

সংবাদ বিজ্ঞপ্তি

**নোবিপ্রবিতে ‘এমপাওয়ার্ড মাইন্ড থ্রু ইমোশনাল
ইন্টেলিজেন্স’ শীর্ষক কর্মশালা**

নোয়াখালী বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি বিশ্ববিদ্যালয়ে (নোবিপ্রবি) কর্মকর্তাদের অংশগ্রহণে ‘এমপাওয়ার্ড মাইন্ড থ্রু ইমোশনাল ইন্টেলিজেন্স’ শীর্ষক কর্মশালা অনুষ্ঠিত হয়েছে। আজ মঙ্গলবার (০৭ জানুয়ারি ২০২৫) নোবিপ্রবি ইনস্টিটিউশনাল কোয়ালিটি অ্যাসুরেন্স সেলের (আইকিউএসি) সেমিনার কক্ষে এ কর্মশালা অনুষ্ঠিত হয়। আইকিউএসি’র আয়োজনে এতে প্রধান অতিথি ছিলেন বিশ্ববিদ্যালয়ের উপাচার্য অধ্যাপক ড. মুহাম্মদ ইসমাইল।

কর্মশালায় প্রধান অতিথির বক্তব্যে উপাচার্য বলেন, কর্মক্ষেত্রে আমরা সবাই কম বেশী কর্মব্যস্ততার দরণ মানসিক চাপে থাকি। তাই কর্মক্ষেত্রে মানসিক শান্তি অত্যন্ত প্রয়োজন। রাগের মাথায় কোনো সিদ্ধান্ত নেওয়া উচিত নয়। তাই রাগকে নিয়ন্ত্রণ করে সিদ্ধান্তগুলো ঠান্ডা মাথায় নেওয়াটা জরুরী। এক্ষেত্রে এ ধরনের সেমিনার গুরুত্বপূর্ণ বলে মনে করছি। কারণ এতে শ্রো মোডে রিলাক্সেশন কৌশল শেখানো হয়।

এসময় তিনি আরও বলেন, অনেকেই মনে করে থাকেন সারাদিন একটানা কাজ করলেই বোধ হয় বেশী আউটপুট পাওয়া যাবে, কিন্তু তা সঠিক নয়। বরং রিল্যাক্স ওয়েতে কাজ করে বেশী আউটপুট পাওয়া সম্ভব। যেমন, যারা কম্পিউটারে কাজ করেন তাঁরা নির্দিষ্ট সময় অন্তর রিল্যাক্স করলে শারীরিক ও মানসিক স্বস্তি বোধ করবেন। আশা করি এ প্রশিক্ষণগুলো আপনারা উপভোগ করবেন এবং কর্মক্ষেত্রে প্রয়োগ করবেন।

আইকিউএসি পরিচালক অধ্যাপক ড. আসাদুন নবীর সভাপতিত্বে কর্মশালায় বিশেষ অতিথি ছিলেন বিশ্ববিদ্যালয়ের উপ-উপাচার্য অধ্যাপক ড. মোহাম্মদ রেজওয়ানুল হক, কোষাধ্যক্ষ অধ্যাপক ড. মোহাম্মদ হানিফ (মুরাদ) এবং রেজিস্ট্রার (ভারপ্রাপ্ত) জনাব মোহাম্মদ তামজিদ হোছাইন চৌধুরী। প্রোগ্রাম মডারেটর ও আইকিউএসি’র অতিরিক্ত পরিচালক জি এম রাকিবুল ইসলামের সঞ্চালনায় সেমিনারে কি-নোট স্পিকার ছিলেন নিটোল নিলয় গ্রুপের সিনিয়র ম্যানেজার মো. নুরুস সাদাত।

উল্লেখ্য, উক্ত কর্মশালায় বিশ্ববিদ্যালয়ের বিভিন্ন বিভাগ ও দপ্তরের কর্মকর্তাবৃন্দ অংশগ্রহণ করেন।



ইফতেখার হোসাইন
সহকারী পরিচালক (তথ্য ও জনসংযোগ)
মোবা ০১৭৩৩৯৯৮৮৯৪