

## SELF CONFIDENCE AND EFFICIENCY MOTIVATION TRAINING FOR STUDENTS

தன்னம்பிக்கை, மனவள, மனிதவள சக்தி மற்றும்  
செயல்திறன் மேம்பாட்டு பயிற்சியளிப்பு



ஒரு மணி நேரத்திற்கு ஒரு மாணவர் தற்கொலை செய்து கொள்வதாக **National Crime Records Bureau (NCRB)** தெரிவிக்கிறது.

1995 முதல் 2019 வரை **1.7 இலட்சத்திற்கும் மேலாக** மாணவர்கள் தற்கொலை செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

மாணவர் தற்கொலையில் இந்தியாவில் **மகாராஷ்டிரா** மாநிலம் (1487) முதலிடத்திலும், **மத்தியப்பிரதேசம்** ( 924) இரண்டாவது இடத்திலும், **தமிழ்நாடு (914) மூன்றாவது** இடத்திலும் இருக்கின்றன.

“மாணவர்கள் தங்கள் உயிரை மாய்த்துக் கொள்வதற்கு கல்வி மன அழுத்தம் ஒரு வெளிப்படையான காரணியாகும். ஒரு குறிப்பிட்ட நிலைக்குப் படித்த பிறகு, தாங்கள் ஆதரவற்றவர்கள் என்று உணரும்போது அல்லது அவரால்/அவளால் தங்களுடைய மற்றும் பெற்றோரின் எதிர்பார்ப்புகளை நிறைவேற்ற முடியவில்லை, மாணவருக்குள் ஒரு மனப்போராட்டம் , மோதல் தொடங்குகிறது. இந்த வகையான சூழ்நிலையில் மாணவர்கள் தாங்கள் தனிமையில் விடப்பட்டதாக உணர்கிறார்கள், எனவே அவர்கள் அத்தகைய தீவிர நடவடிக்கையை எடுக்கிறார்கள்.” - என்கிறார் **A.K. JOSHI, PROFESSOR AND HEAD OF SOCIOLOGY, BANARAS HINDU UNIVERSITY.**

**மாணவர்கள் தற்கொலை எண்ணங்களில் இருந்து விடுதலை பெற தன்னம்பிக்கை, மனவள, மனிதவள சக்தி மற்றும் செயல்திறன் மேம்பாட்டு பயிற்சிகளை மாணவர்களுக்கு அவ்வப்போது அளிப்பது மிக அவசியமாகிறது.** மன அழுத்தத்தால் உருவாகும் தற்கொலை எண்ணங்கள் போன்றவற்றை தவிர்க்க விளையாட்டு மற்றும் நகைச்சுவை யுத்திகளுடன் மிக மிக சுலபமான 15 நிமிட உடற்பயிற்சி, மனப்பயிற்சி, வரும் முன் காப்போம் எனும் விழிப்புணர்வும் அளிக்கப்படுகிறது. பயிற்சியளிப்பு / பயிற்சியாளர் பற்றிய விவரங்கள் இதே இணையதளத்தில் வெளியிடப்பட்டுள்ளது. அனைத்து மாவட்டங்களிலும் பயிற்சியளிக்கப்படுகிறது.

பயிற்சியளிப்புக்கு அழைக்க தொடர்பு கொள்ளலாம்.