# दिग्विजयनाथ स्नातकोत्तर महाविद्यालय
## गोरखपुर-273001
(नैक प्रत्यायित 'B++' श्रेणी)
सम्बद्ध
दीनदयाल उपाध्याय गोरखपुर विश्वविद्यालय, गोरखपुर

☎ : 0551-2334549
: 09792987700
e-mail : dnpggkp@gmail.com
website : www.dnpgcollege.edu.in


पत्रांक : /2021–22 दिनांक 09.10.2021

**प्रकाशनार्थ**

"सभी के लिए मानसिक स्वास्थ्य–आइये इसे वास्तविकता बनायें ''नारे को ध्यान में रखते हुए 'मेन्टल हेल्थ इन एन अनइक्वल वर्ल्ड' विषय पर एक दिवसीय मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता संगोष्ठी का आयोजन दिग्विजयनाथ स्नातकोत्तर महाविद्यालय गोरखपुर के मनोविज्ञान विभाग द्वारा 09 अक्टूबर 2021, दिन शनिवार को किया गया। उक्त कार्यक्रम में डॉ. अमित शाही, मनोचिकित्सक, जिला अस्पताल, गोरखपुर, मुख्य वक्ता के रूप में रहे। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि के रूप में डॉ. ए.एन.प्रसाद, ए.सी.एम.ओ. तथा विशिष्ट अतिथि के रूप में डॉ. शीला सिंह, पूर्व प्रभारी, मनोविज्ञान विभाग, दिग्विजयनाथ स्नातकोत्तर महाविद्यालय गोरखपुर ने संबोधित किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. वीणा गोपाल मिश्रा ने किया। कार्यक्रम का संचालन व समन्वयन डॉ. विवेक कुमार शाही ने किया।

कार्यक्रम के उद्घाटन सत्र में बोलते हुए विशिष्ट अतिथि डॉ. शीला सिंह ने अस्तित्ववादी दर्शन का संदर्भ देते हुए बताया कि व्यक्ति के जीवन में अस्थायित्व, अर्थहीनता, एकाकीपन बढ़ रहा है, फिर भी ये सब परिस्थितियां व्यक्ति को मार नहीं सकती, ये व्यक्ति को और ज्यादा मजबूत बनाती है।

उद्घाटन सत्र में बोलते हुए ही डॉ. सुशील कुमार तिवारी ने भारत में मानसिक विकारों की भयावह संख्या की तरफ संकेत करते हुए, विद्यार्थियों को इन समस्याओं से लड़ने के लिए कुछ टिप्स दिये। साथ ही बच्चों को शारीरिक व्यायाम, सामुदायिक एवं सामाजिक सहयोग करने एवं लेने, अपने स्वयं को स्वीकृति वं महत्व देने आदि का सुझाव दिया।

कार्यक्रम के मुख्य वक्ता डॉ. अमित शाही जी ने मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता के पक्ष में बोलते हुए समान समाज में जहॉ लोगों के बीच सामाजिक व आर्थिक अन्तर बढ़ता जा रहा है, ऐसे समय में सभी को मानसिक स्वास्थ्य सुविधाएं किस तरह से प्राप्त हों इस विषय पर अपना विचार रखा। मानसिक स्वास्थ्य नीति 2017 की चर्चा करते हुए उन्होंने यह बताया कि किस तरह से यह नीति मानसिक स्वास्थ्य के रोगियों हेतु उन्ही सुविधाओं का अधिकार प्रदान करता है जो शारीरिक स्वास्थ्य के रोगियें को मिलती रही है।

# दिग्विजयनाथ स्नातकोत्तर महाविद्यालय
## गोरखपुर-273001
(नैक प्रत्यायित 'B++' श्रेणी)
*सम्बद्ध*
**दीनदयाल उपाध्याय गोरखपुर विश्वविद्यालय, गोरखपुर**

☎ : 0551-2334549
: 09792987700
e-mail : dnpggkp@gmail.com
website : www.dnpgcollege.edu.in


कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए मुख्य अतिथि डॉ. ए.एन.प्रसाद ने मानसिक स्वास्थ्य में जुड़े हुए स्टिगमा (कलंक) की बात की और उसे समाप्त करने की जरूरत बतायी साथ में उन्होंने यह भी बताया कि किस प्रकार से आजकल युवा वर्ग में इन्टरनेट एडिक्शन बढ़ता जा रहा है जिसे दूर करने की आवश्यकता है।

कार्यक्रम में अध्यक्षीय उद्‌बोधन महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. वीणा गोपाल मिश्रा ने किया। मानसिक स्वास्थ्य पर बोलते हुए उन्होंने खुद को लोगों से जोड़े रखने, अच्छे मित्र बनाने, अच्छे मूल्यों को धारण करने के लिए बच्चों को प्रेरित किया और मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक रहने व सम्बन्धित मदद लेने व देने के लिए विद्यार्थियों को प्रेरित किया।

संगोष्ठी के तकनीकी सत्र में डॉ. मनोज पाण्डेय, सहायक आचार्य, वीर बहादुर सिंह पूर्वांचल विश्वविद्यालय, डॉ. अमीश, सहायक आचार्य, फिरोज गॉधी, महाविद्यालय, रायबरेली, डॉ. तुलिका पाण्डेय, सहायक आचार्य, बी.आर.डी.पी.जी.कालेज, देवरिया, डॉ. विनोद गुप्ता, सहायक आचार्य, डी.ए.वी.पी.जी.कालेज, गोरखपुर, डॉ. वेंकेट रमन पाण्डेय, सहायक आचार्य, महाराणा प्रताप पी.जी. कालेज, जंगल धूसड़, गोरखपुर, डॉ. रूपेश तिवारी, सहायक आचार्य, जी.एस.एस.आर.पी.जी. कालेज, आजमगढ़ तथा डॉ.शोएब हसन, सहायक आचार्य, मनोविज्ञान, सेण्ट एण्ड्रयूज कालेज, गोरखपुर ने आमंत्रित व्याख्यान दिया। इन वक्ताओं ने मानसिक स्वास्थ्य के बढ़ावा देने तथा योग, ध्यान, आध्यात्मिकता, तनाव–प्रबन्धन, क्षमा, समय प्रबन्धन का मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ने वाले असर के बारे में बताया। भारत में स्वास्थ्य सुविधाओं एवं मानसिक स्वास्थ्य नीति के सन्दर्भ में बात करते हुए कार्यक्रम के संयोजक डॉ. विवेक कुमार शाही ने सभी आगन्तुक अतिथियों के प्रति आभार ज्ञापित करते हुए कार्यक्रम का समापन किया।

**डॉ.(वीणा गोपाल मिश्रा)**
**प्राचार्य**