

7. Legal psychology/, Psychological counselling for girls 4th March 2021

‘आत्मनिर्भरता बनाएगी महिलाओं को सशक्त’



meerut@inext.co.in

MEERUT (4 March): भारत देश में महिलाओं के सशक्तिकरण की ओर बढ़ते कदमों से यह तो अवश्य प्रतीत होता है कि आज महिलाओं की स्थिति पहले से तो बेहतर है परंतु अभी भी भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति संतोषजनक नहीं है। इसलिए व्यक्तिगत स्तर पर महिलाओं को सशक्त होना आवश्यक है। आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है। तभी समाज में महिलाओं की स्थिति को सुदृढ़ किया जा सकता है। यह बात डॉ. संजय शिक्षक मनोविज्ञान विभाग सीसीएसयू मेस्ट के कार्यक्रम में सीसीएसयू द्वारा चलाए जा रहे मिशन शक्ति अभियान के तहत वेबिनार का आयोजन किया गया। मौके पर डॉ. संजय ने कहा कि आत्मनिर्भर व्यक्ति सदैव आत्मप्रेरित, जिम्मेदार, अनुशासित व आत्म विश्वास वाले होते हैं, वे अपनी छोटी-छोटी समस्याओं के हल निकालने में सक्षम होते हैं और वे अपनी बात निररता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपनी आवाज उठा पाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तित्व के स्वामी होते हैं और समाज को विकसित करने में भी इनकी महत्वपूर्ण भूमिका होती हैं। प्रति कुलपति प्रो. वाई विमला ने कहा कि यदि महिलाओं को सशक्त होना है तो उन्हें सामाजिक, आर्थिक व मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मनिर्भर होना होगा। मिशन शक्ति कार्यक्रम की समन्वयक प्रो. विन्दु शर्मा ने कहा कि वर्तमान समय में महिला हर क्षेत्र में अपनी योग्यता को साबित कर रही है।

महिला का सशक्त होना है जरूरी

प्रति कुलपति प्रो. वाई विमला ने कहा कि यदि महिलाओं को सशक्त होना है तो उन्हें सामाजिक, आर्थिक व मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मनिर्भर होना होगा। मिशन शक्ति कार्यक्रम की समन्वयक प्रो. विन्दु शर्मा ने कहा कि वर्तमान समय में महिला हर क्षेत्र में अपनी योग्यता को साबित कर रही है।

महिलाओं को सशक्त बना सकती है आत्मनिर्भरता : डॉ. संजय

मेरठ। गुरुवार को चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय में मिशन शक्ति अभियान के तहत वेबिनार का आयोजन किया गया। जिसमें मनोवैज्ञान विभाग के शिक्षक डा. संजय ने बताया कि भारत देश में महिलाओं के सशक्तिकरण की ओर बढ़ते कदमों से यह तो अवश्य प्रतीत होता है कि आज महिलाओं की स्थिति पहले से तो बेहतर है। परंतु अभी भी भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति संतोषजनक नहीं है। इसलिए व्यक्तिगत स्तर पर महिलाओं को सशक्त होना आवश्यक है और सशक्तता की आत्मनिर्भरता में है, आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है। तभी समाज में महिलाओं की स्थिति को सुदृढ़ किया जा सकता है। डॉ. संजय ने कहा कि आत्मनिर्भर व्यक्ति सदैव आत्मप्रेरित, जिम्मेदार, अनुशासित व आत्म विश्वास वाले होते हैं, वे अपनी छोटी-छोटी समस्याओं के हल निकालने में सक्षम होते हैं और वे अपनी बात निररता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपनी आवाज उठा पाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तित्व के स्वामी होते हैं और समाज को विकसित करने में भी इनकी महत्वपूर्ण भूमिका होती हैं। प्रति कुलपति प्रो. वाई विमला ने कहा कि यदि महिलाओं को सशक्त होना है तो उन्हें सामाजिक, आर्थिक व मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मनिर्भर होना होगा। इसके लिए महिलाओं को खुद से प्रेरित होना, अपनी आवाज उठाना, अपने अधिकारों के लिए लड़ना, और किसी भी स्थिति में अपने लिए पहला कदम उठाना सीखना होगा।

आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकतीः डॉ. संजय

मेरठ। भारत देश में महिलाओं के सशक्तिकरण की ओर बढ़ते कदमों से यह तो अवश्य प्रतीत होता है कि आज महिलाओं की स्थिति पहले से तो बेहतर है। परंतु अभी भी भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति संतोषजनक नहीं है। इसलिए व्यक्तिगत स्तर पर महिलाओं को सशक्त होना आवश्यक है, और सशक्तता की आत्मा आत्मनिर्भरता में है, आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है। तभी समाज में महिलाओं की स्थिति को सुटूट किया जा सकता है। यह बात डॉ. संजय शिक्षक मनोविज्ञान विभाग चैधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय, मेरठ ने चैधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय द्वारा चलाए जा रहे मिशन शक्ति अभियान के तहत आयोजित वेबिनार में कही।

डॉ. संजय ने कहा कि आत्मनिर्भर व्यक्ति सदैव आत्मप्रेरित, जिम्मेदार, अनुशासित व आत्म विश्वास वाले होते हैं, वे अपनी छोटी-छोटी समस्याओं के हल किकालने में सक्षम होते हैं और वे अपनी बात निर्दरता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपनी आवाज उठा पाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तित्व के स्वामी

होते हैं और समाज को विकसित करने में भी इनकी महत्वपूर्ण भूमिका होती है। प्रति कुलपति प्रो. वाई विमला ने कहा कि यदि महिलाओं को सशक्त होना है तो उन्हें सामाजिक, आर्थिक व मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मनिर्भर होना होगा। इसके लिए महिलाओं को खुद से प्रेरित होना, अपनी आवाज उठाना, अपने अधिकारों के लिए लड़ना, और किसी भी स्थिति में अपने लिए पहला कदम उठाना सीखना होगा। और इसकी पहली सीढ़ी तो अपनों के बीच से ही शुरू होती है और वहाँ से हम सशक्त होना सीखते हैं। इन सबके लिए उनका शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वास्थ होना आवश्यक है। प्रो। नीलू जैन गुप्ता ने कहा कि उन्हें महिलाओं को अपने लक्ष्य को निर्धारित करना होगा और निर्धारित लक्ष्यों की ओर बढ़ने के साथ-साथ योग, मेडिटेशन एक्स-रसाइज और अच्छा भोजन भी करना चाहिए। अपने मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए अपनी कमियों को स्वीकार कर अपनी अन्य ताकतों पर भरोसा करना चाहिए और मन में कोई शंका होने पर अपने बड़ों, शिक्षकों या माता-पिता से साझा कर उनसे

बाहर आकर जीवन लक्ष्यों की ओर बढ़ना चाहिए। मिशन शक्ति कार्यक्रम की समन्वयक प्रो। बिन्दु शर्मा ने कहा कि वर्तमान समय में महिला हर क्षेत्र में अपनी योग्यता को साबित कर रही है। बावजूद इसके महिलाओं को समाज में वह स्थान नहीं मिल पा रहा है जिसकी वह हकदार है। सामाजिक बेड़ियां होने के बावजूद महिलाओं ने पुरुषों के समक्ष अपने ज्ञान एवं विवेक का परिचय दिया है।

मिशन शक्ति अभियान पर किया जागरूक

चित्रकूट। पुलिस अधीक्षक अंकित मित्तल के निर्देशन में चलाये जा रहे मिशन शक्ति अभियान के तहत विभिन्न स्कूलों में जागरूकता संबंधी गोष्ठी की गई। सार्वजनिक स्थल, चैराहो में भ्रमण कर महिला/ बालिकाओं को जागरूक किया गया। जिलेभर के पुलिस चैकियों, थानों में एंटी रोमियो टीम द्वारा कस्बे के भीड़भाड़ चैराहे, कालेज, बाजारों में पंपलेट बाटे गये। थाना, चैकियों के सीयूजी नंबर दिये। महिलाओं, बालिकाओं से उनकी कुशलता पूँछी। कहा कि आवश्यकता पड़ने पर पुलिस के सीयूजी नंबर पर जानकारी दे सकते हैं।

व्यक्तिगत स्तर पर महिलाओं को सशक्त होना जरूरी

• जनकाणी संवाददाता, मेरठ

भारत देश में महिलाओं के सशक्तिकरण की ओर बढ़ते कदमों से यह तो अवश्य प्रतीत होता है कि आज महिलाओं की स्थिति पहले से तो बेहतर है। परंतु अभी भी भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति संतोषजनक नहीं है। इसलिए व्यक्तिगत स्तर पर महिलाओं को सशक्त होना आवश्यक है, और सशक्तता की आत्मा आत्मनिर्भरता में है, आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है।

तभी समाज में महिलाओं की स्थिति को सुटूट किया जा सकता है। यह बात चैधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय द्वारा चलाए जा रहे मिशन शक्ति अभियान के तहत आयोजित वेबिनार में सीसीएसव्यू परिसर में संचालित मनोविज्ञान विभाग के शिक्षक डा. संजय कुमार ने कही। उन्होंने कहा कि आत्मनिर्भर व्यक्ति सदैव आत्मप्रेरित, जिम्मेदार, अनुशासित व आत्म विश्वास वाले होते हैं, वे अपनी

मिशन शक्ति के अंतर्गत ऑनलाइन गोष्ठी में वक्ताओं ने रखी बात

छोटी-छोटी समस्याओं के हल किकालने में सक्षम होते हैं और वे अपनी बात निर्दरता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपनी आवाज उठा पाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तित्व के स्वामी होते हैं और समाज को विकसित करने में भी इनकी महत्वपूर्ण भूमिका होती है। वहाँ, प्रति कुलपति प्रो. वाई विमला ने कहा कि यदि महिलाओं को सशक्त होना है तो उन्हें

अपने अधिकारों के लिए लड़ना और किसी भी स्थिति में अपने लिए पहला कदम उठाना सीखना होगा। इसी क्रम में प्रो. नीलू जैन गुप्ता ने कहा कि उन्हें महिलाओं को अपने लक्ष्य को निर्धारित करना होगा। मिशन शक्ति कार्यक्रम की समन्वयक प्रो. बिन्दु शर्मा ने कहा कि वर्तमान समय में महिला हर क्षेत्र में अपनी योग्यता को साबित कर रही है। बावजूद इसके महिलाओं को समाज में वह स्थान नहीं मिल पा रहा है जिसकी वह हकदार है। सामाजिक बेड़ियां होने के बावजूद महिलाओं ने पुरुषों के समक्ष अपने ज्ञान एवं विवेक का परिचय दिया है।

कार्यालय खण्ड विकास

पत्रोक : 1372/लेखा-राज्य विभ/2020-21

अल्प कालीन

खण्ड विकास अधिकारी पुरकाजी की ओर से

महिलाओं की स्थिति पहले से तो बेहतर है मगर अभी भी भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति संतोषजनक नहीं

(आज का बुलेटिन)
दिनेश गोयल बाबा



मेरठ। कार्यक्रम के चथुर्त दिवस पर अशनिमा शर्मा द्वारा एक व्याख्यान में अपनी सफलता की यात्रा जो मेरठ से प्रारम्भ की अब वर्तमान में वह सेलस फोर्स कम्पनी में प्रोडक्ट मैनेजर के पद पर कार्यरत हैं उन्होंने नापित व्यवसायिक, टिडिएस प्रवक्ता, प्रशिक्षक तथा एमएल पब्लिकशट रिसर्चर हैं। अपनी शैक्षिक योग्यता तथा सामाजिक प्रभावी नेतृत्व के कारण गृहगत वोभेन टेक्निकर अध्येतावृत्ति प्राप्त कि इसके साथ ही उन्होंने टेलेन्ट फेलो के रूप में कोनट्रोरी वेनचर फंड भी प्राप्त किया।

गृहगत, फेसबूक, आईआईआई कॉलम्बिया विश्वविद्यालय द्वारा पहले कि गयी समावेशी विविधता कार्यक्रम का संचालन भी किया। उन्होंने अपने व्यख्यान में साहसिक और दृढ़ता को सफलता का महिलाओं के महिलाओं के लिये मूल मन्त्र बताया। जो कड़ी मेहनत, अनुकूलनता सही मार्गदर्शन से प्राप्त किया जा सकता है? भारत देश में महिलाओं के सशक्तिकरण को और बढ़ावे करदो से यह तो

अवश्य प्रतीत होता है कि आज महिलाओं की स्थिति पहले से तो बेहतर है परंतु अभी भी भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति संतोषजनक नहीं है। इसलिए व्यक्तिगत स्तर पर महिलाओं को सशक्त होना आवश्यक है और सशक्तिकरण की आत्मा आत्मनिर्भरता में है। आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है। तभी समाज में महिलाओं की स्थिति को सुदूर किया जा सकता है। यह बात डॉक्टर संजय शिक्षक मनोविज्ञान विभाग चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय द्वारा चलाए जा रहे मिशन शक्ति अभियान के तहत आयोजित वेबिनार में कही।

डॉक्टर संजय ने कहा कि आत्मनिर्भर व्यक्ति सदैव आत्मप्रेरित, जिम्मेदार,

अनुशमित व आत्मविश्वास बाल होते हैं। वे अपनी छोटी छोटी समस्याओं के हल निकालने में सक्षम होते हैं और वे अपनी बात निडरता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर ऐसे लोग आपने व्यक्तिगत के स्वामी होते हैं और

इसकी पहली रीढ़ी तो अपनों के बीच से ही शुरू होती है और वहाँ से हम सशक्त होना सीखते हैं। इन सबके लिए उनका शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वास्थ्य होना आवश्यक है। नीलू जैन गुप्ता ने कहा कि उन्हें महिलाओं को अपने लक्ष्य को निर्धारित करना होगा और वहने के साथ-साथ योगा, मेडिटेशन एवं सरसाइज और अच्छा घोंजन भी करना चाहिए। अपने मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए अपनी कमियों को स्वीकार कर अपनी अन्य ताकतों पर भरोसा करना चाहिए और मन में कोई शंका होने पर अपने बड़ों, शिक्षकों या माता-पिता से शक्ति करना चाहिए। अपने मानसिक व्यास्था को बेहतर बनाने के लिए अपनी कमियों को स्वीकार कर अपनी अन्य ताकतों पर भरोसा करना चाहिए और मन में कोई शंका होने पर अपने बड़ों, शिक्षकों या माता-पिता से शक्ति कर उनसे यादें अकर जीवन के तकनी को और बढ़ावा दायी है।

मिशन शक्ति एवं संजय ने इसकी प्रभाविकता को इनकी महत्वपूर्ण भूमिका होती है।

प्रीति कुलपति प्रोफेसर

वाई विमला ने कहा कि यदि

महिलाओं को सशक्त होना है तो उन्हें सामाजिक, आर्थिक व मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मनिर्भर होना होगा। इसके लिए महिलाओं को खुद से प्रेरित होना, अपनी आवाज उठाना, अपने अधिकारों के लिए लड़ना और जिसकी वहने में बहुत होते हैं और वे अपनी बात निडरता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपने आवश्यकता उड़ा पाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तिगत के स्वामी होते हैं और

इसकी पहली रीढ़ी तो अपनों के बीच से ही शुरू होती है और वहाँ से हम सशक्त होना सीखते हैं। इन सबके लिए उनका शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वास्थ्य होना आवश्यक है। नीलू जैन गुप्ता ने कहा कि उन्हें महिलाओं को अपने लक्ष्य को निर्धारित करना होगा और वहने के साथ-साथ योगा, मेडिटेशन एवं सरसाइज और अच्छा घोंजन भी करना चाहिए। अपने मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए अपनी कमियों को स्वीकार कर अपनी अन्य ताकतों पर भरोसा करना चाहिए और मन में कोई शंका होने पर अपने बड़ों, शिक्षकों या माता-पिता से शक्ति कर उनसे यादें अकर जीवन के तकनी को और बढ़ावा दायी है।

सामाजिक व्याकरण को बेहतर बनाने के लिए अपनी कमियों को स्वीकार कर अपने बड़ों, शिक्षकों या माता-पिता से शक्ति कर उनसे यादें अकर जीवन के तकनी को और बढ़ावा दायी है।

बावजूद इसके महिलाओं को समाज में बहुत हर बीते में अपनी योग्यता को साखित कर रही है।

बावजूद इसके महिलाओं को समाज में यह स्थन नहीं मिल पा रहा है जिसकी वह हकदार है।

वेबिनार मिशन शक्ति अभियान के चौ. चरण सिंह विठि में आयोजित वेबिनार में डॉ. संजय ने रखे विवार

आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है

संवेदन
= आत्मनिर्भर व्यक्ति संदर्भ
आत्मप्रेरित, अनुशुल्कित
आत्मविश्वास वाले होते हैं

ग्रीन इंडिया

मेरठ। भारत में यह महिलाओं के साक्षिकारण को और बढ़ावे करदो से यह तो आवश्यक प्रतीत होता है कि आज महिलाओं की स्थिति सोलेशनक नहीं है। इसलिए व्यक्तिगत स्तर पर महिलाओं को सशक्त होना आवश्यक है। महिलाओं को सशक्त होना आवश्यक है। सशक्तिकरण की आत्मा आत्मनिर्भरता है, यह अपनी छोटी-छोटी सामग्रीओं के इस निवालने में सहाय होती है और वे अपनी बात निडरता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपने आवश्यकता उड़ा पाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तिगत के स्वामी होते हैं और

यह बात डॉ. संजय शिक्षक मनोविज्ञान विभाग चौधरी चरण सिंह विठि ने विवेद्य द्वारा चलाए गए हैं।



मिशन शक्ति अभियान के नहत

आयोजित वेबिनार में कही। डॉ. संजय ने कहा कि आत्मनिर्भर व्यक्ति का महत्व आत्मप्रेरित, विष्येदार, अनुशुल्कित व आत्मविश्वास वाले होते हैं, वे अपनी छोटी-छोटी सामग्रीओं के इस निवालने में सहाय होते हैं और वे अपनी बात निडरता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपने आवश्यकता उड़ा पाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तिगत के स्वामी होते हैं और

महत्वपूर्ण भूमिका होती है। प्रति कुल की प्रौ. विमला ने कहा कि यह महिलाओं को सशक्त होना होता है तो उन्हें सामाजिक, आर्थिक व मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मनिर्भर होना होगा। इसके लिए महिलाओं को खुद से प्रेरित होना, अपने आवाज उठाना, अपने अधिकारों के लिए लड़ना और जिसकी वहने में बहुत होते हैं और वे अपनी बात निडरता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपने आवश्यकता उड़ा पाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तिगत के स्वामी होते हैं और

सशक्त होना मिलता है। इन सबके लिए उनका शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वास्थ्य होना आवश्यक है। नीलू जैन गुप्ता ने कहा कि उन्हें महिलाओं को अपने लक्ष्य को निर्धारित करना होगा और वहने के साथ-साथ योगा, मेडिटेशन एवं सरसाइज और अच्छा घोंजन भी करना चाहिए। अपने मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए अपनी कमियों को स्वीकार कर अपनी अन्य ताकतों पर भरोसा करना चाहिए और मन में कोई शंका होने पर अपने बड़ों, शिक्षकों या माता-पिता से शक्ति कर उनसे यादें अकर जीवन के तकनी को और बढ़ावा दायी है।

प्रीति कुल की प्रौ. विमला ने कहा कि यह महिलाओं को सशक्त होना होता है तो उन्हें सामाजिक, आर्थिक व मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मनिर्भर होना होगा। इसके लिए महिलाओं को खुद से प्रेरित होना, अपने आवाज उठाना, अपने अधिकारों के लिए लड़ना और जिसकी वहने में बहुत होते हैं और वे अपनी बात निडरता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपने आवश्यकता उड़ा पाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तिगत के स्वामी होते हैं और

ग्रीन इंडिया

मिशन शक्ति अभियान के नहत

ग्रीन इंडिया

आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है: डॉ. संजय

● सीसीएसयू द्वारा चलाए जा रहे मिशन शक्ति अभियान के तहत आयोजित हुआ वेबिनार

● इविया फ्रेम



मेरठ। भारत देश में महिलाओं के सशक्तिकरण की ओर बढ़ते कदमों से यह तो अवश्य प्रतीत होता है कि आज महिलाओं की स्थिति पहले से तो बेहतर है, परंतु अभी भी भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति संतोषजनक नहीं है। इसलिए व्यक्तिगत स्तर पर महिलाओं को सशक्त होना आवश्यक है और सशक्तता की आत्मा आत्मनिर्भरता में है। आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है, तभी समाज में महिलाओं की स्थिति जो सुधृद किया जा सकता है। यह बात शिक्षक डॉ. संजय (मनोविज्ञान चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय) ने चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय द्वारा एक संवाद विद्यालय द्वारा

चलाए जा रहे मिशन शक्ति अभियान के तहत आयोजित वेबिनार में कही।

डॉ. संजय ने कहा कि आत्मनिर्भरता व्यक्ति सदैव आत्मप्रेरित, जिम्मेदार, अनुशासित व आत्म विश्वास वाले होते हैं, वे अपनी छोटी-छोटी समस्याओं के हल निकालने में सशक्त होते हैं और वे अपनी वात निरता से दूसरों से कह पाते हैं और आवश्यकता पड़ने पर अपनी आवाज उठाते हैं। ऐसे लोग अपने व्यक्तित्व के स्वाक्षरता की ओर सशक्त बना सकती हैं और अपनी वात निरता से कह पाते हैं।

प्रति कुलपति प्रो. वाई विमला ने कहा कि यदि महिलाओं को सशक्त होना है तो उन्हें सामाजिक, आर्थिक व मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मनिर्भर होना होगा। इसके लिए महिलाओं को खुद से प्रेरित होना, अपनी आवाज उठाना, अपने अधिकारों के लिए लड़ना और किसी भी स्थिति में अपने लिए पहला कदम उठाना सीखना होगा। और इनकी पहली सीढ़ी तो अपनों के बीच से ही सुख होती है और वहाँ से हम सशक्त होना सीखते हैं। इन सबके में भी इनकी महिलाओं को समाज में वह स्थान नहीं मिल पा रहा है जिसकी वह हकदार है। सामाजिक वेडियो होने के बावजूद महिलाओं ने पुरुषों के समक्ष अपने ज्ञान एवं विवेक का परिचय दिया है।

रूप से स्वास्थ्य होना आवश्यक है।

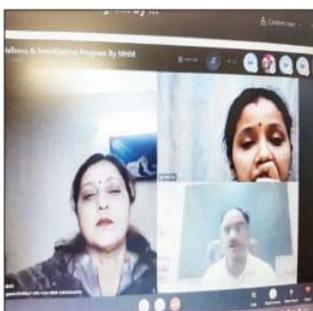
प्रो. नीलू जैन गुप्ता ने कहा कि उन्हें महिलाओं के अपने लक्ष्यों को निर्धारित करना होगा और निर्धारित लक्ष्यों की ओर बढ़ने के साथ-साथ योगा, मेडिटेशन एवं साइक्लिंग और अच्छा भोजन भी करना चाहिए। अपने मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए अपनी कमियों को स्वीकार कर अपनी अन्य ताकतों पर भरोसा करना चाहिए और मन में कोई शक्ति होने पर अपने बड़े शिक्षकों या माता-पिता से साझा कर उनसे बाहर आकर जीवन लक्ष्यों की ओर बढ़ना चाहिए। मिशन शक्ति कार्यक्रम की समन्वयक प्रो. बिन्दु शर्मा ने कहा कि वर्तमान समय में महिला हर क्षेत्र में अपनी योग्यता को साबित कर रही है। बावजूद इसके महिलाओं को समाज में वह स्थान नहीं मिल पा रहा है जिसकी वह हकदार है। सामाजिक वेडियो होने के बावजूद महिलाओं ने पुरुषों के समक्ष अपने ज्ञान एवं विवेक का परिचय दिया है।

आत्मनिर्भरता ही बना सकती है महिलाओं को सशक्त

मेरठ। आज महिलाओं का सशक्त होना जरूरी है। आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है। सीसीएसयू कैप्स में मिशन शक्ति अभियान के तहत आयोजित कार्यक्रम में यह बात डॉ. संजय कुमार ने कही। प्रोवीरीसी प्रो. वाई विमला ने कहा कि यदि महिलाओं को सशक्त होना है तो उन्हें सामाजिक, आर्थिक और मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मनिर्भर होना होगा। इसके लिए महिलाओं को खुद से प्रेरित होना, अपनी आवाज उठाना, अपने अधिकारों के लिए लड़ना और किसी भी स्थिति में अपने लिए पहला कदम उठाना सीखना होगा। और इनकी पहली सीढ़ी तो अपनों के बीच से ही सुख होती है और वहाँ से हम सशक्त होना सीखते हैं। इन सबके लिए उनका शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वास्थ्य होना आवश्यक है। प्रो. नीलू जैन गुप्ता ने कहा कि उन्हें महिलाओं को अपने लक्ष्य को निर्धारित करना होगा और निर्धारित लक्ष्यों की ओर बढ़ने के साथ-साथ योगा, मेडिटेशन एवं साइक्लिंग और अच्छा भोजन भी करना चाहिए।

आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है: डा. संजय

दिव्य विश्वास, संवाददाता



मेरठ। भारत देश में महिलाओं के सशक्तिकरण की ओर बढ़ते कदमों से यह तो अवश्य प्रतीत होता है कि आज महिलाओं की स्थिति संतोषजनक नहीं है। इसलिए व्यक्तिगत स्तर पर महिलाओं को सशक्त होना आवश्यक है, और सशक्तता की आत्मा आत्मनिर्भरता में है, आत्मनिर्भरता ही महिलाओं को सशक्त बना सकती है। तभी समाज में महिलाओं की स्थिति जो सुधृद किया जा सकता है। यह बात डा. संजय शिक्षक मनोविज्ञान विभाग चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय, मेरठ ने चौधरी चरण सिंह विश्वविद्यालय द्वारा चलाए जा रहे मिशन शक्ति अभियान के तहत आयोजित वेबिनार में कही।

डा. संजय ने कहा कि आत्मनिर्भर व्यक्ति सदैव आत्मप्रेरित, जिम्मेदार, अनुशासित व आत्म विश्वास वाले होते हैं, वे अपनी छोटी-छोटी समस्याओं के हल निकालने में सशक्त होते हैं और वे अपनी वात निरता से दूसरों से कह पाते हैं।

कदम उठाना सीखना होगा। और इसकी पहली सीढ़ी तो अपनों के बीच से ही शुरू होती है और वहाँ से हम सशक्त होना सीखत है। इन सबके लिए उनका शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वास्थ्य होना आवश्यक है। प्रो. नीलू जैन गुप्ता ने कहा कि उन्हें महिलाओं को अपने लक्ष्य को निर्धारित करना होगा और निर्धारित लक्ष्यों की ओर बढ़ने के साथ-साथ योगा, मेडिटेशन एवं साइक्लिंग और अच्छा भोजन भी करना चाहिए। अपने मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए अपनी कमियों को स्वीकार कर अपनी अन्य ताकतों पर भरोसा करना चाहिए और मन में कोई शक्ति होने पर अपने बड़े शिक्षकों या माता-पिता से साझा कर उनसे बाहर आकर जीवन लक्ष्यों की ओर बढ़ना चाहिए। मिशन शक्ति कार्यक्रम की समन्वयक प्रो. बिन्दु शर्मा ने कहा कि यदि वर्तमान समय में महिला हर क्षेत्र में अपनी योग्यता को साबित कर रही है। बावजूद इसके महिलाओं को समाज में वह स्थान नहीं मिल पा रहा है जिसकी वह हकदार है। सामाजिक वेडियो होने के बावजूद महिलाओं ने पुरुषों के समक्ष अपने ज्ञान एवं विवेक का परिचय दिया है।