस.शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय
जिला-धमतरी (छ.ग.)