राजस्थान विश्वविद्यालय के मनोवैज्ञानिक परामर्श केंद्र द्वारा बेहतर स्वास्थ्य को लेकर 3 दिन की कार्यशाला

जयपुर 31 मई राजस्थान विश्वविद्यालय के मनोवैज्ञानिक परामर्श केंद्र द्वारा हार्टफूलनेस इंस्टीट्यूट के संयुक्त तत्वाधान में एक तीन दिवसीय कार्यशाला का आयोजन 29 मई से 31 मई के दौरान किया गया, मानव विशेष रूप से युवा अपने बेहतर स्वास्थ्य के लिए किस तरह प्रसन्नता पूर्वक अपने जीवन को जिए ,जैसे महत्वपूर्ण आयामों को लेकर इस कार्यशाला में विचार विमर्श किया गया
कार्यशाला में विचार विमर्श के दौरान यह तथ्य निकलकर आया की हमारे देश के भविष्य युवा मैं असीमित ज्ञान का भंडार है, जिसे वह सही दिशा में महसूस कर अपना बेहतर जीवन यापन कर सकता है ,इस अवसर पर हार्टफुल इंस्टिट्यूट के विशेषज्ञों तरुण तोषनीवाल अतुल यादव वह संजीव कुमार द्वारा बढ़ते अवसाद के नियंत्रण प्रबंधन वह आत्मविश्वास को विकसित करने जैसे विषयों पर व्यवहारिक रूप से विषयों की व्यापक जानकारी भी दी गई, विशेषज्ञों का मत था की मस्तिष्क में उत्पन्न होने वाली पेचिदगियो को मन मैं स्थित सरलता के भाव को पहचान कर दूर किया जा सकता है ,आज के युवा में वह सभी आवश्यक क्षमताएं हैं जिसे उसे मन से पहचानना होगा.
कार्यशाला का समन्वय डॉ चित्रा चौधरी द्वारा किया गया धन्यवाद मनोवैज्ञानिक परामर्श केंद्र की निदेशक प्रो मधु जैन द्वारा ज्ञापित किया गया

जनसंपर्क अधिकारी
राजस्थान विश्वविद्यालय जयपुर