

নারীর আত্ম উপলব্ধি, আত্মশক্তি ও আত্মনিয়ন্ত্রণ
সহিংসতার শিকার নারীকে সেবাদানের কৌশল

ও

নারী আন্দোলনে পরিবারের পুরুষ সদস্যদের
সম্পৃক্তকরণ বিষয়ক অধিবেশন পরিচালনার সহায়িকা

প্রকল্প: অধিকার আন্দোলনে নারীর নেতৃত্ব

প্রকাশকাল: জানুয়ারি ২০১৯ - নভেম্বর ২০২০

নারীপক্ষ



নারীপক্ষ

র্যাংগস নীলু স্কয়ার (৫ম তলা)
সড়ক- ৫/এ, বড়ি- ৭৫
সাত মসজিদ রোড, ধানমন্ডি আ/এ, ঢাকা-১২০৯
ফোন : ০৮৮ ০২ ৪৮১১১১৭৩, ০৮৮ ০২ ৫৮১৫৩৯৬৭
মুঠোফোন: ০১৮১৯২৪০০৬৮
জি.পি.ও বক্স-৭২৩
ই-মেইল: crea@naripokkho.org.bd
ওয়েব সাইট: www.naripokkho.org.bd

প্রকল্প - অধিকার আন্দোলনে নারীর নেতৃত্ব

প্রকাশকাল: চৈত্র ১৪২৭/ মার্চ ২০২১

স্বত্ব: নারীপক্ষ ও ক্রিয়া

সমন্বয়কারী: গীতা দাস, সদস্য, নারীপক্ষ

ক্র.নং অধিবেশনের বিষয়সমূহ

এক. নারীর আত্ম উপলব্ধি, আত্মশক্তি ও আত্মনিয়ন্ত্রণ

দুই. সহিংসতার শিকার নারীকে সেবাদানের কৌশল

তিন. নারী আন্দোলনে পরিবারের পুরুষ সদস্যদের সম্পৃক্তকরণ

সঞ্চালনায়

রীতা দাশ রায়, কামরুন নাহার ও

ফরিদা ইয়াছমিন

সদস্য, নারীপক্ষ

ভূমিকা

নারীর নেতৃত্ব বিকাশ নারী আন্দোলনের একটি অবিচ্ছেদ্য অংশ। যা নারীর অধিকার রক্ষায় আন্দোলনকে বেগবান করবে। তাই নারীপক্ষ একবছর ধরে প্রশিক্ষণের মাধ্যমে ৬০ জন নারীকে নেতৃত্ব বিকাশের লক্ষ্যে একত্রিত করতে সক্ষম হয়েছিল। এই কর্মসূচি কোভিড - ১৯ অতিমারির জন্য বাধাগ্রস্ত হয়েছে এবং পূর্ব পরিকল্পনা অনুযায়ী কর্মসূচি এগিয়ে নেবার ক্ষেত্রে পরিবর্তন আনতে হয়েছে। এর মূল লক্ষ্যই ছিল প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণকারীদের যুক্ততা যাতে সচল থাকে। পূর্ববর্তী প্রশিক্ষণের জ্ঞান যাতে তাদের ব্যক্তিজীবন ও কর্মজীবনে সমুল্লত থাকে। নারীপক্ষ'র সদস্যদের সাথে বার বার আলোচনা করে তাদের শ্রম, সময় ও অভিজ্ঞতার আলোকে কর্মসূচির পরিবর্তন আনা হয়েছে। এই নতুন আঙ্গিকে কর্মসূচি প্রণয়নে যে বিষয়টি প্রাধান্য পেয়েছে তা হলো - প্রথমত, সেশন পরিকল্পনা হবে অনলাইনভিত্তিক, দ্বিতীয়ত, অংশগ্রহণকারীগণ কোন কোন বিষয়ে আগ্রহী। উপরোক্ত দুইটি বিষয় বিবেচনায় নিয়ে পূর্বের প্রশিক্ষণ কর্মসূচির ও বর্তমান করোনাকালীন পরিস্থিতিকে সামঞ্জস্য রেখে তিনটি ইস্যুকে নির্বাচিত করা হয়েছে।

অনলাইন ভিত্তিক কর্মশালা পরিচালনা করার জন্য নিম্নোক্ত বিষয়গুলো নির্ধারণ করা হয়:

- এক) নারীর আত্ম উপলব্ধি, আত্মশক্তি ও আত্মনিয়ন্ত্রণ
- দুই) সহিংসতার শিকার নারীকে সেবাদানের কৌশল
- তিন) নারী আন্দোলনে পরিবারের পুরুষ সদস্যদের সম্পৃক্তকরণ

প্রাথমিকভাবে অংশগ্রহণকারী মনোনয়নের ক্ষেত্রে তিনটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়কে বিবেচনা আনা হয়েছে:

- ক) পূর্ববর্তী প্রশিক্ষণগুলোতে যাদের স্বতঃস্ফূর্ত অংশগ্রহণ ছিল,
- খ) যারা পরবর্তীতে নারী আন্দোলনে যুক্ত থাকতে আগ্রহ প্রকাশ করেছেন,
- গ) নিজেরা সেচ্ছাসেবী হিসাবেও কাজ করতে দায়বদ্ধ থাকবেন বলে প্রতিশ্রুতিবদ্ধ হয়েছেন।

অংশগ্রহণকারীর নারীর সময় বরাদ্দ ও স্বক্রিয় অংশগ্রহণে পরিবারের সদস্যদের সহযোগিতার বিষয়টাকে প্রাধান্য দেওয়া হয়েছে। প্রতিটি সেশনের তারিখ ও সময় নির্ধারণে অংশগ্রহণকারীদের মতামত গ্রহণের মাধ্যমে নির্ধারিত হয়েছে। এই গোলটেবিল বৈঠক সফলভাবে পরিচালনার জন্য পূর্ববর্তী প্রশিক্ষণের বিষয়গুলো আরো ব্যাপকভাবে পর্যালোচনা করা, অভিজ্ঞতা বিনিময় ও আন্দোলনের জন্য কৌশল নির্ণয় ছিল এই অনলাইন গোলটেবিল বৈঠকের কেন্দ্রবিন্দু। এই গোলটেবিল বৈঠকের অভিজ্ঞতা পরবর্তীতে ব্যাপ্ত করার প্রয়াসে এই সংকলনের কাজটি গ্রহণ করা হয়, যা পরবর্তীতে নারীপক্ষ ব্যবহার করতে পারবে বলে আমরা আশাবাদী।

অধিবেশন: এক নারীর আত্ম উপলব্ধি, আত্মশক্তি ও আত্মনিয়ন্ত্রণ

সূচনা বক্তব্য ও পরিচিতি পর্ব

অর্ধদিনের আবাসিক প্রশিক্ষণের প্রথম দিনে অংশগ্রহণকারীগণ “নারীর আত্ম উপলব্ধি, আত্মশক্তি ও আত্মনিয়ন্ত্রণ” অধিবেশনে তাদের জীবনের নারী হয়ে উঠার অভিজ্ঞতা, তার নিজস্ব ভাবনা চিন্তা সম্পর্কে পারস্পরিক মতবিনিময় করার সুযোগ হয়েছিল। তাদের মন খুলে কথা বলার পরিবেশ পেয়েছিল। নারীর দীর্ঘদিনের প্রবঞ্চনার কথা এক বৈঠকে শেষ হবার কথা নয়। তাই ঐ আলোচনার সূত্রধরে এই অধিবেশনের পরিকল্পনা করা হয়। এই গোলটেবিল বৈঠকে নিজের আত্ম উপলব্ধি, আত্মশক্তির কৌশল ও আত্মনিয়ন্ত্রণের দিকগুলো নিয়ে বিষদ আলোচনা হবে। অংশগ্রহণকারী নাম বলে নিজের পরিচয় দিবেন। এখানে পূর্ব প্রশিক্ষণে কোন দিকটি আপনার মনে দাগ কেটেছে তাও বলবেন। এভাবে পরিচিতি পর্ব সমাপ্ত করবেন।

উদ্দেশ্য

- নারী হয়ে নিজের আত্ম উপলব্ধি করা ও নিজের অবস্থান বিশ্লেষণ করা,
- নারীর নিজস্ব শক্তির উৎস খোঁজে বের করা এবং অনুভূতির পঞ্চ ইন্দ্রিয় রাগ, ক্ষোভ, দুঃখ, কান্না ও ভালবাসার প্রকাশ ও নিয়ন্ত্রণ করতে শিখবে,
- উপরোক্ত বিষয়গুলোকে নিজের আয়ত্তে এনে আত্মবিশ্বাসী হওয়া।

সময়কাল: তিন ঘন্টা।

অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা: প্রতিব্যাচে ১০- ১২ জন বা ক্ষেত্রবিশেষে সর্বোচ্চ ১৫ জন।

আলোচ্য বিষয় ও সময় ব্যবস্থাপনা :

ক্রমিক নং	আলোচ্য বিষয়	সময়
১.	সূচনা বক্তব্য ও পরিচয় পর্ব	২০ মিনিট
২.	সাহসের গল্প বলা	৬০ মিনিট
৩.	আত্মবিশ্বাসী হয়ে উঠার কৌশল	৪০ মিনিট
৪.	মর্যাদা রক্ষার লড়াই	৪০ মিনিট
৫.	অনুভূতির প্রকাশ ও মূল্যায়ন	২০ মিনিট

অধিবেশন পরিচালনার পদ্ধতি

আজকের অধিবেশনের বিষয় ও গোলটেবিল বৈঠক পরিচালনা পদ্ধতির কথা সবাইকে সময় নিয়ে পরিষ্কার ভাবে সূচনা বক্তব্যে বুঝিয়ে দেয়া। নিম্নে তা বর্ণিত হলো:

- গোলটেবিল বৈঠকে যে পদ্ধতি বা কৌশল সাধারণত করা হয় এখানেও তা করা হয়েছে। যেমন- অংশগ্রহণকারীগণ যেন সবাই কথা বলতে পারেন, তাদের কথা বলার জন্য স্বাচ্ছন্দ্য পরিবেশ আছে কিনা তা বুঝে নেওয়া যেহেতু অনলাইনে হয়েছিল।
- সবাইকে আবারও পরিচিত হবার সুযোগ দেয়া, তারা পূর্ব পরিচিত থাকলে এই বৈঠকে তারা আবার পরিচিত হবে।
- অংশগ্রহণকারীগণ নিজের নাম বলে আলোচনায় অংশ নেওয়া।
- সঞ্চালক সবার নাম জেনে রাখবেন, যাতে করে আলোচনা প্রাণবন্ত হয়।
- কোন বিষয় নিয়ে আলোচনা অতিদীর্ঘ না হয়ে যায়। তাতে আলোচনার অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ বিষয় বাদ পড়ে যেতে পারে সে দিকে খেয়াল রাখা।
- সঞ্চালক গোলটেবিল বৈঠক পরিচালনার জন্য একজন সহ- সঞ্চালক বা সহযোগী থাকবেন।

আলোচ্য বিষয় এক : সাহসের গল্প বলা

এই অধিবেশনে অংশগ্রহণকারীগণ তাদের জীবনের অভিজ্ঞতা থেকে একটি গল্প বলবেন। একটু ভাবতে বলুন, যে ঘটনা বা পদক্ষেপ নিয়েছিলেন বলে আজ আপনার জীবনটি আর দশটা নারীর মতো নয়। সে দিনের ঐ ঘটনা না ঘটলে, নিজের মতামত প্রকাশ করতে না পারলে, প্রতিবাদ না জানালে আজকের মানুষটি হয়তো বা হতেন না। এই গল্পটি সংক্ষেপে বলবেন, দুই/তিন মিনিট সময়ে বলবেন। সঞ্চালক নোট নিবেন কোন প্রেক্ষাপটে ঘটনা ঘটেছিল ও কেন আজও তা মনে রেখেছেন। জীবন পরিবর্তনে সাহসের ঘটনার জোরালো ভূমিকা রয়েছে তা আজও বিশ্বাস করেন। প্রতিটি অংশগ্রহণকারীকে তার ঘটনা খুঁজতে সাহায্য করুন, জোর করে বলানোর দরকার নেই, সময় দিতে হবে। অংশগ্রহণকারীরা বিভিন্ন শ্রেণী ও পেশা, সামাজিক প্রেক্ষাপট থেকে এসেছেন তাই সঞ্চালক তাদের বুঝার চেষ্টা করবেন। ধর্য রেখে আলোচনায় তাদের অংশগ্রহণ বাড়ান। প্রতিটি মানুষের জীবনে এরূপ ঘটনা থাকার সম্ভাবনা আছে। তাই প্রয়োজনে সঞ্চালক নিজের সাহসের গল্পও উদাহরণ হিসেবে বলতে পারেন।

সবার সাহসের গল্প শুনে সঞ্চালক সারমর্ম করবেন, আলোচিত ঘটনাগুলো জীবন পরিবর্তনে কোথায়, কিভাবে ভূমিকা রেখেছে তা জানতে হবে। একজনের সাথে অন্য জনের ঘটনার যোগসূত্র, বিশ্লেষণ করা। অংশগ্রহণকারীদের মতামত নেয়া, সেশনে সবার অংশগ্রহণ হয়েছে কি না, সঞ্চালক পুনরায় দেখে পরবর্তী আলোচনায় যাবেন। তবে বলে রাখুন, পরবর্তী আলোচনায় এখানে বলে যাওয়া ঘটনাগুলোতে আমরা আবার ফিরে আসবো, ঐ ঘটনার পিছনের ঘটনাও আমরা জানবো। তাহলে সঞ্চালক সময়ের সাথে আলোচনা এগিয়ে নিতে সুবিধা হবে।

আলোচ্য বিষয় দুই : আত্মবিশ্বাসী হয়ে উঠার কৌশল

এই আলোচনায় সাহসের ঘটনা বা পদক্ষেপের পর্যালোচনা হবে, নারী যে সাহসের পদক্ষেপ নিয়েছিল তার পিছনের কারণগুলো একে একে বলতে বলেন। এক্ষেত্রে যে ঘটনাটি একটু অন্যরকম, যে কথা বলতে আগ্রহী তাকে দিয়ে শুরু করুন। পিছনের কারণে আর্থসামাজিক, পারিবারিক কাঠামো, পরিবেশ পরিস্থিতি সব দিকগুলো যাতে পর্যালোচনায় আসে তা খেয়াল রাখা, কারণ নারী আত্মবিশ্বাসী হতে হলে অনেক চড়াই উত্থাই পার হতে হয়, তা যেন আলোচনায় আসে। এই আলোচনাটি বিশেষভাবে প্রয়োজন কারণ এখানে একে অপর থেকে শিখবে, বুঝবে এবং নিজের জীবনের সাথে মিলাবে। যে ঘটনা বলতে পারেনি, বা ঘটনা মনে পড়েনি তার জীবনের না বলা ঘটনা বা প্রতিবাদী হবার ঘটনা মানসপটে ভেসে আসবে। তাকে আত্মপ্রত্যয়ী হতে সহযোগিতা করা সঞ্চালকের দায়িত্ব। আলোচনায় সঞ্চালক শুধুমাত্র সূত্র ধরিয়ে দেবেন পূর্বে বর্ণিত ঘটনাগুলোর। অংশগ্রহণকারীরা তাদের আত্মশক্তির কৌশল অনুসন্ধান করবেন, এতে নিজের সুপ্ত গুণাবলী সম্মুখে আসবে। নিজেই নিজের ভিতরের শক্তি জাগরিত করবে। এখানে রাগ, ক্ষোভ, নিয়ন্ত্রণ কথাও বুঝতে হবে। কোন লক্ষ্য পৌঁছানোর সুনির্দিষ্ট পথ কেউ করে দেবে না, তাই সময় উপযোগী পদক্ষেপ নেবার চিন্তার প্রসার ঘটানো। আলোচনা শেষে সারসর্মম করুন, একটি তালিকা সহায়ক তৈরী করে তাদের শুনাবেন। সবার সম্মিলিত শক্তিগুলো তারা দেখবে বা শুনবে।

উদাহরণ- আত্মশক্তি ও আত্মবিশ্বাসের কৌশলসমূহ

- নিজের ইচ্ছাকে বাঁচিয়ে রাখার জন্য নিজের উপর বিশ্বাস রাখা;
- লক্ষ্যে স্থির থাকা;
- নিজের চাকরি করবো ও টিকিয়ে রাখবো;
- পরিবারের সহযোগিতা পেতে নিরব ভূমিকা, যেমন পড়াটা শেষ করতে পারার জন্য;
- পরিবারের প্রতি বিশ্বস্ত থাকা;
- আমি একদিন পারবো - এই বিশ্বাস রাখা;
- সাহস করে কথা বলা;
- অযৌক্তিক বিষয়ে পরিবারের মধ্যে প্রতিবাদ করা;
- নিজের পরিচয় প্রতিষ্ঠা করার প্রত্যয়;
- সমাজ, পরিবার, প্রতিবেশী - 'অবাধ্য' বলে বলে সংকুচিত করার চেষ্টা করেছে, তা থেকে বেরিয়ে আসার মনোবল রাখা;
- নিজের সাথে অন্যকে যুক্ত করা;
- নিজের অদম্য ইচ্ছা, মা'কে পাশে পাওয়া;
- সংসারে একমাত্র সন্তান বলে দায়িত্ব নিতে পারার সাহস থাকা;
- নিজের আয়ের রাস্তা খোঁজার চেষ্টা থাকা।

আলোচ্য বিষয় তিন: মর্যাদা রক্ষার লড়াই

আজকে যারা এখানে আছি, সমাজের যে পরিবেশ থেকে এসেছি, আমরা অন্য একজন নারী থেকে একটু হলেও বেশী সুযোগ পেয়েছি। তাই এই গোলটেবিল বা প্রশিক্ষণে যুক্ত হতে পেরেছি। আমরা যখনই একসাথে হয়েছি, তখনই আমরা অনেক বেশী আলোচনা করার সুযোগ পাচ্ছি। আমাদের চারপাশে নারীর উপর সহিংস আচরণের কথাই বেশি বলি। কিন্তু আমাদের লড়াই শুধুমাত্র সহিংসতার বিরুদ্ধে নয়। আমাকে আমার প্রাপ্য অধিকার থেকে বঞ্চিত করছে, সে সব ইস্যুতেও আমাদের ঐক্যবদ্ধভাবে লড়াই করা প্রয়োজন। এই অধিকার আদায়ের আন্দোলনে অন্যদের যুক্ত করতে হবে, এই যুক্ত করার জন্য আজ নারীপক্ষ যেভাবে এগিয়ে এসেছে, তেমনি আপনারাও অন্যদের যুক্ত হতে উদ্বুদ্ধ করবেন। তাতে করে নারী আন্দোলনে নারীর অংশগ্রহণ বাড়বে, শক্তি ও সাহস বাড়বে। সম্মিলিতভাবে চলার এবং একই লক্ষ্যে পৌঁছানোর জন্য আপনারা কিভাবে ভূমিকা রাখতে পারবেন - সে সম্পর্কে এখন খোলামেলা আলোচনা করবো। এই আলোচনায় নারীর মর্যাদা ক্ষুণ্ণ হবার জায়গাগুলো আলোচনায় নিয়ে আসা। পাশাপাশি অন্য নারীকে পাশে পাবার এবং বিপদে অন্য নারীকে সাহায্য করার বিষয়ে আলোচনা করবো। এই দুটো বিষয়কে প্রাধান্য দিয়ে আমরা সম্মিলিতভাবে সমাজের অনায্য ইস্যুগুলো নিয়ে আলোচনা করব। এতে করে অংশগ্রহণকারীগণ নারীর উপর দীর্ঘদিনের শোষণ, বঞ্চনা ও দাবিয়ে রাখার চিত্র আবারও আলোচনায় আসবে। সঞ্চালক এখানে নারী আন্দোলনে একে অপরের পাশে থাকার অভিজ্ঞতা বলবেন ও তাদের উদ্বুদ্ধ করবেন। এই লড়াই নিজের জন্য নিজেকে করতে হবে। সমাজের সুবিধাভোগীরা তাদের সুবিধাগুলো ছাড়তে চাইবে না, তাই নিজের প্রাপ্য আদায়ে নিজেকে সোচ্চার হতে হবে। নারী আন্দোলনে অনেক মানুষের সম্পৃক্ততা খুবই জরুরী। তাই আমাদেরকে ঐক্যবদ্ধভাবে কাজ করতে হবে। আমাদের লড়াই, অবমাননাকর পরিস্থিতি থেকে মুক্তির লড়াই, মর্যাদা রক্ষার লড়াই।

উদাহরণ - নারীর মর্যাদা লড়াইয়ে অন্যকে যুক্ত করার

- নিজের জীবনের গল্প অন্যকে বলা;
- কথা বলার দৃঢ়তা অন্যকে শিখানো;
- স্পষ্ট ভাষায়, ভয়ভীতি ছাড়া কথা বলা;
- বিবেককে জাগ্রত রাখা;
- অনুপ্রেরণার গল্প, অন্যদের মাঝে ছড়িয়ে দেয়া;
- ‘অবস্থা ও অবস্থান’ এই দুটো শব্দের অর্থ বুঝানো;
- যোগাযোগ বাড়ানো;
- সাহস যোগানো;
- অন্যকে কথা বলার সাহস দেয়া ;
- “মর্যাদা” কি তা অন্যদের বুঝানো;
- ‘অধিকার’ করুনা নয়, আমার লক্ষ্য হবে এটা প্রাপ্তির জন্য নিজেকে প্রস্তুত করা।

সমাপনী : অনুভূতির প্রকাশ ও মূল্যায়ন

এই পর্বে এসে সঞ্চালক, আজকের গোলটেবিল বৈঠক কেমন হয়েছে তা অংশগ্রহণকারীদের নিকট থেকে একে একে জানবেন। তাছাড়া প্রথম দিনের সেশনের সাথে আজকের আলোচনার তুলনামূলক পর্যালোচনাও করতে পারেন। মতামত গ্রহণের ক্ষেত্রে, কে বেশী আলোচনায় কথা বলেছেন এবং যারা মতামত প্রদানের ক্ষেত্রে বিরত থেকেছেন সে ভেদাবেদ না করে আমরা সকলকে নিয়ে আন্দোলনে যুক্ত থাকতে পারছি কি না, সেটাই মূল লক্ষ্য। সময়ের সাথে সামঞ্জস্য রেখে সঞ্চালক নিজের অভিব্যক্তি ও আজকের শিক্ষণীয়দিকগুলোর সারমর্ম করবেন। প্রতিটি অধিবেশনের মূল্যায়ন থাকে। তাই এই অনলাইনভিত্তিক অধিবেশনে অংশগ্রহণকারীগণ মূল্যায়ন থাকবে। মূল্যায়ন সমাপ্তের মধ্যে দিয়ে আলোচনা শেষ হবে।

এই অধিবেশন পরিচালনার জন্য প্রয়োজন একজন সংবেদনশীলব্যক্তি, যিনি এই নারী আন্দোলনের বন্ধুর পথের সাথে পরিচিত। তাছাড়া শোনার ধৈর্য, সহমর্মিতা প্রকাশ, সাহস যোগানোর দক্ষতা রয়েছে। অংশগ্রহণকারীদের জীবনের অভিজ্ঞতাভিত্তিক এই অধিবেশনে সঞ্চালককে সময় ব্যবস্থাপনা ও অভিজ্ঞতা শোনার সময় কৌশলী হতে হবে যাতে সবাই মনের কথা বলার সুযোগ পায়।

সমাপ্ত

অধিবেশন: দুই

সহিংসতার শিকার নারীকে সহায়তা দেবার কৌশল

সূচনা বক্তব্য ও পরিচিতি পর্ব:

নারীপক্ষের অভিজ্ঞতার আলোকে নারীর উপর সহিংসতা মোকাবেলার কাজে নিয়োজিত ব্যক্তিবর্গের সহিংসতার শিকার ব্যক্তিকে সহায়তা দেবার কৌশল সম্পর্কে ধারণা প্রদান করতে সহায়িকাটি গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করবে। নারীর উপর সহিংসতা মোকাবেলার কাজে নিয়োজিত প্রতিষ্ঠান তাদের স্বেচ্ছাসেবী, কর্মী ও সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিদের ওরিয়েন্টেশন প্রদানে এই সহায়িকা ব্যবহার করতে পারবেন। সহিংসতার শিকার ব্যক্তিকে সহায়তা দেবার কৌশল অন্যের সাথে ভাগ করে নেয়া, নিজের অভিজ্ঞতাকে শানিত করা এবং আলোচনার মাধ্যমে অন্যরা কি করতে পাবেন, কিভাবে করবেন এই বিষয়ে বিস্তারিত আলোচনা এই কর্মশালার মূল লক্ষ্য। কি করা যাবে, কি করা যাবে না এবং নিজেদের উদ্যোগের ফলাফল সম্পর্কে বিশ্লেষণ করার দক্ষতা তৈরীতে এই সহায়িকা ভূমিকা রাখবে।

উদ্দেশ্য:

সহিংসতা মোকাবেলার কাজে নিয়োজিত ব্যক্তিবর্গকে -

- সহিংসতার শিকার ব্যক্তিকে সহায়তা দেবার কৌশল সম্পর্কে জানানো;
- সহায়তা প্রদানকারীর প্রস্তুতির নানাদিকসমূহ সম্পর্কে জানানো;
- সহায়তা প্রত্যাশীর পরিস্থিতি অনুধাবন করে আস্থার সম্পর্ক তৈরীতে কৌশল জানানো।

সময়কাল: তিন ঘন্টা

অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা: প্রতিব্যাচে ১০- ১২ জন বা ক্ষেত্রবিশেষে সর্বোচ্চ ১৫ জন।

ক) অংশগ্রহণকারী নির্বাচনে বিবেচ্য বিষয়:

- ১) কোন প্রতিষ্ঠানে স্বেচ্ছাসেবী বা কোন সংগঠনে কর্মরত ব্যক্তি ;
- ২) যিনি সহিংসতার শিকার ব্যক্তিকে সরাসরি সহায়তা দিয়ে থাকেন;
- ৩) সহিংসতার শিকার ব্যক্তিকে সেবা পেতে বিভিন্ন প্রতিষ্ঠানে প্রেরণ, যোগাযোগ স্থাপন ও ফলোআপ করেন।

খ) অংশগ্রহণকারীর নিম্নোক্ত বিশেষ গুণাবলী:

- সংগঠনের সাথে জড়িত এবং সহিংসতা মোকাবেলায় ভূমিকা রাখার স্বদীক্ষা;
- মনোযোগী ও শোনার ধৈর্য আছে;
- যেকোন সময়ে যেকোন পরিস্থিতিতে সহিংসতার শিকার নারীর পাশে দাঁড়ানোর আগ্রহ আছে;
- মানুষের সাথে যোগাযোগ করতে সক্ষম;
- বিভিন্ন সংগঠনের সাথে পূর্ব থেকে পরিচিতি ও সম্পর্ক রয়েছে।

অনলাইনে অধিবেশন পরিচালনায় পদ্ধতি:

আজকের অধিবেশনের বিষয় ও গোলটেবিল বৈঠক পরিচালনা পদ্ধতির কথা সবাইকে সময় নিয়ে পরিষ্কার ভাবে সূচনা বক্তব্যে বুঝিয়ে দেয়া। নিম্নে তা বর্ণিত হলো:

- গোলটেবিল বৈঠকে যে পদ্ধতি বা কৌশল সাধারণত করা হয় এখানেও তা করা হয়েছে। যেমন- অংশগ্রহণকারীগণ যেন সবাই কথা বলতে পারেন, তাদের কথা বলার জন্য স্বাচ্ছন্দ্য পরিবেশ আছে কিনা তা বুঝে নেওয়া যেহেতু অনলাইনে হয়েছিল;
- সবাইকে আবারও পরিচিত হবার সুযোগ দেয়া, তারা পূর্ব পরিচিত থাকলে এই বৈঠকে তারা আবার পরিচিত হবে;
- অংশগ্রহণকারীগণ নিজের নাম বলে আলোচনায় অংশ নেওয়া;
- পরস্পরের প্রতি সহমর্মী থাকা;
- সঞ্চালক সবার নাম জেনে রাখবেন, যাতে করে আলোচনা প্রাণবন্ত হয়;
- কোন বিষয় নিয়ে আলোচনা অতিদীর্ঘ না হয়ে যায়। তাতে আলোচনার অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ বিষয় বাদ পড়ে যেতে পারে সে দিকে খেয়াল রাখা;
- সঞ্চালক গোলটেবিল বৈঠক পরিচালনার জন্য একজন সহ- সঞ্চালক বা সহযোগী থাকবেন;
- ধারণা যাচাই করার জন্য সম্ভব হলে পূর্ব ও পরবর্তী মূল্যায়ন করা।

আলোচ্য বিষয় ও সময় ব্যবস্থাপনা :

ক্রমিক নং	আলোচনার বিষয়	সময়
১.	সূচনা বক্তব্য ও পরিচয় পর্ব	১০ মিনিট
২.	সহিংসতার শিকার ব্যক্তির সাথে কাজের অভিজ্ঞতা বিনিময়	৩০ মিনিট
৩.	সহিংসতার শিকার ব্যক্তিকে সহায়তা করার উদ্দেশ্য ও সহায়তা করার সাধারণ কৌশল	২০ মিনিট
৪.	সহায়তা প্রার্থীর সাথে করণীয় ও বর্জনীয়	২০ মিনিট
৫.	সহায়তা প্রার্থীর প্রয়োজন বুঝে সমাধানের পথ খোঁজা,	৩০ মিনিট
৬.	সেবা প্রতিষ্ঠান সম্পর্কে অভিজ্ঞতা ও কৌশল, সতর্কতা ও করণীয়	৪০ মিনিট
৭.	সহায়তা প্রদানকারীর ঝুঁকি ও মোকাবেলা কৌশল	২০ মিনিট
৮.	মূল্যায়ন ও সমাপনী	১০ মিনিট

আলোচনার বিষয়: সূচনা বক্তব্য ও পরিচয় পর্ব

- অংশগ্রহণকারীদের শুভেচ্ছা জানিয়ে শুরুতেই সংক্ষিপ্ত সূচনা বক্তব্য রাখবেন। সঞ্চালক প্রত্যেককে একে একে পরিচয় দিতে এবং নিজেকে পরিচিত করবেন।
- উদ্দেশ্যগুলো ব্যাখ্যা করে যে বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা করা হবে এবং সূচি সম্পর্কে ধারণা প্রদান করতে হবে।

আলোচ্য বিষয় এক: সহিংসতার শিকার ব্যক্তির সাথে কাজের অভিজ্ঞতা বিনিময়:

এই অধিবেশনে অংশগ্রহণকারীগণ নিজের জীবনের সহিংসতার শিকার ব্যক্তির সাথে কাজের অভিজ্ঞতা ও বিভিন্ন কৌশল সম্পর্কে পারস্পরিক আলোচনার মাধ্যমে নিজেকে সমৃদ্ধ করবেন। সঞ্চালক অংশগ্রহণকারী সকলকে নিম্নোক্ত প্রশ্নের আলোকে তাদের অভিজ্ঞতা বর্ণনা করতে আহ্বান করবেন।

- গত এক বছরের একটি ঘটনা উল্লেখ করতে বলবেন, যেখানে সুনির্দিষ্টভাবে সহিংসতার শিকার ব্যক্তির জন্য কি করেছেন, কিভাবে করেছেন, কাদের সাহায্য নিয়েছেন;
- সহিংসতার শিকার ব্যক্তি সেবা পেতে কি কি ধাপ পার করতে হয়েছে;
- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারী একে একে তারা কোন ঘটনায় কিভাবে সহায়তা করেছে বা করার চেষ্টা করেছে সেগুলো ঘটনা বলবেন;
- সঞ্চালক যে বিষয়গুলো খেয়াল রাখবেন -
 - ✓ একজন কথা বলার সময় অন্য সবাই তার ঘটনা মনোযোগ সহকারে শুনছে কিনা,
 - ✓ প্রত্যেকটি ঘটনা সুনির্দিষ্টভাবে বিশ্লেষণ করে নোট রাখা ও শিক্ষণীয় বিষয় আলোচনা করা,
 - ✓ কয়েকটি ঘটনা শোনার পর কোন গুরুত্বপূর্ণ দিক বাদ পড়ে গেলে তা মনে করানো,

প্রত্যেকের অভিজ্ঞতা বর্ণনা করা শেষ হলে সঞ্চালক বলবেন, এতক্ষণ আমরা একে অপরের অভিজ্ঞতা সম্পর্কে জানলাম। অনেকে নানাভাবে সহিংসতার শিকার ব্যক্তিকে সহায়তা করার চেষ্টা করেছি। সকলকে অভিজ্ঞতা বর্ণনা করার জন্য ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করবেন সঞ্চালক।

আলোচনার বিষয় দুই: সহিংসতার শিকার ব্যক্তিকে সহায়তা করার উদ্দেশ্য ও সহায়তা করার সাধারণ কৌশল

এই আলোচনায় অংশগ্রহণকারীগণ সহিংসতার শিকার ব্যক্তির সাথে আস্থার সম্পর্ক তৈরীর ক্ষেত্র সম্পর্কে জানতে পারবেন ও নিজেকে তৈরীর কৌশল বুঝতে পারবেন। সঞ্চালক পূর্বের অধিবেশনের অভিজ্ঞতা বিনিময়ের সূত্র দিয়ে আলোচনা শুরু করবেন। সঞ্চালক বলবেন, যে কোন ঘটনা শুনে, দেখে আমরা সাহায্য করার চেষ্টা করি। এটা আমরা করি কারণ আমরা সংবেদনশীল। আমরা কেউ চাকরি করি বা কেউ শুধু নারী সংগঠনে যুক্ত থাকার কারণে এধরণের ঘটনাগুলো জানতে পারি। আমাদের সকলের লক্ষ্য একটাই তাহলো আমরা কি করতে পারি। আমি, সেবা সহায়তা করতে চাই এ ব্যাপারে সবাই আমরা একমত কিনা তাও আবার উত্থাপন করবেন। নারীকে সেবার সুযোগ সৃষ্টির পিছনে প্রথমেই যা প্রয়োজন তা হল, অন্যকে সহযোগিতা করার মানসিকতা।

- এরপর সঞ্চালক বলবেন যে, কাউকে যে কোন সহায়তা দিতে চাই না কেন এর জন্য প্রথমে তার কাছ থেকে বিস্তারিত শুনতে হবে। অন্যের কথা শোনার জন্য কিছু কৌশল আছে। শোনার ক্ষেত্রে আমরা কি কি করব সে বিষয়ে সঞ্চালক আলোকপাত করেন।
- সঞ্চালক বলবেন শোনার মাধ্যমেই আমরা প্রাথমিকভাবে অনেক কাজ করি। একজন ভালো শ্রোতা হতে হলে বেশ কিছু কৌশল প্রয়োজন। প্রথমেই প্রয়োজন মনস্তাত্ত্বিকভাবে প্রস্তুতি নিয়ে কাউকে শুনতে হবে। এতে শুধু ঘটনা জানবেন তা নয়, সহিংসতার শিকার ব্যক্তির কাছে আপনি আস্থাভাজন ব্যক্তি বলেও গণ্য হবেন।

প্রাথমিকভাবে শোনার বেলায় যে সব কৌশল অবলম্বন করতে হবে:

- এমন আচরণ ও পরিবেশ তৈরী করব যাতে মন খুলে কথা বলার পরিবেশ তৈরী হয়;
- যাকে শুনবো তার সাথে এমন আচরণ করবো যাতে তিনি সব কথা মন খুলে বলেন;
- তাকে মনযোগ দিয়ে শুনব;
- শোনার সময় ফোনে কথা বলব না;
- এমন শব্দ ব্যবহার করব না, যাতে যিনি কথা বলছেন তিনি নিজেকে দোষী ভাবতে পারেন, এটা সবসময় খেয়াল রাখতে হবে;
- আপনি যে গুরুত্বের সাথে শুনছেন, সেটা বুঝানো সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ। এর জন্য মনোযোগী শ্রোতা হতে হবে। তাই আপনাকে বিশেষ প্রশিক্ষণ না পেলেও এটা করা সম্ভব;
- এমন কোন মন্তব্য করা যাবে না যাতে তিনি অপমানিত বোধ করেন, অসহায় বোধ করেন;
- যিনি সহায়তা প্রত্যাশী তার প্রয়োজনটা বোঝা অত্যন্ত জরুরী;

সঞ্চালক সাহায্য প্রার্থীর প্রয়োজন অনুযায়ী সম্ভাব্য বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা করার বিষয়ে বলবেন। সঞ্চালক বলবেন যে, সাহায্য প্রার্থীকে আশ্বস্ত করতে হবে যে, তিনি সঠিক স্থানে এসেছেন। তিনি যেন স্বস্তিবোধ করেন তাকে সেটা বুঝতে, উপলব্ধি করতে সহায়তা করতে হবে। এরজন্য উদাহরণ দিয়ে বোঝাতে হবে যে, তিনি কি কি সহায়তা পেতে পারেন এবং কোথায় কোথায় সেবা পাবার ক্ষেত্রগুলো রয়েছে।

আলোচনার বিষয় তিন: সহায়তা প্রার্থীর সাথে করণীয় ও বর্জনীয়

এই আলোচনায় অংশগ্রহণকারীগণ সহায়তা প্রার্থীর সাথে সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে কি ধরনের কৌশল অবলম্বন করতে হবে সে বিষয়ে ধারণা লাভ করবেন।

- সঞ্চালক বলবেন সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে দৈনন্দিন জীবনে আমাদের চারপাশে প্রতিনিয়ত সহিংসতার ঘটনা ঘটছে। এই সহিংসতা রোধে কাজ করতে গেলে যে বিষয়গুলো আসে তা আজ অংশগ্রহণকারীদের অভিজ্ঞতার আলোকে চিহ্নিত করব। আশা করি সকলের সাথে আলোচনার মাধ্যমে কি করা যাবে আর কি করা ঠিক হবে না তার একটি তালিকা তৈরী করা সম্ভব হবে;
- অংশগ্রহণকারীগণ এটা নিয়ে কি ভাবছেন তা দিয়েই আলোচনা শুরু করতে বলবেন। প্রথম অধিবেশনের অভিজ্ঞতার আলোকে কয়েকটি উদাহরণ দিয়ে আলোচনার সূত্রপাত করা যেতে পারে। যেমন কোন সাহায্যপ্রার্থী হয়ত তার কথা বলতে বলতে কাঁদতে শুরু করেছেন। এক্ষেত্রে আশেপাশে যদি কোন সহকর্মী থাকেন তবে তিনি অস্বস্তি বোধ করতে পারেন। এক্ষেত্রে কথা বলার পরিবেশ তৈরী করে কথা শোনা জরুরী। এরকম অভিজ্ঞতা যার যার আছে তাদের বলতে আহ্বান করবেন সঞ্চালক।
- সঞ্চালক বলবেন সাহায্য প্রার্থীকে শোনার মানসিকতা তৈরী করতে পারলে ও সহায়তার কৌশল ঠিকমত প্রয়োগ করতে পারলে কিন্তু প্রায় ৫০% সহায়তার কাজ সহজ হয়ে যায়।
- এজন্য প্রয়োজনে সহকর্মীর সহায়তা নিয়ে এমন একটি পরিবেশ তৈরী করতে হবে যাতে এই কথোপকথন আশেপাশের কেউ শুনতে না পায়। গোপনীয়তার বিষয়টি খুবই গুরুত্বপূর্ণ সাথে বিবেচনা করতে হবে।

একজন সহায়তা প্রার্থীর সাথে কেমন আচরণ করবেন:

- সহায়তা প্রার্থীকে এমন কোন প্রশ্ন করা যাবে না যাতে তিনি বিব্রত বোধ করেন;
- সহায়তা প্রার্থীকে প্রশ্ন করার সময় এমন পরিবেশ তৈরী করতে হবে যাতে তিনি স্বচ্ছন্দে কথা বলতে পারেন;
- যিনি এসেছেন তার কাছ থেকে ঘটনা শুনে মনে হতে পারে সাহায্য প্রার্থীর অনেক দোষ ত্রুটি আছে। তিনি হয়ত অনেক বদমেজাজী, রান্না ভাল পারে না। তাঁর শরীর অসুস্থ, জোরে কথা বলেন। এগুলো বলে তাকে দোষারোপ করা যাবে না;
- কাউকে নেতিবাচক ভাবে কিছু বলা যাবে না।

পরিশেষে বলুন, সহিংসতার ঘটনা ঘটলে, জানলে থেমে থাকলে চলবে না। কোন অবস্থায়ই আমরা নারীরা সংকুচিত হবো না, ভীত হবো না, পিছ পা হবো না। সহিংসতার ঘটনা মোকাবেলার জন্য আমাদেরকে কৌশলী, সাহসী, আত্মবিশ্বাসী ও দায়িত্ববান হতে হবে। এই প্রত্যাশা কামনা করে সকলকে ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করুন।

আলোচনার বিষয় চার: সহায়তা প্রার্থীর প্রয়োজন বুঝে সমাধানের পথ খোঁজা

এই আলোচনা শেষে অংশগ্রহণকারীরা সহায়তা প্রার্থীর প্রয়োজন অনুধাবন করে প্রয়োজনের সাথে মিলিয়ে সমাধানের কৌশল সম্পর্কে ধারণা লাভ করবেন -

- সঞ্চালক বলবেন সহায়তা প্রার্থীর প্রয়োজনীয়তা কি এটা বোঝার জন্য সংবেদনশীল হওয়া;
- সঞ্চালক সকলের কাছে জানতে চাইবেন, সকল সাহায্য প্রার্থীর প্রয়োজনীয়তা কি একই রকম হবে? এব্যাপারে কয়েকজনের অভিজ্ঞতা জানতে চাইবেন;
- সঞ্চালক বলবেন, সহায়তা প্রদানকারীকে বুঝতে হবে, কেন উনি সহায়তা প্রত্যাশা করছেন;
- সহায়তা প্রদানকারীকে মনে রাখতে হবে সহায়তা প্রার্থী কিন্তু এতদিন আসেনি। এখন কেন এসেছেন এটা বোঝার চেষ্টা করা জরুরী। এই মুহূর্তে সহায়তা প্রার্থীর উদ্বেগটা কি, প্রয়োজনটা কি এটা জানার চেষ্টা করা এবং সেটা মনোযোগ দিয়ে শোনা জরুরী;
- এই পর্যায়ে সহায়তা প্রার্থীর বক্তব্য সহায়তা প্রদানকারী কতটা বুঝেছেন সেটা সারমর্ম করে সহায়তা প্রার্থীকে জানাতে হবে। তাহলে সহায়তা প্রার্থী উপলব্ধি করবেন তার বিষয়টি সহায়তা প্রদানকারী কতটা গুরুত্ব দিয়ে শুনেছেন। এতে পরস্পর পরস্পরের প্রতি কতোটা আস্থাভাজন তাও প্রকাশ পাবে;
- সহায়তা প্রার্থীর সামনে কয়েকটি উপায় তুলে ধরতে হবে। কোথায় গেলে কি কি হতে পারে, কি কি প্রতিবন্ধকতা আসতে পারে এবং কতদিন সময় লাগতে পারে এব্যাপারে সকল তথ্য সহায়তা প্রার্থীকে বুঝিয়ে বলতে হবে।

আলোচনার বিষয় পাঁচ: সেবা প্রতিষ্ঠান সম্পর্কে অভিজ্ঞতা ও কৌশলসমূহ

এই আলোচনার শেষে অংশগ্রহণকারীগণ সেবা প্রতিষ্ঠানে সেবা প্রদানের ধরণ, পরিধি ও সীমাবদ্ধতা সম্পর্কে জানতে পারবেন। এছাড়া এই প্রতিষ্ঠানগুলোতে সেবা গ্রহণের জন্য কাউকে প্রেরণ করার পূর্বে সহায়তা প্রদানকারীর করণীয় জানতে পারবেন।

- সঞ্চালক সেবা প্রতিষ্ঠানসমূহে সেবা গ্রহণের ব্যাপারে অংশগ্রহণকারীদের অভিজ্ঞতা কি - এ নিয়ে আলোচনা করার আহবান করবেন;
- আলোচনায় ইউনিয়ন পরিষদ, পুলিশ স্টেশন, পুলিশ ফাঁড়ি, স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র, হাসপাতাল নিয়ে সকলের অভিজ্ঞতা আলোচনা করা হবে;
- সঞ্চালক অংশগ্রহণকারীদের কাছে জানতে চাইবেন এই প্রতিষ্ঠানগুলো থেকে কেউ কি কোন সহায়তা পেয়েছেন?
- এই প্রতিষ্ঠানগুলোতে সাহায্য পেতে কেউ গিয়ে থাকলে তার অভিজ্ঞতা কি আলোচনা করার জন্য সকলকে আহবান করবেন সঞ্চালক। অংশগ্রহণকারী একে এক তাদের অভিজ্ঞতা বর্ণনা করবেন।

অংশগ্রহণকারীদের অভিজ্ঞতাগুলো নিম্নরূপ:

- সহায়তা প্রদানকারী সাথে গেলে প্রতিষ্ঠানগুলো ভুক্তভোগীর কথা শুনে। ক্ষতিগ্রস্তের কথা শুনতে গুরুত্ব দেয়;
- সেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানের নেতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গী ক্ষতিগ্রস্তকে অধিকার দেয়ার বদলে যিনি অভিযুক্ত তার প্রতি মনোযোগ বেশী দিয়ে থাকে। সেক্ষেত্রে সাহায্যপ্রার্থী বিব্রত বোধ করে;
- পুলিশ স্টেশনে সাধারণ ডায়েরী করতে গেলে শুনতে হয়েছে, এটা কোন সাধারণ ডায়েরী করার বিষয় না। অহেতুক পরামর্শ দিয়ে সাবধানে থাকতে বলেন। বিশ্বাস করতে চায় না, এটা একটা অপরাধ। অযাচিতভাবে ঘটনা বলতে উদ্বুদ্ধ করে। টাকা দিয়ে পক্ষপাতিত্ব করার বিষয়টি চোখে পড়ে;
- পুলিশ স্টেশনে মোবাইলের সীম হারানোর বিষয়ে সাধারণ ডায়েরী করতে গিয়ে দেখেছি যার সীম হারানো গেছে তার কথা না লিখে ইচ্ছেমত লিখে স্বাক্ষর করতে বলে;
- ইউনিয়ন পরিষদে অভিযোগ করতে নিয়ে গিয়েছিলাম। অভিজ্ঞতা হল যে, শোনার কেউ নেই। সেবা প্রদানকারী হিসেবে যাকে পাচ্ছি, তিনি যে প্রশ্ন করবে তার উত্তর দিতে হবে। একটু এদিক ওদিক হলে ধমক দেয়। সুন্দর ভাবে কথা বলার পরিবেশ পাই নাই।

উদাহরণ:

- সঞ্চালক ইউনিয়ন পরিষদ ও পুলিশ স্টেশন নিয়ে অংশগ্রহণকারীদের ধারণা প্রদান করবেন। প্রয়োজনে পুলিশ স্টেশন ও ইউনিয়ন পরিষদের ছবি, এর কর্মকর্তাদের বিবরণ, এখানে কি কি কাজ কিভাবে হয়, সেবা প্রদানকারীকে কিভাবে সেবা দিতে হয় তা পর্যায়ক্রমে আলোচনা করবেন।
- অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে কেউ যদি এব্যাপারে কোন তথ্য দিতে চান তা দেবার সুযোগ করে দিতে হবে। সম্ভব হলে পুলিশ স্টেশন ও ইউনিয়ন পরিষদের সিটিজেন চার্টার আলোচনা করবেন।

সতর্কতা, করণীয় ও কৌশল:

সঞ্চালক সেবা প্রতিষ্ঠানগুলোতে কাজের ক্ষেত্রে কিছু সতর্কতা সম্পর্কে সকলকে অবহিত করবেন। এর সাথে পরিস্থিতি অনুযায়ী সহায়তা প্রদানকারীর করণীয় বিষয়ে কিছু ধারণা প্রদান করবেন। অভিযুক্ত যদি পরিচিত হয়, তবে তার সাথে কথা বলার চেষ্টা করতে হবে। অভিযোগ যে পর্যায়ে হোক না কেন, পারিবারিক সহিংসতা বা সামাজিক বিষয়, প্রতিবেশীর সাথে কলহ। সেক্ষেত্রে সহায়তা প্রার্থীকে জিজ্ঞেস করে তার অনুমোদন সাপেক্ষে যার বিরুদ্ধে অভিযোগ তার সাথে কথা বলার চেষ্টা করতে হবে। অর্থাৎ অভিযোগকারীর মতামত নিয়ে অভিযুক্তর সাথে যোগাযোগ করব। যাতে সমস্যা সমাধান সহজ হয়। এতে ঘটনা যাচাই বাছাই করা সহজ হবে।

এক্ষেত্রে সতর্কতা হল যে, ঘটনা ঘটায় তাঁর সাথে কথা বললে অনেক সময় সমস্যা হতে পারে। অভিযুক্তর সাথে যোগাযোগ করলে অনেক সময় সে ক্ষিপ্ত হতে পারে। দল গঠন করে আক্রমণ করতে পারে। এ ক্ষেত্রে ঘটনা জানার পর অভিযুক্তকে চেনে জানে এরকম ব্যক্তির সাথে কথা বলে তথ্য নিয়ে তার সাথে যোগাযোগ করতে হবে। নিজস্ব কৌশল ব্যবহার করতে হবে। পারিপার্শ্বিকতা বুঝে পদক্ষেপ নিতে হবে যাতে ঝুঁকি মুক্ত থাকা যায়। কমিউনিটির সকলকে নিয়ে অভিযুক্ত ব্যক্তির দায় স্বীকার করানোর চেষ্টা করা।

- যারা নির্বাচিত প্রতিনিধি তাদের দায়িত্ব কর্তব্য সম্পর্কে যে গেজেট হয়েছে তা জেনে নিতে হবে। এই তথ্য সংগ্রহ করতে হবে, জানতে হবে।
- সহায়তা প্রত্যাশীর রাগ নিয়ন্ত্রণ করার কিছু কৌশল শিখতে হবে, যাতে তাকে কিছু টিপস দেয়া সম্ভব হয়।
- যে কোন ঘটনা জানার পর তার অন্তর্নিহিত কারণগুলো খোঁজার চেষ্টা করতে হবে। কোথায় একটু দায়িত্বশীল হতে হবে বিশেষত দাম্পত্য সম্পর্কের ক্ষেত্রে, এই কারণগুলো খোঁজা এক আলোচনায় হয়ত সম্ভব নয়। এজন্য প্রয়োজনে তাকে পুনরায় শোনার সুযোগ করে নিতে হবে। যাতে সাহায্য প্রত্যাশীর বিষয়গুলো সম্পর্কে পরিষ্কার ধারণা পাওয়া সম্ভব হয়। এতে করে সাহায্য প্রত্যাশীর সমস্যা সমাধানে কৌশল চিহ্নিত করা সহজতর হবে।
- প্রত্যেক সহায়ক ব্যক্তি অন্যকে সহায়তা প্রদানের ক্ষেত্রে অন্যান্য সহায়ক ব্যক্তি ও প্রতিষ্ঠানের যোগাযোগ নম্বর হাতের কাছে যেন থাকে, এতে প্রয়োজনে তাঁদের সহায়তা ও পরামর্শ নিতে পারে। অনেক ব্যক্তি ও প্রতিষ্ঠান আছে যারা সহায়কের ভূমিকা রাখতে পারে। তাদের চিহ্নিত করা, তাদের সাথে সংযোগ তৈরী করা, তাঁদের আস্থা অর্জন ও সহায়তা নিয়ে কাজ করা দরকার।
- যে প্রতিষ্ঠান বা ব্যক্তির কাছে কাউকে প্রেরণ করার পূর্বে ব্যক্তি ও প্রতিষ্ঠানের কার্যক্রম সম্পর্কে কিছুটা হলেও ধারণা থাকতে হবে। প্রতিষ্ঠানগুলোর কোন ব্যক্তি কি করে, কিভাবে সেখানে যেতে হবে তা সম্পর্কে ধারণা থাকতে হবে। এরফলে সাহায্যপ্রার্থীও সেবা পেতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখবে।
- পুলিশ স্টেশনে কাউকে যেতে হলে সহায়তা প্রত্যাশীর সাথে না যাওয়া শ্রেয়। সহায়তাকারীর নিজের সুরক্ষার জন্য সহায়তা প্রত্যাশীর ঘটনা তাকেই মোকাবেলা করতে বলতে হবে এবং তাকে সেভাবে তৈরি হতে সহায়তা দেওয়া। পুলিশ স্টেশনে কাউকে সাধারণ ডায়েরী করা বা মামলা করার জন্য প্রেরণ করলে বলে দিতে হবে ঘটনা লিখে নিয়ে যেতে। অবশ্যই ঘটনাটি দুই কপি লিখে নিয়ে যেতে বলতে হবে। সাহায্য প্রত্যাশী প্রয়োজনে নির্ভরশীল কাউকে সাথে নিয়ে যেতে পারে। পুলিশ স্টেশনে কোন নথি ফটোকপি করার জন্য টাকা নিতে পারে। সাহায্য প্রত্যাশীকে বুঝিয়ে বলতে হবে যে, ঘটনাটি তার, এই ঘটনার জন্য তাকেই যেতে হবে। অন্য কেউ তার সাথে যেতে পারে। কিন্তু এব্যাপারে যে কোন প্রশ্নের উত্তর তার চেয়ে ভাল আর কেউ দিতে পারবে না।

- সহিংসতার শিকার ব্যক্তিকে মানসিক ভাবে প্রস্তুত করা, প্রতিষ্ঠান সম্পর্কে ধারণা দেয়া ও সে ব্যাপারে নির্দেশনা দেয়ার জন্য সহায়তা প্রদানকারীকে কৌশলী হতে হবে। সঞ্চালক উদাহরণ দিয়ে বলতে পারেন যেমন : সাইবার অপরাধ সম্পর্কে কেউ হয়ত সহায়তা প্রত্যাশা করছে। এই বিষয়ে সহায়তা প্রদানকারীর হয়ত কোন পূর্ব ধারণা নেই। সে ক্ষেত্রে সাহায্য প্রত্যাশীর কাছ থেকে সময় নিয়ে নিতে হবে নিজের প্রস্তুতির জন্য। এরপর সাইবার অপরাধ সম্পর্কে জেনে সাহায্য প্রত্যাশীকে প্রয়োজনীয় নির্দেশনা দেয়া। সঠিক তথ্য সাহায্য প্রত্যাশীকে দিতে হবে, যদি সাহায্যপ্রার্থী কোন বিপদে পড়লে সহায়তা প্রদানকারীও দায়বদ্ধ হবে। সর্বোপরি মনে রাখতে হবে, ক্ষতিগ্রস্ত ব্যক্তির সুরক্ষার পাশাপাশি যিনি সহায়তা প্রদান করছেন তার সুরক্ষাও সমানভাবে গুরুত্বপূর্ণ।

আলোচনার বিষয় ছয় : সহায়তা প্রদানকারীর ঝুঁকি ও মোকাবিলা কৌশল

- এই আলোচনার শেষে অংশগ্রহণকারীগণ সহায়তা প্রদানকারীর ব্যক্তিগত ঝুঁকি ও মোকাবিলা করার কৌশল জানবেন অংশগ্রহণকারীগণ কোন ঘটনার শেষ পর্যন্ত কি হয়েছিল, সেখান থেকে কি শিক্ষণীয় ছিল তার উপর আলোকপাত করে অভিজ্ঞতা বর্ণনা করবেন।
- সঞ্চালক বলবেন, সহায়তা প্রত্যাশীর কি কি অর্জন হতে পারে তা সম্পর্কে তাকে ধারণা দেয়া অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। ধাপগুলো সম্পর্কে বলা, কি ঘটতে পারে বলার পাশাপাশি এই পদক্ষেপ থেকে সাহায্য প্রত্যাশী কি পেতে পারেন, কতটা সময় প্রয়োজন হতে পারে, সাহায্য প্রত্যাশী কি কি অসুবিধায় পরতে পারেন, সে সম্পর্কে ধারণা দিতে হবে।
- পরিস্থিতি মোকাবেলা করার শক্তি দেয়া, তাকে মানসিকভাবে শক্তিশালী হতে, মনোবল বাড়াতে সহায়তা করা জরুরী। সহায়তা প্রত্যাশীকে বুঝতে সহায়তা করা পরিস্থিতি কত জটিল। চাওয়ামাত্র অনেক সময় অনেক সমস্যা সমাধান করা সম্ভব না- যেকোন সমস্যার সমাধান যে সময় সাপেক্ষ এটা জানানো এবং এরজন্য তাকে প্রস্তুত করা প্রয়োজন।
- পুলিশ স্টেশন বা অন্যান্য প্রতিষ্ঠানের যোগাযোগের নম্বর দিয়ে দেয়ার পাশাপাশি প্রতিষ্ঠানগুলোর সাথে যোগাযোগ করিয়ে দেয়া হলে সহায়তা প্রত্যাশী বেশ আশ্বস্ত হবে। প্রয়োজনে সহায়তা প্রত্যাশীর সামনেই প্রতিষ্ঠানের কারও সাথে কথা বলা যেতে পারে।
- কাউকে পুলিশ স্টেশনে প্রেরণ করার পূর্বে সাধারণ ডায়েরী ও মামলার পার্থক্য যতটা সম্ভব বুঝিয়ে বলতে হবে। সহায়তা প্রত্যাশী মামলা করবেন নাকি সাধারণ ডায়েরী করবেন, সেটা একান্তই তার নিজস্ব বিষয়।
- সহায়তা প্রত্যাশীকে বলে দেয়া যাবে না যে আপনি পুলিশ স্টেশনে গিয়ে মামলা বা সাধারণ ডায়েরী করতে পারেন। তার ঘটনায় মামলা হতে পারে, নাকি সাধারণ ডায়েরী হবে সেটা তাকে জানাতে পারেন।
- সহায়তা প্রদানকারী হিসেবে যদি এব্যাপারে আপনার দ্বিধা থেকে থাকে তবে অবশ্যই তাকে এমন ব্যক্তি বা প্রতিষ্ঠানের কাছে প্রেরণ করবেন, যিনি তাকে এব্যাপরে প্রয়োজনীয় দিকনির্দেশনা দিতে পারে।

কারণ এসব ক্ষেত্রে সময়ক্ষেপন করার ফলে সহায়তা প্রত্যাশীর ক্ষতি হতে পারে। এর দায় থেকে নিজেকে মুক্ত রাখতে তাকে বুঝিয়ে বলতে হবে অপারগতার কথা। যাতে সহায়তা প্রত্যাশী বিকল্প খুঁজে নিতে পারেন।

সমাপনী : অনুভূতির প্রকাশ ও মূল্যায়ন

এই আলোচনা শেষে অংশগ্রহণকারীগণ আলোচনার সবল ও দুর্বল দিকগুলো পর্যালোচনা করতে পারবেন সঞ্চালক তিন থেকে চারজনকে আজকের অধিবেশন সম্পর্কে তাদের অভিজ্ঞতা বলতে আহ্বান করবেন। অংশগ্রহণকারীগণ কোন কোন বিষয় ভালভাবে জেনেছেন, কোন বিষয়গুলো আরও আলোচনা করার প্রয়োজন আছে, কোন বিষয়গুলো নতুন জেনেছেন, কোন বিষয়গুলো সম্পর্কে ধারণা স্পষ্ট হয়েছে সে সম্পর্কে আলোকপাত করতে বলবেন। সর্বশেষে কর্মশালা সহায়কদের মধ্য থেকে যে কেউ সবাইকে ধন্যবাদ জ্ঞাপনের মাধ্যমে অধিবেশনের সমাপ্তি ঘোষণা করবেন।

নিজেকে তথ্যপ্রদানকারী হিসেবে তৈরি করতে হলে নিম্নোক্ত বিষয়গুলো জানা থাকা বাঞ্ছনীয়:

১. পারিবারিক নির্যাতন প্রতিরোধ ও সুরক্ষা আইন(২০১০) ও নীতিমালা (২০১৪);
২. নারী ও শিশু নির্যাতন দমন আইন (২০০৩ সংশোধিত);
৩. মুসলিম বিবাহ ও তালাক রেজিস্ট্রেশন আইন;
৪. যৌতুক নিরোধ আইন ১৯৮০;
৫. বাল্য বিবাহ নিরোধ আইন, ২০১৭;
৬. সহিংসতার শিকার নারীকে সেবাপ্রদানের জন্য সরকারী প্রতিষ্ঠানের জন্য গৃহিত নীতিমালা;
৭. যৌন হয়রানী নীতিমালা (হাইকোর্ট নির্দেশনা);
৮. প্রতিটি থানায় নারী, শিশু, বৃদ্ধ ও প্রতিবন্ধীর জন্য বিশেষ দায়িত্বপ্রাপ্ত কর্মকর্তা রয়েছেন;
৯. ভিকটিম সাপোর্ট সেন্টারটির যোগাযোগ নম্বর।(উল্লেখ্য রংপুর বিভাগে নাই তবে চট্টগ্রাম বিভাগে দুইটি আছে);
১০. ভিকটিম সাপোর্ট সেন্টার ও ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার কি কি সেবা দিয়ে থাকে;
১১. সরকারের টোল ফ্রি জরুরি ফোন নম্বর। যেমন-১০৯, ৯৯৯, ১৬৪৩০
১২. তথ্য অধিকার আইন, পারিবারিক আইন, বিবাহ সম্পর্কিত আইনেরও ধারণা থাকলে নেবা দিতে সুবিধা হয়।

উপরিউল্লিখিত আইনসহ অন্যান্য যেকোন আইন সম্পর্কে যাবতীয় তথ্য আইন বিচার ও সংসদ বিষয়ক মন্ত্রণালয়ের এই লিংক (<http://bdlaws.minlaw.gov.bd/>) থেকে সহজে পাওয়া যাবে।

সরকারের টোলফ্রি হট লাইন নম্বর এর তালিকা



থানায় জিডি বা সাধারণ ডায়েরী করার নমুনা কপি

বরাবর

অফিসার ইনচার্জ

----- থানা

ডি.এম.পি, ঢাকা / জেলার নাম

বিষয় : সাধারণ ডায়েরী করার আবেদন

জনাব,

যথাবিহীত সম্মান প্রদর্শণ পূর্বক বিনীত নিবেদন এই যে, আমি (নাম)-----পিতার নাম-----
----- ঠিকানা: স্থায়ী -----বর্তমান -----এই মর্মে জানাইতেছি যে, (সংক্ষিপ্ত
বিবরণ, যাহাতে ঘটনার সময়, তারিখ, স্থান, নাম উল্লেখ থাকবে) -----
----- ।

অতএব, বিনীত প্রার্থনা উল্লেখিত বিষয়টি ভবিষ্যতের জন্য আপনার থানায় সাধারণ ডায়েরীভুক্ত করতে
জনাবের মর্জি হয় ।

তারিখ

বিনীত নিবেদক

নাম ও স্বাক্ষর

মোবাইল নং

ধর্ষণের শিকার নারী ও মেয়ে শিশুর বিচার প্রাপ্তিতে করণীয়

ধর্ষণ ও যৌন নির্যাতন আইনত দণ্ডনীয় অপরাধ। এই সহিংসতা নারী ও মেয়ে শিশুকে শুধুমাত্র শারীরিকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত করে না সে মানসিকভাবেও আঘাতপ্রাপ্ত হয়। ধর্ষণ ও নির্যাতন শুধু সহিংসতার শিকার নারীকেই (সব বয়সের নারী) ক্ষতিগ্রস্ত করে না বরং এর কারণে অভিযুক্তর পরিবার, সংশ্লিষ্ট এলাকা, এমনকি নির্যাতনকারীর পরিবারও ক্ষতিগ্রস্ত হয়। এর ফলে সংশ্লিষ্ট এলাকার উপর ক্ষতিকর প্রভাব পরে এমনকি নির্যাতনকারীর পরিবারও ক্ষতিগ্রস্ত হয়। তাই ধর্ষণ ও যৌন নির্যাতন প্রতিকার ও প্রতিরোধ করতেই হবে এবং এ অপরাধ দমনে সরকারের পাশাপাশি প্রত্যেকটি নাগরিককে দায়িত্ব নিতে হবে।

নারী ও শিশু নির্যাতন দমন আইন-২০০০(সংশোধিত-২০০৩) অনুসারে ধর্ষণ ও যৌন নির্যাতন আপোষযোগ্য ও সালিশযোগ্য নয়, তাই এই অপরাধের সালিশ করাও আর একটি অপরাধ। ধর্ষণের শিকার নারী ও তাদের পরিবারকে বা তার সাহায্যকারীকে আইনী পদক্ষেপ নিতে সহযোগিতা করা সকলের দায়িত্ব। আপোষ-মিমাংসা নির্যাতনের শিকার নারীর জন্য এমনি ক্ষতিকর যা কখনোই পুরণীয় নয়। যার ফলে ভুক্তভোগি ন্যায় বিচার থেকে বঞ্চিত হয় পাশাপাশি আইনের শাসন প্রতিষ্ঠা ব্যাহত হয়।

ধর্ষণ এর ঘটনা ঘটলে যা যা করতে হবে:

ধর্ষণ ও যৌন নির্যাতনের শিকার নারী ও তাদের পরিবার এবং সহায়তাকারীরা ঘটনা ঘটানোর সাথে সাথে যে সব পদক্ষেপ গ্রহণ করবেন-

- কিছু অসাধু ও আইন অবজ্ঞাকারী মানুষ শুধুমাত্র অর্থের লোভে সালিশের মাধ্যমে আপোষ করার চেষ্টা করে বা উৎসাহিত করে, যা সম্পূর্ণ বে-আইনি। ধর্ষণ ও যৌন নির্যাতনের ক্ষেত্রে প্রায়শঃই সালিশ হয় এবং বেশীরভাগ ক্ষেত্রে সালিশে আপোষকারীরা নিজেদের মধ্যে টাকা ভাগাভাগি করে নেয়। অতএব ধর্ষণ ও যৌন নির্যাতনের বিচার পেতে থানায় বা আদালতে মামলা করুন
- যথাশীঘ্র ডাক্তারী পরীক্ষার জন্য পুলিশকে সহযোগিতা করুন
- নির্যাতনের শিকার নারী ও মেয়েশিশুকে গোসল করানো এবং যৌনাঙ্গ পানি দিয়ে ধোয়া থেকে বিরত রাখুন
- চিকিৎসার প্রয়োজনে ২৪ ঘন্টার মধ্যে নিকটস্থ স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রে যান এবং চিকিৎসকের কাছে ঘটনাটি খুলে বলুন
- ধর্ষণের সময় পরিহিত কাপড় বা অন্য কোন আলামত, যেমন: আক্রমণকারীর কোন ধরনের চুল বা লোম, আক্রমণকারীর মুখের লালা, চামড়ার অংশ বিশেষ যতদূর সম্ভব সংরক্ষণ করুন। এই বীর্য শুকিয়ে শরীরের কোন অংশে বা কাপড়চোপড়ে লাগলে তা না ধুয়ে কাগজের ব্যাগে বা কাগজে মুড়িয়ে রাখুন
- যথাশীঘ্র ডাক্তারী বা মেডিকো-লিগ্যাল পরীক্ষার জন্য পুলিশকে সহযোগিতা করুন
- আপনার সংরক্ষণকৃত কাপড়-চোপড় বা আক্রমণকারীর অন্য কোন আলামত হিসাবে থানায় জমা দিন এবং তা এজাহারে উল্লেখ আছে কিনা দেখুন
- চিকিৎসাপত্রে অথবা ডাক্তারী সনদে আঘাত/জখম/আলামতের উল্লেখ আছে কিনা এবং তথ্য সঠিকভাবে লিখেছে কিনা তা সাধ্যমত যাচাই করুন, প্রয়োজনে অন্যের সাহায্য নিন
- প্রয়োজনীয় সকল পরীক্ষা-নিরীক্ষা যেমন: যৌনাঙ্গসহ শরীরের বিভিন্ন স্থানে জখমের দাগ দেখা ও বয়স

মনে রাখবেন, ধর্ষক একজন অপরাধী; তাই এর প্রতিবাদ করতে হবে, বিচার চাইতে হবে

নির্ধারণ পরীক্ষা ইত্যাদি হচ্ছে কিনা তা নিশ্চিত করুন।

- চিকিৎসাপত্র ও ডাক্তারী সনদ-এর অনুলিপি/ ফটোকপি নিজের কাছে রাখুন এবং তা সংরক্ষণ করুন
- সম্ভব হলে ডাক্তারী পরীক্ষার আগে আপনার দুই কপি পাসপোর্ট সাইজের ছবি নিয়ে দ্রুত নিকটস্থ থানায় যান এবং থানার কর্মকর্তার কাছে ঘটনাটি বিস্তারিত খুলে বলুন
- আক্রমণকারী এবং আক্রমণে সহায়তাকারী পরিচিত হলে তার নাম ও ঠিকানা এফআইআর বা আবেদনপত্রে উল্লেখ করুন, অপরিচিত হলে তার/তাদের সম্পর্কে বিস্তারিত বর্ণনা দিন
- আদালতে মামলা দায়ের করা হলে তার একটি অনুলিপি নিজের কাছে সংরক্ষণ করুন
- নিকটস্থ যে কোন নারী সংগঠন ও আইন সহায়তাকারী সরকারী বা বেসরকারী সংস্থার সাহায্য নিন
- আপনার যে কোন প্রয়োজনে সরকারি -বেসরকারী হেল্পলাইন নম্বরের সাহায্য নিন

ধর্ষণের ঘটনায় বিচার পাওয়া আপনার অধিকার

যৌন হয়রানী বলতে বুঝায় : হাইকোর্ট এর নির্দেশনা

- ক. অনাকাঙ্ক্ষিত যৌন আবেদনমূলক আচরণ -সরাসরি কিংবা ইঙ্গিতে
- খ. প্রাতিষ্ঠানিক এবং পেশাগত ক্ষমতা ব্যবহার করে কারো সাথে যৌন সম্পর্ক স্থাপনের চেষ্টা করা
- গ. যৌন হয়রানী বা নিপীড়নমূলক উক্তি
- ঘ. যৌন হয়রানীর সুযোগ লাভের জন্য অবৈধ আবেদন
- ঙ. পর্গোছাফী দেখানো
- চ. যৌন আবেদনমূলক মন্তব্য বা ভঙ্গী
- ছ. অশালীন ভঙ্গী, যৌন নির্যাতনমূলক ভাষা বা মন্তব্যের মাধ্যমে উত্ত্যক্ত করা, কাউকে অনুসরণ করা বা পিছন পিছন যাওয়া, যৌন ইঙ্গিতমূলক ভাষা ব্যবহার করে ঠাট্টা বা উপহাস করা
- জ. চিঠি, টেলিফোন, মোবাইল, এসএমএস, ছবি, নোটিশ, কার্টুন বেঞ্চ, চেয়ার-টেবিল, নোটিশ বোর্ড, অফিস ফ্যাক্টরী, শ্রেণীকক্ষ, বাথরুমের দেয়ালে যৌন ইঙ্গিতমূলক অপমানজনক কোন কিছু লেখা
- ঝ. ব্লাকমেইল অথবা চরিত্র হননের উদ্দেশ্যে স্থির বা চলমান চিত্র ধারণ করা
- ঞ. যৌন নিপীড়ন বা হয়রানীর কারণে খেলাধুলা, সাংস্কৃতিক, প্রাতিষ্ঠানিক এবং শিক্ষাগত কার্যক্রমে অংশগ্রহণ থেকে বিরত থাকতে বাধ্য হওয়া
- ট. প্রেম নিবেদনকে প্রত্যাখ্যান করায় হুমকী দেয়া বা চাপ প্রয়োগ করা
- ঠ. ভয় দেখিয়ে বা মিথ্যা আশ্বাস দিয়ে বা প্রতারণার মাধ্যমে যৌন সম্পর্ক স্থাপন বা স্থাপনের চেষ্টা করা

ভিডিও লিংক : (কর্মক্ষেত্রে যৌনহয়রানীর বিষয়ে : ব্র্যাক এর ভিডিও - নেট থেকে দেখতে হবে)

মনে রাখবেন, নারীর উপর সহিংসতা প্রতিরোধে সরকারী প্রতিষ্ঠানের সাথে কাজ করার অভিজ্ঞতা ও নারী আন্দোলনের সাথে যুক্ত রয়েছেন এমন ব্যক্তি এই অধিবেশনটি পরিচালনা করবেন।

অধিবেশন: তিন

নারী আন্দোলনে পরিবারের পুরুষ সদস্যদের সম্পৃক্তকরণ

সূচনা বক্তব্য ও পরিচিতি পর্ব:

আজকের এই ব্যতিক্রমী কর্মশালায় আপনাদের স্বাগতম। উপস্থিত সকলে অবগত আছেন আমরা কারা। আমরা নারীপক্ষ নামক সংগঠনের প্রতিনিধি, যারা নারীর অবস্থা ও অবস্থান পরিবর্তনের জন্য ১৯৮৩ সাল থেকে কাজ করে যাচ্ছি। আমাদের কাজের মূল ক্ষেত্রগুলো হচ্ছে নারীর স্বাস্থ্য, সহিংসতা মুক্ত নারীর জীবন, নারীর রাজনৈতিক, অর্থনৈতিক ও সামাজিক অধিকারসহ অসাম্প্রদায়িক বাংলাদেশ গঠনে সবাইকে যুক্ত করা। বিগত কয়েক বছর ধরে 'দুর্বার নেটওয়ার্ক' কর্মসূচির মাধ্যমে আমরা সারা দেশে কাজ করার প্রয়াস চালিয়ে যাচ্ছি। নতুন নতুন নারীর যুক্ততা বাড়ানো ও নারীপক্ষ'র মূল উদ্দেশ্যকে ছড়িয়ে দিতে কর্মসূচির প্রসারে আপনারাও পরোক্ষ ভূমিকা রেখে যাচ্ছেন। আপনাদের পরোক্ষ ভূমিকা কি করে নারী আন্দোলনে আরো জড়ালো সমর্থন রাখতে পারে, এই বিষয়ে আজ আমরা খোলামেলা আলোচনা করবো।

আজ আপনারা যাঁরা আমন্ত্রণ পেয়ে এ কর্মশালায় এসেছেন, তারা পূর্বে কখনও একত্রিত হইনি। আজ এক সাথে হয়েছি। নিজেদের কথাগুলো পরস্পরকে বলতে সুবিধা অসুবিধা জানতে এবং আলোচনায় অংশগ্রহণমূলক থেকে পরিবার ও সমাজের শান্তিপূর্ণ অবস্থানের জন্য কোন বিষয়গুলো জরুরী। তাই আজকের আলোচনা আমাদের সকলের জন্য গুরুত্বপূর্ণ। এই পারস্পরিক আলোচনা আমাদের দুপক্ষকে সমৃদ্ধ করবে বলে আমরা আশাবাদী। উপস্থিত সদস্যবৃন্দ এখানে যারা একত্রিত হয়েছি, তিনি কারো পিতা, কারো ভাই বা কারো স্বামী। আপনাদের পরিবারের নিকটতম সদস্য গত এক বছরেরও অধিককাল ধরে আমাদের সাথে বিভিন্ন কর্মসূচিতে যুক্ত হয়েছেন এবং এরই ধারাবাহিকতায় আপনাদেরও আমাদের পাশে পাবো বলে আমরা বিশ্বাসী।

আমাদের চলমান সকল আলোচনা ও আন্দোলনে আমরা চাই আপনাদেরও সমান অংশীদারিত্ব থাকুক। এতে পরিবারের মধ্যে পারস্পরিক বুঝাপড়া ও সম্পর্কগুলো আরও মজবুত হবে, ভালবাসা দৃঢ় হবে, মন খুলে কথা বলার ইচ্ছা জাগবে।

আলোচনার শুরুতেই আমরা জানতে চাইবো আপনার আজকের কর্মশালায় আমন্ত্রণ পেয়ে আপনার কি মনে হয়েছে? কেন পরিবারের পুরুষ সদস্যদের আমরা আলোচনায় যুক্ত করতে চাচ্ছি। আপনাদের মনের মধ্যে যে ভাবনাগুলো আছে তা ব্যক্ত করবেন। এখানে ভুল বা শুদ্ধ বলে কিছু নেই। নিজের কথা নিজের মতো বলতে পারাই আমাদের উদ্দেশ্য। আর আপনার ভাবনা আমাদেরকে পুরো কর্মশালাটা চালিয়ে নিয়ে যেতে সাহায্য করবে। একে একে সবাই তাদের ভাবনার কথা জানাবেন, সঞ্চালক তাদের কথাগুলো নোট নিবেন ও সবার কথা শোনার পর সারমর্ম করবেন।

পরিচিতি পর্বে প্রথমে একে একে সবাই পরিচিত হবো। অংশগ্রহণকারীগণ নিজের নাম বলবেন, একে অপরকে জানার জন্য নিজের সম্পর্কে জানার জন্য আরেকটু বেশী করে বলবেন - যেমন নাম, জেলা, পেশা, সখ, কিভাবে এখানে যুক্ত হয়েছেন, তাঁর সাথে আপনার সম্পর্কের ধরণ। একে একে সবাই নিজেদেরকে পরিচিত করাবেন। সঞ্চালক এখানেও একটি সারাংশ করবেন। কত বৈচিত্রময় পেশা ও বিভিন্ন জায়গা থেকে আমরা একত্রিত হয়েছি।

আজকের অধিবেশন পর্বটি পরিচালনা হবে প্রশ্ন উত্তরের মাধ্যমে, এর ফলে পারস্পরিক ভাবনা চিন্তার প্রকাশ ঘটবে। সবাই যাতে কথা বলার সুযোগ পান সে দিকে সবাই খেয়াল রাখবেন। অন্যের মতামতকে শ্রদ্ধা করবেন এবং নির্ভয়ে নিজের কথাগুলো বলবেন।

আজকের গোলটেবিল বৈঠকের মূল উদ্দেশ্যগুলো হচ্ছে:

- নারী আন্দোলনে পরিবারের সদস্যদের সমর্থন ও সহযোগিতা,
- পরিবারকে সম্পর্কগুলোকে মজবুত রাখা এবং
- পরিবারের সমর্থনে নারীর কর্মমুখী জীবনের প্রতিবন্ধকতা দূর করা।

আপনারা নিশ্চয়ই ভাবছেন কি বিশেষ উদ্দেশ্যে আমরা আজ এই কর্মশালায় আয়োজন করেছি। উপরোক্ত তিনটি উদ্দেশ্য সঞ্চালক নিজের মতন সহজ করে বলবেন, যাতে পুরা কর্মশালাটি অংশগ্রহণমূলক হয়। উদাহরণ স্বরূপ বলতে পারেন, মানুষের বেঁচে থাকার জন্য যেমন শরীর ও মন দুটোই ভাল থাকতে হয়, তেমনি নারীর ঘরের বাহিরের যেকোন কাজ বা আন্দোলনে যুক্ত হতে হলে পারিবারিক সমর্থন ও সহযোগিতা খুবই গুরুত্বপূর্ণ। তাই আপনাদের সাথে নিয়ে আপনাদের পূর্ণ সমর্থন নিয়ে আপনার পরিবারের নারী সদস্য আন্দোলনে ভূমিকা রাখবে বলে আমাদের প্রত্যাশা। এ সমর্থন ছাড়া তাদের পথ চলা যেমন অসম্ভব তেমনি নতুন কাজে যুক্ত হয়ে ভূমিকা রাখাও অসম্ভব। তাই সমাজ ও পরিবারের হাতকে শক্তিশালী করতে, নিরাপদ সমাজ জীবনে সবার সম্পৃক্ততা প্রসারিত করতে আমরা আজ আলোচনা করবো, পথ খুঁজে বের করবো, একে অপরকে সাহস যোগাবো ও দায়িত্ব ভাগাভাগি করবো।

সময়: পাঁচ ঘন্টা। অনলাইনে দুইদিনে সময় ভাগ করতে হবে।

অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা: প্রতিব্যাচে ১৫- ১৮ জন বা ক্ষেত্রবিশেষে সর্বোচ্চ ২২ জন। (লক্ষ্য রাখতে হবে যে তাদের বয়স যাতে একটা নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে থাকে, যেমন ৩৫ থেকে ৪৫ বা ৪৬ থেকে ৫৫ বৎসর)।

আলোচ্য বিষয় ও সময় ব্যবস্থাপনা :

ক্রমিক নং	আলোচনার বিষয়	সময়
১.	সূচনা বক্তব্য ও পরিচয় পর্ব	৩০ মিনিট
২.	সমাজ কি ও সমাজের চারপাশে আমরা কি দেখতে পাই	৩০ মিনিট
৩.	পারিবারিক সম্পর্কে নারী-পুরুষের ভূমিকা	৬০ মিনিট
৪.	রেস্টোরেটিভ জাস্টিস প্রক্রিয়ায় নারী পুরুষের সম্পর্ক উন্নয়ন	৯০ মিনিট
৫.	অংশগ্রহণকারীর অনুভূতির প্রকাশ	৩০ মিনিট
৬.	সেবা প্রতিষ্ঠান সম্পর্কে অভিজ্ঞতা ও কৌশল	৩০ মিনিট
৭.	মূল্যায়ন ও সমাপনী	৩০ মিনিট

আলোচনার বিষয় এক: সমাজ কি ও সমাজের চারপাশে আমরা কি দেখতে পাই

সমাজ কি

এবার আমরা সবাই মিলে আমাদের পরিপার্শ্বিকতা নিয়ে আলোচনা করতে হবে। শুরুতে আমরা সকলে মিলে একটু ভাবি, আমরা যে সমাজে বাস করি এক কথায় 'সমাজ বলতে আমরা কি বুঝি?' আপনি নিজের মত করে বলবেন।

এইভাবে সঞ্চালক অংশগ্রহণকারীদের মধ্য থেকে ১০-১২জনের মতামত নিবেন। অন্যদের কোন মতামত আছে কিনা, জানতে চাইবেন। আর ভিন্ন মতামত না থাকলে সঞ্চালক সমাজ বলতে যে মতামত পেয়েছেন তার সারমর্ম করবেন। তা হলে সমাজ বলতে কি বুঝি, সে ব্যাপারে আমরা সবাই ঐক্যমতে পৌঁছাবো।

উদাহরণ

- আমাদের চার পাশে যা আছে তাই সমাজ;
- পুকুরে যেমন ছোট, বড় মাছ একসাথে থাকে, সমাজেও নানা ধরনের মানুষ এক সাথে থাকে;
- একটি সুনির্দিষ্ট পরিধির মাধ্যমে বসবাস;
- সামাজিক জীব হিসাবে যাদের সাথে চলাফেরা, উঠাবসা করি তাদের নিয়ে সমাজ;
- সমাজ হলো ভাল মন্দ মিলিয়ে;
- বিদেশ গেলেও নিজেদের মধ্যে আমরা সমাজ গড়ে তুলি;
- সমাজ হচ্ছে গতি দেয়, সমাজ ছাড়া মানুষ বাঁচতে পারে না।

সমাজে চারপাশে আমরা কি দেখতে পাই

সমাজে নানান ধরনের, নানান বয়সের, নানান আর্থ-সামাজিক অবস্থায় লোকের বসবাস বলে এখানে ভালমন্দ দুটো সম্পর্ক আমরা দেখতে পাই। তা ছাড়া একে অপরের সাথে সহমর্মিতা যেমন আছে, ঝগড়া বিবাদও রয়েছে। তা হলে আমরা এসবের মধ্যে বর্তমান সমাজ চিত্রে কি কি ধরনের খারাপ আচরণ দেখছি, যা আপনাদের ব্যাখিত করে, যা অনাকাঙ্ক্ষিত, সঞ্চালক এই বিষয়ের উপর অংশগ্রহণকারীদের মতামত নিবেন। এখানে সমাজের নারী পুরুষের সম্পর্ক, সহিংসতা, ঝগড়াঝাটি এসব নিয়ে আলোচনা হবে। তবে এই আলোচনা সামাজিক অশান্তির রেশ ধরে আমাদেরকে পারিবারিক সম্পর্কের মধ্যে আলোচনাকে নিয়ে যেতে হবে। সঞ্চালক বলবেন, আমাদের এই সামাজিক কাঠামো কি হবে। পরিবারে এর প্রভাব পড়ে কি না? যদি প্রভাব পড়ে থাকে, কিভাবে পড়ছে বলে মনে করেন? এখানেও ৪-৫ জনের মতামত নিতে পারেন। এই আলোচনায় নারী পুরুষের সম্পর্কের বিশ্লেষণের পটভূমি তৈরী করবে, যা আপনাকে পরবর্তী আলোচনায় যেতে সহায়তা করবে।

আলোচনার বিষয় দুই: পারিবারিক সম্পর্কে নারী পুরুষের ছমিক

আমরা সামাজিক জীব, এর অন্যতম প্রতিষ্ঠান পরিবার। এই পরিবারে সুখে, দুঃখে, আনন্দে আমরা একে অপরের সাথে নিবিড়ভাবে ভাগাভাগি করে বসবাস করি। শুধুমাত্র এই সম্পর্কগুলোর মধ্যেও টানা পোড়ন থাকে, দ্বন্দ্ব থাকে। এমন কোন পরিবার নেই, যাদের মধ্যে ঝগড়া-বিবাদ বা দ্বন্দ্ব হয়নি। তবে কোন কিছু চিরস্থায়ী নয়, তেমনি দ্বন্দ্বও চিরস্থায়ী নয়। তাই আমরা আজ এখানে পারিবারিক সম্পর্ক গুলোতে কোথায় কোথায় দ্বন্দ্ব হয়, কাদের মধ্যে দ্বন্দ্ব হয়, কেন দ্বন্দ্ব হয় এইসব বিষয় নিয়ে খোলামেলা আলোচনা করবো। সঞ্চালক অংশগ্রহণকারীদের মতামত নিয়ে সমাজের, পরিবারের মধ্যে দ্বন্দ্ব এর ক্ষেত্রগুলো চিহ্নিত করবেন। এই দ্বন্দ্ব ক্ষেত্রগুলো থেকে কাদের সাথে কি ইস্যুতে দ্বন্দ্ব তার তালিকাও তৈরী করবেন। তাহলে আমরা প্রাথমিক পর্যায়ে দুটো বিষয় জেনে যাবো। প্রথমতঃ কোথায় দ্বন্দ্ব হচ্ছে, দ্বিতীয়তঃ কি বিষয়ে/ইস্যুতে দ্বন্দ্ব হচ্ছে। অংশগ্রহণকারীরা সবাই একে একে এই দুটো বিষয়ে যে মতামত দিয়েছেন, আপনি তার তালিকা করেন। বিশেষতঃ দ্বন্দ্বের অর্ন্তনিহিত কারণ অনুসন্ধানের সময় পারিবারিক সম্পর্কের উপর জোর দিবেন। পারিবারিক সম্পর্কে দ্বন্দ্বের ক্ষেত্রগুলো চিহ্নিত করা এবং কারণসহ বিশ্লেষণ করাই সঞ্চালকের মূল্য উদ্দেশ্য।

উদাহরণ হিসেবে দ্বন্দ্বের কারণসমূহ:

- পারস্পারিক অবিশ্বাস,
- পরিশ্রমের স্বীকৃতি নেয়,

- সব কিছুতে অতৃপ্ত চেহারা বা ভাবভঙ্গিতে প্রকাশ করা,
- একে অপরকে না বুঝতে পারা,
- জোরে জোরে ধমকের সাথে কথা বলা।

উপরোক্ত বিষয়গুলো পুরুষের পারিবারিক দ্বন্দ্বের সূত্রপাত কিভাবে ঘটে সে সম্পর্কে অভিব্যক্তি করেছেন।

আলোচনার বিষয় তিন: রেস্টোরেটিভ জাস্টিস প্রক্রিয়ায় নারী-পুরুষের সম্পর্ক উন্নয়ন

গত দুই পর্বের আলোচনা শেষ করে, একটু বিরতি দিয়ে আজকের আলোচনা শুরু করা যেতে পারে। এই আলোচনা শুরুতে সঞ্চালক গত দুই পর্বের আলোচনার সারমর্ম বলবেন। এই পর্বে আবার পুরুষ সদস্যদের কারো মন খারাপ বা পারিবারিক দ্বন্দ্বের কথা শুনবো। এবার কথা বলবেন যারা পূর্বে তাদের পারিবারিক দ্বন্দ্বের কথা বলেননি। তাদের দ্বন্দ্বের ঘটনাগুলো থেকে দ্বন্দ্বের অর্ন্তনিহিত কারণগুলো বের করার চেষ্টা করবো। এই দ্বন্দ্বের বা মন খারাপের কথা জানতে হলে কি কি সম্ভব প্রশ্নগুলো সঞ্চালক করতে পারেন।

আপনারা নিজেদের মধ্যে নিম্নোক্ত বিষয়গুলোর চর্চা কি করছেন? যেমন -

- আপনি কি আপনার মনের কষ্ট কখনও আপনার সঙ্গীকে বলেছেন?
- ঘটনাটি যখন ঘটবে, তখন না বলে পরে দুজনে এই বিষয়ে কথা বলার উদ্যোগ নিয়েছেন?
- ভাল লাগার ও মন্দ লাগার বিষয়গুলো নিজেরা পরিষ্কারভাবে একে অপরকে বলেছেন?
- এই আলোচনা একান্ত নিজেদের মধ্যে, এখানে ঘরের মুরুব্বি/ বয়োজ্যেষ্ঠরা বা ছোটরা/ সন্তানরা যুক্ত হবেন না।

উল্লেখ্য এই আলোচনা নিজেদের মধ্যে হলেও আপনারা সম্পর্ক পুনোরুদ্ধারের জন্য বিশেষভাবে নিম্নোক্ত প্রশ্নগুলোর আলোকে আপনারা করবেন। প্রশ্নগুলোর উত্তর দুজন দুজনকে বলবেন। নিম্নোক্ত প্রশ্নগুলো দুজনে একে একে উত্তর দিবেন-

১. ঘটনা/দ্বন্দ্বের সময় কি হয়েছিল/ঘটেছিল?
২. তখন আপনার ভাবনা বা চিন্তা কি ছিল?
৩. সে ঘটনার পর আপনার মনের অবস্থা কি হয়েছিল?
৪. আপনি এবং অন্যরা এ ঘটনা কিভাবে ক্ষতিগ্রস্থ হয়েছেন?
৫. এই মুহূর্তে আপনার মূল সমস্যাগুলো কি কি ?
৬. সমস্যা সমাধানে কি কি করা দরকার বা হওয়া উচিত?

- প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর পরস্পর পরস্পরকে দিতে চেষ্টা করতে হবে। এতে নিজেদের মনের কথা, সে সময়ের প্রেক্ষাপট সবই আলোচনায় ফুটে উঠবে।
- এই প্রশ্নগুলো আলোচনার জন্য ধারাবাহিকভাবে সঞ্চালকের পার্থক্যগুলো বুঝতে হবে। যাতে করে অংশগ্রহণকারীরা নিজেদের মধ্যে আলোচনা কিভাবে শুরু করবেন তা বুঝতে পারবেন।
- এই আলোচনার মূল কেন্দ্র বিন্দু হচ্ছে একে অপরকে সম্মান দিয়ে কথা বলতে হবে। যদি সাংসারিক আলোচনায় আমাদের সমাজে জীবনসঙ্গীকে তাচ্ছিল্যের ভাব আছে, এটা শুরুতেই পরিহার করার মনোভাব থাকতে হবে।
- একজন কথা বলার সময়, আরেকজন কথা বলবেন না - এইসব টিপস শুরুতেই সঞ্চালক বা আলোচক বুঝিয়ে বলবেন।

পূর্বে বর্ণিত যে পাঁচ প্রশ্ন গুলো আছে, তা বিস্তারিতভাবে বা সহজভাবে আলোচনা করব ও সমাধানে যাব তা নিম্নরূপ:

ধাপ - ১ : প্রশ্ন - ১. ঘটনা/দ্বন্দ্বের সময় কি হয়েছিল/ঘটেছিল?

ঘটনা কি ঘটেছিলো, অর্থাৎ ঠিক ঐ সময়ে যা যা ঘটেছিল, সার্বিকভাবে পারিপার্শ্বিক অবস্থা সব নিয়ে তাদের দুইজন কথা বলবেন। পরস্পর পরস্পরের দিকে চোখাচোখি হয়ে কথা বলবেন। এই পরিবেশটা খুবই প্রয়োজন। তাতে করে নিজের মনের রাগ-দুঃখ- ক্ষোভ প্রশমনে সহজ হবে।

ধাপ - ২ : প্রশ্ন - ২. তখন আপনার ভাবনা বা চিন্তা কি ছিল?

ঘটনার সময় দুইজনের মনের অবস্থা কেমন ছিল? এই বিষয়ে পারস্পরিক আলোচনায় নিজেদের ভুল বোঝাবুঝি দূর হবে। নিজের মনের কথা, মনের অবস্থা সঙ্গীকে বলতে পারলে, নিজেদের মনের চাপ কমে। এই চাপ কমলে মন ও শরীর দুটোই ভালো থাকে। সাধারণতঃ মনের কথাগুলি খোলাখোলি বলার জন্য সঞ্চালক উৎসাহ দিবেন। আমাদের পরিবারে বা পারিপার্শ্বিক গভিতে যে সব ঘটনা ঘটে তার তাৎক্ষণিক প্রতিক্রিয়াটা আলোচনায় নিয়ে আসা দ্বিতীয় ধাপের কাজ।

ধাপ -৩ : প্রশ্ন - ৩. সে ঘটনার পর আপনার মনের অবস্থা কি হয়েছিল?

ঘটনার সময় নিজের মনের অবস্থার বোঝার জন্য নিজেদের মধ্যে আলোচনা করবেন। একটা ঘটনায় নানাভাবে মানুষকে পারস্পরিক সম্পর্কগুলো সচল ও হৃদয়তাপূর্ণ রাখতে বিঘ্ন ঘটায়। এই অবস্থায় আমরা যদি পারিবারিকভাবে দূরত্ব রাখি, তাহলে পুরো পরিবারের উপর নেতিবাচক প্রভাব পড়ে। কোথায় কোথায় প্রভাব পড়ে সঞ্চালক তা তুলে ধরবেন। পূর্ববর্তী প্রশ্নে তাৎক্ষণিক প্রতিক্রিয়া আসবে আর তৃতীয়ধাপে যে বেশি 'ক্ষতিগ্রস্থ' মনে হচ্ছে, তাকে বেশি কথা বলার সুযোগ দিতে হবে। এর ফলে উনার মনের ভার লাঘব হবে, পারস্পরিক সম্পর্কে যে শীতলভাব ছিল তা দূর করতে সহায়ক হবে।

ধাপ -৪: প্রশ্ন - ৪. আপনি এবং অন্যরা এ ঘটনা কিভাবে ক্ষতিগ্রস্থ হয়েছেন?

এই ধাপে সঞ্চালক/ আলোচক নিয়ে যাবেন পূর্ববর্তী পর্যায়ে। এই পর্যায়ে এসে 'ঘটনার ফলে কি কি প্রভাব পড়েছে ব্যক্তি জীবনে, পারিবারিক জীবনে তা আলোচনায় নিয়ে আসতে হবে। এই ঘটনার প্রভাব আলোচনায় পারস্পরিক অবস্থায় বিবেচনায় আনতে হবে। মনে রাখতে হবে, আমরা সাধারণতঃ ঘটনা ঘটার পর প্রভাবগুলোকে ব্যক্তি জীবনে পর্যালোচনা করি না। সুস্থ ও সুন্দরভাবে বেঁচে থাকতে হলে এই পারস্পরিক আলোচনা খুবই প্রয়োজন। এর ফলে একে অপরকে বুঝতে পারে। সংসার শুধু মাত্র দুইজন ব্যক্তি নয়, এখানে প্রত্যক্ষ এবং পরোক্ষভাবে অনেকজন একসাথে বসবাস করে। সংসারে দুইজনের মনোমালিন্য অন্যদের মনোজগতকেও প্রভাব ফেলে। যৌক্তিক উদাহরণসহ আলোচনা করতে হবে।

ধাপ -৫: প্রশ্ন - ৫. এই মুহূর্তে আপনার মূল সমস্যাগুলো কি কি?

এই পর্যায়ে সঞ্চালক/ আলোচক মূল সমস্যাগুলো কি কি তৈরি হয়েছে তা আলোচনা করবেন। এই আলোচনা ধীরে ধীরে ঘটনার আলোকে সমস্যাগুলো চিহ্নিত করা। মনে রাখতে হবে, ঘটনার পর সমস্যাগুলো যত বেশি উপলব্ধিতে আসে ধীরে ধীরে প্রশমন হতে পারে। তবে এই কথা সত্য যে, মনের কষ্ট/ক্ষত ও অন্যান্য সমস্যা আপাততঃ দৃষ্টিতে নেই মনে হলেও তা থেকে যেতে পারে। এইক্ষেত্রে একটি দুঃখজনক ঘটনা থেকে আরেকটি অপ্রত্যাশিত ঘটনার জন্ম নেয়। তাই দুইজনের কাছে যে সকল সমস্যা মনে হয়েছে, তা মুখোমুখি বসে পর্যালোচনা করলে নিজেরাই সমস্যাগুলোর অর্ন্তনিহিত কারণগুলো বের করবেন।

ধাপ -৬: প্রশ্ন - ৬. সমস্যা সমাধানে কি কি করা দরকার বা হওয়া উচিত?

ঘটনার সূত্র ধরে এই ধাপে সমাধানের রাস্তা বের করবেন। এই সমাধান সঞ্চালক/ আলোচক বলবেন না। যে ঘটনাটি নিয়ে আলোচনা শুরু করেছেন, সেটিকেই উদাহরণ হিসেবে নিতে পারি। ঘটনার সাথে সংশ্লিষ্ট ক্ষতিগ্রস্ত ব্যক্তিকে প্রথম কথা বলার সুযোগ দিতে হবে। এর পিছনের উদ্দেশ্য হলো, এতে ক্ষতিগ্রস্ত ব্যক্তির উপশম হয়। তাছাড়া যে ক্ষতি তার হয়েছে বলে মনে করছেন, তাকে গুরুত্ব দিলে পারস্পরিক সম্পর্ক জোড়দার হবার সুযোগ বাড়বে। এই আলোচনার পরিসমাপ্তিতে আচরণ সংশোধনের উপর গুরুত্ব দিবেন। উপরোক্ত ৬টি ধাপে আলোচনা করা হলে, তাতে করে পারস্পরিক সম্পর্কের জায়গায়টি উন্নয়ন ঘটে, সম্পর্ক পুনোরুদ্ধার করার জন্য এই প্রক্রিয়াটি যৌক্তিকভাবে আলোচনা করতে পারলে এর থেকে একটি পারিবারিক জীবন আসবে বলে আমরা বিশ্বাস করি।

আলোচনার বিষয় চার : অংশগ্রহণকারীর অনুভূতি প্রকাশ

পূর্বের আলোচনা থেকে অংশগ্রহণকারীগণ তাদের জীবনে ঘটে যাওয়া ঘটনার সাথে মিলিয়ে মতামত দিবেন। এই আলোচনাতে অন্যদের মনের অবস্থা ও দ্বন্দ্ব নিরসনে রেস্টোরেটিভ জাস্টিস এপ্রোচের আলোকে সমাধানে যাওয়ার কৌশল কতটা প্রতিফলন হতে পারে, অংশগ্রহণকারী মতামত দিবেন। সঞ্চালক/ আলোচক এই আলোচনাকে প্রাণবন্ত করতে খোলামেলাভাবে কথোপকথনে অনুপ্রাণিত করবেন। মনে রাখতে হবে, আলোচনাতে বিশ্বস্ততা, পারস্পরিক সম্পর্ক উন্নয়ন এই সবকে প্রাধান্য দিবেন। আমাদের গুরুত্ব দিতে হবে ঘটনার ফলে সৃষ্ট ক্ষতি ও প্রয়োজনকে গুরুত্ব প্রদান করে সম্পর্ক পুনঃ স্থাপনে প্রাধান্য দেয়া। একে অপরের প্রতি বাধ্য বাধকতা ও জবাবদিহিতা তৈরি করা। যৌথ ও অংশগ্রহণমূলক প্রক্রিয়ায় একে অন্যেও কথা মনোযোগ দিয়ে শুনে একত্রে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করলে স্থায়ীভাবে সমস্যার সমাধান করা সম্ভব।

সমাপনী : অনুভূতির প্রকাশ ও মূল্যায়ন

নারী অধিকার আন্দোলনে পুরুষের সমর্থনের জন্য আজকের আলোচনা সভাটির আয়োজন করা হয়। এই আলোচনায় পারিবারিক সম্পর্ক, পরিবারে দ্বন্দ্ব নিরসন ও নারী আন্দোলনে নারীর যুক্ততার পুরুষের বা জীবনসঙ্গীর সমর্থনে অপরিহার্য। সমাজের কাঠামো ও পরিবারের কাঠামোকে মজবুত করতে, একে অপরকে সহযোগিতা করতে আজকের আলোচনা ভূমিকা রাখবে। আপনারা বারবার বলেছেন যে, পরিবারের পুরুষ সদস্যদের সাথে নারীপক্ষ যেন আলোচনা করে, এই সুপারিশ সংগঠন পরিকল্পনায় যুক্ত করার জন্য উপস্থাপন করবো। বিবেচনায় রেখে তাদেরকে কর্মসূচিতে যুক্ত করবে। পরিশেষে, ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন সমাপ্তি করবেন।

মনে রাখবেন, সমাজের বিভিন্ন জনগোষ্ঠীর সাথে কাজ করার ও নারী উন্নয়নের কাজে পুরুষদেরকে সম্পৃক্ত করার অভিজ্ঞতাসম্পন্ন ব্যক্তিগণ এবং যাদের দ্বন্দ্ব নিরসনের দক্ষতা আছে তাঁরাই এই অধিবেশনটি পরিচালনা করবেন।

1

¹ “নারী আন্দোলনে পরিবারের পুরুষ দসদস্যদের সম্পৃক্ত করণ” এই অধিবেশনটি লেখার জন্য ‘রুল অফ ল প্রোগ্রাম’, জিআইজেড বাংলাদেশ কর্তৃক প্রকাশিত “রেস্টোরেটিভ জাস্টিস সভা সহায়তা বিষয়ক পুস্তিকা”টির বিশেষ সহায়তা নেওয়া হয়েছে।