

## নাসিরুল্লাহ সাইকোথেরাপি ইউনিটের কার্যক্রম :

নাসিরুল্লাহ সাইকোথেরাপি ইউনিট (এনপিইউ) ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের ক্লিনিক্যাল সাইকোলজি বিভাগের একটি প্রোগ্রাম যা ২০১৩ সাল থেকে বিভাগের একটি ল্যাবরেটরি হিসেবে কাজ করছে। এটি বিভাগের তত্ত্বাবধানে অত্যন্ত কার্যকরভাবে এবং সফলভাবে মানসিক স্বাস্থ্য সেবা প্রদান করছে। এই ল্যাব/ইউনিটটি কলাভবনের চতুর্থ তলায় অবস্থিত যেখানে সমাজের সর্বস্তরের মানুষ স্বল্প খরচে উচ্চ মানের পরিষেবা পেতে পারে। বাংলাদেশে সাইকোথেরাপি সোসাইটি প্রতিষ্ঠার লক্ষ্যে এনপিইউ সাইকোথেরাপি প্রদানের পাশাপাশি মানসিক স্বাস্থ্য পেশাজীবী ও সাধারণ মানুষের জন্য বিভিন্ন প্রশিক্ষণ, কর্মশালা, সেমিনার, কনফারেন্স এবং সচেতনতামূলক প্রোগ্রামের আয়োজন করে যাচ্ছে। সমাজের সকল শ্রেণীর মানুষের জন্য এই মানসিক স্বাস্থ্য সেবা সহজলভ্যতার সুযোগ সৃষ্টি করেছে, তাই এই কার্যক্রমটি জনসাধারণের মধ্যে ব্যাপক গ্রহণযোগ্যতা লাভ করেছে। কখনও কখনও দেশের বিভিন্ন স্থান থেকে এবং দেশের বাহির থেকেও বিভিন্ন মানুষ এই ইউনিট থেকে সেবা গ্রহণ করছেন। এই ইউনিট মানসিক স্বাস্থ্য সচেতনতা কর্মসূচি, প্রশিক্ষণ মডিউল তৈরি করতে এবং সেই অনুযায়ী প্রশিক্ষণ প্রদানের জন্য বিভিন্ন সরকারি ও বেসরকারি সংস্থার সাথে নিয়মিতভাবে কোলাবোরেশন করে কাজ করছে।

ক্লিনিক্যাল সাইকোলজি বিভাগের এই ল্যাবরেটরিটি কমিউনিটির লোকদের নিয়মিত কাউন্সেলিং এবং সাইকোথেরাপি পরিষেবা প্রদান করে যাচ্ছে। একইভাবে গত শিক্ষাবর্ষেও ১ জুলাই ২০২৩ থেকে ৩০ জুন ২০২৪ পর্যন্ত অনলাইনে এবং সরাসরি সাইকোথেরাপি প্রদান করেছে। এই সময়ে মোট ১৬৬৪ জন কাউন্সিলিংয়ের জন্য সিরিয়াল দিয়েছিলেন, মোট ১২৮২ জন ক্লায়েন্ট কাউন্সিলিং সেবা গ্রহণ করেছেন মোট ২৬৩২ টা সেশনের মাধ্যমে। তাদের মধ্যে ফ্যামিলি ও কাপল থেরাপি সেশন হয়েছে ৫৫ টি। এখানে সাইকোথেরাপি সেবা প্রদানের জন্য, ১০ জন ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিস্ট খণ্ডকালীন থেরাপিস্ট হিসেবে কাজ করছেন। এই সময়ের মধ্যে এনপিইউ দুটি প্রকল্পে কাজ করেছে, একটি হল- উইনরক ইন্টারন্যাশনালের সাথে কোলাবোরেশন করে এবং আরেকটি হল- এডিডি ইন্টারন্যাশনালের সাথে কোলাবোরেশন করে, যা ইতিমধ্যেই সফলভাবে সম্পন্ন হয়েছে। এটি মানসিক স্বাস্থ্য সেবা কর্মীদের প্রশিক্ষণ প্রদান, বিভিন্ন স্তরের জনসাধারণের মধ্যে সচেতনতা সৃষ্টি এবং মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কিত গবেষণা পরিচালনার উপর কেন্দ্র করে কাজ করেছে। এসব প্রকল্পের আওতায় ঢাকা, চট্টগ্রাম, যশোর ও বাগেরহাটে বেশ কিছু প্রশিক্ষণ ও সচেতনতামূলক কর্মশালা পরিচালিত হচ্ছে। বাংলাদেশে এসওএস চিলড্রেনস ভিলেজ ইন্টারন্যাশনালের সাথে কোলাবোরেশন করে আরেকটি প্রোগ্রাম সফলভাবে সম্পন্ন হয়েছে। এছাড়াও এনপিইউ এবং ক্লিনিক্যাল সাইকোলজি বিভাগ ইউনিসেফের সাথে কোলাবোরেশন করতে যাচ্ছে যারা সমাজসেবা বিভাগ, জিওবি এবং ইউনিসেফের অধীনে কমিউনিটিতে কাউন্সেলিং দেয় তাদের প্রশিক্ষণ ও সুপারভিশনের জন্য এবং কাউন্সেলরদের জন্য কাউন্সেলিং ট্রেনিং মডিউল তৈরি করতে। ২০২৩-২০২৪ শিক্ষাবর্ষে এনপিইউ এর কিছু উল্লেখযোগ্য কার্যক্রম ছিল:

- এডিডি ইন্টারন্যাশনালের সহযোগিতায় কমিউনিটি মেন্টাল হেলথ অ্যাপ্রোচের কার্যকারিতার উপর একটি গবেষণা সম্পন্ন হয়েছে।
- বাংলাদেশের মানসিক রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির প্রতি স্টিগমার প্রভাব ও মানসিক চিকিৎসা নেওয়ার ক্ষেত্রে যেসব বাঁধার সম্মুখীন হতে হয় তার ওপর গবেষণা সম্পন্ন হয়েছিল এবং গত শিক্ষা বছরে এই গবেষণার ফলাফল কেমব্রিজ ইউনিভার্সিটি প্রেস হতে প্রকাশিত আন্তর্জাতিক জার্নাল গ্লোবাল মেন্টাল হেলথ-এ প্রকাশিত হয়েছে।
- শিশু-কিশোর ও তরুণদের মানসিক স্বাস্থ্যের উপর একটি তথ্য কণিকা পুনঃমুদ্রণ করা হয়েছে যার মধ্যে নতুন কিছু উল্লেখযোগ্য তথ্য সংযোজন করা হয়েছে।
- আত্মহত্যা প্রতিরোধ এবং এর ব্যবস্থাপনার বিষয়বস্তুর উপর একটি তথ্য কণিকা তৈরি হয়েছে যা শীঘ্রই মুদ্রিত হবে।
- নাসিরুল্লাহ সাইকোথেরাপি ইউনিট ইউনিভার্সিটি অফ লিবারেল আর্টস বাংলাদেশ আয়োজিত মানসিক স্বাস্থ্য দিবসের একটি প্রোগ্রামে সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ করে, যেখানে দিনব্যাপী বিভিন্ন কর্মসূচি পালন করা হয় এবং মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কিত তথ্য প্রদান করা হয়।
- ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ে আত্মহত্যা প্রতিরোধ দিবস উপলক্ষে একটি কর্মশালার আয়োজন করা হয়েছে।
- উক্ত শিক্ষা বছরে ঢাকা ও বাগেরহাট জেলায় এডিডি প্রকল্পের অধীনে বিভিন্ন মানসিক স্বাস্থ্য প্রশিক্ষণ কর্মসূচির আয়োজন করা হয়েছে, যেমন- ডেভেলপ স্টুডেন্ট পিয়ার সাপোর্ট গ্রুপ, এডুকেশন ইনস্টিটিউশন লেভেল প্ল্যানিং ওয়ার্কশপ এবং ট্রেনিং ফর কেয়ার গিভার।
- এই সময়ের মধ্যে সম্পন্ন করা অন্যান্য কার্যক্রমের মধ্যে রয়েছে উইনরক ইন্টারন্যাশনালের সহযোগিতায় পাচার হওয়া নারী ও পুরুষদের কাউন্সেলিং পরিষেবা প্রদানের জন্য মাঠ পর্যায়ে সাইকোসোশ্যাল কাউন্সিলরদের ট্রেনিং ও সুপারভিশন।