গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
বাংলাদেশ, ঢাকা
www.dshe.gov.bd

স্মারক : ৩৭.০২.০০০০.১০৭.৩১.৩১১.২০২২-১৪৮৪

তারিখ: ১৬ই ভাদ্র, ১৪৩২ বঙ্গাব্দ / ৩১ আগস্ট, ২০২৫ খ্রি.

বিষয়: 'মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষা প্রতিষ্ঠান কেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (School Related Gender Based Violence-SRGBV) হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইন' অনুসরণে কার্যক্রম গ্রহণ।

সূত্র: লেইস প্রজেক্ট এর স্মারক নং- মাউশি/লেইস/০২-১৭৮/ডিএলআর-৪.২(১)/২০২৫/২০১৩; তারিখ: ২৬ আগস্ট, ২০২৫ খ্রি.

উপর্যুক্ত বিষয় ও সূত্রের আলোকে জানানো যাচ্ছে যে, শিক্ষা মন্ত্রণালয়ের মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগের অধীন মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর কর্তৃক লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (লেইস) প্রজেক্ট বিশ্বব্যাংকের ঋণ সহায়তায় অক্টোবর ২০২৩ থেকে সেপ্টেম্বর ২০২৮ মেয়াদে বাস্তবায়িত হচ্ছে। বিশ্বব্যাংকের সাথে ঋণচুক্তির অন্যতম শর্ত হল মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষা প্রতিষ্ঠানসমূহে বুলিং মোকাবেলা ও প্রতিরোধ। লেইস প্রকল্প কর্তৃক 'মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষা প্রতিষ্ঠান কেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (School Related Gender Based Violence-SRGBV) হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইন' প্রণয়ন করা হয়েছে (সংযুক্তি: ১) যেটি ইতোমধ্যে, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয় দ্বারা অনুমোদিত হয়েছে (সংযুক্তি: ২)। ঋণচুক্তির শর্তানুসারে মাধ্যমিক পর্যায়ের সকল শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে বর্ণিত গাইডলাইন অনুসৃত হবে। উল্লিখিত গাইডলাইনে অন্তর্ভুক্ত নির্দেশনা অনুযায়ী মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষা প্রতিষ্ঠানসমূহে নিম্নলিখিত কার্যক্রম গ্রহণ করতে হবে:

ক) Sexual Harassment Prevention Committee (SHPC) বা জেন্ডারভিত্তিক হয়রানি প্রতিরোধ কমিটি গঠন: গাইডলাইনের অনুচ্ছেদ ৬.২.১ থেকে অনুচ্ছেদ ৬.২.৪ অনুসরণে একটি Sexual Harassment Prevention Committee (SHPC) বা জেন্ডারভিত্তিক হয়রানি/ সহিংসতা রোধ কমিটি গঠন ও কার্যপরিধি অনুসারে প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ গ্রহণ করতে হবে।

খ) জেন্ডারভিত্তিক হয়রানি, সহিংসতা বা বুলিংয়ে ক্ষতিগ্রস্ত শিক্ষার্থীকে মনোসামাজিক সহায়তা প্রদানের লক্ষ্যে রেফারেল (Referral)[১]: গাইডলাইনটির ৬.২.৬ অনুচ্ছেদ অনুযায়ী, ভুক্তভোগী শিক্ষার্থী, শিক্ষা প্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক সাপোর্ট সিস্টেমের মাধ্যমে সাপোর্ট না পেলে তাদেরকে সুনির্দিষ্ট রেফারেল পাথওয়ের (Referral Pathway) আওতায় নিতে হবে। এক্ষেত্রে, শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে একটি সার্ভিস ম্যাপিং থাকতে হবে যেখানে শিক্ষা প্রতিষ্ঠানটি যে এলাকায় অবস্থিত, সেটির আশেপাশে উপজেলা, জেলা ও বিভাগীয় পর্যায়ে কী কী ধরনের মানসিক স্বাস্থ্য সেবা নেওয়ার সুযোগ রয়েছে, সেগুলো সম্বন্ধে একটি পরিষ্কার ধারণা থাকতে হবে এবং ব্যক্তি বিশেষজ্ঞ/প্রতিষ্ঠানের একটি হালনাগাদ তালিকা শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান কর্তৃপক্ষ কর্তৃক সংরক্ষণ ও সরবরাহ করতে হবে। শিক্ষা প্রতিষ্ঠান, অভিভাবকের অনুমতি সাপেক্ষে শিক্ষার্থীকে নিকটবর্তী কোনো মনোবিজ্ঞানী অথবা কোনো মানসিক স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞের নিকট প্রেরণ করবেন। প্রয়োজনবোধে শিক্ষার্থীকে টেলি-কাউন্সিলিংভিত্তিক [যেমন: মনের যত্ন (০৯৬৪৩-২৬২৬২৬) অথবা Neeramoy Patient App ইত্যাদি] সার্ভিসগুলো সম্পর্কে প্রয়োজনীয় ধারণা দিতে হবে।

২। মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষা প্রতিষ্ঠানসমূহে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা ও বুলিং মোকাবেলা ও প্রতিরোধে উপর্যুক্ত কার্যক্রম বাস্তবায়ন বাংলাদেশ সরকারের অন্যতম একটি প্রতিশ্রুতি। বর্ণিত কর্মসূচি বাস্তবায়ন টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা (SDG)-4 এ উল্লিখিত অন্তর্ভুক্তিমূলক গুণগত শিক্ষা নিশ্চিতকরণে সহায়ক ভূমিকা পালন করবে।

এমতাবস্থায়, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ কর্তৃক প্রণয়নকৃত 'মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষা প্রতিষ্ঠান কেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (School Related Gender Based Violence-SRGBV) হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইন' এ বর্ণিত নির্দেশনাসমূহ যথাযথভাবে বাস্তবায়নের জন্য নির্দেশনা প্রদান করা হলো।

---

[১] এ বিষয়ে মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর কর্তৃক জারিকৃত 'মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনো-সামাজিক সহায়তা বিষয়ক গাইডলাইন' এর অনুচ্ছেদ ১০ ও তথ্যপত্রে "রেফারেল" বিষয়ে বিস্তারিত আলোকপাত করা হয়েছে। (সংযুক্তি: ২)

সংযুক্তি: ১. মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষা প্রতিষ্ঠান কেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (SRGBV) হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইন
২. মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয় কর্তৃক গাইডলাইনের অনুমোদন পত্র
৩. মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনো-সামাজিক সহায়তা বিষয়ক গাইডলাইন (অনুমোদন পত্রসহ)

৩১/০৪/২০২৫

(এস এম জিয়াউল হায়দার হেনরী)
সহকারী পরিচালক (মাধ্যমিক-১)

বিতরণ:

১। অধ্যক্ষ/প্রধান শিক্ষক, সরকারি মাধ্যমিক বিদ্যালয় ও স্কুল এন্ড কলেজ (সকল);
২। অধ্যক্ষ/প্রধান শিক্ষক, বেসরকারি নিম্ন মাধ্যমিক, মাধ্যমিক ও স্কুল এন্ড কলেজ (সকল);

অনুলিপি: সদয় অবগতি ও প্রয়োজনীয় কার্যার্থে (জেষ্ঠ্যতার ক্রমানুসারে নয়):

১. অতিরিক্ত সচিব (উন্নয়ন), মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়;
২. মহাপরিচালক, মাদ্রাসা শিক্ষা অধিদপ্তর; ঢাকা
৩. পরিচালক (পরিকল্পনা ও উন্নয়ন), মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর বাংলাদেশ; ঢাকা
৪. পরিচালক, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা, সকল অঞ্চল;
৫. সচিব মহোদয়ের একান্ত সচিব, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়;
৬. জেলা প্রশাসক, সকল জেলা;
৭. উপপরিচালক (মাধ্যমিক), মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা, সকল অঞ্চল;
৮. সিনিয়র সিস্টেম এনালিস্ট, ইএমআইএস সেল, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর [মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের ওয়েবসাইটে প্রকাশের অনুরোধসহ];
৯. জেলা শিক্ষা অফিসার, সকল জেলা;
১০. উপজেলা/থানা মাধ্যমিক শিক্ষা অফিসার, সকল উপজেলা, সকল জেলা [পত্রের নির্দেশনা বাস্তবায়নের অনুরোধসহ]।
১১. পিএ টু মহাপরিচালক, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর বাংলাদেশ; ঢাকা
১২. সংরক্ষণ নথি।

শিক্ষা মন্ত্রণালয়
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর

মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (School Related Gender Based Violence-SRGBV) হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইন

LAISE

লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (LAISE) প্রজেক্ট

LAISE
Learning Acceleration in Secondary Education (LAISE)

THE WORLD BANK

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার
শিক্ষা মন্ত্রণালয়
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর

মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (School Related Gender Based Violence-SRGBV) হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইন

১। ভূমিকা

শিক্ষার্থীর সুষম বিকাশ ও শিক্ষা জীবনের সফল সমাপ্তি নিশ্চিতকরণের লক্ষ্যে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে সুষ্ঠু, নিরাপদ ও শিক্ষার অনুকূল পরিবেশ নির্মাণ করা আবশ্যক। ভৌগোলিক, সামাজিক, অর্থনৈতিক, সাংস্কৃতিক পরিচয় ভেদে বিভিন্ন ভাষাভাষী ও জাতিগোষ্ঠীর শিশু ও কিশোর-কিশোরী শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতার (SRGBV) শিকার হয়। জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতায় শিক্ষার্থীরা মূলত লিঙ্গ পার্থক্যের কারণে সমাজে প্রচলিত বিভিন্ন বৈষম্যমূলক মূল্যবোধের কারণে নিপীড়নের শিকার হয়। শিক্ষার্থীর আনন্দঘন ও নিরাপদ পরিবেশ নিশ্চিত করার ক্ষেত্রে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা একটি বড় বাধা। শিক্ষার্থীদের সুন্দর ভবিষ্যৎ গড়ে তোলা ও বিকশিত হওয়ার ক্ষেত্রে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান কেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা নেতিবাচক প্রভাব ফেলে। মাধ্যমিক শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা বাংলাদেশের প্রেক্ষাপটে একটি বড় চ্যালেঞ্জ। এই পরিপ্রেক্ষিতে, শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান কেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সমস্যাগুলো চিহ্নিতকরণ ও সমাধানের যথাযথ পদক্ষেপ গ্রহণের লক্ষ্যে গাইডলাইনটি প্রণয়ন করা হয়েছে।

২। প্রেক্ষাপট

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানভিত্তিক সহিংসতা নিরসনকল্পে আন্তর্জাতিক ও জাতীয় পর্যায়ে বেশ কিছু উদ্যোগ গৃহীত হয়েছে।

২.১। আন্তর্জাতিক অঙ্গিকার: যে কোনো ধরনের সহিংসতার বিষয়ে জাতিসংঘ কর্তৃক জারিকৃত সর্বজনীন মানবাধিকার ঘোষণাপত্র ১৯৪৮ এ উল্লেখ রয়েছে, "কাউকে নির্যাতন করা যাবে না, কিংবা কারো প্রতি নিষ্ঠুর, অমানবিক, অবমাননাকর আচরণ করা যাবে না অথবা কাউকে এহেন শাস্তি দেওয়া যাবে না (ধারা-৫)"[১]। ১৯৭৯ সালে নারীর প্রতি সকল প্রকার বৈষম্য দূরীকরণ সনদ (Convention on the Elimination of all forms of Discrimination Against Women) বা CEDAW[২] তে শিক্ষা ক্ষেত্রে নারী পুরুষ বৈষম্য সৃষ্টি করে ও নারী নির্যাতনকে উৎসাহিত করে এমন বিষয়াদি পাঠ্যপুস্তকে অন্তর্ভুক্ত না রাখার কথা উল্লেখ আছে। পরবর্তী সময়ে ১৯৯৩ সালে জাতিসংঘ ঘোষণায় "নারীর প্রতি সহিংসতা নির্মূলের ঘোষণা" (Declaration on the Elimination of Violence Against Women-DEVAW) প্রদান করা হয়[৩]। ২০০০ সালে সেনেগালে 'ডাকার (Dakar) বিশ্ব শিক্ষা ফোরাম (The World Education Forum)' এ নারী শিক্ষা ও জেন্ডার সমতা বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখার প্রত্যয় নিয়ে গঠিত হয় United Nations Girls' Education Initiative (UNGEI)। ২০০৪ সালে UNICEF-কে সাথে নিয়ে গঠিত হয় UNGEI-এর Global Advisory Committee, যার সাথে ২০১৪ সালে UNESCO ও Safe to Learn সংযুক্ত হয়ে School Related Gender Based Violence (SRGBV)-এর উপর বৈশ্বিক ওয়ার্কিং গ্রুপ গড়ে উঠে। এই গ্রুপটি টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা (Sustainable Development Goal-SDG)-এর ৪ নং (Quality Education) ৫ নং (Gender Equality) ও ১৬.২ নং (Violence against children) লক্ষ্যসমূহ অর্জনের জন্য নিরাপদ, জেন্ডার সংবেদনশীল

[১] মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়, *নারী ও শিশুর প্রতি সহিংসতা প্রতিরোধে জাতীয় কর্মপরিকল্পনা ২০১৩-১৮*, সেপ্টেম্বর ২০১৩, পৃ:-১২।
[২] মূল সিডও সনদ।
[৩] UNFPA, Plan International Bangladesh, Kingdom of Netherlands, *সবার জন্য জেন্ডার সমতা, বিদ্যালয় পর্যায়ে জেন্ডার সমতা কার্যক্রম বিষয়ক সহায়কের জন্য প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল, জেনারেশন ব্রেকথ্রু প্রকল্প, মাউশি অধিদপ্তর, শিক্ষা মন্ত্রণালয়, ফেব্রুয়ারি ২০১৬, পৃ-৪৬।*

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (মনি., মোবাদি., রিসার্চ এন্ড কারিকুলাম)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das (8880)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED, Ministry of Education

(Gender Sensitive) ও অন্তর্ভুক্তিমূলক (Inclusive) পরিবেশসম্পন্ন শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান নিশ্চিত করার লক্ষ্যে সচেতনতা সৃষ্টি ও সমস্যা সমাধানের নিমিত্ত উদ্যোগ গ্রহণ করা হচ্ছে।

২.২। জাতীয় প্রেক্ষাপট : গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ এর সংবিধানের ২৮ (২) নং অনুচ্ছেদে রাষ্ট্র ও গণজীবনের সর্বস্তরে নারী পুরুষের সমান অধিকারের উল্লেখ আছে। এছাড়াও বিভিন্ন সময়ে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতার বিরুদ্ধে বেশ কিছু আইন প্রণীত হয়েছে, যেমন নারী ও শিশু নির্যাতন দমন আইন ২০০০, এসিড অপরাধ দমন আইন ২০০২, বাংলাদেশ শ্রম আইন ২০০৬, প্রতিবন্ধী ব্যক্তির অধিকার ও সুরক্ষা আইন ২০১৩ ও সাইবার অপরাধ দমন আইন (ডিজিটাল সিকিউরিটি অ্যাক্ট ২০১৮) ইত্যাদি। তদুপরি, ২০০৯ সালে মহামান্য হাইকোর্ট রিট পিটিশন নং ৫৯১৬/২০০৮-এর আদেশে যৌন হয়রানি প্রতিরোধের লক্ষ্যে কমিটি গঠন এবং বাস্তবায়ন সংক্রান্ত নির্দেশনা প্রদান করেন।

২.৩। শিক্ষা মন্ত্রণালয় কর্তৃক "শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে ছাত্র-ছাত্রীদের শারীরিক ও মানসিক শাস্তি রহিত করা সংক্রান্ত নীতিমালা ২০১১", মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয় কর্তৃক ২০১৩ সালে "নারী ও শিশুর প্রতি সহিংসতা প্রতিরোধে জাতীয় কর্মপরিকল্পনা ২০১৩-২০১৮" এবং ২০২০ সালে "National Action Plan to Prevent Violence Against Women and Children (২০১৮-২০৩০)" এবং "শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে বুলিং ও র‍্যাগিং প্রতিরোধ সংক্রান্ত নীতিমালা ২০২৩" প্রণয়ন করা হয়।

২.৪। জাতীয় ও আন্তর্জাতিক নীতিসমূহের লক্ষ্যমাত্রার আলোকে শিক্ষা মন্ত্রণালয়ের মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগের অধীন মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর কর্তৃক বাস্তবায়নাধীন লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (লেইস) শীর্ষক প্রকল্পের আওতায় 'শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইন' প্রণয়ন করা হয়েছে।

৩। লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য

৩.১। লক্ষ্য

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে শিক্ষার্থীদের শিখন কার্যক্রম সুষ্ঠুভাবে সম্পাদন ও তাদের ইতিবাচক মানসিক বিকাশের লক্ষ্যে অনুকূল পরিবেশ নিশ্চিত করার জন্য জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধ করা।

৩.২। উদ্দেশ্য

(ক) জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কে সচেতনতা সৃষ্টি;

(খ) প্রচলিত আইন ও বিধিবিধান সম্পর্কে সচেতনতা তৈরি ও এর আলোকে সহিংসতার বিরুদ্ধে অভিযোগ দাখিল করতে পারার সক্ষমতা তৈরি;

(গ) জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা নিরসন;

(ঘ) জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধে অংশীজনের করণীয় নির্ধারণ;

(ঙ) বাল্যবিবাহ রোধ;

(চ) জেন্ডারভিত্তিক কিশোর অপরাধ দূরীকরণ;

(ছ) মাধ্যমিক পর্যায়ের ছাত্রছাত্রীদের মধ্যে জেন্ডার-সাম্য আচরণ প্রতিষ্ঠা করা।

৪। গাইডলাইনে ব্যবহৃত সংজ্ঞা

৪.১। মাধ্যমিক শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান: মাধ্যমিক শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান বলতে ষষ্ঠ থেকে দশম শ্রেণি পর্যন্ত দেশের সকল মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান বুঝাবে (সাধারণ,মাদ্রাসা এবং কারিগরি)।

৪.২। শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক: শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক বলতে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের ভেতরে, শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের আশেপাশে বা শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে যাতায়াতের পথে ব্যবহৃত স্থানসমূহকে বুঝাবে।

৪.৩। জেন্ডার: জেন্ডার বলতে লিঙ্গভিত্তিক পার্থক্যের কারণে একটি সমাজের নারী-পুরুষের সামাজিক, সাংস্কৃতিক ও মনস্তাত্ত্বিক দৃষ্টিকোণ থেকে প্রত্যাশিত এবং আরোপিত ভূমিকা ও আচরণকে বুঝাবে। সমাজে একজন নারী-পুরুষ অথবা ছেলে-মেয়ে কী করবে, কী করতে পারবে না - সমাজ কর্তৃক তা নির্ধারণ করে দেওয়াই হচ্ছে জেন্ডার।

Arjuna Khatun (2313
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
...eration in Secondary Education P
...ondary & Higher Educa.
...of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর

Professor Shipon Kumar Das (6830)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary...

৪.৪। শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা: শিক্ষার্থীদের সাথে প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে সম্পর্কিত এমন সহিংসতাকে বোঝানো হয়, যা শিক্ষার্থীদের সাথে জেন্ডারের ভিত্তিতে ঘটে।

৪.৫। শিক্ষক: শিক্ষক বলতে দেশের মাধ্যমিক শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানসমূহের সকল শিক্ষককে বুঝাবে।

৪.৬। শিক্ষার্থী: শিক্ষার্থী বলতে ষষ্ঠ থেকে দশম শ্রেণিতে অধ্যয়নরত সকল শিক্ষার্থীকে বুঝাবে।

৪.৭। অভিভাবক: অভিভাবক বলতে ষষ্ঠ থেকে দশম শ্রেণিতে অধ্যয়নরত শিক্ষার্থীদের পিতা-মাতা এবং পিতা-মাতার অবর্তমানে আইনসংগত অভিভাবককে বুঝাবে।

৪.৮। কর্তৃপক্ষ: কর্তৃপক্ষ বলতে-

i. সরকারি প্রতিষ্ঠানের ক্ষেত্রে নিয়ন্ত্রণকারী কর্তৃপক্ষ এবং সরকার কর্তৃক এতদ্‌উদ্দেশ্যে দায়িত্বপ্রাপ্ত/ক্ষমতাপ্রাপ্ত যে কোনো ব্যক্তি/প্রতিষ্ঠান প্রধানকে বুঝাবে;

ii. বেসরকারি শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের ক্ষেত্রে প্রতিষ্ঠান প্রধান/বোর্ড অব ট্রাস্টিজ/ম্যানেজিং কমিটি/এডহক কমিটি/বিশেষ কমিটিকে বুঝাবে;

iii. প্রযোজ্য ক্ষেত্রে শিক্ষা মন্ত্রণালয়ের আওতাধীন অধিদপ্তর/ শিক্ষা অফিস/ শিক্ষা বোর্ডসমূহকে বুঝাবে।

৪.৯। অংশীজন: অংশীজন বলতে প্রধান শিক্ষক, শিক্ষক, কর্মচারী, শিক্ষার্থী, অভিভাবক/ Parents Teachers Association (PTA) ও School Managing Committee (SMC/সমপর্যায়ের কমিটি)কে বুঝাবে। এছাড়াও শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক কার্যক্রমে প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে জড়িত সকল ব্যক্তি/প্রতিষ্ঠানকে বুঝানো হবে।

৪.১০ নিরাপদ চ্যানেল: মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর একটি সরাসরি/অনলাইনভিত্তিক যোগাযোগ মাধ্যম/নিরাপদ চ্যানেল প্রতিষ্ঠাপূর্বক মাধ্যমিক শিক্ষা সংশ্লিষ্ট দপ্তর ও শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের মাধ্যমে শিক্ষার্থী ও অভিভাবকদের অবগত করবে।

৫। জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা[৪]

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এর মতে সহিংসতা হলো, নিজের বিরুদ্ধে, অন্য ব্যক্তির বিরুদ্ধে, অথবা কোনও গোষ্ঠী বা সম্প্রদায়ের বিরুদ্ধে হুমকিস্বরূপ বা বাস্তবে শারীরিক শক্তি বা শক্তির ইচ্ছাকৃত ব্যবহার, যার ফলে আহত, নিহত, মানসিক ক্ষতি, স্বাভাবিক বিকাশ বাধাগ্রস্ত হওয়া, ইত্যাদি হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে।[৫] এক্ষেত্রে নিম্নবর্ণিত আচরণসমূহ জেন্ডারের ভিত্তিতে হলে সেগুলো জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা হিসেবে বিবেচিত হবে:

- শারীরিক নির্যাতন
- মানসিক নির্যাতন
- যৌন নির্যাতন

৫.১। শারীরিক নির্যাতন

৫.১.১। শারীরিক আক্রমণ: শিক্ষক, কর্মচারী, কোনো শিক্ষার্থী বা এসএমসি'র সদস্য/বহিরাগত ব্যক্তি কর্তৃক শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান সংশ্লিষ্ট স্থানে কোনো শিক্ষার্থীকে শারীরিকভাবে (যেমন: ঘুষি দেওয়া, লাথি দেওয়া ইত্যাদি) বা কোনো বস্তু দিয়ে আঘাত করা (যেমন: লাঠি দিয়ে আঘাত করা, ঢিল ছুড়ে মারা ইত্যাদি) বা এসিড নিক্ষেপ করা ইত্যাদি।

৫.১.২। শারীরিক শাস্তি: শিক্ষক বা কর্মচারী বা এসএমসি'র সদস্য/বহিরাগত ব্যক্তি বা কোনো শিক্ষার্থী কর্তৃক হাত, বেত বা অন্য কিছু দিয়ে আঘাত করা, নীলডাউন করে রাখা বা কোনো বিশেষ ভঙ্গিতে দাঁড়িয়ে বা বসে বা বিশেষ অবস্থায় থাকতে নির্দেশ দেওয়া অথবা কোনো কিছু করতে বা না করতে বাধ্য করা অথবা অন্য কোনো ধরনের শাস্তি প্রদান করা, যা শারীরিকভাবে শিক্ষার্থীকে ক্ষতিগ্রস্ত করে, শরীরের কোনো স্থানে কামড় দেওয়া, চুল ধরে টানা বা চুল কেটে দেওয়া, হাতের আঙুলের ফাঁকে পেন্সিলের চাপ দিয়ে মোচড় দেওয়া, ঘাড় ধরে ধাক্কা দেওয়া, কান ধরে টানা বা

[৪] UNICEF, UNGEI, UNESCO and Safe to Learn, *Ibid*, UNGEI, *School Related Gender Based Violence: Case Study from Mozambique, Sierra Leone and Zimbabwe*, May 2024,

[৫] World Report on Violence and Health, World Health Organization, 2002

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education,
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (মনিটরিং, প্রোকিউরমেন্ট, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das (8880)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED, Ministry of Education

উঠবস করানো, রোদে দাঁড় করিয়ে বা শুইয়ে রাখা কিংবা সূর্যের দিকে মুখ করে দাঁড় করিয়ে রাখা, শিক্ষার্থীদের দিয়ে এমন কোনো কাজ করানো, যা শ্রম আইনে নিষিদ্ধ ঘোষণা করা হয়েছে ইত্যাদি।

৫.১.৩। সম্পত্তি ধ্বংস: বিশেষ উদ্দেশ্যে বই, খাতা অথবা অন্য কোনো শিখন সামগ্রী অথবা জামা কাপড় অথবা কোনো জিনিস নষ্ট করা বা ভেঙ্গে ফেলা ইত্যাদি।

৫.১.৪। বুলিং ও র‍্যাগিং: কাউকে কোনো কিছু দিয়ে আঘাত করা, চড়-থাপ্পড়, শরীরে পানি বা রং ঢেলে দেওয়া, লাথি মারা, ধাক্কা মারা, খোঁচা দেওয়া, থুথু মারা, বেঁধে রাখা, কোনো বিশেষ ভঙ্গিতে দাঁড়িয়ে/বসে বা বিশেষ অবস্থায় থাকতে নির্দেশ দেওয়া অথবা কোনো কিছু করতে বা না করতে বাধ্য করা, কারো কোনো জিনিসপত্র জোর করে নিয়ে যাওয়া বা ভেঙ্গে ফেলা, মুখ বা হাত দিয়ে অশালীন বা অসৌজন্যমূলক অঙ্গভঙ্গি করা বা অনুরূপ কার্যাদি। ইত্যাদি।

৫.১.৫। যৌন নির্যাতন ও সহিংসতাজনিত আঘাত: ইচ্ছাকৃতভাবে শরীরের বিভিন্ন স্থানে আপত্তিজনক স্পর্শ করা বা করার চেষ্টা করা (Bad Touch), শরীরের স্পর্শকাতর স্থানে অথবা অন্য কোনো স্থানে অসৎ উদ্দেশ্যে স্পর্শ করা, আঁচড় দেওয়া, জামা কাপড় খুলে নেওয়া বা খুলতে বাধ্য করা বা অনুরূপ কার্যাদি ইত্যাদি।

৫.১.৬। ধর্ষণ বা ধর্ষণের চেষ্টাজনিত আঘাত ইত্যাদি।

৫.২ মানসিক নির্যাতন

৫.২.১। মৌখিক হয়রানি (Verbal abuse): কাউকে উদ্দেশ্য করে মানহানিকর/অপমানজনক এমন কিছু বলা বা লেখা, যা খারাপ কোনো কিছুর প্রতি ইঙ্গিত বহন করে, যেমন- উপহাস করা, খারাপ নামে সম্বোধন করা বা ডাকা, অশালীন শব্দ ব্যবহার করা, গালিগালাজ করা, শিস দেওয়া, হুমকি দেওয়া, শারীরিক ও বুদ্ধিবৃত্তিক অসামর্থতাকে নিয়ে উপহাস করা বা অনুরূপ কার্যাদি ইত্যাদি।

৫.২.২। মানসিক নিপীড়ন (Emotional abuse): শিক্ষক বা কর্মচারী বা শিক্ষার্থী কর্তৃক শিক্ষকের কক্ষে/শ্রেণিকক্ষে/শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান প্রাঙ্গণে কাউকে বিনা বিচারে উদ্দেশ্যমূলকভাবে আটকে রাখা, মিথ্যা অভিযোগ আনা ও অপবাদ দেওয়া, অহেতুক ভয় দেখানো, কারো আত্মসম্মান নষ্ট হয় এমন কোনো কাজ করা, ব্ল্যাকমেইল বা চরিত্র হননের উদ্দেশ্যে কারো স্থির বা ভিডিও চিত্র ধারণ, সংরক্ষণ, প্রদর্শন, বিতরণ, বিপণন ও প্রচার বা প্রকাশ করা, শিক্ষক কর্তৃক অবমাননাকর আচরণ, শিক্ষক কর্তৃক উদ্দেশ্যপ্রণোদিতভাবে একাডেমিক ফলাফলে পক্ষপাতিত্ব করা, বন্ধু বা সহপাঠীদের দ্বারা প্রত্যাখ্যান, শিক্ষকের কাছ থেকে প্রশংসার অভাব, শিক্ষক কর্তৃক শিক্ষার্থীদের মধ্যে তুলনা করা ইত্যাদি অনুরূপ কার্যাদি ইত্যাদি।

৫.২.৩। সামাজিক বর্জন (Social exclusion): কাউকে বিনা অপরাধে সমাজ বা শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান থেকে বিচ্যুত করা; সম্মানহানীর শিকার নারীকে পরিবার বা সমাজ কর্তৃক বাইরে মেলামেশায় বাধা প্রদান করা; ধর্ম, বর্ণ, জাতি, গোত্র, পেশা, গায়ের রং, অঞ্চল, জাত, প্রতিবন্ধিতা, অন্যান্য শ্রেণিভুক্ত হওয়ার কারণে বা অনুরূপ অন্য কোনো কারণে সমাজ থেকে দূরে রাখা ও সম্পদ থেকে বঞ্চিত করার চেষ্টা ইত্যাদি।

৫.২.৪। জবরদস্তিমূলক (Coercive) আচরণ: অসৎ উদ্দেশ্য সাধনে কাউকে রাজি করানোর জন্য জোর খাটানো; কাউকে নিয়ন্ত্রণে আনার জন্য ভয় দেখানো; প্রেমে প্রত্যাখ্যাত হয়ে হুমকি দেওয়া বা চাপ প্রয়োগ করা; জেন্ডারগত কারণে বা অসৎ উদ্দেশ্যে খেলাধুলা, সাংস্কৃতিক কর্মকাণ্ড, প্রাতিষ্ঠানিক এবং শিক্ষা কার্যক্রমে অংশগ্রহণ করানো বা অংশগ্রহণ থেকে বিরত থাকতে বাধ্য করা ইত্যাদি। ইত্যাদি।

৫.২.৫। যৌন নির্যাতন ও সহিংসতা: অশালীন ভাষা বা মন্তব্যের দ্বারা উত্যক্ত করা; অসৎ উদ্দেশ্য পূরণে কোনো ব্যক্তির অলক্ষ্যে নিকটবর্তী হওয়া বা অনুসরণ করা বা অশ্লীল ইঙ্গিতমূলক ঠাট্টা বা উপহাস করা; চিঠি, টেলিফোন, মোবাইল, এসএমএস, ছবি, ভিডিও ইত্যাদির মাধ্যমে অশালীন ম্যাসেজ প্রেরণ; অন্য শিক্ষার্থীর বই বা খাতা, নোটিশ, কার্টুন, বেঞ্চ, চেয়ার, টেবিল, নোটিশ বোর্ড, অফিস-শ্রেণিকক্ষ-বাথরুমের দেয়ালে অশালীন কোনো কিছু লেখা ইত্যাদি।

Arjuna Khatun (2313
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education P.
Secondary & Higher Educa
of Secondary Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ক্রয়, প্রোগ্রাম, রিপোর্ট এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর

Professor Shipon Kum
Project Di
Learning Acceleration in Sec

৫.২.৬। সামাজিক বুলিং ও র‍্যাগিং: কারো সম্পর্কে গুজব ছড়ানো, প্রকাশ্যে কাউকে অপমান করা, ধর্ম, বর্ণ, জাতি, গোত্র, পেশা, গায়ের রং, অঞ্চল, জাত তুলে কথা বলা বা অনুরূপ কার্যাদি ইত্যাদি।

৫.২.৭। সাইবার বুলিং ও র‍্যাগিং: কারো সম্পর্কে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে (ফেইসবুক, টিকটক, হোয়াটসএ্যাপ, ইমো, ভাইবার, ইন্সটাগ্রাম ইত্যাদি) কটু কিছু লেখা বা অশালীন ছবিসহ আপত্তিকর পোস্ট করে তাকে অপদস্থ করা বা গুজব ছড়ানো, ব্ল্যাকমেইলিং বা অনুরূপ কার্যাদি ইত্যাদি।

৫.৩ যৌন নির্যাতন

৫.৩.১। যৌন নির্যাতন ও সহিংসতা:

(ক) ধর্ষণ বা ধর্ষণের প্রচেষ্টা;

(খ) অনাকাঙ্ক্ষিত শারীরিক স্পর্শ (Bad Touch) বা এ ধরনের প্রচেষ্টা;

(গ) শারীরিক অঙ্গভঙ্গি ও ইশারায় ইঙ্গিতমূলক কোনো কিছু উপস্থাপন বা হয়রানি বা নিপীড়নমূলক উক্তি;

(ঘ) অনৈতিক সুযোগ লাভের জন্য অবৈধ প্রস্তাব;

(ঙ) কারো শারীরিক চাহিদা মেটানোর উদ্দেশ্যে আরেকজনকে রাজি করানোর জন্য জোর খাটানো, কাউকে নিয়ন্ত্রণে আনার জন্য ভয় দেখানো ইত্যাদি;

(চ) কারো সম্পর্কে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে কটু কিছু লেখা বা অশালীন বা কিছু পোস্ট করে তাকে অপদস্থ করা বা গুজব ছড়ানো বা অনুরূপ কার্যাদি;

(ছ) অশালীন মন্তব্য বা অঙ্গভঙ্গি;

(জ) প্রাতিষ্ঠানিক এবং পেশাগত ক্ষমতা ব্যবহার করে কারো সাথে শারীরিক সম্পর্ক স্থাপনের চেষ্টা করা;

(ঝ) অশালীন ভাষা বা মন্তব্যের দ্বারা উত্যক্ত করা বা অশালীন উদ্দেশ্য পূরণে কোন ব্যক্তির অগোচরে নিকটবর্তী হওয়া বা অনুসরণ করা বা অশালীন ঠাট্টা বা উপহাস করা; এবং

(ঞ) অনৈতিক কোনো কাজ করতে অস্বীকার করার কারণে কোনো ব্যক্তির পদোন্নতি বা পরীক্ষার যথাযথ ফলাফল বা অন্যান্য যে কোনো সুবিধাদি বাধাগ্রস্ত করা।

৬। জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা মোকাবেলা কার্যক্রম

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা মোকাবেলায় প্রতিরোধমূলক ও প্রতিকারমূলক উভয় ধরনের ব্যবস্থা গ্রহণ আবশ্যক। নিম্নে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা নিরসনের লক্ষ্যে বিভিন্ন কার্যক্রম উল্লেখ করা হলো:

৬.১। প্রতিরোধ

৬.১.১। ফোকাল পয়েন্ট নিয়োগ

সংশ্লিষ্ট শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের প্রধান শিক্ষক একজন শিক্ষককে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কার্যক্রম সমন্বয়ের দায়িত্ব পালনের জন্য ফোকাল পয়েন্ট হিসাবে নিয়োজিত করবেন। ফোকাল পয়েন্ট নির্বাচনের ক্ষেত্রে নারী শিক্ষককে অগ্রাধিকার প্রদান করা হবে। তবে ছেলেদের প্রতিষ্ঠানে পুরুষ শিক্ষককেও ফোকাল পয়েন্ট করা যেতে পারে।

৬.১.২। সচেতনতা এবং জনমত সৃষ্টি

মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের অধীন সকল শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান প্রধান, শিক্ষক, কর্মচারী, শিক্ষার্থী, অভিভাবক ও অংশীজনের জন্য এবং অংশগ্রহণে নিম্নবর্ণিত পদক্ষেপসমূহ বাস্তবায়ন করা হবে:-

i. শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান কেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা হতে সুরক্ষা বিষয়ে সচেতনতা বৃদ্ধির লক্ষ্যে শিক্ষক, কর্মচারী, শিক্ষার্থী, অভিভাবক ও অন্যান্য অংশীজনের সমন্বয়ে বছরে কমপক্ষে দুইবার আনুষ্ঠানিক সমাবেশ আয়োজন করা হবে;

ii. জেন্ডার নির্বিশেষে শিক্ষার্থীদের অধিকার ও সংঘটিত সহিংসতা বিষয়ে অভিযোগ জানানোর নিরাপদ চ্যানেল সম্পর্কে শিক্ষার্থী ও অভিভাবকদের সচেতন করে তোলা হবে;

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED, Ministry of Education

iii. শিক্ষার্থীদের শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে ও অভিভাবকদের মাধ্যমে উদ্দেশ্যমূলক স্পর্শ (Bad touch) সম্পর্কে সচেতন করা হবে;

iv. যে সকল আইনে জেন্ডারভিত্তিক সংহিসতার জন্য শাস্তির কথা উল্লেখ রয়েছে তা ব্যাপকভাবে প্রচার করা হবে;

v. শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে মেয়েদের নানা ধরনের হয়রানির আশংকায় বাল্যবিবাহকে উৎসাহিত করা হয়ে থাকে। এ কার্য থেকে বিরত থাকার জন্য সামাজিক সচেতনতা বৃদ্ধি করতে হবে;

vi. শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধে কিশোর অপরাধ দূরীকরণে পদক্ষেপ গ্রহণ করতে হবে (বিভিন্ন এক্সট্রা কারিকুলার কার্যক্রম যেমন বিতর্ক, রচনা, সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান ও খেলাধুলা কার্যক্রম আয়োজন, জুডো, তায়োকোন্দ জাতীয় মার্শাল আর্ট প্রশিক্ষণ, স্কাউট/ রোভার দল গঠন ইত্যাদি)।

৬.১.৩। প্রতিরোধে অন্যান্য পদক্ষেপ

সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষ জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধের লক্ষ্যে নিম্নবর্ণিত কার্যকর পদক্ষেপ গ্রহণ করবে-

(ক) জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা উৎসাহিত হয় এমন কোনো কার্যকলাপ, সমাবেশ বা অনুষ্ঠান করা যাবে না;

(খ) শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের যে সকল স্থানে সহিংসতার আশংকা থাকে সেসকল স্থানে কর্তৃপক্ষ প্রয়োজনে সিসিটিভি ক্যামেরা স্থাপনের মাধ্যমে নজরদারীর ব্যবস্থা গ্রহণ করবে;

(গ) শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে শিক্ষার্থীদের জন্য আত্মরক্ষামূলক কর্মসূচি প্রয়োগের ব্যবস্থা করা হবে;

(ঘ) শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে শিক্ষার্থীদের অনুকূল পরিবেশ সৃষ্টিতে এ গাইডলাইনের অন্তর্ভুক্ত নীতিমালা ও কর্মপন্থা যথাযথভাবে অনুসরণ করা হবে;

(ঙ) সাইবার বুলিং-এর ক্ষেত্রে আইসিটি মন্ত্রণালয়ের সহায়তা নিয়ে দোষী ব্যক্তি সনাক্তকরণ ও সাজা প্রদানের ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে;

(চ) যেকোনো কমিটির যেকোনো সদস্যের বিরুদ্ধে অভিযোগ উত্থাপিত হলে অভিযোগ প্রাপ্তির ১০ (দশ) কার্যদিবসের মধ্যে অভিযুক্ত সদস্যের সদস্যপদ স্থগিত করে কার্যক্রম পরিচালনা করতে হবে;

(ছ) প্রতিষ্ঠানের সম্মুখে সহিংসতা প্রতিরোধ সংক্রান্ত একটি অভিযোগ বক্স থাকবে।

৬.২। প্রতিকার

প্রতিকারমূলক পদক্ষেপ

৬.২.১। Sexual Harassment Prevention Committee (SHPC) বা জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধ কমিটি গঠন[৬]

অভিযোগ গ্রহণ, তদন্ত পরিচালনা এবং সুপারিশ করার জন্য সকল শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে প্রধান শিক্ষক কর্তৃক কমপক্ষে ৫ (পাঁচ) সদস্য বিশিষ্ট একটি জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধ কমিটি নিম্নরূপে গঠন করা হবে:

১.	সভাপতি	:	সংশ্লিষ্ট শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের সিনিয়র শিক্ষক;
২.	সদস্য-১	:	স্কুল ম্যানেজিং কমিটি (এসএমসি) এর একজন সদস্য;
৩.	সদস্য-২	:	নারী অভিভাবক;
৪.	সদস্য-৩	:	সংশ্লিষ্ট শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের একজন নারী শিক্ষক; ও
৫.	সদস্য সচিব	:	সংশ্লিষ্ট শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা রোধে দায়িত্বপ্রাপ্ত ফোকাল পয়েন্ট।

৬.২.২। জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধ কমিটির কার্যপরিধি

i. কমিটি প্রতিটি অভিযোগ নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে তদন্ত করবে;

ii. কমিটি বিভিন্ন মাধ্যমে অভিযুক্ত, অভিযোগকারী এবং সাক্ষীদের নোটিশ প্রেরণ, শুনানি পরিচালনা, তথ্য প্রমাণ সংগ্রহ এবং সমস্ত প্রাসঙ্গিক নথি পরীক্ষা করার ক্ষমতা সংরক্ষণ করবে;

[৬] রিট পিটিশন নং ৫৯১৬/২০০৮-এর আলোকে ২০০৯ সালে মহামান্য হাইকোর্ট যৌন হয়রানি হতে সুরক্ষা প্রদানের লক্ষ্যে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণের নির্দেশনা প্রদান করেন। বর্ণিত রায়ের আলোকে গঠিত কমিটি জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধ কমিটির দায়িত্বও পালন করবে।

Arjuna Khatun (23
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট

Professor Shibor K.
Project D
Learning Acceleration in Secondar

iii. সহিংসতার অভিযোগের ক্ষেত্রে মৌখিক/লিখিত সাক্ষ্য ছাড়াও অন্যান্য পরিস্থিতিগত সাক্ষ্যকেও গুরুত্ব দেওয়া হবে। কর্তৃপক্ষ অভিযোগ কমিটিকে সকল প্রকার সহায়তা প্রদান করতে বাধ্য থাকবে;
iv. কমিটি অভিযোগকারী ও সাক্ষীর পরিচয় গোপন রাখার বিষয়টি নিশ্চিত করবে এবং তদন্তের সময় দোষ প্রমাণ না হওয়া অভিযুক্তের পরিচয়ও অপ্রকাশিত রাখবে;
v. কমিটি প্রয়োজনে অডিও ভিজুয়াল ডিভাইস ব্যবহার করে সাক্ষ্য রেকর্ড করবে;
vi. অভিযোগকারী অভিযোগ প্রত্যাহার করতে বা তদন্ত বন্ধ করতে চাইলে কারণ অনুসন্ধানপূর্বক প্রতিবেদনে উল্লেখ করবে;
vii. কমিটি ২০ কর্মদিবসের মধ্যে কর্তৃপক্ষের কাছে সুপারিশসহ তদন্ত প্রতিবেদন জমা প্রদান করবে;
viii. অভিযোগ দাখিলের পর অভিযোগকারীর নিরাপত্তা নিশ্চিত করার বিষয়ে কমিটি প্রয়োজনীয় উদ্যোগ গ্রহণ করবে (প্রযোজ্যক্ষেত্রে এসএমসি/স্থানীয় গন্যমান্য ব্যক্তি/ পুলিশ ও স্থানীয় প্রশাসনের সহায়তায়)।
ix. অভিযোগটি মিথ্যা/বানোয়াট অথবা কাউকে হেয় প্রতিপন্ন করা উদ্দেশ্যে করা হয়েছে মর্মে প্রমাণিত হলে কমিটি কর্তৃপক্ষকে অবহিত করবে এবং অভিযোগকারীর বিরুদ্ধে যথাযথ পদক্ষেপ গ্রহণের সুপারিশ করবে।
x. কমিটি সংখ্যাগরিষ্ঠ সদস্যদের মতামত অনুসারে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করবে।
xi. কমিটি অভিযোগ গ্রহণের পর ভুক্তভোগী শিক্ষার্থীর জন্য মনো-সামাজিক (Psycho-social) সহায়তাসহ অন্যান্য প্রয়োজনীয় পরিষেবা প্রদান করবে। কমিটি প্রয়োজনীয়তা অনুভব করলে রেফারেল (Referral) এর মাধ্যমে ভুক্তভোগীর অধিকতর সেবা প্রাপ্তি নিশ্চিত করবে।

৬.২.৩। অভিযোগ দাখিল ও নিষ্পত্তির প্রক্রিয়া

(ক) ভুক্তভোগী নিজে/অভিভাবক/আইনজীবীর মাধ্যমে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের প্রধান শিক্ষক বরাবর লিখিত অভিযোগ দাখিল করবে। অভিযোগ গ্রহণ করে প্রধান শিক্ষক একটি প্রাপ্তি স্বীকার পত্র প্রদান করবে;

(খ) অভিযোগকারী লিখিত অভিযোগ করার পূর্বে প্রধান শিক্ষকের মাধ্যমে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা মোকাবেলায় সমন্বয়ের দায়িত্বপ্রাপ্ত ফোকাল পয়েন্ট শিক্ষকের পরামর্শ নিতে পারবে;

(গ) কোনো ঘটনা সংঘটনের ৩০ (ত্রিশ) কার্য দিবসের মধ্যে অভিযোগকারী এ গাইডলাইনের পরিশিষ্ট-১ এ সংযুক্ত ক-ফরম এর মাধ্যমে অথবা সাদা কাগজে লিখে প্রধান শিক্ষকের নিকট আবেদন করবে। বিশেষ পরিস্থিতিতে কমিটির দুই-তৃতীয়াংশের সম্মতিক্রমে ৩০ দিনের পরেও অভিযোগ গ্রহণ করা যেতে পারে;

(ঘ) প্রধান শিক্ষক অভিযোগ গ্রহণের ১ (এক) কার্যদিবসের মধ্যে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থাগ্রহণের আনুষ্ঠানিক পত্রসহ অভিযোগটি কমিটি বরাবর হস্তান্তর করবেন;

(ঙ) প্রাপ্ত অভিযোগ কমিটির সদস্য সচিব সংরক্ষণ করবেন।

(চ) কমিটি অভিযোগ নিষ্পত্তির নির্দেশনা প্রাপ্তির পর দ্রুততম সময়ে সভা আহ্বান করে পরবর্তী কার্যক্রম/পদক্ষেপ গ্রহণ করবেন;

(ছ) কমিটি অভিযোগ নিষ্পত্তির দায়িত্ব গ্রহণের ২০ (বিশ) কার্যদিবসের মধ্যে অভিযোগের বিষয়ে তদন্ত সম্পন্ন করে প্রধান শিক্ষক বরাবর প্রতিবেদন পেশ করবে।

(জ) কমিটি কর্তৃক অভিযোগকারীর আবেদন প্রত্যাখ্যাত হলে তার কারণ ব্যাখ্যাসহ কমিটি কর্তৃক প্রতিবেদন পেশের ৩ (তিন) কার্যদিবসের মধ্যে প্রধান শিক্ষক এ গাইডলাইনের পরিশিষ্ট-২ এ সংযুক্ত 'খ' ফরমে অভিযোগকারীকে অবহিত করবে।

(ঝ) অভিযোগকারীর আবেদন কর্তৃপক্ষ কর্তৃক প্রত্যাখ্যাত হলে বা ন্যায়বিচার না পেলে ১০ (দশ) দিনের মধ্যে অভিযোগকারী আঞ্চলিক উপপরিচালক (মাধ্যমিক) বরাবর এ গাইডলাইনের পরিশিষ্ট-৩ এ সংযুক্ত 'গ' ফরমে আপিল করবেন। আপিল আবেদনের আলোকে আঞ্চলিক উপপরিচালক (মাধ্যমিক) ১৫ (পনেরো) কার্যদিবসের মধ্যে তা নিষ্পত্তি করবেন।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Pr...
...rate of Secondary & Higher Educat...
... Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রাম, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das (8880)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED, Ministry of Education

(ঞ) অভিযোগকরী যদি মনে করেন তিনি কোথাও ন্যায়বিচার পাননি তাহলে তিনি সরাসরি মহাপরিচালক, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর বরাবর এ গাইডলাইনের পরিশিষ্ট-৪ এ সংযুক্ত 'ঘ' ফরমে ২০ (বিশ) কার্যদিবসের মধ্যে অভিযোগ দায়ের করবেন। উক্ত অভিযোগ দায়ের হওয়ার ৩০ কার্যদিবসের মধ্যে তা নিষ্পত্তি করবেন। বিশেষ পরিস্থিতিতে কর্তৃপক্ষ এ সময়সীমা ৩০ (ত্রিশ) কার্যদিবস থেকে ৬০ (ষাট) কার্যদিবস পর্যন্ত বাড়াতে পারে।

(ট) জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক অভিযোগ দাখিল প্রক্রিয়া শিক্ষার্থীদের অবহিত করণের লক্ষ্যে শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের ওয়েবসাইট ও বিদ্যালয়ের দৃশ্যমান স্থানে (নোটিশ বোর্ড) টানিয়ে রাখতে হবে। এ বিষয়ে এ গাইডলাইনের পরিশিষ্ট-৫ এর ফ্লো-চার্টটি ব্যবহার করা যেতে পারে।

৬.২.৪। জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধ কমিটি কর্তৃক অভিযোগ প্রমাণিত/অপ্রমাণিত হলে কমিটির সুপারিশ বাস্তবায়ন প্রক্রিয়া:

সহিংসতার ধরনের উপর ভিত্তি করে অভিযোগ প্রমাণিত হলে দোষী ব্যক্তির বিরুদ্ধে প্রচলিত আইন/বিধি অনুযায়ী শাস্তি প্রদানের ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

৬.২.৫। লিঙ্গভিত্তিক সহিংসতা নিরসন সংক্রান্ত ডাটাবেজ সংরক্ষণ

মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের Educational Management Information System (EMIS) সেলে প্রতিটি শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের জন্য লিঙ্গভিত্তিক সহিংসতা সংক্রান্ত একটি ডাটাবেজ তৈরির সংস্থান রাখতে হবে, যা প্রতিষ্ঠান প্রধান কর্তৃক পূরণযোগ্য। বর্ণিত ডাটাবেইজে নিম্নবর্ণিত তথ্যসমূহ অন্তর্ভুক্ত করতে হবে:

- শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে সংঘটিত সহিংসতার ধরন;
- সংঘটিত সহিংসতা প্রতিকারে গৃহীত পদক্ষেপ;
- কয়টি ঘটনার প্রতিকার হয়েছে;
- কয়টি ঘটনার প্রতিকার হয়নি;
- প্রতিকার না পাওয়ার কারণ;
- কোন ধাপে প্রক্রিয়াটি বন্ধ হয়েছে ও কেন হয়েছে ইত্যাদি।

৬.২.৬। মনোসামাজিক (Psycho-social) সহায়তা ও রেফারেল (Referral)[৭]

মনোসামাজিক সহায়তা একটি পেশাগত পন্থা যেখানে একজন মনোসামাজিক সহায়তাকারী কোনো শিক্ষার্থী, ব্যক্তি, পরিবার, গোষ্ঠী বা দলকে মানসিক, সামাজিক, শিক্ষাগত, আচরণগত, পেশাগত ও সম্পর্কজনিত ইস্যুতে সহায়তা প্রদানের মাধ্যমে কাঙ্ক্ষিত পরিবর্তন আনতে সহায়তা করে। এটি একটি সামগ্রিক প্রক্রিয়া যেখানে শিক্ষা প্রতিষ্ঠান কতৃর্পক্ষ ও শিক্ষকবৃন্দের পাশাপাশি অভিভাবকগণ ও কমিউনিটি যুক্ত হতে পারে।

স্কুলকেন্দ্রিক সহায়তার মাধ্যমে অনেক সময় একজন শিক্ষার্থীকে সাপোর্ট প্রদান সম্ভব নাও হতে পারে। এক্ষেত্রে শিক্ষার্থীদের ঝুঁকি নিরূপণ করে যাদেরকে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের সাপোর্ট সিস্টেমের মাধ্যমে সাপোর্ট প্রদান সম্ভব নয় তাদেরকে সুনির্দিষ্ট রেফারেল পাথওয়ের (Referral Pathway) আওতায় আনতে হবে। এক্ষেত্রে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে একটি সার্ভিস ম্যাপিং প্রয়োজন যেখানে উল্লেখ থাকবে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানটি যে এলাকায় অবস্থিত সেটির আশেপাশে উপজেলা, জেলা ও বিভাগীয় পর্যায়ে কী কী ধরনের মানসিক স্বাস্থ্য সেবা নেওয়ার সুযোগ রয়েছে, সেগুলো সম্বন্ধে একটি পরিষ্কার ধারণা রাখতে হবে এবং এ ধরনের ব্যাক্তি বিশেষজ্ঞ/প্রতিষ্ঠানের একটি হালনাগাদ তালিকা শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান কর্তৃপক্ষ সংরক্ষণ ও সরবরাহ করবে। অভিভাবকের অনুমতি সাপেক্ষে শিক্ষার্থীকে কাছের কোনো মনোবিজ্ঞানী অথবা কোনো মানসিক স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞের নিকট প্রেরণ করবেন। প্রয়োজনবোধে তাকে টেলি-কাউন্সিলিং ভিত্তিক [যেমন: মনের যত্ন (০৯৬৪৩-২৬২৬২৬) অথবা Neeramoy Patient App] সার্ভিসগুলো সম্পর্কে ধারণা দিতে হবে।

[৭] এ বিষয়ে মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর কর্তৃক জারিকৃত 'মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনো-সামাজিক সহায়তা বিষয়ক গাইডলাইন' এ বিস্তারিত আলোকপাত করা হয়েছে।

Arjuna Khatun (23...)
...ant Project Director
(...-2)

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেসি, প্রোগ্রাম, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
...

Professor Shipon Kumar Das
Project Director

৭। গাইডলাইন বাস্তবায়নে অংশীজনের ভূমিকা

৭.১.১। প্রধান শিক্ষক: প্রতিষ্ঠানের নিরাপদ ও অনুকূল পরিবেশ নিশ্চিত করা, গাইডলাইনে বর্ণিত নির্যাতন বিষয়ক কার্যক্রম থেকে বিরত থাকা, শিক্ষার্থীদের কাছ থেকে নিরাপদ দূরত্বে অবস্থান করে দায়িত্ব পালন করা, জেন্ডারভিত্তিক অভিযোগ গ্রহণপূর্বক কমিটি বরাবর প্রেরণ করা, জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক অভিযোগ কমিটি'র কার্যক্রম পরিবীক্ষণ (monitoring) করা, কমিটি কর্তৃক গৃহীত সুপারিশসমূহ বাস্তবায়ন করা।

৭.১.২। শিক্ষক: প্রতিষ্ঠানের নিরাপদ ও অনুকূল পরিবেশ নিশ্চিতকরণে কর্তৃপক্ষকে সহযোগিতা করা, গাইডলাইনে বর্ণিত নির্যাতন বিষয়ক কার্যক্রম থেকে বিরত থাকা ও ইতিবাচক আচরণ করা, শিক্ষার্থীদের কাছ থেকে নিরাপদ দূরত্বে অবস্থান করে দায়িত্ব পালন করা, শ্রেণি কার্যক্রম চলাকালীন বিভিন্ন ধরনের নির্যাতন ও এর প্রভাব সম্পর্কে শিক্ষার্থীদের সচেতন করা ও শিক্ষার্থীদের নেতিবাচক সম্বোধন করা থেকে বিরত থাকা, অনলাইনের নিরাপদ ব্যবহার সম্পর্কে সচেতন করা, কোন সহিংসতার ঘটনা প্রত্যক্ষ করলে/অবগত হলে ফোকাল পয়েন্ট এর নিকট রিপোর্ট করা।

৭.১.৩। শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান কর্মচারী: গাইডলাইন বাস্তবায়নে অনুকূল পরিবেশ নিশ্চিতকরণে কর্তৃপক্ষকে সহযোগিতা করা, তার উপর অর্পিত দায়িত্ব যথাযথভাবে পালন করা, শিক্ষার্থীদের কাছ থেকে নিরাপদ দূরত্বে অবস্থান করে দায়িত্ব পালন করা, গাইডলাইনে বর্ণিত নির্যাতন বিষয়ক কার্যক্রম থেকে বিরত থাকা ও শিক্ষক-শিক্ষার্থীর সাথে সম্মানজনক আচরণ করা, কোন সহিংসতার ঘটনা প্রত্যক্ষ করলে/অবগত হলে ফোকাল পয়েন্ট এর নিকট রিপোর্ট করা।

৭.১.৪। এসএমসি: এসএমসি'র সদস্যগণ গাইডলাইনে বর্ণিত নির্যাতন বিষয়ক কার্যক্রম থেকে নিজেদের বিরত রাখা, জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক অভিযোগ কমিটি'র কার্যক্রম পরিবীক্ষণ (monitoring) করা, কমিটি কর্তৃক গৃহীত সুপারিশসমূহ বাস্তবায়নে সহায়তা করা।

৭.১.৫। শিক্ষার্থী: প্রতিষ্ঠানের নিরাপদ ও অনুকূল পরিবেশ নিশ্চিতকরণে কর্তৃপক্ষের নির্দেশনা মেনে চলা, শ্রেণিকক্ষে শিখন পরিবেশ বজায় রাখা, গাইডলাইনে বর্ণিত নির্যাতন বিষয়ক কার্যক্রম থেকে বিরত থাকা ও সতীর্থদের প্রতি সহমর্মিতামূলক (Empathetic) আচরণ প্রদর্শন করা, কোন সহিংসতার ঘটনা প্রত্যক্ষ করলে/অবগত হলে ফোকাল পয়েন্ট এর নিকট রিপোর্ট করা।

৭.১.৬। অভিভাবক: সন্তানের মাঝে নৈতিক ও মানবিক মূল্যবোধ সম্পর্কে সচেতনতা সৃষ্টি করা, উদ্দেশ্যমূলক স্পর্শ (Bad touch) সম্পর্কে সন্তানকে সচেতন করা, সন্তানকে শরীরের নিরাপদ সীমানা সম্পর্কে সচেতন করা, আপত্তিকর ও অসম্মানজনক মন্তব্য করা থেকে বিরত থাকার বিষয়ে সন্তানদের শিক্ষা প্রদান করা, সতীর্থদের সাথে আচরণের ক্ষেত্রে পারিবারিক ঐতিহ্য ও পদমর্যাদা প্রদর্শন থেকে বিরত থাকতে উদ্বুদ্ধ করা, শিক্ষকদের প্রতি সম্মান প্রদর্শন করা, অভিভাবকগণের নিজেদের মাঝে সম্প্রীতিমূলক আচরণ প্রদর্শন করা, অনলাইনের নিরাপদ ব্যবহার সম্পর্কে সচেতন করা, কোন সহিংসতার ঘটনা প্রত্যক্ষ করলে/অবগত হলে ফোকাল পয়েন্ট এর নিকট রিপোর্ট করা।

৭.১.৭। অন্যান্য অংশীজনের ভূমিকা: শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান কেন্দ্রিক জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধে স্থানীয় সরকার, বেসরকারি সংস্থা, স্থানীয় প্রশাসন, সামাজিক ও সাংস্কৃতিক সংগঠন, স্থানীয় নেতৃবৃন্দ এবং নাগরিক সমাজের সমন্বিত ভূমিকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। স্থানীয় সরকার শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের নিরাপত্তা নিশ্চিত করতে কার্যকর নীতিমালা বাস্তবায়ন, মনিটরিং এবং শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের অবকাঠামোগত উন্নয়নে ভূমিকা রাখতে পারে। বেসরকারি সংস্থাগুলো সচেতনতামূলক কর্মসূচি, প্রশিক্ষণ ও মনস্তাত্ত্বিক সহায়তা প্রদানের মাধ্যমে শিক্ষার্থী, শিক্ষক এবং অভিভাবকদের মধ্যে সচেতনতা সৃষ্টি করতে পারে। স্থানীয় প্রশাসন আইন প্রয়োগের মাধ্যমে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে সহিংসতা প্রতিরোধ এবং অভিযোগ ব্যবস্থাপনা প্রক্রিয়া ত্বরান্বিত করতে পারে। সামাজিক ও সাংস্কৃতিক সংগঠনগুলো নাটক, সংগীত ও প্রচারণার মাধ্যমে জেন্ডার বৈষম্য ও সহিংসতার কুফল সম্পর্কে জনগণকে সচেতন করতে পারে। স্থানীয় নেতৃবৃন্দ ও নাগরিক সমাজ তাদের সামাজিক অবস্থান ব্যবহার করে শিক্ষার্থীদের নিরাপত্তা নিশ্চিত করতে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে এবং এর বাইরে অভিভাবকসুলভ ভূমিকা পালন করতে পারে। এভাবে বিভিন্ন পক্ষের সম্মিলিত উদ্যোগেই শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধ এবং একটি নিরাপদ শিক্ষার পরিবেশ নিশ্চিত করা সম্ভব।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোকিউরমেন্ট, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das (3690)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED Ministry of Education

৮। মনিটরিং ও মেন্টরিং

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের শিখন পরিবেশের উন্নয়নের লক্ষ্যে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা মোকাবেলা কার্যক্রম মনিটরিং ও প্রযোজ্য ক্ষেত্রে মেন্টরিং-এর জন্য একটি কাঠামোবদ্ধ প্রক্রিয়া প্রয়োজন। এই প্রক্রিয়ার সাথে জড়িত দপ্তরসমূহ নির্ধারিত কিছু পদক্ষেপের মাধ্যমে মনিটরিং ও মেন্টরিং-এর কাজ সম্পন্ন করতে পারে। মনিটরিং ও মেন্টরিং-এর সাথে সংশ্লিষ্ট দপ্তর/কর্মকর্তা ও পদক্ষেপসমূহ পরিশিষ্ট ৭ দ্রষ্টব্য।

এ নীতিমালা মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের অধীন সরকারি/বেসরকারি শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের সকল শিক্ষক, কর্মচারী ও শিক্ষার্থী জন্য প্রযোজ্য হবে। এ নীতিমালা বাস্তবায়নে কোনো অস্পষ্টতা দেখা দিলে মহাপরিচালক, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের সিদ্ধান্ত চূড়ান্ত বলে বিবেচিত হবে। প্রয়োজনে গাইডলাইনটি পরিস্থিতি বিবেচনায় কর্তৃপক্ষ কর্তৃক পরিমার্জন করা যাবে। উল্লেখ্য, প্রযোজ্য ক্ষেত্রে নীতিমালার সাথে সংশ্লিষ্ট ফরমসমূহ ব্যবহার করা যেতে পারে।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education,
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das (3380)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED, Ministry of Education

১। পরিশিষ্ট: ফরমসমূহ

পরিশিষ্ট-১

[গাইডলাইন অনুচ্ছেদ নং- ৬.২.৩ (গ)]

(১ম ধাপ: শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে সহিংসতার শিকার ভুক্তভোগীর আবেদন ফরম-ক ব্যবহার করে প্রধান শিক্ষক বরাবর অভিযোগ দাখিল করবে।)

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
বাংলাদেশ, ঢাকা

ফরম 'ক'

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে সহিংসতার শিকার ভুক্তভোগীর অভিযোগের আবেদন ফরম

বরাবর
প্রধান শিক্ষক

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের নাম:

১.	অভিযোগকারীর নাম		....
১.২.	পিতার নাম		....
১.৩.	মাতার নাম		....
১.৪.	বর্তমান ঠিকানা		....
১.৫.	স্থায়ী ঠিকানা		....
১.৬.	মোবাইল নম্বর ও ই-মেইল (যদি থাকে)		....
১.৭.	জাতীয় পরিচয়পত্র/জন্ম নিবন্ধন (প্রযোজ্য ক্ষেত্রে)		....
২	অভিযুক্ত ব্যাক্তি যার বিরুদ্ধে অভিযোগ করা হয়েছে তার নাম		....
২.১	পিতার নাম		....
২.২	মাতার নাম		
২.৩	বর্তমান ঠিকানা, মোবাইল নম্বর ও ই-মেইল (যদি থাকে)		

২. তারিখ, সময় এবং ঘটনা স্থল:
৩. ঘটনার বিস্তারিত বিবরণ: [আলাদা কাগজপত্র সংযুক্ত করা যাবে]
৪. ঘটনার সাথে সংশ্লিষ্ট সাক্ষী/ব্যক্তিবর্গের নাম, ঠিকানা ও মোবাইল নম্বর (যদি থাকে):
৫. অভিযোগ ও অন্যান্য তথ্য প্রমাণকসহ (যদি থাকে):

আবেদনকারীর স্বাক্ষর

আবেদনের তারিখ:........................

অভিযোগকারী আবেদন দাখিলের রিসিভ কপি সংরক্ষণ করবেন।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education,
Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das (3830)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED, Ministry of Education

পরিশিষ্ট-২
[গাইডলাইন অনুচ্ছেদ নং-৬.২.৩ (জ)]

(২য় ধাপ: কমিটি কর্তৃক অভিযোগকরীর আবেদন প্রত্যাখ্যাত হলে তার কারণ ব্যাখ্যাসহ কমিটি কর্তৃক প্রতিবেদন পেশের ৩ (তিন) কার্যদিবসের মধ্যে অভিযোগকারীকে 'খ' ফরমে অবহিত করবে।)

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
বাংলাদেশ, ঢাকা

ফরম 'খ'

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে সহিংসতার শিকার ভুক্তভোগীর আবেদনের পরিপ্রেক্ষিতে অভিযোগ বিষয়ে নিষ্পত্তির নোটিশ

ডকেট/রিসিভ নম্বর:

তারিখ:.............

প্রতি
অভিযোগকারীর নাম:..............................
ঠিকানা:......................................
মোবাইল ও ইমেইল (যদি থাকে):

বিষয়: অভিযোগ প্রত্যাখ্যাত হওয়ার বিষয়ে অবহিতকরণ।

জনাব,
আপনার......................... তারিখের অভিযোগের ভিত্তিতে প্রার্থিত তথ্য উপাত্ত যাচাই অন্তে দেখা যায়-

ক) ....
....।
খ)..
....।
গ)..
....।

বিষয়টি আপনাকে/আপনাদেরকে অবহিত করা হলো।

(.................................)
প্রধান শিক্ষকের স্বাক্ষর
পদবি:
দাপ্তরিক সীল

Arjuna Khatun (2313)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education P.
Directorate of Secondary & Higher Educ.
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রকিউরমেন্ট, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das (5830)
Project Director
Learning Acceleration In Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
Dhaka, Ministry of Education

পরিশিষ্ট-৩

[গাইডলাইন অনুচ্ছেদ নং-৬.২.৩ (ঝ)]

(৩য় ধাপ: অভিযোগকারীর আবেদন কর্তৃপক্ষ কর্তৃক প্রত্যাখ্যাত হলে বা ন্যায়বিচার না পেলে ১৫ দিনের মধ্যে অভিযোগকারী আঞ্চলিক উপপরিচালক (মাধ্যমিক) বরাবর 'গ' ফরমে আপিল করবেন। আপিল আবেদনের আলোকে আঞ্চলিক উপপরিচালক (মাধ্যমিক) ১০ কার্যদিবসের মধ্যে তা নিষ্পত্তি করবেন।)

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর

বাংলাদেশ, ঢাকা

ফরম 'গ'

(আপিল ফরম)

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে সহিংসতার শিকার ভুক্তভোগীর আবেদনের পরিপ্রেক্ষিতে আপিল আবেদন

বরাবর

....

.... (নাম ও পদবী)

ও

আপিল কর্তৃপক্ষ,

.... (দপ্তরের নাম ও ঠিকানা)

১. আবেদনকারীর নাম ও ঠিকানা (যোগাযোগের সহজ মাধ্যমসহ) : ....

২. যে/যার আদেশের বিরুদ্ধে আপিল করা হইয়াছে তার আবেদনের বিবরণ [নিষ্পত্তি কপি (যদি থাকে) অথবা আপিলের কারণ] : ....

৩. অভিযোগের আপিলের সংক্ষিপ্ত বিবরণ : ....

৪. অন্য কোনো তথ্য যাহা আপিল কর্তৃপক্ষের সম্মুখে উপস্থাপনের জন্য আপীলকারী ইচ্ছা পোষণ করেন [তথ্য/দালিলিক প্রমাণাদি] : ....

আবেদনের তারিখ:..........................

আবেদনকারীর স্বাক্ষর

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education,
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রকিউরমেন্ট, ...)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das (5800)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED, Ministry of Education

পরিশিষ্ট-৪

[গাইডলাইন অনুচ্ছেদ নং-৬.২.৩ (ঞ)]

(৪র্থ ধাপ: অভিযোগকরী যদি মনে করেন তিনি কোথাও ন্যায়বিচার পাননি তাহলে তিনি সরাসরি মহাপরিচালক, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর বরাবর 'ঘ' ফরমে অভিযোগ দায়ের করবেন। উক্ত অভিযোগ দায়ের হওয়ার ৩০ কার্যদিবসের মধ্যে তা নিষ্পত্তি করবেন। বিশেষ পরিস্থিতিতে কর্তৃপক্ষ এ সময়সীমা ৩০ কার্যদিবস থেকে ৬০ কার্যদিবস বাড়াতে পারে।)

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
বাংলাদেশ, ঢাকা

ফরম 'ঘ'

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতার শিকার ভুক্তভোগীর আবেদনের পরিপ্রেক্ষিতে সরাসরি অভিযোগ দায়ের করার ফরম

বরাবর

মহাপরিচালক

মাধ্যমিক উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর

বাংলাদেশ, ঢাকা

১.	আবেদনকারীর নাম	:	…………………………
	পিতার নাম	:	…………………………
	মাতার নাম	:	…………………………
	বর্তমান ঠিকানা	:	…………………………
	স্থায়ী ঠিকানা	:	…………………………
	মোবাইল ও ইমেইল (যদি থাকে)	:	…………………………
	জন্ম তারিখ (জাতীয় পরিচয়পত্র/জন্ম নিবন্ধন অনুযায়ী)	:	…………………………
২.	অভিযোগ দাখিলের তারিখ	:	…………………………
৩.	যার বিরুদ্ধে অভিযোগ করা হয়েছে তার নাম	:	…………………………
৪.	অভিযোগের সংক্ষিপ্ত বিবরণ (প্রয়োজনে আলাদা কাগজ সন্নিবেশ করা যাবে)	:	…………………………
৫.	সংক্ষুব্ধতার কারণ (যদি কোনো আদেশের বিরুদ্ধে অভিযোগ আনা হয় এক্ষেত্রে আদেশের কপি সংযুক্ত করতে হবে)	:	…………………………

৬. অভিযোগের বিষয়ে কোনো থানা বা অন্য কোনো দপ্তরে অভিযোগ দায়ের করেছেন কিনা? [থাকলে তার বিবরণ]

<u>সত্যপাঠ</u>

আমি/আমরা এই মর্মে হলফপূর্বক ঘোষণা করিতেছি যে, এই অভিযোগে বর্ণিত অভিযোগসমূহ আমার জ্ঞান ও বিশ্বাস মতে সত্য।

(সত্য পাঠকারীর স্বাক্ষর)

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education,
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রাম, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar [illegible]
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED, Ministry of Education

পরিশিষ্ট-৫
[গাইডলাইন অনুচ্ছেদ নং-৬.২.৩ (ট)]

জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধে অভিযোগ দাখিলের প্রক্রিয়া (ফ্লো চার্ট):

ক্রম	গাইডলাইন অনুচ্ছেদ	গৃহিতব্য ব্যবস্থা	অভিযোগ দাখিল/নিস্পত্তির সময়সীমা
১।	৬.২.৩ (গ); পরিশিষ্ট -১	**প্রথম ধাপ:** ভুক্তভোগী কর্তৃক গাইডলাইনে সংযুক্ত পরিশিষ্ট -১ এর **ক ফর্ম** ব্যবহার করে প্রতিষ্ঠান প্রধানের নিকট অভিযোগ দাখিল।	৩০ কার্যদিবস
২।	৬.২.৩ (ঘ)	**দ্বিতীয় ধাপ:** প্রতিষ্ঠান প্রধান কর্তৃক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধ কমিটি'র নিকট অভিযোগ হস্তান্তর।	১ কার্যদিবস
৩।	৬.২.৩-(ছ)	**তৃতীয় ধাপ:** কমিটি কর্তৃক তদন্তপূর্বক প্রধান শিক্ষক বরাবর তদন্ত প্রতিবেদন পেশ।	২০ কার্যদিবস
৪।	৬.২.৩ (জ) পরিশিষ্ট -২	**চতুর্থ ধাপ:** কমিটি কর্তৃক অভিযোগ প্রত্যাখ্যাত হলে কারণ ব্যাখ্যাসহ প্রধান শিক্ষক গাইডলাইনে **সংযুক্ত** পরিশিষ্ট-২ এর **খ ফর্মে** অভিযোগকারীকে অবহিত করবে।	৩ কার্যদিবস
৫।	৬.২.৩ (ঝ) পরিশিষ্ট-৩	**পঞ্চম ধাপ:** অভিযোগকারীর আবেদন কতৃপক্ষ কর্তৃক প্রত্যাখ্যাত হলে বা ন্যায়বিচার না পেলে অভিযোগকারী আঞ্চলিক উপ-পরিচালক (মাধ্যমিক) বরাবর গাইডলাইনে সংযুক্ত পরিশিষ্ট-৩ এর **গ ফর্মে** আপিল দাখিল করবে।	আপিল দাখিল: ১০ কার্যদিবস অভিযোগ নিস্পত্তি: ১৫ কার্যদিবস
৬।	পরিশিষ্ট -৪	**ষষ্ঠ ধাপ:** অভিযোগকারী যদি মনে করে তিনি ন্যায় বিচার বঞ্চিত হয়েছেন তবে অভিযোগকারী সরাসরি মাউশি অধিদপ্তরের মহাপরিচালক বরাবর গাইডলাইনে সংযুক্ত পরিশিষ্ট-৪ এর **'ঘ' ফর্মে** সরাসরি/ অনলাইনে (ইমেইল/জিআরএস/ নিরাপদ চ্যানেল এ্যাপ) অভিযোগ দাখিল করা যাবে।	অভিযোগ দাখিল: ২০ কার্যদিবস অভিযোগনিস্পত্তি: ৩০ কার্যদিবস
৭।	পরিশিষ্ট-৭	প্রয়োজনে হেল্পলাইন নম্বরসমূহ ও কমিটিতে যোগাযোগ করে সহযোগিতা নেওয়া যেতে পারে।	
৮।	**৬.২.৪ (ক)**	**সপ্তম ধাপ:** **অভিযোগ প্রমানিত হলে দোষী ব্যক্তির বিরুদ্ধে প্রচলিত বিধি- বিধান অনুযায়ী শাস্তি প্রদানের ব্যবস্থা গ্রহণ।**	৩ কার্যদিবস
৯।	৬.২.৫	**অষ্টম ধাপ** মনোসামাজিক (Psycho-social) **সহায়তা** ও রেফারেল (Referral)	
১০।	৬.২.৪ (খ)	মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের Educational Management Information System (EMIS) সেলে প্রতিটি শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের জন্য লিঙ্গভিত্তিক সহিংসতা সংক্রান্ত একটি ডাটাবেজ এ-হালনাগাদকরণ/নিয়মিত তথ্য সংরক্ষণ যা প্রতিষ্ঠান প্রধান কর্তৃক পূরণযোগ্য।	

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education,
Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪১৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রাম, ...)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি ... প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা ...
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon Kumar Das (...)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
... Education

পরিশিষ্ট-৬

নিম্নলিখিত হেল্পলাইন নম্বর ও কমিটিতে যোগাযোগ করে সহযোগিতা নেওয়া যেতে পারে:

সহায়তার ধরণ	হেল্পলাইন নম্বর
হেল্পলাইন	
✓ নারী ও শিশু নির্যাতন প্রতিরোধে হেল্পলাইন	১০৯
✓ পুলিশ ও অন্যান্য সেবা নম্বর	৯৯৯
✓ জাতীয় হেল্পলাইন নম্বর (সরকারি আইনি সহায়তা প্রদান।)	১৬৪৩০
✓ টেলি-কাউন্সিলিংভিত্তিক (যেমন: মনের যত্ন) অথবা Neeramoy Patient App	০৯৬৪৩-২৬২৬২৬
কমিটি	
মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয় কর্তৃক নারী ও শিশুর প্রতি সহিংসতা প্রতিরোধে কমিটি গঠন করা হয়েছে। প্রয়োজনে তাদের সহায়তা নেওয়া যেতে পারে। যথা: ✓ কেন্দ্রীয় নারী ও শিশু নির্যাতন প্রতিরোধ কমিটি; ✓ বিভাগীয় নারী ও শিশু নির্যাতন প্রতিরোধ কমিটি; ✓ জেলা নারী ও শিশু নির্যাতন প্রতিরোধ কমিটি; ✓ উপজেলা নারী ও শিশু নির্যাতন প্রতিরোধ কমিটি; ✓ ইউনিয়ন নারী ও শিশু নির্যাতন প্রতিরোধ কমিটি।	

Arjuna Khatun (2313..)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education P...
Directorate of Secondary & Higher Educ...
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোকিউরমেন্ট, মনিটরিং এন্ড ইভালুয়েশন)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shibon Kumer Das (...)
Project Director
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
SHED, Ministry of Education

পরিশিষ্ট-৭

(গাইডলাইন অনুচ্ছেদ নং-৮)

চিত্র ৮.১ : শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের জেন্ডারবিষয়ক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক কার্যক্রম পরিবীক্ষণ সংক্রান্ত টেবিল।

ক্রমিক	দপ্তর/অধিদপ্তরের নাম	কর্মকর্তার পদবী	দায়িত্ব
১	পরিবীক্ষণ ও মূল্যায়ন উইং, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর (মাউশি)	পরিচালকসহ অন্যান্য কর্মকর্তা	আঞ্চলিক উপপরিচালকের মাধ্যমে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান সমূহের জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা সংশ্লিষ্ট কার্যক্রম তদারকি করবেন। এছাড়াও ডাটাবেইজের তথ্যানুসারে ভুক্তভোগী শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের এতদ্‌সংক্রান্ত কার্যক্রম সরাসরি তদারকি ও প্রয়োজনে সমাধানের উদ্যোগ গ্রহণ করবেন।
২	আঞ্চলিক কার্যালয়	আঞ্চলিক উপপরিচালক (মাধ্যমিক) ও অন্যান্য কর্মকর্তা	জেলা শিক্ষা অফিসের মাধ্যমে মাধ্যমিক শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের সামগ্রিক তদারকি; প্রয়োজনে ভুক্তভোগী শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের এতদ্‌সংক্রান্ত কার্যক্রম স্বীয় দপ্তরের কর্মকর্তা দ্বারা অথবা নিজে সরাসরি তদারকি করবেন। যেসকল সমস্যা তাঁর আওতায় সমাধানযোগ্য, সেগুলো সমাধান করবেন, অন্যথায় জেলা প্রশাসন ও উর্ধ্বতন কর্তৃপক্ষের সহযোগিতা কামনা করবেন।
৩	জেলা শিক্ষা অফিস	জেলা শিক্ষা অফিসার	উপজেলা মাধ্যমিক শিক্ষা অফিসের মাধ্যমে মাধ্যমিক শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের সামগ্রিক তদারকি; জেলার শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানগুলির বিভিন্ন কার্যক্রমের সাথে সাথে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা সংক্রান্ত কার্যক্রম সরাসরি পর্যবেক্ষণ করবেন এবং কমিটিসমূহকে প্রয়োজনীয় সহযোগিতা প্রদান করবেন।
৪	উপজেলা শিক্ষা অফিস	উপজেলা মাধ্যমিক শিক্ষা অফিসার	উপজেলা পর্যায়ে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানগুলির জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা সংক্রান্ত কার্যক্রম পর্যবেক্ষণ ও মূল্যায়ন। প্রয়োজনে উপজেলা প্রশাসনের সহযোগিতায় সমস্যা সমাধানের প্রচেষ্টা চালাবেন।
৫	এসএমসি	সভাপতি	শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের এতদ্‌সংক্রান্ত কার্যক্রম তদারকি ও সমস্যা সমাধানে প্রতিষ্ঠান প্রধানকে সহযোগিতা প্রদান করবেন।
৬.	শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান	প্রতিষ্ঠান প্রধান	শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কার্যক্রম বাস্তবায়নে সংশ্লিষ্ট কমিটিকে সহযোগিতা করবেন ও প্রয়োজনে উর্ধ্বতন কর্তৃপক্ষের সাথে যোগাযোগের মাধ্যমে উদ্ভূত সমস্যা সমাধান করবেন এবং প্রতি তিন মাস অন্তর স্থানীয় পর্যায়ে বিদ্যমান কমিটিকে সমস্যার বিষয়ে রিপোর্ট করবেন।

...rjuna Khatun (2313)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
...ing Acceleration in Secondary Education Pr...
...ctorate of Secondary & Higher Education
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রাম, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর,
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার
শিক্ষা মন্ত্রণালয়
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ
উন্নয়ন-১ শাখা
বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা
www.shed.gov.bd

স্মারক নম্বর: ৩৭.০০.০০০০.০৮১.৩৬.০০১.২২(অংশ২)-১০৫

তারিখ: ০১ আষাঢ় ১৪৩২ / ০৪ জুন ২০২৫

বিষয়: লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (লেইস) প্রকল্পের আওতায় DLR 4.1 (ii) অর্জনের নিমিত্ত মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষা প্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (School Related Gender Based Violence-SRGBV) হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইন অনুমোদন।

সূত্র : মাউশি অধিদপ্তরের স্মারক নম্বর- মাউশি/লেইস/০২-৯৪/ ডিএলআই-০৪/২০২৪/১০০৪; তারিখঃ ১৭.০২.২০২৫ খ্রি.

উপর্যুক্ত বিষয় ও সূত্রস্থ পত্রের পরিপ্রেক্ষিতে মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগের আওতায় মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর কর্তৃক বাস্তবায়নাধীন লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (LAISE) প্রকল্পের Disbursement Linked Indicator (DLI) 4 : Improved students' access to secondary education and increased retention এর আওতায় ১ম বছরের অর্জনযোগ্য "DLR 4.1 (ii) Prepare or revise and adopt guidelines for school-Related Gender-Based Violence (SRGBV)" এর শর্তানুযায়ী মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানকেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (School Related Gender Based Violence-SRGBV) হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইনটি নির্দেশক্রমে অনুমোদন করা হলো।

সংযুক্তি: জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (School Related Gender Based Violence-SRGBV) হতে সুরক্ষা প্রদান সংক্রান্ত গাইডলাইন

০৪।০৬।২০২৫
আম্বিয়া সুলতানা
সিনিয়র সহকারী সচিব
ফোন : ২২৩৩৮৪৫৫২
sas_dev1@moedu.gov.bd

মহাপরিচালক
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
শিক্ষা ভবন, ঢাকা।

অনুলিপি সদয় অবগতি ও প্রয়োজনীয় কার্যার্থে (জ্যেষ্ঠতার ক্রমানুসারে নয়):

১. সচিব (বাস্তবায়ন, পরিবীক্ষণ ও মূল্যায়ন বিভাগ), পরিকল্পনা মন্ত্রণালয়, শেরেবাংলা নগর, ঢাকা;
২. অতিরিক্ত সচিব (উন্নয়ন), মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়, বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা;
৩. মহাপরিচালক (পরিবীক্ষণ ও মূল্যায়ন সেক্টর-৬), আইএমইডি, পরিকল্পনা মন্ত্রণালয়, শেরেবাংলা নগর, ঢাকা;
৪. সিনিয়র সচিবের একান্ত সচিব, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়, বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা;
৫. প্রকল্প পরিচালক, লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (LAISE) প্রকল্প, শিক্ষা ভবন, ঢাকা;
৬. অফিস কপি।

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

শিক্ষা মন্ত্রণালয়
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর

মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য (Mental Health) ও মনো-সামাজিক (Psycho-Social) সহায়তা বিষয়ক গাইডলাইন

LAISE

লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (LAISE) প্রজেক্ট

LAISE
Learning Acceleration in Secondary Education (LAISE)

THE WORLD BANK

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার
শিক্ষা মন্ত্রণালয়
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ
উন্নয়ন-১ শাখা
বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা
www.shed.gov.bd

স্মারক নম্বর: ৩৭.০০.০০০০.০৮১.৩৬.০০১.২২(অংশ২)-১০২

তারিখ: ০১ আষাঢ় ১৪৩২ / ০৪ জুন ২০২৫

বিষয়: লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (LAISE) প্রকল্পের আওতায় DLR 4.1 (iii) অর্জনের নিমিত্ত মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য (Mental Health) ও মনো-সামাজিক (Psycho-Social) সহায়তা বিষয়ক গাইডলাইন অনুমোদন।

সূত্র: মাউশি অধিদপ্তরের স্মারক নম্বর- মাউশি/লেইস/০২-৯৪/ ডিএলআই-০৪/২০২৪/১০০৩; তারিখঃ ১৭.০২.২০২৫ খ্রি.

উপর্যুক্ত বিষয় ও সূত্রস্থ পত্রের পরিপ্রেক্ষিতে, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগের আওতায় মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর কর্তৃক বাস্তবায়নাধীন লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (LAISE) প্রকল্পের Disbursement Linked Indicator (DLI) 4 : Improved students' access to secondary education and increased retention এর আওতায় ১ম বছরের অর্জনযোগ্য "DLR 4.1 (iii) Mental health support guidelines are developed and approved" এর শর্তানুযায়ী মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য (Mental Health) ও মনো-সামাজিক (Psycho-Social) সহায়তা বিষয়ক গাইডলাইনটি নির্দেশক্রমে অনুমোদন করা হলো।

সংযুক্তি: মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য (Mental Health) ও মনো-সামাজিক (Psycho-Social) সহায়তা বিষয়ক গাইডলাইন

০৪/০৬/২০২৫
আম্বিয়া সুলতানা
সিনিয়র সহকারী সচিব
ফোন : ২২৩৩৮৪৫৫২
sas_dev1@moedu.gov.bd

মহাপরিচালক
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
শিক্ষা ভবন, ঢাকা।

অনুলিপি সদয় অবগতি ও প্রয়োজনীয় কার্যার্থে (জ্যেষ্ঠতার ক্রমানুসারে নয়):

১. সচিব (বাস্তবায়ন, পরিবীক্ষণ ও মূল্যায়ন বিভাগ), পরিকল্পনা মন্ত্রণালয়, শেরেবাংলা নগর, ঢাকা;
২. অতিরিক্ত সচিব (উন্নয়ন), মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়, বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা;
৩. মহাপরিচালক (পরিবীক্ষণ ও মূল্যায়ন সেক্টর-৬), আইএমইডি, পরিকল্পনা মন্ত্রণালয়, শেরেবাংলা নগর, ঢাকা;
৪. সিনিয়র সচিবের একান্ত সচিব, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়, বাংলাদেশ সচিবালয়, ঢাকা;
৫. প্রকল্প পরিচালক, লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (LAISE) প্রকল্প, শিক্ষা ভবন, ঢাকা;
৬. অফিস কপি।

গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার

শিক্ষা মন্ত্রণালয়

মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ

মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর

মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য (Mental Health) ও মনো-সামাজিক (Psycho-Social) সহায়তা বিষয়ক গাইডলাইন[1]

ভূমিকা

শারীরিক স্বাস্থ্যের পাশাপাশি মানসিক স্বাস্থ্যের[2] গুরুত্ব বর্তমানে বিশ্বজুড়ে স্বীকৃত। বিশেষত বয়ঃসন্ধিকালের প্রভাব এবং অন্যান্য কারণে শিক্ষার্থীদের মানসিক চাপ বৃদ্ধির প্রেক্ষাপটে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানসমূহে শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য এবং মনোসামাজিক সহায়তা প্রদানের প্রয়োজনীয়তা ক্রমশ বাড়ছে। পরীক্ষার চাপ, পেশাগত অনিশ্চয়তা, বুলিং ও পারিবারিক সমস্যার ফলে শিক্ষার্থীদের মধ্যে হতাশা, উদ্বেগ, বিষণ্ণতা এবং আত্মহত্যার প্রবণতা বৃদ্ধি পাচ্ছে। কোভিড-১৯ অতিমারী এ সংকটকে আরও তীব্র করেছে। এমতাবস্থায়, মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য উন্নয়নে বিভিন্ন কর্মসূচি বাস্তবায়ন করছে, যার অন্যতম হলো 'মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সহায়তা বিষয়ক গাইডলাইন' প্রণয়ন। এ গাইডলাইন মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক সুস্থতা নিশ্চিতকরণের মাধ্যমে শিক্ষাজীবনের সফলতায় গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করবে।

প্রেক্ষাপট

বাংলাদেশের জনসংখ্যার ২২% বা প্রায় ৩ কোটি ৬০ লাখ কিশোর-কিশোরী (১০-১৯ বছর) রয়েছে, যাদের মধ্যে দেড় কোটি স্কুল ও ২০ লাখ মাদরাসা শিক্ষার্থী (ব্যানবেইস, ২০২২)। এই বয়সে শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তন শিক্ষার্থীর শিক্ষাজীবন, পারিবারিক সম্পর্ক, বন্ধুত্ব ও আত্মবিশ্বাসে গভীর প্রভাব ফেলে। জাতীয় মানসিক স্বাস্থ্য ইনস্টিটিউটের ২০১৯ সালের গবেষণায় দেখা গেছে, ৭-১৭ বছর বয়সী ১৪% শিশুর মানসিক সমস্যা রয়েছে, যার ৯৫% কোনো সেবা পায় না। বিষণ্ণতা, উদ্বেগ, আত্মহত্যার প্রবণতা, বুলিংসহ নানাবিধ সমস্যা শিক্ষার্থীদের শিক্ষাজীবন ব্যাহত করে। কোভিড-১৯ পরিস্থিতি শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য আরও বিপর্যস্ত করেছে, ফলে একাকীত্ব ও হতাশা বৃদ্ধি পেয়েছে এবং শিক্ষার প্রতি আগ্রহ কমে যাচ্ছে। এসব সমস্যা মোকাবিলায় একটি সুসংগঠিত ও কার্যকর গাইডলাইন অত্যন্ত জরুরি।

এ পরিপ্রেক্ষিতে, গাইডলাইনটি প্রণয়নে জাতীয় শিক্ষানীতি-২০১০ , শিশুনীতি-২০১১, শিশু সুরক্ষা আইন-২০১৩, জাতীয় কিশোর স্বাস্থ্য কৌশল (২০১৭-২০৩০), মানসিক স্বাস্থ্য আইন-২০১৮, জাতীয় মানসিক স্বাস্থ্য নীতি-২০২২ বিবেচনায় নেওয়া হয়েছে। এ গাইডলাইন শিক্ষার্থীদের মানসিক সমস্যা চিহ্নিতকরণ ও তাদের সুস্থ বিকাশ নিশ্চিতকরণে সহায়ক ভূমিকা পালন করবে। উল্লেখ্য, ২০২১ সালে মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর প্রাথমিক মানসিক স্বাস্থ্য সেবা (পিএফএ) কর্মসূচি চালু করে, যার আওতায় শিক্ষকদের মানসিক স্বাস্থ্য বিষয়ে প্রশিক্ষিত করার জন্য ম্যানুয়াল প্রণয়ন করা হয়েছে।

বিশ্বব্যাংকের সাথে ঋণচুক্তি অনুসারে বর্ণিত গাইডলাইন লেইস প্রজেক্টের অন্যতম একটি Disbursement Linked Indicator (DLI)-4: Improved Students' Access to Secondary Education and Increased retention এর অংশ। উক্ত DLI-4 এর শর্তানুসারে লেইস প্রজেক্ট বাস্তবায়নের ৩য় বৎসরে মাধ্যমিক পর্যায়ের নির্ধারিত বিদ্যালয়সমূহের কমপক্ষে ৩০% শিক্ষার্থী মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা প্রাপ্তির ন্যূনতম ১টি প্রক্রিয়া নির্ণয় করতে পারবে। বিশ্বব্যাংকের বর্ণিত শর্তপূরণে এ গাইডলাইনটি সহায়ক ভূমিকা পালন করবে।

লক্ষ্য

মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য উন্নয়ন ও সুরক্ষার লক্ষ্যে শিক্ষার্থী-বান্ধব পরিবেশ তৈরি করা এবং মনো-সামাজিক সমস্যা চিহ্নিত করে তদনুযায়ী সহায়তা প্রদান করা।

উদ্দেশ্য

১. শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সহায়তা প্রদানের লক্ষ্যে সচেতনতা বৃদ্ধি করা;

---

[1] বিশ্বব্যাংকের ঋণ সহায়তায় লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন (লেইস) প্রজেক্ট এর আওতায় এ গাইডলাইনটি প্রণীত হয়েছে।

[2] বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (WHO) এর সংজ্ঞা অনুযায়ী, স্বাস্থ্য বলতে কেবল শারীরিক সুস্থতা নয়, বরং মানসিক এবং সামাজিক সুস্থতাও এর অন্তর্ভুক্ত।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (এমই, এমআইএস, রিপোর্টিং এন্ড [illegible])
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor [illegible]
Project [illegible]
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary and Higher Education
[illegible], Ministry of Education

২. মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তার সেবা সহজলভ্য করা এবং মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যাগুলোর জন্য আগাম পদক্ষেপ নেওয়া;
৩. মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য উন্নয়ন ও সুরক্ষার লক্ষ্যে শিক্ষার্থী-বান্ধব পরিবেশ তৈরি করা;
৪. অভিভাবক ও কমিউনিটিতে সচেতনতা বৃদ্ধি করে শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য উন্নয়ন ও সুরক্ষায় উৎসাহিত করা; এবং
৫. সুনির্দিষ্ট রেফারেল (Referral), মনিটরিং (Monitoring) ও ফলোআপ (Follow-up) এর সমন্বয়ে একটি সুসংগঠিত সহায়তা নেটওয়ার্ক গড়ে তোলা।

গাইডলাইন তৈরির প্রক্রিয়া

শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সহায়তার প্রয়োজনীয়তা বিষয়ে সচেতনতা বৃদ্ধি এবং সহজলভ্য মানসিক স্বাস্থ্য সেবা প্রাপ্তির লক্ষ্যে দেশ-বিদেশের মানসিক স্বাস্থ্য বিষয়ক বিভিন্ন নীতি ও বিশেষজ্ঞগণের অভিজ্ঞতার উপর ভিত্তি করে এই গাইডলাইন প্রস্তুত করা হয়েছে। সরকারের প্রতিনিধি, আন্তর্জাতিক সংস্থা, মনোবিজ্ঞানী ও অন্যান্য স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞ, পেশাজীবী সংস্থা, বিভিন্ন শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান থেকে আগত শিক্ষক-শিক্ষার্থী, বিশ্ববিদ্যালয় ও বেসরকারি সংস্থাসমূহের (এনজিও) প্রতিনিধিগণের অংশগ্রহণে বিস্তারিত পরামর্শ ও আলাপ আলোচনার মাধ্যমে গাইডলাইনটি প্রণয়ন করা হয়েছে।

গাইডলাইন এর অন্তর্ভুক্ত ক্ষেত্র বা বিষয়সমূহ

'শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সহায়তা গাইডলাইন' এর অন্তর্ভুক্ত ক্ষেত্র বা বিষয়সমূহ নিম্নরূপ:

১. মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে ধারণা;
২. মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা নিরূপণ ও সমাধানে করণীয়;
৩. শিক্ষার্থীদের মনোসামাজিক সহায়তা প্রদান;
৪. মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সহায়তা উন্নয়নে শিক্ষার্থী বান্ধব পরিবেশ নিশ্চিতকরণ;
৫. বিদ্যালয়ভিত্তিক সাপোর্ট সিস্টেম বাস্তবায়ন;
৬. মানসিক স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর যোগ্যতা বৃদ্ধিকরণে অত্যাবশ্যকীয় প্রশিক্ষণ;
৭. মানসিক স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের নৈতিক নীতিমালা;
৮. অভিভাবকদের মনোসামাজিক স্বাস্থ্য বিষয়ক সচেতনতামূলক কার্যক্রম;
৯. শিক্ষক ও শিক্ষার্থীর আত্মপরিচর্যামূলক অনুশীলন; এবং
১০. রেফারেল (Referral), মনিটরিং (Monitoring), ইভালুয়েশন (Evaluation) ও ফলোআপ (Follow-up)।

১। মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে ধারণা

মানসিক স্বাস্থ্য হলো মনের সুস্থতা, যে অবস্থায় থাকলে মানুষ নিজের সম্ভাব্য শক্তির জায়গাগুলো সহজেই বুঝতে পারে, জীবনের নানা পর্যায়ের চাপের সাথে ভালোভাবে মানিয়ে নিতে পারে, কর্মক্ষেত্রে সুষ্ঠু ও ফলপ্রসূভাবে কাজ করতে পারে এবং সমাজের জন্য যথেষ্ট অবদান রাখতে পারে। সম্ভাব্য শক্তি বলতে ব্যক্তির দক্ষতাগুলোকে বোঝায়। একজন দক্ষ ব্যক্তি বুঝতে পারে তাকে দিয়ে কী কী সম্ভব, ফলশ্রুতিতে তার সামর্থ্য ও যোগ্যতার ব্যাপারে সচেতন হতে পারে। এটি সুস্থতার অনুভূতি, যার মূলে রয়েছে নিজের ও অন্যের প্রতি সম্মান এবং সক্ষমতা সম্পর্কিত বিশ্বাস। মানসিক স্বাস্থ্য হলো আমাদের আবেগীয় ও আত্মিক সহনক্ষমতা, যা দুঃখ, কষ্ট ও হতাশার মধ্যে টিকে থেকে জীবন উপভোগ করতে সাহায্য করে। মানসিক স্বাস্থ্য হচ্ছে সামগ্রিক স্বাস্থ্যেরই একটি অংশ।

মানসিক স্বাস্থ্যের উপযুক্ত পরিমাপকসমূহ নিম্নরূপ:-

- আমরা কীভাবে চিন্তা, অনুভব এবং আচরণ করি;
- আমরা কীভাবে প্রাত্যহিক জীবনের টানা-পোড়েনের সাথে মানিয়ে চলি;
- আমরা নিজেদের জীবন এবং ভবিষ্যৎ সম্পর্কে কী ভাবি;
- আমাদের নিজের সম্পর্কে আত্মবিশ্বাস কেমন; ইত্যাদি।

শিক্ষার্থীদের সার্বিক কল্যাণ নিশ্চিতকরণে মানসিক স্বাস্থ্য সুরক্ষার গুরুত্ব অপরিহার্য। এর ফলে শিক্ষার্থীরা তাদের আবেগ ও অনুভূতিকে সঠিকভাবে বুঝতে পারবে এবং ব্যবস্থাপনা করতে পারবে, যা যেকোনো পরিস্থিতিতে খাপ খাওয়ানো এবং সকলের সাথে সুসম্পর্ক তৈরির সহায়ক।

Arjuna Khatun (231..)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education P...
Directorate of Secondary & Higher Educ...
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের প্রথম পদক্ষেপ হলো মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে ধারণা অর্জন করা। শিক্ষক ও শিক্ষার্থীদের মধ্যে সচেতনতা তৈরির মাধ্যমে মানসিক স্বাস্থ্য সেবার পটভূমি তৈরি করা সম্ভব। এলক্ষ্যে, বিদ্যালয়ে[3] মানসিক স্বাস্থ্য বিষয়ক বিভিন্ন কর্মশালা, অনুষ্ঠান, সমাবেশ প্রভৃতি আয়োজনে সকল শিক্ষক, শিক্ষার্থী ও অভিভাবকদের সম্পৃক্তকরণের মাধ্যমে সচেতনতা বৃদ্ধি করা যায়।

২। মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য[4] সমস্যা নিরূপণ ও সমাধানে করণীয়সমূহ

মাধ্যমিক পর্যায়ের শিক্ষার্থীরা সাধারণত ১১/১২ থেকে ১৫/১৬ বছর বয়সী হয়ে থাকে, যা বিকাশমূলক ধাপ হিসাবে বয়ঃসন্ধিকাল বলে পরিচিত। এই সময় শিক্ষার্থীরা শারীরিক পরিবর্তনের পাশাপাশি বিভিন্ন ধরনের মানসিক পরিবর্তনের মধ্য দিয়েও যায়, যা তার চিন্তা ও আচরণকে প্রভাবিত করে। তাদের যদি এই বিষয়ে আগে থেকে কোনো ধরনের ধারণা না থাকে তাহলে তারা বিভিন্ন চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন হতে পারে। যেমন: আত্মপরিচয়ের সন্ধান, মানসিক চাপ, সম্পর্কের জটিলতা এবং ভবিষ্যতের পরিকল্পনা নিয়ে উদ্বেগ। শারীরিক, জ্ঞানীয় এবং আবেগিক পরিবর্তনে তারা নিজেদের বিভিন্ন বৈশিষ্ট্য নিয়ে হীনমন্যতায় ভুগতে পারে। অনেক সময় সামাজিক গ্রহণযোগ্যতার ভয়ে আত্মবিশ্বাসের ঘাটতি তৈরি হয় এবং আবেগ নিয়ন্ত্রণে অস্থিরতা দেখা দেয়। গবেষণা মতে, মানসিক চাপ, উদ্বিগ্নতা, বিষণ্ণতা, আক্রমণাত্মক আচরণমাদক) আসক্তিমূলক আচরণ ,, গেইম ও সামাজিক মাধ্যম(, মানসিক আঘাত বা ট্রমা, আত্মহত্যার প্রবণতার মতো মানসিক জটিলতাগুলোর তীব্রতা এই পর্যায়ে লক্ষণীয়। এই পরিস্থিতিগুলো কতিপয় লক্ষণ বা বৈশিষ্ট্যের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মধ্যে প্রকাশ পায়।

সমাজে মানসিক স্বাস্থ্য নিয়ে বিভিন্ন ভ্রান্ত ধারণা প্রচলিত রয়েছে, যা শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্যের জন্য ঝুঁকিপূর্ণ হতে পারে। যেমন: পাগলরাই শুধু মানসিক স্বাস্থ্য সেবা নেয়, মানসিক স্বাস্থ্য সেবা গ্রহণ করা ব্যক্তিগত দুর্বলতার প্রকাশ, মানসিক সমস্যা লজ্জাজনক, মানসিক স্বাস্থ্য সমসস্যাজনিত ব্যক্তি হাসি তামাশার পাত্র, বিয়েই মানসিক সমস্যা সমাধানের একমাত্র উপায় ইত্যাদি। একজন শিক্ষক যখন সমাজে প্রচলিত ভ্রান্ত ধারণা, শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ঝুঁকি, সমস্যার প্রকৃতি এবং বিভিন্ন লক্ষণ সম্পর্কে অবগত থাকবেন তখন তিনি খুব সহজেই শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য সেবা গ্রহণের জায়গাগুলো শনাক্ত করতে পারবেন। পাশাপাশি শিক্ষার্থীদের প্রয়োজনীয় স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের জন্য বিভিন্ন পদক্ষেপ গ্রহণ করতে পারবেন। এছাড়া মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যার কারণ ও ঝুঁকিসমূহ জেনে একজন শিক্ষক শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য রক্ষায় বিভিন্ন প্রতিরোধমূলক পদক্ষেপ গ্রহণ করতে পারবেন, যা শিক্ষার্থীদের মানসিকভাবে ভালো থাকতে ও শিখন কার্যক্রমকে তরান্বিত করতে সহায়ক হবে।

২.১। মানসিক স্বাস্থ্যের ক্ষেত্রে ঝুঁকিসমূহ

বিদ্যালয়ের শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্যের ক্ষেত্রে কতিপয় ঝুঁকিমূলক উপাদান রয়েছে যার প্রতি লক্ষ রাখা গুরুত্বপূর্ণ। এর মধ্যে কয়েকটি পর্যায় নিয়ে তুলে ধরা হলো:

২.১.১। ব্যক্তি পর্যায়: বয়ঃসন্ধিকালীন শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তন, মাদক গ্রহণ, নিপীড়ন, ব্যক্তিত্বের ধরন, মানসিক চাপ, তীব্র মানসিক আঘাত, তিক্ত শৈশব, কারাবাস, সামাজিক সহায়তার অভাব, অসুস্থতা, প্রতিবন্ধকতা ও জিনগত জটিলতা, আত্মমর্যাদার ঘাটতি এবং সামাজিক দক্ষতার ঘাটতি ইত্যাদি ঝুঁকিমূলক উপাদান হিসাবে প্রভাব ফেলতে পারে।

২.১.২। পরিবার পর্যায়: পারিবারিক সহিংসতা, পারিবারিক বিচ্ছেদ, পিতা-মাতার মধ্যে কলহ, পারিবারিক সহায়তার অভাব, ভুল ও নেতিবাচক প্যারেন্টিং প্যাটার্ন, পিতা-মাতার অবহেলা, সন্তানকে প্রশংসা না করা, পরিবারে অসংগতিপূর্ণ নিয়ম বা কোনো নিয়ম না থাকা, সন্তানের উপর পিতা-মাতার মাত্রাতিরিক্ত প্রত্যাশা ও পরীক্ষার ফলাফলের কারণে চাপ সৃষ্টি করা, পরিবারের কারো মানসিক সমস্যা, পিতা-মাতার বেকারত্ব, পিতা-মাতার অধিক ধনসম্পদ, পিতা-মাতার মাদকাসক্তি ইত্যাদি শিক্ষার্থীর মানসিক স্বাস্থ্যের জন্য ঝুঁকিমূলক উপাদান হিসাবে কাজ করতে পারে।

২.১.৩। বিদ্যালয় পর্যায়: বুলিং, জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা, শারীরিক স্বাস্থ্য সম্পর্কিত অস্বাস্থ্যকর ও অনিরাপদ পরিবেশ, লিঙ্গ বৈষম্য, শিক্ষক ও সহপাঠীদের সাথে নেতিবাচক সম্পর্ক, শিক্ষকদের অবমাননাকর আচরণ, বিদ্যালয়ের অনিরাপদ শারীরিক ও

---

[3] এ গাইডলাইনে বিদ্যালয় বলতে মাধ্যমিক পর্যায়ের সকল মাধ্যমিক বিদ্যালয়কে বুঝাবে।

[4] মানসিক স্বাস্থ্য একজন মানুষের আবেগিক, সামাজিক ও মনস্তাত্ত্বিকভাবে ভাল থাকাকে অন্তর্ভুক্ত করে এবং ব্যক্তি কেমন অনুভব করবে, কী চিন্তা করবে এবং তার আচরণ কেমন হবে তা তাকে প্রভাবিত করে।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education,
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

মানসিক পরিবেশ, একাডেমিক ফলাফল খারাপ হওয়া, বন্ধু বা সহপাঠীদের দ্বারা প্রত্যাখ্যান, শিক্ষকের কাছ থেকে প্রশংসার অভাব ইত্যাদি।

২.১.৪। সামাজিক পর্যায়: লিঙ্গবৈষম্য, মেয়েদের জন্য অনিরাপদ পরিবেশ, বাল্য বিবাহ, দারিদ্র্য, বেকারত্ব, অপর্যাপ্ত শিক্ষাব্যবস্থা, নিম্নমানের আবাসন, সাম্প্রদায়িক সংঘাত, অসাম্য, কুসংস্কার, বৈষম্য ইত্যাদি।

২.২। শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যার লক্ষণসমূহ ও প্রতিকারে করণীয়সমূহ

শিক্ষার্থীর কাছে সহজে এবং দ্রুত সময়ে মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা পৌঁছে দেওয়ার জন্য শিক্ষকের মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যার লক্ষণ ও প্রতিকার বিষয়ে মৌলিক জ্ঞান ও দক্ষতা অর্জন করা আবশ্যক। নিম্নে বয়ঃসন্ধিকালে শিক্ষার্থীদের এরূপ কতিপয় সাধারণ মানসিক সমস্যার লক্ষণ ও এক্ষেত্রে সহায়তা প্রদানের কৌশল উল্লেখ করা হলো:

২.২.১। রাগ ও মানসিক চাপ[৫]:

লক্ষণসমূহ: হঠাৎ মেজাজের পরিবর্তন, চিৎকার করা, জিনিসপত্র ভাংচুর করা, মারামারি করা, অন্যকে বা নিজেকে আঘাত করা, সবসময় খিটখিটে ভাব, ক্ষুধামন্দা বা অতিরিক্ত ক্ষুধা, ঘুমের সমস্যা, মাথা ব্যথা ইত্যাদি।

করণীয়সমূহ: অনুভূতিটাকে বুঝার চেষ্টা করা, তাৎক্ষণিক প্রতিক্রিয়া না দেখিয়ে কিছুটা সময় নেওয়া, অতিরিক্ত রাগের সময় ঐ স্থান ত্যাগ করা, শ্বাসপ্রশ্বাসের ব্যায়াম করা, নেতিবাচক চিন্তাগুলোকে পরিবর্তন করে ইতিবাচক চিন্তায় পরিবর্তনে সহায়তা করা, সমস্যা সমাধানের বিভিন্ন কৌশল নিয়ে আলোচনা করা, নিয়মিত ব্যায়াম করা, নিজের ভাললাগার কাজগুলো করা ইত্যাদি।

২.২.২। বিষণ্ণতা ও মন খারাপ[৬]

লক্ষণসমূহ: প্রায়ই মন খারাপ করে থাকা, কোন কিছুতে আনন্দ না পাওয়া, চুপচাপ বসে থাকা, কারো সাথে না মেশা, কথা কম বলা, কোনো আনন্দদায়ক কাজে অংশগ্রহণ করতে না চাওয়া, চেহারার মধ্যে কোনো ধরনের উচ্ছ্বাস বা হাসির ছাপ না থাকা ইত্যাদি।

করণীয়সমূহ: শিক্ষার্থীদের সাথে সুসম্পর্ক তৈরি করা এবং তাদেরকে এমন একটি নিরাপদ পরিবেশ তৈরি করে দেওয়া যেখানে তারা তাদের মনের কথাগুলো খুলে বলতে পারে, শিক্ষার্থীদের কথাগুলো সহমর্মিতার সাথে শোনা, ভাল মন্দ বিচার না করা, সামাজিক সম্পর্কগুলোকে নতুনভাবে অনুসন্ধান করা, অভিযোজনের কৌশলগুলো নিয়ে আলোচনা করা, তাদের বিভিন্ন সফলতার ঘটনা নিয়ে কথা বলা, তাদের মধ্যে আশা তৈরি করা এবং বিভিন্ন কাজে নিজেদের সম্পৃক্ত করতে উৎসাহিত করা।

২.২.৩। পরীক্ষাভীতি ও উদ্বিগ্নতা[৭]

লক্ষণসমূহ: অত্যধিক ঘাম, বমি বমি ভাব, বমি বা ডায়রিয়া, পেট ব্যথা, দ্রুত হার্টবিট, শ্বাসকষ্ট, হালকা মাথা ব্যথা বা অজ্ঞান বোধ করা, আত্ম-সন্দেহ, ভয়, চাপ, আশাহীনতা, রাগ, নার্ভাস বা অস্থির বোধ করা, অতিরিক্তি উদ্বেগ বা ভয় প্রকাশ করা, কোনো বিষয়ের প্রতি অতিরিক্ত সতর্কতা প্রকাশ করা, বাহিরে যেতে ভয় পাওয়া, কোন ধরনের পরিবর্তন বা বিচ্যুতিতে ভয় পাওয়া ইত্যাদি।

করণীয়সমূহ: শ্বাসপ্রশ্বাসের ব্যায়াম করা, পেশী শিথিলায়ন (Relaxation) অনুশীলন করা, নেতিবাচক চিন্তাকে ইতিবাচক চিন্তায় পরিবর্তনে সহায়তা করা, যুক্তিযুক্ত লক্ষ্য নির্ধারণ করা, অভিযোজনের বিভিন্ন কৌশল নিয়ে আলোচনা করা, নিয়মিত রুটিন করে পরীক্ষার প্রস্তুতি নেওয়া, পর্যাপ্ত ঘুমানো, পড়াশোনার কৌশলে পরিবর্তন আনা ইত্যাদি।

---

[৫] বয়ঃসন্ধিকালে শিক্ষার্থীর শারীরিক বৃদ্ধির সাথে সাথে তাদের মধ্যে বিভিন্ন হরমোনজনিত পরিবর্তন হয়, যা তাদের মেজাজের উপর বিরূপ প্রভাব ফেলতে পারে। এসময় মনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে তারা বড়দের তুলনায় রাগের মতো বড় অনুভূতিগুলো পরিচালনা করতে খুব বেশি সক্ষম নয়। রাগ, হতাশা, যন্ত্রণা একজন ব্যক্তির মধ্যে হওয়া স্বাভাবিক। কিশোর-কিশোরীরা তীব্র অনুভূতিপ্রবণ হয়, কিন্তু তারা যদি এই আবেগগুলোকে সঠিকভাবে ব্যবস্থাপনা না করতে পারে তাহলে তাদের জীবনে একটি বড় নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে, এমনকি এটি নিজের বা অন্যের ক্ষতির কারণ হতে পারে।

[৬] বয়ঃসন্ধিকালে শিক্ষার্থীরা অনেক ধরনের অনুভূতির মধ্যে দিয়ে যায়, তার মধ্যে অন্যতম হলো মন খারাপ থাকা। শিক্ষার্থীরা যদি দীর্ঘদিন এই মন খারাপের মধ্যে দিয়ে যেতে থাকে, তবে তাদের মধ্যে বিষণ্ণতা তৈরি হতে পারে। এটি তাদের মধ্যে ভবিষ্যৎ নিয়ে চরম আশাহীনতা তৈরি করে।

[৭] শিক্ষার্থীদের ক্ষেত্রে খুব পরিচিত একটি মানসিক সমস্যা হলো পরীক্ষাভীতি ও উদ্বিগ্নতা। শিক্ষার্থীদের মধ্যে যদি পরীক্ষা নিয়ে উদ্বেগ থাকে, তবে তারা শারীরিক ও মানসিকভাবে চাপে থাকে, যা বিভিন্ন লক্ষণের মাধ্যমে প্রকাশ পায়। দুশ্চিন্তাও মনোযোগ প্রদানে অসুবিধার কারণ হতে পারে। মনে হতে পারে তার চিন্তাভাবনা এলোমেলো হয়ে গেছে এবং যা শিখেছে তা ভুলে গেছে।

Arjuna Khatun (23132
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Pro
Directorate of Secondary & Higher Educat
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রাম, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

২.২.৪। মনোযোগ সম্পর্কিত সমস্যা[৮]

লক্ষণসমূহ: পড়াশুনায় অমনোযোগিতা, দৈনন্দিন যেকোনো কাজে মনোযোগ দিতে সমস্যা বা অন্যমনস্ক হয়ে বসে থাকা, দীর্ঘ সময় ধরে পড়াশুনা করেও কিছু মনে রাখতে না পারা, লিখতে গিয়ে ভুলে যাওয়া, পূর্বে ভালো করলেও হঠাৎ ধারাবাহিকভাবে পরীক্ষার ফলাফলে অবনতি হওয়া ইত্যাদি।

করণীয়সমূহ: শিক্ষার্থীর কথা মনোযোগ সহকারে শোনা, তার আগ্রহের জায়গা বুঝার চেষ্টা করা। মনোযোগিতা (Mindfulness) অনুশীলন করা, রুটিন করে পড়ালেখা করা এবং রুটিনে পড়ালেখার পাশাপাশি ভালোলাগার কাজগুলোকে অন্তর্ভুক্ত করা, বন্ধুদের সাথে দলবদ্ধভাবে পড়ালেখা করা, শিক্ষার্থীদের ভালো দিকগুলো তুলে ধরা এবং কাজে মনোযোগ দিতে উৎসাহিত করা।

২.২.৫। আসক্তিমূলক আচরণ[৯]

লক্ষণসমূহ: যেকোনো ধরনের মাদক গ্রহণ, ইন্টারনেট, মোবাইল ও গেইমের প্রতি অতিরিক্ত আসক্তি, দীর্ঘ সময় ধরে সামাজিক মাধ্যম (যেমন: ফেসবুক, ইন্সটাগ্রাম, ইউটিউব প্রভৃতি) ব্যবহার করা, রাত জেগে ইন্টারনেট ব্যবহার ও গেইম খেলা ইত্যাদি ।

করণীয়সমূহ: শিক্ষার্থীদের সাথে সুসম্পর্ক গড়ে তোলা, তাদেরকে বিভিন্ন সামাজিক কর্মকান্ডে সম্পৃক্ত করা, পারিবারিক বন্ধন আরও দৃঢ় করা, বিভিন্ন ধরনের শারীরিক খেলায় অংশগ্রহণ করতে উৎসাহিত করা, দিনে একটি নির্দিষ্ট সময় ফোন ব্যবহারের অনুমতি দেওয়া, বিভিন্ন উৎপাদনশীল কাজে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহিত করা ইত্যাদি।

২.২.৬। শিখন অক্ষমতা

লক্ষণসমূহ: শিখন অক্ষমতা (Learning Disabilities - LD) সম্পন্ন শিক্ষার্থীরা সাধারণত পড়া, লেখা, গণনা এবং ভাষাগত দক্ষতায় সমস্যার সম্মুখীন হয়, যা তাদের মানসিক স্বাস্থ্য ও সামাজিক আচরণে নেতিবাচক প্রভাব ফেলে। এ ধরনের শিক্ষার্থীরা আত্মবিশ্বাসের অভাব, উদ্বেগ, হতাশা এবং সামাজিক বিচ্ছিন্নতার শিকার হয়। শিক্ষাগতভাবে তারা পড়াশোনায় অনাগ্রহ, পাঠ বোঝার অসুবিধা এবং পরীক্ষাভীতি প্রদর্শন করতে পারে। আচরণগতভাবে রাগ, অধৈর্য এবং একাকিত্বের প্রবণতা দেখা যায়। এছাড়াও, তারা বন্ধুদের সাথে মেলামেশায় অসুবিধা অনুভব করে এবং গ্রুপভিত্তিক কার্যক্রমে অংশগ্রহণে অস্বস্তি বোধ করে।

করণীয়সমূহ: শিখন অক্ষম শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নয়নে বিদ্যালয় পর্যায়ে অন্তর্ভুক্তিমূলক ও সুসংগঠিত সহায়তা ব্যবস্থা গড়ে তোলা জরুরি। বিদ্যালয়ে কাউন্সেলিং সেবা চালু করে শিক্ষার্থীদের মানসিক চাপ, উদ্বেগ এবং আত্মবিশ্বাসের অভাব মোকাবিলায় সহায়তা প্রদান করতে হবে। শিক্ষকদের সামাজিক-সংবেদনশীল শিক্ষা (SEL)[১০] এবং মানসিক স্বাস্থ্যসম্পর্কিত প্রশিক্ষণ প্রদান করা উচিত, যাতে তারা শিক্ষার্থীদের আবেগ নিয়ন্ত্রণ ও মানসিক সংকট নিরসনে সহায়ক ভূমিকা পালন করতে পারেন। বিদ্যালয়ের সহপাঠীদের মধ্যে সহমর্মিতা ও বন্ধুত্বপূর্ণ সম্পর্ক গড়ে তুলতে পিয়ার (Peer) সাপোর্ট প্রোগ্রাম চালু করা যেতে পারে। পাশাপাশি, মানসিক স্বাস্থ্য সচেতনতা বৃদ্ধি করতে বিদ্যালয়ে নিয়মিত মানসিক স্বাস্থ্য দিবস পালন ও আলোচনা সভার আয়োজন করা দরকার। বিদ্যালয়, অভিভাবক এবং কমিউনিটির সমন্বিত উদ্যোগ শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নয়নে কার্যকর ভূমিকা রাখবে।

২.২.৭। আত্মহত্যার প্রবণতা

লক্ষণসমূহ: শিক্ষার্থীদের মধ্যে মানসিক স্বাস্থ্যের অবনতি একটি গুরুতর সমস্যা, যা আত্মহত্যার প্রবণতা বাড়িয়ে তোলে। একাডেমিক চাপ, পরীক্ষার ফলাফল নিয়ে উদ্বেগ, বন্ধু বা পরিবারের সঙ্গে সম্পর্কজনিত সমস্যা এবং ভবিষ্যৎ নিয়ে অনিশ্চয়তা শিক্ষার্থীদের মানসিকভাবে বিপর্যস্ত করে তোলে। অনেক শিক্ষার্থী বিষণ্নতা, উদ্বেগ ও একাকিত্বের শিকার হয়, যা তাদের আত্মবিশ্বাস

---

[৮] বয়ঃসন্ধিকালে শিক্ষার্থীরা অনেক বেশি অনুসন্ধান প্রিয় হয়ে থাকে, তারা সব কিছুতেই আগ্রহী থাকে, বুঝতে চায়। এর ফলে পড়ালেখার প্রতি তাদের মনোযোগ হঠাৎ করে কমে যায় বা অন্যান্য কাজেও বেশিক্ষণ মনোযোগ ধরে রাখতে পারে না।

[৯] বর্তমান সময়ের শিক্ষার্থীদের মধ্যে উল্লেখযোগ্য আরেকটি মানসিক সমস্যা হলো আসক্তিমূলক আচরণ। বিশেষকরে, কোভিড-১৯ পরবর্তী সময়ে এর প্রবণতা অনেকগুণ বেড়ে গেছে, যার ক্ষতিকর প্রভাব পড়ছে শিক্ষার্থীদের পড়ালেখার উপর।

[১০] সামাজিক-সংবেদনশীল শিক্ষা (Social Emotional Learning - SEL) হলো এমন একটি শিক্ষাগত পদ্ধতি, যার মাধ্যমে শিক্ষার্থীরা নিজেদের আবেগ চিহ্নিত ও নিয়ন্ত্রণ, সম্পর্ক গড়ে তোলা, সহমর্মিতা প্রদর্শন এবং দায়িত্বপূর্ণ সিদ্ধান্ত গ্রহণের দক্ষতা অর্জন করে। এই শিক্ষা শিক্ষার্থীদের মানসিক সুস্থতা, ইতিবাচক আচরণ এবং সামাজিক দক্ষতা বৃদ্ধিতে সহায়তা করে। উদাহরণস্বরূপ, একটি শ্রেণিকক্ষে শিক্ষার্থীদের মধ্যে পারস্পরিক শ্রদ্ধা গড়ে তুলতে প্রতিদিনের পাঠের শুরুতে "ক্লাস সার্কেল" পদ্ধতিতে সবাই তাদের অনুভূতি প্রকাশ করতে পারে।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
earning Acceleration in Secondary Education Project
irectorate of Secondary & Higher Education,
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

হ্রাস করে এবং হতাশাজনক চিন্তাকে উসকে দেয়। বিশেষকরে, সহপাঠীদের সঙ্গে তুলনা, শিক্ষক/অভিভাবক কর্তৃক অতিরিক্ত শাসন, পরীক্ষার ফল বিপর্যয়, বুলিং এবং সামাজিক মাধ্যমে নেতিবাচক অভিজ্ঞতা মানসিক চাপকে আরও তীব্র করে তোলে। এরূপ পরিস্থিতিতে তাদের মধ্যে আত্মহত্যার প্রবণতা সৃষ্টি হয়, যা তাদের আচরণ ও দৈনন্দিন অভ্যাসে বিভিন্ন লক্ষণে প্রকাশ পায়। যেমন: পড়াশোনায় আগ্রহ হারানো, একাকীত্বে ভোগা এবং সহপাঠী বা পরিবারের সাথে যোগাযোগ এড়িয়ে চলা। অনেক সময় তারা ঘুমের সমস্যা, ক্ষুধামন্দা বা অতিরিক্ত ক্লান্তির শিকার হয়। আত্মবিশ্বাসের অভাব, ভবিষ্যৎ নিয়ে হতাশা, বারবার ব্যর্থতার অনুভূতি এবং 'আমার আর বাঁচার কোনো মানে নেই' এ ধরনের নেতিবাচক কথা তাদের মানসিক অবস্থার ইঙ্গিত দেয়। এছাড়া, সামাজিক মাধ্যম থেকে বিচ্ছিন্ন হওয়া বা হঠাৎ অতিরিক্ত আবেগপ্রবণ হওয়াও উদ্বেগজনক লক্ষণ হতে পারে।

করণীয়সমূহ: শিক্ষার্থীদের আত্মহত্যার প্রবণতা প্রতিরোধে বিদ্যালয় এবং পরিবারের সমন্বিত ভূমিকা প্রয়োজন। প্রথমত, বিদ্যালয়ে মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা কেন্দ্র চালু করে নিয়মিত কাউন্সেলিং সেবা প্রদান করা উচিত। শিক্ষকদের উচিত শিক্ষার্থীদের আচরণগত পরিবর্তন লক্ষ করা এবং প্রয়োজনে মানসিক স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞের সাহায্য নিতে উৎসাহিত করা। দ্বিতীয়ত, পিয়ার (Peer) সাপোর্ট গ্রুপ বা বন্ধু সহায়তা প্রোগ্রামের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের একে অপরের পাশে দাঁড়ানোর অভ্যাস গড়ে তুলতে হবে। তৃতীয়ত, অভিভাবকদের সচেতন করা এবং সন্তানদের সঙ্গে নিয়মিত খোলামেলা কথা বলার অভ্যাস গড়ে তোলা জরুরি। পাশাপাশি, সামাজিক মাধ্যমে বুলিং ও মানসিক চাপে পড়া থেকে শিক্ষার্থীদের রক্ষা করতে বিদ্যালয়ের পক্ষ থেকে সচেতনতামূলক কার্যক্রম পরিচালনা করা উচিত। এভাবে, সম্মিলিত প্রচেষ্টার মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য রক্ষা করা এবং আত্মহত্যার ঝুঁকি হ্রাস করা সম্ভব।

অন্যান্য সমস্যা ও তার লক্ষণসমূহ: উপর্যুক্ত সমস্যাগুলো ছাড়াও শিক্ষার্থীদের মধ্যে আরও বিভিন্ন ধরনের মানসিক সমস্যা তৈরি হতে পারে, যেমন: স্নায়ুবিকাশগত, সংবেদনগত, আবেগীয় ও আচরণগত সমস্যা, বুদ্ধিগত জটিলতা, শিখন প্রতিবন্ধকতা, অতি চঞ্চলতা, মনোযোগের অভাব ইত্যাদি। সৃষ্ট সমস্যাগুলো শিক্ষার্থীদের উপর নানাবিধ বিরূপ প্রভাব ফেলতে পারে, যেমন: শিখনে সমস্যা হওয়া, ঘুম না আসা, রাত জেগে থাকা, ঘুমের মধ্যে আঁতকে উঠা, দুঃস্বপ্ন দেখা, চোখ বন্ধ করলে মানসিক আঘাতের (ট্রমা) স্মৃতি চলে আসা, সবসময় বিরক্ত থাকা, নিজের প্রতি নিম্ন ধারণা (যেমন: আমাকে কেউ ভালবাসে না, আমাকে দিয়ে কিছু হবে না, আমি কিছু করতে পারব না, আমার কোনো গুণ নেই, আমি দেখতে যথেষ্ট সুন্দর নই - এই ধরনের মনোভাব ধারণ করা), ঘুমের সময়সূচি জনিত সমস্যা, শারীরিকভাবে সক্রিয় না থাকা, নিজের যত্ন না করতে পারা, খাওয়া-দাওয়া ছেড়ে দেওয়া এবং অতিরিক্ত শারীরিক কসরত করা ইত্যাদি।

করণীয়সমূহ: মানসিক স্বাস্থ্য সেবা বা মনোসামাজিক সহায়তা প্রদানের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের এসকল সমস্যা সমাধান করে দৈনন্দিন স্বাভাবিক কার্যক্রমে ফিরিয়ে নিয়ে আসা সম্ভব। শিক্ষার্থীদের বিভিন্ন ধরনের ঝুঁকি ও তার কারণসমূহ জানার পাশাপাশি শিক্ষক যখন বিভিন্ন ধরনের মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যার লক্ষণসমূহ ও উক্ত পরিস্থিতিতে করণীয় সম্পর্কে অবগত থাকবেন তখন শিক্ষার্থীকে খুব দ্রুত সহায়তা প্রদান করতে পারবেন। এভাবে, প্রয়োজন অনুযায়ী সহায়তা প্রদান করার মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য সুরক্ষা করা সম্ভব। তদুপরি, প্রয়োজন অনুসারে বিশেষজ্ঞের কাছে সহায়তার জন্য রেফার করা যেতে পারে।

৩। শিক্ষার্থীদের মনোসামাজিক সহায়তা[১১] প্রদান

মনোসামাজিক সহায়তা একটি পেশাগত পন্থা যেখানে একজন মনোসামাজিক সহায়তাকারী কোনো শিক্ষার্থী, ব্যক্তি, পরিবার, গোষ্ঠী বা দলকে মানসিক, সামাজিক, শিক্ষাগত, আচরণগত, পেশাগত ও সম্পর্কজনিত ইস্যুতে সহায়তা প্রদানের মাধ্যমে কাঙ্ক্ষিত পরিবর্তন আনতে সহায়তা করে।[১২] এটি একটি সামগ্রিক প্রক্রিয়া যেখানে শিক্ষা প্রতিষ্ঠান কর্তৃপক্ষ ও শিক্ষকবৃন্দের পাশাপাশি

---

[১১] মনোসামাজিক বলতে শিক্ষার্থীর মনোবৈজ্ঞানিক ও সামাজিক অনুষঙ্গগুলোর মধ্যে পারস্পরিক আন্তঃসম্পর্ককে বোঝায়। শিক্ষার্থীর মনোবৈজ্ঞানিক অবস্থা নির্ভর করে তাঁর আবেগিক অবস্থার উপর। যেমন: একটি পরিস্থিতিতে শিক্ষার্থী কী চিন্তা করছে, ঐ পরিস্থিতিতে সে কেমন অনুভব করছে এবং চিন্তা ও অনুভূতির সংমিশ্রণে কীভাবে সে অন্যদের সাথে আচরণ করছে তার উপর। শিক্ষার্থীদের ব্যক্তিগত, পারিবারিক, সামাজিক এবং আবেগিক চাহিদাকে বা জটিলতাকে মোকাবেলা করার লক্ষ্যে প্রদানকৃত সহায়তা হলো মনোসামাজিক সহায়তা।

[১২] যিনি মনোসামাজিক সহায়তা প্রদান করেন তাকে বলে মনোসামাজিক সহায়তাকারী। মনোসামাজিক সহায়তাকারী সাধারণত ব্যক্তির দৈনন্দিন জীবনের কার্যকলাপ ও পারস্পরিক সম্পর্কের ফলে সৃষ্ট নানাবিধ মনোসামাজিক ইস্যুতে সেবা প্রদান করে থাকে। যেমন: পেশা নির্বাচনে সংশয়, পরীক্ষাভীতি, মাদকাসক্তি, আকস্মিক বিপর্যয়, বিপত্তি, উৎপীড়ন, সম্পর্কজনিত দ্বন্দ্ব ইত্যাদি।
শিক্ষার্থীদের মনোসামাজিক সহায়তা প্রদানের জন্য একজন সহায়তাকারীকে (যেমন: শিক্ষক) অবশ্যই মনোসামাজিক সহায়তা বিষয়ে প্রশিক্ষণ প্রদান ও তার কার্যক্রমের সুপারভিশন প্রয়োজন। এক্ষেত্রে, শিক্ষকগণ প্রশিক্ষণের মাধ্যমে মৌলিক ও ব্যবহারিক বিষয়ে দক্ষতা অর্জন করবেন এবং পেশাজীবী

Arjuna Khatun (23
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
...ning Acceleration in Secondary Education Pro...
...rate of Secondary & Higher Educat...
...SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রাম, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

অভিভাবকগণ ও কমিউনিটি যুক্ত হতে পারেন। মাধ্যমিক পর্যায়ে শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সহায়তার ক্ষেত্রে দুই ধরনের ব্যবস্থা গ্রহণ করা যেতে পারে। যথা: ১) প্রতিরোধমূলক (Preventive), এবং ২) প্রতিকারমূলক (Curative)।

৩.১। প্রতিরোধমূলক (Preventive) ব্যবস্থা

- শিক্ষক ও শিক্ষার্থীদের মধ্যে মানসিক স্বাস্থ্য এবং এর প্রয়োজনীয়তা বিষয়ক সচেতনতা বৃদ্ধি; শিক্ষার্থী বান্ধব বিদ্যালয়ের পরিবেশ তৈরি; শিক্ষকের সাথে শিক্ষার্থীর সুসম্পর্ক তৈরি; শিক্ষার্থীদের প্রশংসা এবং তাদের সক্ষমতাকে তুলে ধরার উদ্যোগ; খেলাধুলা, সাংস্কৃতিক চর্চা, সহমর্মিতামূলক আচরণ এবং প্রকৃতির সাথে সম্পর্ক স্থাপন; ইত্যাদি।
- মানসিক স্বাস্থ্য ও জটিলতা সম্পর্কে শিক্ষক, সহপাঠী, পরিবার ও অন্যান্য অংশীজনকে সচেতন করতে মিটিং-সেমিনার-কর্মশালা আয়োজন, দিবস উদযাপন ও মিডিয়ার ব্যবহার; পিতামাতার প্যারেন্টিং দক্ষতা উন্নয়ন; ইত্যাদি।
- মনোসামাজিক সহায়তার জন্য নির্দিষ্ট শিক্ষক চিহ্নিতকরণ ও দক্ষতা উন্নয়ন এবং সহপাঠী দল গঠন; মানসিক স্বাস্থ্য সেবায় শিক্ষকদের প্রশিক্ষণ এবং নিয়মিত সুপারভিশন প্রদান; শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে শিক্ষা মনোবিজ্ঞানী ও কাউন্সেলর নিয়োগ; ইত্যাদি।

৩.২। প্রতিকারমূলক (Curative) ব্যবস্থা

- শিক্ষক ও সহপাঠীদের মাধ্যমে গাইডেন্স বা প্রাথমিক মনোবৈজ্ঞানিক সহায়তা (Psychological First Aid: PFA) প্রদান;
- প্রশিক্ষণের মাধ্যমে শিক্ষককে মনোসামাজিক সহায়তাকারী হিসাবে দক্ষ করে তোলা; শিক্ষক দ্বারা শিক্ষার্থীর মনোসামাজিক সহায়তা প্রদান করা;. শিথিলায়ন (Relaxation) ও আবেগ ব্যবস্থাপনা কৌশল শেখানো; বিশেষ পরিস্থিতিতে কাউন্সেলিং সেবা প্রদান; রেফারেলের মাধ্যমে প্রয়োজন অনুযায়ী বিশেষজ্ঞ (Psychotherapist, Psychiatrist) চিকিৎসা প্রদান; উপযুক্ত ক্ষেত্রে রেফারেল এবং মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক বিষয়ে কর্মগবেষণা পরিচালনা;
- শিক্ষার্থীর মনোসামাজিক সহায়তা প্রদানের ক্ষেত্রে প্রয়োজন অনুসারে অভিভাবককে অন্তর্ভুক্ত করা এবং শিক্ষার্থীকে সহায়তা প্রদানে বিভিন্ন বিষয়ে পরামর্শ প্রদান।

৪। মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সহায়তা উন্নয়নে শিক্ষার্থীবান্ধব পরিবেশ সৃজন[১৩]

শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য, মনোসামাজিক সমস্যা ও জটিলতা নিরসনে বিদ্যালয়ে নিম্নের পদক্ষেপগুলো গ্রহণ করা যেতে পারে:

৪.১। শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের নিরাপদ ভৌত-অবকাঠামো: শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের ভৌত অবকাঠামোগত নিরাপত্তা ও স্বচ্ছন্দতা নিশ্চিত করা, যেমন: ক্লাসরুমের আকার, পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা, পর্যাপ্ত আলো-বাতাস ও তাপমাত্রার ভারসাম্য নিশ্চিত করা প্রয়োজন। খেলার মাঠ, পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন টয়লেট, বিশুদ্ধ পানির ব্যবস্থা, স্বাস্থ্যসম্মত শ্রেণিকক্ষ ইত্যাদি নিশ্চিত করা জরুরি, যা শিক্ষার্থীদের শারীরিক ও মানসিকভাবে সুস্থ থাকতে সহায়তা করে।

৪.২। শিক্ষার্থী, সহপাঠী ও শিক্ষকের মধ্যে সুসম্পর্ক প্রতিষ্ঠা: শিক্ষার্থীদের সঙ্গে শিক্ষকদের উন্মুক্ত, সম্মানজনক ও সহানুভূতিশীল যোগাযোগ স্থাপন করা প্রয়োজন। শিক্ষার্থী, সহপাঠী এবং শিক্ষকদের মধ্যে পারস্পরিক শ্রদ্ধা ও সহমর্মিতা নিশ্চিত করা আবশ্যক। দলগত কাজ বা গ্রুপভিত্তিক প্রজেক্টের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মধ্যে সহযোগিতামূলক সম্পর্ক তৈরি করা সম্ভব। শিক্ষার্থীদের মতামতকে গুরুত্ব প্রদানের মাধ্যমে তাদেরকে নেতৃত্ব প্রদানে উৎসাহিত করা যেতে পারে। এক্ষেত্রে তারা যদি মতামত প্রকাশ করা ও নেতৃত্ব দানে সমস্যার সম্মুখীন হয়, সেক্ষেত্রে যেন শিক্ষকের সাহায্য নিতে পারে, তা নিশ্চিত করা হবে। এর পাশাপাশি আরও

মনোবিজ্ঞানীদের কাছে নিয়মিত সুপারভিশন গ্রহণ করবেন। বিদ্যালয়ে এমন অনেক শিক্ষক রয়েছেন যাদের সাথে শিক্ষার্থীদের যোগাযোগ ও সম্পর্ক অত্যন্ত সুন্দর। এসকল শিক্ষকের মধ্যে সহমর্মিতা বোধ রয়েছে এবং সহায়তা প্রদানের মানসিকতা রয়েছে। তাদেরকে সার্টিফিকেট বেইজড মনোসামাজিক সহায়তা বিষয়ক প্রশিক্ষণ প্রদান করার মাধ্যমে মনোসামাজিক সহায়তাকারী হিসাবে গড়ে তোলা সম্ভব।

[১৩] একটি প্রতিষ্ঠানের ভৌত-অবকাঠামো, শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের শিক্ষার্থীদের সহপাঠী ও শিক্ষকদের সাথে সম্পর্ক, শিখন-শিখানোর কৌশল ইত্যাদি বিষয় শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সমস্যাকে প্রভাবিত করে। অপরিষ্কার টয়লেট ও শ্রেণিকক্ষ যেমন একজন শিক্ষার্থীর মানসিক অবস্থাকে প্রভাবিত করতে পারে, তেমনি কোনো সহপাঠী শিক্ষার্থীর সাথে যদি নেতিবাচক ঘটনা ঘটে তবে তার মধ্যে হীনমন্যতাবোধ তৈরি হতে পারে। আবার শিক্ষার্থী যদি তার শ্রেণিকক্ষে আনন্দদায়ক ও অংশগ্রহণমূলক শিখন-শিখানোতে অংশগ্রহণ করতে না পারে, তবে তার মধ্যে মানসিক জটিলতা তৈরি হতে পারে।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
...ing Acceleration in Secondary Education P...
...torate of Secondary & Higher Educat...
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shiv...
Project ...
Learning Acceler...
Directorate of Second...

কিছু কৌশল অবলম্বন করা যেতে পারে, যেমন: পারস্পরিক সহমর্মিতা এবং একে অপরের প্রতি দায়িত্ববোধ তৈরিতে ভূমিকা রাখা, শিক্ষার্থীকে শিক্ষার বিভিন্ন ধাপে সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ নিশ্চিত করা এবং শিক্ষার্থীদের ইতিবাচক কাজের জন্য শিক্ষক ও সহপাঠীদের পক্ষ থেকে প্রশংসা ও উৎসাহ প্রদান করা।

৪.৩। শিক্ষার্থীবান্ধব পাঠদান কৌশল নিশ্চিতকরণ: শিক্ষার্থীকেন্দ্রিক পাঠদান পদ্ধতিকে অগ্রাধিকার দেওয়া, যেমন: একক কাজ, দলীয় কাজ ইত্যাদি। পাঠদানকে আরো আকর্ষণীয় ও কার্যকরী করতে সক্রিয় শিখন পদ্ধতির প্রয়োগ করা এবং ব্যবহারিক ও বাস্তবমুখী পদ্ধতিতে পাঠদান করা প্রয়োজন। আধুনিক প্রযুক্তির ব্যবহারের (যেমন: মাল্টিমিডিয়া, ইন্টারেকটিভ সফটওয়্যার, এবং অনলাইন ক্লাস) ফলে শিক্ষার্থীদের শেখার অভিজ্ঞতা সমৃদ্ধ হয় এবং পাঠের প্রক্রিয়াকে সহজ করা যায়। শিক্ষার সাথে সহপাঠ্যক্রমিক কার্যক্রম, যেমন: খেলাধুলা, সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান, বিতর্ক প্রতিযোগিতা ইত্যাদি যুক্ত করে শিক্ষার্থীদের শেখার প্রতি আগ্রহী করা যেতে পারে। শিক্ষার্থীদের শেখার অগ্রগতির জন্য নিয়মিত ফিডব্যাক প্রদান করা যেতে পারে। প্রকল্পভিত্তিক শিক্ষা শিক্ষার্থীদের সৃজনশীলতা ও গবেষণার দক্ষতা উন্নত করে এবং তাদের চিন্তাশক্তি ও সমস্যা সমাধানের ক্ষমতা বাড়াতে সহায়তা করে। শিক্ষাকে আনন্দদায়ক ও উদ্দীপনামূলক করা গেলে শিক্ষার্থীরা শেখায় আরো আগ্রহী হয়ে ওঠে। উদাহরণস্বরূপ, গল্প বলার মাধ্যমে শেখানো, খেলার মাধ্যমে শেখানো ইত্যাদি কৌশল ব্যবহার করে শিক্ষার প্রক্রিয়াকে শিক্ষার্থীদের কাছে আরো উপভোগ্য করে তোলা যায়।

৪.৪। শিক্ষার্থীবান্ধব শ্রেণিকক্ষ: শিক্ষার্থীদের জন্য শ্রেণিকক্ষে একটি ইতিবাচক, শান্তিপূর্ণ ও সহানুভূতিশীল পরিবেশ নিশ্চিত করা প্রয়োজন, যাতে প্রত্যেক শিক্ষার্থী মুক্তভাবে তার মতামত প্রকাশ করতে পারে এবং যেকোনো প্রকার মানসিক চাপ বা ভয়মুক্ত থেকে শিখন প্রক্রিয়ায় অংশগ্রহণ করতে পারে। শিক্ষার্থীদের শৃঙ্খলার জন্য কঠোর শাস্তি না দিয়ে, ইতিবাচক উৎসাহ দিয়ে তাদের আচরণ উন্নত করার প্রচেষ্টা চালাতে হবে। ক্লাসরুমে শিক্ষকদের উচিত প্রতিটি শিক্ষার্থীর শক্তি ও দুর্বলতা বিবেচনা করে শেখানোর পদ্ধতি সমন্বয় করা। এতে শিক্ষার্থীরা তাদের সামর্থ্য অনুযায়ী শিখতে পারবে।

৪.৫। যৌন হয়রানি, জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা ও বুলিং প্রতিরোধ ব্যবস্থা: বিদ্যালয়ের ভিতরে বা বাইরে শিক্ষার্থীরা বিভিন্ন ধরনের সহিংসতা, যৌন হয়রানি ও বুলিংয়ের শিকার হয়ে থাকে। এর ফলে, বিশেষকরে ছাত্রীরা অনেকসময়েই শিক্ষাঙ্গণকে অনিরাপদ মনে করে এবং বিদ্যালয়ে অনুপস্থিত থাকে। যৌন হয়রানি ছাত্রীদের মানসিক স্বাস্থ্যে বিরূপ প্রভাব ফেলে, যা তার ব্যক্তিক, শিক্ষাগত ও সামাজিক জীবনকে প্রভাবিত করে। অভিভাবগণ এসব সমস্যার সহজ সমাধান হিসাবে বাল্যবিবাহকে বেছে নেন, ফলে শিক্ষার্থীরা অকালেই ঝরে পড়ে। এমতাবস্থায়, সহিংসতা, নির্যাতন, বুলিং প্রতিরোধে শিক্ষক-শিক্ষার্থী-কর্তৃপক্ষ-অভিভাবক-কমিউনিটির মধ্যে সচেতনতা বৃদ্ধিতে কর্মশালা ও আলোচনা সভার আয়োজন করা যেতে পারে। এমন পরিবেশ নিশ্চিত করা প্রয়োজন যাতে নির্যাতনের (শারীরিক, মানসিক ও বুলিং) শিকার শিক্ষার্থী কোনো ধরনের ভয় ও সংকোচ ছাড়াই তার অভিজ্ঞতা অকপটে শিক্ষকগণের কাছে প্রকাশ করতে এবং প্রয়োজনীয় সহায়তা চাইতে পারে। জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা[১৪] মোকাবেলায় প্রতিরোধমূলক ও প্রতিকারমূলক পদক্ষেপ গ্রহণ করা যেতে পারে। যেমন: বিদ্যালয়কেন্দ্রিক জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা হতে সুরক্ষা বিষয়ে সচেতনতা বৃদ্ধি; জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ে অভিযোগ জানানোর নিরাপদ চ্যানেল তৈরি; শিক্ষার্থীদের উদ্দেশ্যমূলক স্পর্শ (Bad touch) সম্পর্কে সচেতন করা; জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধ বিষয়ক আইনের ব্যাপকভাবে প্রচার; বাল্যবিবাহ রোধে সামাজিক সচেতনতা বৃদ্ধি; বিদ্যালয়ে জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা রোধে কিশোর অপরাধ দূরীকরণ; জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা উৎসাহিত হয় এমন কোনো কার্যকলাপ, সমাবেশ বা অনুষ্ঠান করা থেকে বিরত থাকা; ঝুঁকিপূর্ণ স্থানে সিসিটিভি ক্যামেরা স্থাপনের মাধ্যমে নজরদারীর ব্যবস্থা গ্রহণ; বিদ্যালয়ে শিক্ষার্থীদের জন্য আত্মরক্ষামূলক কর্মসূচি বাস্তবায়ন; সাইবার বুলিং-এর ক্ষেত্রে দোষী ব্যক্তি সনাক্তকরণ ও সাজা প্রদানের ব্যবস্থা গ্রহণ; প্রতিষ্ঠানের সম্মুখে সহিংসতা প্রতিরোধ সংক্রান্ত একটি অভিযোগ বক্স স্থাপন; দোষী ব্যক্তির বিরুদ্ধে প্রচলিত আইন/বিধি অনুযায়ী অথবা সামাজিকভাবে (যেক্ষেত্রে যেটা প্রযোজ্য) শাস্তি প্রদানের ব্যবস্থা গ্রহণ ইত্যাদি।

৪.৬। জেন্ডারের দৃষ্টিকোণ থেকে মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা

মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তায় জেন্ডার অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ অনুষঙ্গ, কারণ সামাজিক ও সাংস্কৃতিক কাঠামো অনুযায়ী জেন্ডারভেদে শিক্ষার্থীরা ভিন্ন ভিন্ন ধরনের মানসিক চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন হয়। সমাজে প্রচলিত লিঙ্গভিত্তিক প্রত্যাশা, ভূমিকা এবং বৈষম্য মানসিক

---

[১৪] মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর কর্তৃক জারিকৃত 'বিদ্যালয় সংশ্লিষ্ট জেন্ডারভিত্তিক সহিংসতা (School Related Gender Based Violence-SRGBV) হতে সুরক্ষা সংক্রান্ত গাইডলাইন' দ্রষ্টব্য।

...Khatun
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
...ning Acceleration in Secondary Education Project
...ctorate of Secondary & Higher Education
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

স্বাস্থ্যের উপর উল্লেখযোগ্য প্রভাব ফেলে। বিদ্যালয় হলো শিক্ষার্থীদের মানসিক বিকাশের একটি গুরুত্বপূর্ণ ক্ষেত্র, এবং জেন্ডারের দৃষ্টিকোণ থেকে মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা প্রদান শিক্ষার্থীদের সুস্থ ও অন্তর্ভুক্তিমূলক শিক্ষার অভিজ্ঞতা নিশ্চিত করতে পারে।

জেন্ডারভেদে শিক্ষার্থীরা সামাজিক ও সাংস্কৃতিক প্রত্যাশা অনুযায়ী ভিন্ন ভিন্ন মানসিক চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন হয়। যেমন: সমাজে মেয়েদের কোমল, ধৈর্যশীল ও আত্মনির্ভরশীল থাকার চাপ তাদের আবেগ প্রকাশে বাধা সৃষ্টি করে এবং আত্মবিশ্বাসের অভাব তৈরি করে। পরিবার ও বিদ্যালয়ের অতিরিক্ত প্রত্যাশা তাদের উদ্বেগ ও বিষণ্নতার কারণ হয়। যৌন হয়রানি ও ইভ টিজিংয়ের শিকার হয়ে অনেক মেয়ে মানসিকভাবে বিপর্যস্ত হলেও সামাজিক লজ্জা ও দুর্বলতার ভয়ে সমস্যাগুলো লুকিয়ে রাখে। শিশুকাল থেকে লিঙ্গবৈষম্য এবং শারীরিক পরিবর্তনের নেতিবাচক অভিজ্ঞতা তাদের মধ্যে একাকিত্ব ও আত্মপ্রকাশে সংকোচ তৈরি করে, ফলে তারা মানসিক চাপের কথা প্রকাশ করতে সাহস পায় না।

অপরপক্ষে, সমাজে ছেলেদের সবসময় 'শক্তিশালী, নির্ভীক এবং আবেগহীন' থাকার শিক্ষা দেওয়া হয়, ফলে তারা দুঃখ, হতাশা বা মানসিক চাপ প্রকাশকে দুর্বলতার প্রতীক মনে করে এবং নিজেকে লুকিয়ে রাখে। নিজের আবেগ প্রকাশ করতে না পেরে তারা প্রায়ই রাগ, হতাশা ও বেদনা ইত্যাদি অনুভূতি সহিংস আচরণ, আক্রমণাত্মক মনোভাব বা একাকীত্বের মাধ্যমে প্রকাশ করে। অনেকক্ষেত্রে, একাডেমিক চাপ, পারিবারিক প্রত্যাশা এবং প্রতিযোগিতামূলক মানসিকতা তাদের মধ্যে ভেতর থেকে ক্ষোভ তৈরি করে। দীর্ঘ সময় ধরে এই চাপ এবং অব্যক্ত আবেগ তাদের আচরণে নেতিবাচক প্রভাব ফেলে এবং মানসিক সমস্যাগুলো আরও জটিল হয়ে ওঠে। এছাড়াও, লিঙ্গ বৈচিত্র্যময় (তৃতীয় লিঙ্গ ইত্যাদি) শিক্ষার্থীরা বিদ্যালয়ে সহপাঠী ও সমাজের নেতিবাচক আচরণের কারণে মানসিক আঘাতের শিকার হয়।

এ পরিপ্রেক্ষিতে, বিদ্যালয়, বিশেষকরে সহশিক্ষা (co-education) বিদ্যালয়সমূহে ছাত্র ও ছাত্রীদের মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তার জন্য সমন্বিত পদক্ষেপ গ্রহণ করা জরুরি। এক্ষেত্রে, শিক্ষার্থীদের মানসিক চাহিদা বুঝে উপযুক্ত সহায়তা প্রদান করতে হবে। প্রথমত, শিক্ষকগণ সামাজিক-সংবেদনশীল শিক্ষা (SEL) কর্মসূচির মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের আবেগ চিহ্নিতকরণ, সম্পর্ক গঠন এবং দলগত সহযোগিতার মাধ্যমে সহমর্মিতা ও আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলতে সাহায্য করবেন। দ্বিতীয়ত, নিরাপদ ও অন্তর্ভুক্তিমূলক পরিবেশ তৈরি করে সহিংসতা, হয়রানি ও লিঙ্গভিত্তিক বৈষম্য দূর করতে হবে, যাতে শিক্ষার্থীরা নির্ভয়ে তাদের অনুভূতি প্রকাশ করতে পারে। তৃতীয়ত, নিয়মিত কাউন্সেলিং সেবা চালু করে মানসিক চাপ, উদ্বেগ ও একাকিত্ব নিয়ে আলোচনা করার সুযোগ দিতে হবে। পাশাপাশি, পিয়ার সাপোর্ট প্রোগ্রাম এর মাধ্যমে সিনিয়র শিক্ষার্থীরা জুনিয়রদের মানসিক সহায়তা দিতে পারে, যা তাদের মধ্যে সহমর্মিতা ও বন্ধুত্ব তৈরি করবে। এছাড়াও, শিক্ষক ও অভিভাবকদের লিঙ্গভিত্তিক সচেতনতা প্রশিক্ষণ প্রদান করে শিক্ষার্থীদের মানসিক চাহিদা বোঝার দক্ষতা বৃদ্ধি করতে হবে।

৪.৭। পুরুষাত্মক (Masculine) আগ্রাসি আচরণের পরিবর্তন

ছাত্রদের মধ্যকার পুরুষাত্মক নেতিবাচক বৈশিষ্ট্যগুলোকে (আগ্রাসন, প্রতিযোগিতা এবং সহমর্মিতার অভাব) ইতিবাচকতায় পরিবর্তনের জন্য পরিবার, বিদ্যালয় এবং সমাজকে একসঙ্গে কাজ করতে হবে। বিদ্যালয়ে সামাজিক-সংবেদনশীল শিক্ষা (SEL) এর মাধ্যমে ছেলেদের সহমর্মিতা, আবেগ নিয়ন্ত্রণ এবং সহযোগিতার মূল্য শেখানো যেতে পারে। পাশাপাশি, লিঙ্গসমতা ও শ্রদ্ধার শিক্ষা দিয়ে তাদের নারীর প্রতি সহিংসতা ও লিঙ্গভিত্তিক বৈষম্য থেকে দূরে রাখার মানসিকতা গড়ে তুলতে হবে। সহপাঠীদের মধ্যে সহযোগিতামূলক সংস্কৃতি তৈরি এবং ইতিবাচক পুরুষ রোলমডেল (Role model) এর গল্প উপস্থাপন তাদের মানসিকতার পরিবর্তনে সহায়ক হবে। সবশেষে, বিদ্যালয়ে শিক্ষকদের শিক্ষার্থীদের সাথে বন্ধুত্বসুলভ পরিবেশ তৈরি করতে হবে, যাতে শিক্ষার্থীরা সহজে তাদের মানসিক সমস্যা প্রকাশ করতে পারে। এই সমন্বিত পদক্ষেপগুলো সহশিক্ষা (Co-education) বিদ্যালয়ে ছাত্র ও ছাত্রীদের মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা নিশ্চিত করে তাদের সামাজিক ও মানসিক বিকাশে সহায়ক ভূমিকা পালন করবে।

সর্বোপরি, বিদ্যালয়ে শিক্ষার্থীবান্ধব পরিবেশ গড়ে তুলতে হবে, যা তাদের মানসিক স্বাস্থ্য সুরক্ষায় সহায়ক ভূমিকা পালন করবে। এর ফলে শিক্ষার্থীরা ভয়-ভীতিহীনভাবে আনন্দসহকারে শিখন প্রক্রিয়ায় অংশগ্রহণ করতে পারবে।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education,
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

৫। বিদ্যালয়ভিত্তিক সাপোর্ট সিস্টেম বাস্তবায়ন[১৫]

শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য এবং মনোসামাজিক সহায়তা বর্তমান সময়ে শিক্ষাব্যবস্থার একটি অপরিহার্য অংশ হয়ে উঠেছে। শিশুরা শারীরিক ও মানসিকভাবে বিকাশমান অবস্থায় থাকে এবং তাদের শারীরিক স্বাস্থ্য যেমন গুরুত্বপূর্ণ, তেমনি মানসিক ও মনোসামাজিক সুস্থতা তাদের সমগ্র জীবনযাত্রায় বিশাল ভূমিকা পালন করে। বর্তমান সময়ে যেখানে শিশুদের মানসিক চাপ, উদ্বেগ এবং অন্যান্য সামাজিক চ্যালেঞ্জের সংখ্যা বৃদ্ধি পাচ্ছে, সেখানে স্কুলভিত্তিক সাপোর্ট সিস্টেম বাস্তবায়ন জরুরি হয়ে পড়েছে।

শিক্ষার্থীদের সঠিক সহায়তা প্রদানের জন্য একটি শক্তিশালী বিদ্যালয়ভিত্তিক সাপোর্ট সিস্টেম গঠন করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। এটি শুধুমাত্র তাদের মানসিক এবং মনোসামাজিক সমস্যা চিহ্নিত করতে সাহায্যই করে না, বরং শিক্ষার্থীদের জন্য নিরাপদ এবং সহায়ক পরিবেশ তৈরিতেও ভূমিকা রাখে। শিক্ষক, শিক্ষিকা, অভিভাবক এবং মনোবিদরা একযোগে কাজ করলে একটি পূর্ণাঙ্গ সহায়ক ব্যবস্থা গড়ে উঠবে, যা শিক্ষার্থীদের মানসিক শান্তি ও সামগ্রিক বিকাশ নিশ্চিত করবে।

এ ধরনের সাপোর্ট সিস্টেম শিক্ষার্থীদের জীবনে ইতিবাচক পরিবর্তন আনতে পারে এবং তাদের স্কুল জীবনে সফলতা অর্জনের পথকে সুগম করে। এর মাধ্যমে শিশুদের মানসিক সুস্থতার পাশাপাশি তাদের একাডেমিক উন্নয়ন এবং সামাজিক সম্পর্কও দৃঢ় হতে পারে, যা একটি সমাজের ভবিষ্যতের জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

৫.১। শিথিলায়ন (Relaxation) ও আবেগ ব্যবস্থাপনা কৌশল প্রয়োগ

শিক্ষার্থীদের মানসিক চাপ, উদ্বেগ বা আঘাতের প্রতিক্রিয়া কমাতে শিথিলায়ন (Relaxation) কৌশলগুলো অত্যন্ত কার্যকর। শিক্ষার্থীদের দৈনন্দিন জীবনে বিভিন্ন কারণে মানসিক চাপ হতে পারে, যেমন: পরীক্ষার চাপ, পারিবারিক সমস্যাসমূহ, বন্ধুত্বের জটিলতা, বা স্কুলে চাপ। এমন পরিস্থিতিতে শিথিলায়ন (Relaxation) কৌশলগুলো, যেমন: গভীর শ্বাস-প্রশ্বাস, ধ্যান, যোগব্যায়াম ইত্যাদি তাদের মানসিক চাপ কমাতে সাহায্য করে।

- **শিক্ষকদের প্রশিক্ষণ:** শিথিলায়ন (Relaxation) এবং আবেগ ব্যবস্থাপনা কৌশল বিষয়ে শিক্ষকগণ প্রশিক্ষণ গ্রহণ করবেন, যাতে তারা এই কৌশলসমূহ শ্রেণিকক্ষে সঠিকভাবে প্রয়োগ করতে পারেন। এর মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মানসিক অস্থিরতা দূর করা সম্ভব।

৫.২। প্রাথমিক মনোবৈজ্ঞানিক সহায়তা (Psychological First Aid: PFA)

প্রাথমিক মনোবৈজ্ঞানিক সহায়তা (PFA) মানসিক চাপ বা বিপর্যয়ের পরিস্থিতিতে শিক্ষার্থীদের দ্রুত সহায়তা প্রদান করার একটি পদ্ধতি। দুর্ঘটনা, অপ্রত্যাশিত ঘটনা, বা দুর্যোগজনিত পরিস্থিতির পর শিক্ষার্থীরা মানসিকভাবে বিপর্যস্ত হয়ে পড়তে পারে। এই অবস্থায় শিক্ষকদের সহায়তা অত্যন্ত প্রয়োজনীয়।

- **PFA প্রদান:** শিক্ষকদের PFA সম্পর্কিত প্রশিক্ষণ প্রদান করা হবে, যাতে তারা একক বা দলীয়ভাবে শিক্ষার্থীদের সহায়তা প্রদান করতে পারে। এর মাধ্যমে শিক্ষার্থীরা তাদের অভ্যন্তরীণ উদ্বেগ বা ভয় প্রকাশ করতে পারবে। এর ফলে সহানুভূতি বা মনোযোগের মাধ্যমে তাদের মানসিক চাপ কিছুটা হালকা হবে।
- **বিশেষজ্ঞদের রেফারেল:** যদি PFA প্রদানের পরেও সমস্যার গভীরতা না কমে, তবে শিক্ষকগণ মানসিক স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞদের (Counselor, Psychotherapist) কাছে শিক্ষার্থীদের রেফার করবেন।

৫.৩। মনোসামাজিক সহায়তা

প্রাকৃতিক দুর্যোগ, যেমন: বন্যা, ভূমিকম্প, বা মহামারি (যেমন: কোভিড-১৯) শিক্ষার্থীদের মানসিক অবস্থার উপর গভীর প্রভাব ফেলতে পারে। মনোসামাজিক সহায়তা সামাজিক অস্থিরতা, প্রাকৃতিক দুর্যোগ বা অন্যান্য সংকটের প্রভাবে বিপর্যস্ত শিক্ষার্থীদের মানসিকভাবে পুনর্বাসন করার একটি প্রক্রিয়া।

---

[১৫] একটি প্রতিষ্ঠানের ভৌত-অবকাঠামো, শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের শিক্ষার্থীদের সহপাঠী ও শিক্ষকদের সাথে সম্পর্ক, শিখন-শিখানোর কৌশল ইত্যাদি বিষয় শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সমস্যাকে প্রভাবিত করে। অপরিষ্কার টয়লেট ও শ্রেণিকক্ষ যেমন একজন শিক্ষার্থীর মানসিক অবস্থাকে প্রভাবিত করতে পারে, তেমনি কোনো সহপাঠী শিক্ষার্থীর সাথে যদি নেতিবাচক ঘটনা ঘটে তবে তার মধ্যে হীনমন্যতাবোধ তৈরি হতে পারে। আবার শিক্ষার্থী যদি তার শ্রেণিকক্ষে আনন্দদায়ক ও অংশগ্রহণমূলক শিখন-শিখানোতে অংশগ্রহণ করতে না পারে তবে তার মধ্য মানসিক জটিলতা তৈরি হতে পারে।

Arjuman Khatun (23...)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Pro...
Directorate of Secondary & Higher Educat...
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রাম, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

- **মনোসামাজিক সহায়তার প্রক্রিয়া:** শিক্ষকগণ মনোসামাজিক সহায়তার মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের নিরাপদ এবং স্থিতিশীল পরিবেশে ফিরিয়ে আনতে সহায়তা করবেন। এটি একটি কাঠামোগত পদ্ধতির মাধ্যমে করা হবে, যেখানে শিক্ষার্থীদের মনোসামাজিক সহায়তা ও সহায়তাকারী শিক্ষকের ভূমিকা সম্পর্কে পরিষ্কার ধারণা প্রদান করা হবে, যাতে তারা তাদের শারীরিক ও মানসিক সুস্থতা ফিরে পেতে সহায়তা নিতে পারে।

- **বিশেষ প্রশিক্ষণ:** শিক্ষকগণ যদি প্যারা-কাউন্সেলিং বা মনোসামাজিক সহায়তা প্রদান করার জন্য প্রশিক্ষিত হন, তবে তারা শিক্ষার্থীদের মানসিক অবস্থা বুঝতে এবং তাদের প্রয়োজনীয় সহায়তা প্রদান করতে সক্ষম হবেন। এক্ষেত্রে, তারা বিজ্ঞানসম্মত নির্ধারিত প্রশিক্ষণ গ্রহণপূর্বক সার্টিফিকেট অর্জন সাপেক্ষে মনোসামাজিক সহায়তা প্রদান করবেন। শিক্ষকগণ প্রশিক্ষণ হতে তাত্ত্বিক ও ব্যবহারিক দুটো জ্ঞানই অর্জনের মাধ্যমে তা প্রয়োগ করার কৌশল অর্জন করবেন। শুধু সার্টিফিকেটপ্রাপ্ত শিক্ষকগণ মনোসামাজিক সহায়তা প্রদান করতে পারবেন।

৫.৪। বিশেষায়িত চিকিৎসা সেবা ও রেফারেল সিস্টেম (Referral System)

যদি প্রাথমিক মনোবৈজ্ঞানিক সহায়তা (PFA) এবং মনোসামাজিক সহায়তা প্রদান করে শিক্ষার্থীর মানসিক সমস্যা সমাধান না হয় তাহলে বিশেষায়িত চিকিৎসার প্রয়োজন হতে পারে।

বিশেষজ্ঞদের রেফারেল (Referral): শিক্ষকগণ শিক্ষার্থীদের প্রয়োজনে বিশেষজ্ঞদের (যেমন: Counselor, Psychotherapist, মনোবিজ্ঞানী বা Psychiatrist) কাছে রেফার করবেন। এই সেবা একটি কার্যকর সাপোর্ট সিস্টেম তৈরি করবে, যা শিক্ষার্থীদের উন্নত মানসিক স্বাস্থ্য নিশ্চিত করবে।[১৬]

৫.৫। অভিভাবকদের সঙ্গে সংযুক্তি

মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তায় অভিভাবকদের সমন্বয় অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। শিক্ষার্থী ও তাদের অভিভাবকদের মধ্যে সমন্বয় না থাকলে, শিক্ষার্থীর মনোবৈজ্ঞানিক সমস্যা সমাধান করা কঠিন হতে পারে।

- **অভিভাবকদের সংযুক্তি:** প্রয়োজন অনুসারে শিক্ষকগণ অভিভাবকদের সঙ্গে যোগাযোগ করবেন, তাদের সঠিক তথ্য দেবেন এবং প্যারেন্টিং সেশন বা কনসালটেশন পরিচালনা করবেন।

- **সামাজিক সহায়তা:** অভিভাবকগণ যখন শিশুদের মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যার বিষয়ে সচেতন থাকবেন, তখন তারা তাদের সন্তানদের যথাযথ সহায়তা দিতে সক্ষম হবেন।

৫.৬। কর্মগবেষণা পরিচালনা

শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য এবং মনোসামাজিক সহায়তার জন্য কর্মগবেষণা পরিচালনা করা জরুরি। এটি দীর্ঘমেয়াদীভাবে শিক্ষার্থীদের সমস্যাগুলোর প্রকৃতি, কারণ এবং সমাধান চিহ্নিত করতে সহায়তা করবে।

- **তথ্য সংগ্রহ ও পর্যালোচনা:** স্কুলে নিয়মিত মানসিক স্বাস্থ্য সংক্রান্ত তথ্য সংগ্রহ এবং মনোযোগ দিয়ে সমস্যা বিশ্লেষণ করা হবে।

- **কর্মপরিকল্পনা:** প্রাপ্ত তথ্যের ভিত্তিতে কার্যকর পদক্ষেপ নেওয়া হবে। প্রয়োজনে উর্ধ্বতন কর্তৃপক্ষের কাছে সুপারিশ পাঠানো হবে।

৫.৭। মানসিক স্বাস্থ্য এবং মনোসামাজিক সহায়তা বিষয়ক সমন্বয় কমিটি গঠন

মানসিক স্বাস্থ্য এবং মনোসামাজিক সহায়তা সংক্রান্ত কার্যক্রম সমন্বয়ের লক্ষ্যে কমপক্ষে ৫ সদস্য বিশিষ্ট একটি কার্যকর কমিটি নিম্নরূপে গঠন করা হবে:

১. সভাপতি : সংশ্লিষ্ট বিদ্যালয়ের প্রধান শিক্ষক;
২. সদস্য-১ : প্রাথমিক মানসিক স্বাস্থ্য সেবা (PFA) প্রদানকারী পুরুষ শিক্ষক;
৩. সদস্য-২ : উপজেলা/থানা স্বাস্থ্য কর্মকর্তা;
৪. সদস্য-৩ : নারী অভিভাবক; ও
৫. সদস্য সচিব : প্রাথমিক মানসিক স্বাস্থ্য সেবা (PFA) প্রদানকারী নারী শিক্ষক।

---

[১৬] **অনুচ্ছেদ ১০.১.১ এ রেফারেল** (Referral) **এর বিভিন্ন ধরনের উৎসের তালিকা দ্রষ্টব্য।**

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education,
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপপ্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়

Professor Shipon
Project
Learning

কমিটির কার্যক্রম

ক। এই কমিটি শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য নিশ্চিতে সহায়তা করবে;

খ। মানসিক স্বাস্থ্য এবং মনোসামাজিক সহায়তা বিষয়ক প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণ আয়োজন করবে;

গ। রেফারেল সিস্টেম (Referral System) শক্তিশালী করবে এবং শিক্ষার্থীদের সহায়তা গ্রহণের জন্য উৎসাহিত করবে;

ঘ। কমিটি বিদ্যালয়ের মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তার লক্ষ্যে অবকাঠামো উন্নয়ন ও আর্থিক বরাদ্দ নিশ্চিত করবে;

ঙ। কমিটি ত্রৈমাসিক মনিটরিং রিপোর্ট পর্যালোচনাপূর্বক প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করবে;

চ। কমিটি ত্রৈমাসিকভিত্তিতে বিদ্যালয়ের মানসিক স্বাস্থ্য ও মনোসামাজিক সহায়তা সংক্রান্ত সার্বিক কার্যক্রম মূল্যায়ন করবে;

ছ। কমিটি মানসিক স্বাস্থ্য সেবা গ্রহণকারী শিক্ষার্থীদের সেবা গ্রহণ পরবর্তী মানসিক অবস্থা ফলোআপ (Follow-up) করবে ও প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করবে; ইত্যাদি।

৬। মানসিক স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর যোগ্যতা ও অত্যাবশ্যকীয় প্রশিক্ষণ

মানসিক স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী ব্যক্তির সেবা প্রদানের যোগ্যতা ও দক্ষতা শিক্ষার্থীদের মানসিক সুস্থতায় সরাসরি প্রভাব ফেলে। এজন্য সেবাদাতার উপযুক্ত যোগ্যতা ও প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণ থাকা জরুরি, যাতে তারা সঠিকভাবে এবং কার্যকরভাবে সেবা দিতে পারেন। শিক্ষক কিংবা সমবয়সী দল মানসিক স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী হিসাবে ভূমিকা পালন করতে পারে।

৬.১। যোগ্যতাসমূহ

৬.১.১। মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কিত মৌলিক জ্ঞান

শিক্ষকগণ মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কিত মৌলিক জ্ঞান অর্জন করবেন। এতে অন্তর্ভুক্ত থাকবে:

- মানসিক স্বাস্থ্যের বিভিন্ন সমস্যা, যেমন: উদ্বেগ, হতাশা, শোক, আঘাত, বা আত্মহত্যার প্রবণতা এর লক্ষণ চিহ্নিত করার কৌশল;
- বিভিন্ন মানসিক সমস্যার লক্ষণ ও উপসর্গ বুঝতে সক্ষমতা;
- শিক্ষার্থীদের মানসিক সমস্যা সম্পর্কে সহানুভূতিশীল ও সহায়ক মনোভাব বজায় রাখা।

৬.১.২। সহায়তামূলক (Supportive) সুনির্দিষ্ট কৌশল

শিক্ষার্থীরা কীভাবে মানসিক চাপ এবং উদ্বেগ মোকাবিলা করবে, শিক্ষকগণ সে বিষয়ে সুনির্দিষ্ট কৌশল অর্জন করবে। কৌশলসমূহ নিম্নরূপ:

- **প্রাথমিক মনোবৈজ্ঞানিক সহায়তা (PFA):** শিক্ষকগণ পিএফএ সম্পর্কিত প্রশিক্ষণ গ্রহণ করবেন, যাতে তারা শিক্ষার্থীদের প্রাথমিক সহায়তা প্রদান করতে পারেন। এটি সংকটজনিত অবস্থায় শিক্ষার্থীদের মানসিক শান্তি পুনঃপ্রতিষ্ঠিত করতে সহায়ক।
- **শিথিলায়ন (Relaxation) কৌশল:** শ্রেণিকক্ষে শিথিলায়ন ও আবেগ ব্যবস্থাপনা কৌশল প্রয়োগ করা।
- **মনোসামাজিক সহায়তা:** শিক্ষকদের জন্য মনোসামাজিক সহায়তা এবং প্যারা-কাউন্সেলিং সেবা সম্পর্কিত মৌলিক প্রশিক্ষণ অপরিহার্য।

৬.১.৩। গোপনীয়তা ও পেশাদারী আচরণ

শিক্ষকদের মানসিক স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী হিসাবে গোপনীয়তা রক্ষা করা, পেশাদারী আচরণ এবং শিক্ষার্থীদের প্রতি শ্রদ্ধাশীল মনোভাব বজায় রাখা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। এটি শিক্ষার্থীদের আত্মবিশ্বাস এবং তাদের সহায়তা গ্রহণের মানসিকতা তৈরি করতে সহায়ক হবে।

৬.১.৪। মনোসামাজিক সমস্যা নির্ণয় ও রেফারেল (Referral)

একজন শিক্ষকের শিক্ষার্থীদের মনোসামাজিক সমস্যা নির্ণয় করে তার গভীরতা অনুযায়ী মানসিক স্বাস্থ্যসেবা বিশেষজ্ঞের কাছে রেফার করার দক্ষতা থাকতে হবে। শিক্ষক শিক্ষার্থীর সমস্যার গুরুত্ব বিবেচনা করে কীভাবে সংশ্লিষ্ট বিশেষজ্ঞ (যেমন: কাউন্সেলর, সাইকোথেরাপিস্ট বা মনোবিজ্ঞানী) এর নিকট পাঠাবেন, সে বিষয়ে তাকে প্রশিক্ষণ প্রদান করা হবে।

Arjuna Khatun (23132)
Assistant Project Director
(Training-2)
BCS (General Education)
Learning Acceleration in Secondary Education Project
Directorate of Secondary & Higher Education
SHED, Ministry of Education

মোহাম্মদ নাসির উদ্দিন (১৪২৭৭)
উপ-প্রকল্প পরিচালক (ট্রেনিং, প্রোগ্রামিং, রিপোর্টিং এন্ড মনিটরিং)
লার্নিং এক্সিলারেশন ইন সেকেন্ডারি এডুকেশন প্রজেক্ট
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তর
মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, শিক্ষা মন্ত্রণালয়