मनोविज्ञान विभाग

विभागीय गतिविधि (2021-22)

दिनांक 11-05-22

पंडित चिरंजी लाल शर्मा राजकीय महाविद्यालय में 11 मई 2022 को गृह विज्ञान विभाग व मनोविज्ञान विभाग के संयुक्त तत्वाधान में **करियर काउंसलिंग** में **स्ट्रेस मैनेजमेंट** विषय पर विस्तार व्याख्यान का आयोजन किया गया। महाविद्यालय में स्थित इनक्यूबेटर सेंटर के प्रभारी डॉ सुनील ग्रोवर डॉ रेनू काउंसलर भारद्वाज क्लिनिक एंड काउंसलिंग सेंटर करनाल बतौर मुख्य वक्ता पहुंचे और विद्यार्थियों का मार्गदर्शन किया। मंच संचालन श्रीमती प्रीति गृह विज्ञान विभाग द्वारा किया गया। प्राचार्य डॉ रेखा शर्मा ने दोनों विभागों के सभी सदस्यों को इस आयोजन के लिए बधाई दी। उन्होंने कहा स्ट्रेस मैनेजमेंट वास्तव में अपनी क्षमताओं का प्रबंधन है। डॉ सुनील ग्रोवर ने अपने संबोधन में कहा कि विद्यार्थी अपने करियर का चुनाव अपनी रूचि के अनुसार करें व अपने जीवन का उद्देश्य पहचाने । उन्होंने कहा कि अपनी सॉफ्टस्किल्स को और अधिक निखारे ताकि अपना लक्ष्य प्राप्त करना आसान हो सके। डॉ रेनू ने विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से विद्यार्थियों के व्यक्तित्व के सकारात्मक पक्ष को बढ़ाने के तरीकों के बारे में बताया। उन्होंने अपने संबोधन में कहा कि स्वयं से प्यार करना, खुद को महत्व देना, वर्तमान में रहना और स्वयं की रूचि के अनुसार कार्य करना बहुत आवश्यक है। दूसरों के लिए कुछ अच्छा तभी किया जा सकता है जब आप स्वयं तनाव रहित, आशावादी व सकारात्मक है। इस अवसर पर गृह विज्ञान विभाग व मनोविज्ञान विभाग के सभी सदस्य, श्रीमती पूनम भंडारी, डॉ राजेश कुमार मेहरा, श्रीमती शिखा, श्रीमती संगीता, श्री राजेश् कुमार, श्री देवकरण सिंह, श्रीमती ज्योति, श्री दीपक कुमार व श्रीमती प्रीति उपस्थित रहे।