পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

প্রশিক্ষক ম্যানুয়াল

পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

প্রশিক্ষক ম্যানুয়াল

এক্সিলারেটিং ইউনিভার্সাল এক্সেস টু ফ্যামেলি প্ল্যানিং

সুখী জীবন প্রকল্প

২০২৩

USAID আমেরিকার জনগণের পক্ষ থেকে

সুখী জীবন সবার জন্য পরিবার পরিকল্পনা

PATHFINDER

প্রস্তাবিত উদ্ধৃতি: এক্সিলারেটিং ইউনিভার্সাল এক্সেস টু ফ্যামিলি প্ল্যানিং/সুখী জীবন প্রকল্প. *পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ: প্রশিক্ষক ম্যানুয়াল.* (ঢাকা: পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল, ২০২৩).

পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল এই ম্যানুয়ালটি তৈরি করেছে ইউনাইটেড স্টেটস এজেন্সি ফর ইন্টারন্যাশনাল ডেভেলপমেন্ট (ইউএসএআইডি) এবং দ্য ডেভিড এন্ড লুসিল প্যাকার্ড ফাউন্ডেশন এর সহযোগিতায় যথাক্রমে এক্সিলারেটিং ইউনিভার্সাল অ্যাকসেস টু ফ্যামিলি প্ল্যানিং (সুখী জীবন) প্রকল্প এবং কক্সবাজার যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা ও অধিকার প্রকল্প এর আওতায়।

এই প্রকাশনাটি সম্ভব হয়েছে আমেরিকার জনগণের পক্ষ থেকে ইউনাইটেড স্টেটস এজেন্সি ফর ইন্টারন্যাশনাল ডেভেলপমেন্ট (ইউএসএআইডি) এর আর্থিক সহযোগিতায়। এখানে প্রকাশিত মতামতের দায় পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল এর; এর সাথে ইউএসএআইডি বা আমেরিকার সরকারের মতামতের মিল নাও থাকতে পারে।

সূচি

সূচি ৪

কৃতজ্ঞতা স্বীকার ৪

ম্যানুয়াল রিভিউ কমিটি ৭

ভূমিকা ৯

প্রশিক্ষকের জন্য প্রয়োজনীয় তথ্য ১০

প্রশিক্ষণ সূচি ২১

মডিউল ০: প্রশিক্ষণ সূচনা ১

মডিউল ০ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট ৪

মডিউল ১: জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ১০

মডিউল ১ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট ৩০

মডিউল ২: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ভিত্তি ৩৫

মডিউল ২ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট ৬২

মডিউল ৩: পরিবার পরিকল্পনা এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন ৬৭

মডিউল ৩ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট ৯২

মডিউল ৪: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কেস রেকর্ডিং, ডকুমেন্টেশন ও রেকর্ড তৈরি করার করার নিয়ম ১০৪

মডিউল ৪ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট ১০৮

মডিউল ৫: সমাপ্তি অধিবেশন ১১২

মডিউল ৫ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট ১১৬

তথ্যসূত্র ১২১

সংযুক্তি: হ্যান্ডআউট ১২৩

মুখবন্ধ

মহাপরিচালক, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর এর বাণী

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা একটি বৈশ্বিক সমস্যা। ২০১৯ সালে অনুষ্ঠিত নাইরোবি সম্মেলনে (আইসিপিডি+২৫) বাংলাদেশ সরকার তিনটি ক্ষেত্রে ফলাফল শূন্যের কোঠায় নামিয়ে আনার অঙ্গীকার করেছে। এই তিনটি ক্ষেত্র হল: মাতৃমৃত্যু, পরিবার পরিকল্পনার অপূর্ণ চাহিদা ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা।

নারীর প্রতি সহিংসতা সমীক্ষা ২০১৫-এর রিপোর্টে দেখা গেছে, বাংলাদেশে ৭২.৫ শতাংশ নারী তাদের জীবদ্দশায় কোনো না কোনো ধরণেরসহিংসতার সম্মুখীন হয়ে থাকেন এবং ৩৬.১ শতাংশ নারীর স্বাস্থ্যসেবা গ্রহণের ক্ষেত্রে স্বামীদের অনুমতি নিতে হয়। প্রয়োজনের সময় সহায়তা না পাওয়ার কারণে নারীদের সমস্যাগুলো জটিল আকার ধারণ করে এবং বিভিন্ন চ্যালেঞ্জ এর সৃষ্টি করে, যেমন: পরিবার পরিকল্পনার অপূর্ণ চাহিদা (১২%), পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ছেড়ে দেওয়ার হার (৩৭%), এবং বাল্যবিবাহ (৫০%) (বিডিএইচএস ২০২২) এর প্রভাব।

স্বাধীনতা পরবর্তী বছরগুলোতে পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর, পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার (CPR) বৃদ্ধি এবং জন্মহার (TFR) হ্রাস করার ক্ষেত্রে অসাধারণ সাফল্য অর্জন করেছে। বাংলাদেশে নারীরা জেন্ডার বৈষম্য ও জেন্ডার ভারসাম্যহীনতার সম্মুখীন। ১৫-১৯ বছর বয়সি নারীর প্রতি চারজনের মধ্যে একজন (২৪%) কখনও না কখনও গর্ভবতী হয়েছেন এবং প্রতি পাঁচজনের মধ্যে একজন (১৮%) সন্তান জন্ম দিয়েছেন (বিডিএইচএস ২০২২)। ১৫-১৯ বছর বয়সি কিশোর-কিশোরীদের মধ্যে উচ্চ প্রজনন (প্রতি হাজারে ৭২) ও মাতৃমৃত্যুর হার (প্রতি লাখে ১৬৮) (SVRS ২০২১) প্রতিরোধে পর্যাপ্ত কার্যকরী ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে। বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা সেবাপ্রদানকারীদের দক্ষতা বাড়ানোর পাশাপাশি জেন্ডার বৈষম্য ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা কমানোর জন্য পদক্ষেপ নেওয়া অপরিহার্য। এর জন্য অন্তর্নিহিত কারণগুলোর সমাধান করার জন্য প্রয়োজনীয় ব্যাবস্থা গ্রহন করা প্রয়োজন; যেমন, জেন্ডার বৈষম্য ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সমস্যাগুলো মোকাবেলায় সেবাকেন্দ্রের প্রস্তুতি ও সেবা প্রদানকারীদের দক্ষতা বৃদ্ধি করা

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা, যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার নিয়ে সচেতনভাবে কাজ করি তবে অনেক সমস্যা সমাধান হয়ে যেতে পারে। জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কে সেবা প্রদানকারীদের পর্যাপ্ত প্রশিক্ষণ প্রদান, সেবাদানের ক্ষেত্রে বৈষম্য হ্রাস করা, তথ্য বিনিময় করা এবং গ্রহীতাদের জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কিত ধারণা প্রদান করার মাধ্যমে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধে কাজ করতে পারি। যদিও বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা সেবার অংশ হিসাবে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কিত উপাত্তের ঘাটতি রয়েছে।

‘পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ’ শীর্ষক ম্যানুয়ালটি সেবাদানের ক্ষেত্রে সেবাপ্রদানকারীর দক্ষতার ঘাটতি পূরণ করতে সহায়তা করবে। এই ম্যানুয়ালটি বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীদের জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা কেস সনাক্তকরণ, রেকর্ড ও ব্যবস্থাপনায় সহায়তা করবে। এটি পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, জাতীয় জনসংখ্যা গবেষণা ও প্রশিক্ষণ ইনস্টিটিউট (নিপোর্ট), এবং ইউএসএআইডি সুখী জীবন প্রকল্পের সমন্বিত প্রচেষ্টার মাধ্যমে তৈরি করা হয়েছে।

যারা এই ম্যানুয়ালটি প্রকাশ করতে শ্রম দিয়েছেন ও সমর্থন যুগিয়েছেন আমি তাদের সকলের প্রতি আন্তরিক কৃতজ্ঞতা ও অভিনন্দন জানাই। ইউএসএআইডি সুখী জীবন প্রকল্পের সকলকে তাদের মূল্যবান সময় দিয়ে সহযোগিতার জন্য বিশেষ ধন্যবাদ।

এই ম্যানুয়ালটি ব্যবহার করে বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীরা উপযুক্ত, মান সম্মত ও জেন্ডার সংবেদনশীল সেবাপ্রদান করতে সক্ষম হবেন, যা মানসম্পন্ন কর্মসূচির জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। আমি আশা করি এবং বিশ্বাস করি যে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচির সাথে জড়িত সেবা প্রদানকারী ও ম্যানেজারগণ এই ম্যানুয়ালটির সর্বোত্তম ব্যবহার করে একটি সুখী, স্বাস্থ্যকর ও সহিংসতা-মুক্ত পরিবেশ তৈরি করতে সহযোগিতা করবেন।

সাহান আরা বানু, এনডিসি
মহাপরিচালক (গ্রেড ১)
পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর (ডিজিএফপি)

শুভেচ্ছা বাণী

পরিচালক (অর্থ) এবং লাইন ডাইরেক্টর (পরিবার পরিকল্পনা - ফিল্ড সার্ভিস ডেলিভারি), পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর এর বাণী

বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচি একটি মাইলফলক। গত পঞ্চাশ বছরে বাংলাদেশে মোট জন্মহার (TFR) কমে ২০১৯ সালে ২.০৪-এ নেমেছে যা ১৯৮২ সালে ৫.২১ ছিল।[১] পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার (CPR) ১৯৭৫ সালের ৮ শতাংশ থেকে বেড়ে ২০১৭ সালে ৬৩ শতাংশে উন্নীত হয়েছে এবং পরিবার পরিকল্পনার অপূর্ণ চাহিদা ২০০৭ সালের ১৭ শতাংশ থেকে নেমে ২০১৭ সালে ১২ শতাংশে এসেছে।[২] তবে বিভিন্ন সমীক্ষায় দেখা যায় যে লক্ষ্যমাত্রার ভিত্তিতে জন্মহার হ্রাস এবং গ্রহীতার চাহিদা অনুসারে সেবার মান উন্নত করা সম্ভব।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা একটি বৈশ্বিক সমস্যা যা ক্রমশ বৃদ্ধি পাচ্ছে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা এবং জাতিসংঘের বিভিন্ন সংস্থার মতে প্রতি তিনজনের মধ্যে একজন নারী এবং প্রতি দশজনের একজন পুরুষ তাদের জীবদ্দশায় যৌন সহিংসতার শিকার হন। তিনজনের মধ্যে দু'জন নারী স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গীর দ্বারা সহিংসতার (আইপিভি) মুখোমুখি হন এবং প্রায় ৩০ শতাংশ নারীর অসম্মতিতে যৌন জীবনের সুচনা হয় বাংলাদেশও এর ব্যতিক্রম নয়।

বিভিন্ন কর্মসূচী বাস্তবায়নের সময় দেখা গেছে যে যদিও জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কে সেবা প্রদানকারীদের ধারণা রয়েছে, তথাপি পরিবার পরিকল্পনা সেবার সাথে এর সংযোগ কী বা কেন পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার সাথে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সেবাকে সমন্বিত করা হচ্ছে সে সম্পর্কে তাদের স্পষ্ট ধারণা র অভাব রয়েছে। সেবা প্রদানকারীরা কখনো কখনো বুঝতে পারে না যে পরিবার পরিকল্পনা বা প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা নিতে আসলে ও সেবাগ্রহীতা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি হতে পারে । সেবা প্রদানকারীরা মনে করে যে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা একটি স্বাভাবিক ব্যাপার এবং এটা যেহেতু তাদের কাজের অংশ নয় কাজেই এব্যাপারে তাদের মনোযোগ দেয়ার কোন প্রয়োজন নেই ।

এই প্রেক্ষাপট বিবেচনা করে সময়োপযোগী পদক্ষেপ নেওয়ার জন্য এবং বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীদের জন্য 'পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ' শীর্ষক এই ম্যানুয়ালটি প্রস্তুত করার উদ্যোগ নেওয়ার জন্য আমি পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল কে আমার কৃতজ্ঞতা জানাই। ম্যানুয়ালটি প্রণয়নে সহযোগিতার জন্য ধন্যবাদ জানাই পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, জাতীয় জনসংখ্যা গবেষণা ও প্রশিক্ষণ ইনস্টিটিউট (নিপোর্ট), নারী নির্যাতন প্রতিরোধকল্পে মাল্টি-সেক্টরাল প্রোগ্রাম (MSPVAW), বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা, ইউএন উইমেন এবং সুখী জীবন প্রকল্পের প্রতিনিধিদের। যারা এই ম্যানুয়ালটি   একটি ওয়ার্কিং গ্রুপের মাধ্যমে প্রণয়ন এবং অনুমদণের জন্য সহযোগিতা করেছিলেন।

এই ম্যানুয়ালটির যথাযথ ব্যবহারের মাধ্যমে বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীরা যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং পরিবার পরিকল্পনা সেবার পাশাপাশি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সমস্যাগুলো চিকিৎসা এবং রেফার করতে তাদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করতে সক্ষম হবে। এই ম্যানুয়ালটি পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্যসেবা কেন্দ্রগুলোতে সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাকে চিহ্নিত করা সহজ করবে এবং পরিবার পরিকল্পনার সূচকগুলি অর্জন করতে সাহায্য করবে, যেমন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারীর হার উন্নত করা, পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ছেড়ে দেওয়ার হার হ্রাস করা, অপূর্ণ চাহিদা হ্রাস করা ইত্যাদি। এটি একটি যৌথ উদ্যোগ এবং সেবা প্রদানকারীরা সর্বোচ্চ মানের সেবা প্রদান করে তা নিশ্চিত করতে এটি সাহায্য করবে।

মো: সোহেল পারভেজ
পরিচালক (অর্থ) ও লাইন ডিরেক্টর (ফ্যামিলি প্ল্যানিং - ফিল্ড সার্ভিস ডেলিভারি)
পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

[১] Bangladesh Bureau of Statistics, Statistics and Informatics Division, Ministry of Planning, Government of the People's Republic of Bangladesh, *Report on Bangladesh Sample Vital Statistics (SVRS) 2020*, (Dhaka, Bangladesh) 2021.
[২] Bangladesh Bureau of Statistics, Statistics and Informatics Division, Ministry of Planning, Government of the People's Republic of Bangladesh, *Report on Violence Against Women Survey 2015* (Dhaka, Bangladesh) 2016.

কৃতজ্ঞতা স্বীকার

প্রকল্প পরিচালক - ইউএসএআইডি সুখী জীবন ও কান্ট্রি ডিরেক্টর - পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল এর বাণী

যথাযথ সেবা ও উন্নত রেফারেল পদ্ধতির সমন্বয়ে পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীদের সক্ষমতা বৃদ্ধির মাধ্যমে যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্যসেবা ক্ষেত্রে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার প্রাথমিক সহায়তা ও পরবর্তীতে প্রতিরোধ কার্যক্রমে ভূমিকা রাখতে পারে। 'পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন" বিষয়ক প্রশিক্ষণ' এই ম্যানুয়ালটি পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল এর প্যাকার্ড ফাউন্ডেশনের অর্থায়নে সুখী জীবন প্রকল্পের কারীগরী সহায়তায় তৈরি করা হয়েছে। এক্সিলারেটিং ইউনিভার্সাল অ্যাক্সেস টু ফ্যামিলি প্ল্যানিং প্রজেক্ট- যা ইউএসএআইডি সুখী জীবন প্রকল্প নামে পরিচিত, প্রকল্পটি পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল কতৃর্ক বাস্তবায়িত হচ্ছে। এই ম্যানুয়ালটি পরিবার পরিকল্পনা সেবাদানকারীদের জন্য একটি সময় উপযোগী উদ্যোগ, তাই এটি উপস্থাপন করতে পেরে আমি আনন্দিত।

প্রত্যেকেরই যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্যসেবা পাওয়ার এবং সহিংসতামুক্ত জীবনযাপন করার অধিকার রয়েছে। বাংলাদেশে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ফলে অনেক নারীর চলাফেরা, সম্পদের ব্যবহার, স্বাস্থ্যসেবা ও সিদ্ধান্ত নেওয়ার ক্ষমতা সীমিত। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা হল মানবাধিকারের একটি লঙ্ঘন যার পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্যসেবায় সুদূরপ্রসারী প্রভাব রয়েছে। বেশিরভাগ সেবা প্রদানকারী দায়িত্ব পালন করতে গিয়ে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সমস্যাগুলোর সম্মুখীন হন। কিন্তু অনেকেই এর লক্ষণগুলি চিনতে পারেন না বা পরিবার পরিকল্পনা বা যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্যসেবায় কীভাবে প্রাথমিক সহায়তা প্রদান করতে হয় সে সম্পর্কে যথাযথ ভাবে প্রশিক্ষিত নন।

"পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন" বিষয়ক প্রশিক্ষণ ম্যানুয়ালটি জনস্বাস্থ্য ব্যবস্থায় (public health system) একটি জরুরী চাহিদা পূরণ করবে। পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীদের জন্য এই প্রথম কোনো জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল বাংলায় তৈরি হল। এতে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কিত বিষয়গুলোকে পরিষ্কারভাবে এবং পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে উপস্থাপন করা হয়েছে। তাই সেবা প্রদানকারীরা যারা আগে কখনও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিয়ে কাজ করেননি তারাদেরও জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করতে এবং পরিবার পরিকল্পনা সেবার মান উন্নত করতে এই ম্যানুয়েল এর তথ্য ব্যবহার করে উন্নত সেবাপ্রদান করতে সক্ষম হবেন।।

প্যাকার্ড ফাউন্ডেশন, সুখী জীবন প্রকল্প এবং পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনালের পক্ষ থেকে আমি পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, জাতীয় জনসংখ্যা গবেষণা ও প্রশিক্ষণ ইনস্টিটিউট (নিপোর্ট), নারী নির্যাতন প্রতিরোধকল্পে মাল্টি-সেক্টরাল প্রোগ্রাম (MSPVAW), বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা, ইউএন উইমেন এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক ওয়ার্কিং গ্রুপসহ সংশ্লিষ্ট সবাইকে এই ম্যানুয়ালটি প্রণয়নে অবদান রাখার জন্য ধন্যবাদ জানাই।

পরিশেষে, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল স্বাস্থ্য প্রদানকারী, পরিবার পরিকল্পনা গ্রহীতা এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সম্মুখীন ব্যক্তিদের প্রতি অশেষ কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করছে যারা সাহসিকতার সাথে সাহায্য চাইতে এবং তাদের গল্পগুলি বলার জন্য এগিয়ে এসেছেন, যাদের জীবনের গল্পের উপর ভিত্তি করে এই ম্যানুয়ালটি তৈরি করা হয়েছে।

মো: মাহবুব উল আলম
প্রকল্প পরিচালক, ইউএসএআইডি সুখী জীবন ও
কান্ট্রি ডিরেক্টর, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

ম্যানুয়াল রিভিউ কমিটি

আহ্বায়ক

মোঃ সোহেল পারভেজ, পরিচালক (অর্থ) ও লাইন ডিরেক্টর (ফ্যামিলি প্ল্যানিং - ফিল্ড সার্ভিস ডেলিভারি), পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

মোঃ নিয়াজুর রহমান, সাবেক লাইন ডাইরেক্টর, ফিল্ড সার্ভিস ডেলিভারি ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর (ডিজিএফপি)

মোঃ আমিনুল ইসলাম, সাবেক লাইন ডাইরেক্টর, ফিল্ড সার্ভিস ডেলিভারি ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর (ডিজিএফপি)

ডা. মোঃ সারোয়ার বারী, সাবেক লাইন ডাইরেক্টর, ফিল্ড সার্ভিস ডেলিভারি ইউনিট, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর (ডিজিএফপি)

সদস্য

ডা. নাসরিন আক্তার, উপ-পরিচালক, প্রাথমিক স্বাস্থ্য পরিচর্যা (পিএইচসি), স্বাস্থ্য অধিদপ্তর (ডিজিএইচএস)

জাকিয়া আখতার, উপ পরিচালক, অডিট ইউনিট, ডিজিএফপি

ইন্দ্রানী দেবনাথ, ডেপুটি প্রোগ্রাম ম্যানেজার, ফিল্ড সার্ভিসেস ডেলিভারি ইউনিট, ডিজিএফপি

জিন্নাত আরা, সহকারী পরিচালক (বৈদেশিক সংগ্রহ), উপকরণ ও সরবরাহ ইউনিট, ডিজিএফপি

সৈয়দা উম্মে কাউছার ফেরদৌসী, উর্ধ্বতন প্রশিক্ষক, জাতীয় জনসংখ্যা গবেষণা ও প্রশিক্ষণ ইনস্টিটিউট (নিপোর্ট)

হালিমা বেগম, প্রোগ্রাম অফিসার, নারী নির্যাতন প্রতিরোধকল্পে মাল্টি-সেক্টরাল প্রোগ্রাম, মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়

মোসা. তসিবা কাসেম, প্রোগ্রাম এনালিস্ট- এনডিং ভায়োলেন্স এগেনস্ট ওমেন প্রোগ্রাম, ইউএন ওমেন

সুরাইয়া আক্তার, টিম অ্যাসিসট্যান্ট, আইভিডি এন্ড জেন্ডার ফোকাল, বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা, বাংলাদেশ

সদস্য সচিব

ডা. শামীমা পারভিন, ম্যানেজার-জেন্ডার- ইউএসএআইডি সুখী জীবন, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

সম্পাদনা ও সহযোগিতাঃ

মো. মাহবুব উল আলম, প্রকল্প পরিচালক, ইউএসএআইডি সুখী জীবন ও কান্ট্রি ডিরেক্টর, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল, বাংলাদেশ

ক্যারোলিন ক্রসবি, সিনিয়র অ্যাডভাইজার, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

ডা. শারমিন সুলতানা, টেকনিক্যাল ডাইরেক্টর ও পরিবার পরিকল্পনা বিশেষজ্ঞ, ইউএসএআইডি সুখী জীবন, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

ডা. ফাতেমা শবনম, এডোলেসেন্ট এন্ড ইয়ুথ স্পেশালিস্ট, ইউএসএআইডি সুখী জীবন, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

মতিউর রহমান, অ্যাসিসট্যান্ট ডাইরেক্টর- কোঅরডিনেশন, পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর (ডিজিএফপি)

রেবেকা হারম্যান, সিনিয়র টেকনিক্যাল অ্যাডভাইজার, জেন্ডার-ভিত্তিক সহিংসতা এবং মাতৃ ও নবজাতক স্বাস্থ্য, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

মারেন ভেসপিয়া, স্ট্র্যাটেজিক কমিউনিকেশন কনসালট্যান্ট, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

ডাঃ নাজনীন আক্তার, কনসালট্যান্ট, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

মারুফা আজিজ খান, ম্যানেজার- নলেজ ম্যানেজমেন্ট অ্যান্ড লার্নিং, ইউএসএআইডি সুখী জীবন, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

রিদওয়ানুল মসরুর, ম্যানেজার- কমিউনিকেশন অ্যান্ড ডকুমেন্টেশন, ইউএসএআইডি সুখী জীবন, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

হালিমা আক্তার, প্রোগ্রাম কো-অর্ডিনেটর, ইউএসএআইডি সুখী জীবন, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

অলিভিয়া মোসেলি, ইনস্ট্রাকশানাল ডিজাইন কনসালট্যান্ট, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

কাজী শামসুল আমীন, অনুবাদ কনসালট্যান্ট, পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

শব্দসংক্ষেপ

AIDS	Acquired immunodeficiency syndrome
ANC	Antenatal care
BDHS	Bangladesh Demographic and Health Survey
CHCP	Community health care service providers
CHW	Community health worker
CPR	Contraceptive prevalence rate
CEDAW	Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women
FWV	Family welfare visitors
FPI	Family planning inspector
FP	Family planning
FWA	Family welfare assistant
FWC	Family welfare center
GBV	Gender-based violence
GIFPS	Gender-integrated family planning services
HTSP	Healthy timing and spacing of pregnancy
HIV	Human immunodeficiency virus
IGWG	Interagency Gender Working Group
ICPD	International Conference on Population and Development
IUD	Intrauterine device
LAPM	Long-acting or permanent method
MCH	Maternal and child health
MOWCA	Ministry of Women and Children Affairs
OCC	One-stop crisis center and/or cell
PTSD	Post-traumatic stress disorder
PPT	PowerPoint presentation
RTI	Reproductive tract infection
SRHR	Sexual and reproductive health and rights
STI	Sexually transmitted infection
TFR	Total fertility rate
TBA	Traditional birth attendant
UHC	Upazila health complex
UNFPA	United Nations Fund for Population Activities
UNICEF	United Nations International Children's Fund
USAID	United States Agency for International Development
VAW	Violence against Women
WHO	World Health Organization

ভূমিকা

বৈশ্বিকভাবে ২৫ বছরেরও বেশি সময় যাবত জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতাকে মানবাধিকার লঙ্ঘন এবং সামাজিক সমস্যা হিসাবে চিহ্নিত করা হয়েছে। নারীর প্রতি সহিংসতা নির্মূলের বিষয়ে ১৯৯৩ সালের জাতিসংঘ ঘোষণায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতাকে সংজ্ঞায়িত করা হয়েছে। তা হলো: "জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বলতে নারী বা পুরুষের প্রত্যাশিত আচরণের প্রেক্ষিতে কোনও ব্যক্তির জৈবিক লিঙ্গ, জেন্ডার পরিচয় বা বয়সের কারণে সামাজিক বা ব্যক্তিগত জীবনে হুমকি, বাধ্য করা, বাধা দেওয়া বা স্বেচ্ছাচারীতাসহ শারীরিক, যৌন বা মানসিক সহিংসতার মুখোমুখি হওয়াকে বোঝায়।"

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা একটি বৈশ্বিক সমস্যা যা ক্রমাগতভাবে বৃদ্ধি পাচ্ছে। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (ডব্লিউএইচও) এবং জাতিসংঘের অন্যান্য সংস্থার উপাত্ত অনুসারে, প্রতি তিনজনের মধ্যে একজন নারী তাদের জীবদ্দশায় যৌন সহিংসতার সম্মুখীন হয়।[১] তিনজনের মধ্যে দু'জন নারী স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতার (আইপিভি) মুখোমুখি হন এবং ৩০ শতাংশ নারীর অসম্মতিতেই যৌনজীবনের সূচনা হয়।[২] বাংলাদেশও এর ব্যতিক্রম নয়। ২০-৪৯ বছর বয়সি একত্রিশ শতাংশ নারীর ১৫ বছর বয়সে বিয়ে হয়ে যায়।[৩] ১৫-৩৯ বছর বয়সি ৫০ শতাংশ নারীর জীবদ্দশায় স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গীর দ্বারা সহিংসতার অভিজ্ঞতা রয়েছে।[৪] জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কারণে সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে বাধা প্রদান করা হয়ে থাকে।[৫] যদিও বাংলাদেশ ভিত্তিক উপাত্ত তেমন পাওয়া যায় না, বৈশ্বিক উপাত্ত থেকে জানা যায় যে চারজনের মধ্যে একজন নারী তার জীবদ্দশায় পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে বাধাপ্রাপ্ত হয়েছেন।[৬]

২০১৬ সালে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা নারীর প্রতি সহিংসতার বিপরীতে স্বাস্থ্যখাতের করণীয়, ব্যবস্থাপনার কৌশল ও প্রাথমিক সহায়তা কেন্দ্রের রূপরেখা দিয়েছে। নারীর প্রতি সহিংসতা নিরসনে স্বাস্থ্য ব্যবস্থায় বৈশ্বিক কর্মপরিকল্পনা[৭] মূলত স্বাস্থ্য প্রদানকারীদের ভূমিকাকে প্রাধান্য দিয়েছে। বিশেষ করে যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য (এসআরএইচ) সেবা প্রদানকারীরা একটি পারিবারিক ও পেশাদার সহায়তা কেন্দ্র হিসাবে কাজ করতে পারে। প্রতিবেদনটির মতে, বিশ্বব্যাপী সহিংসতায় ক্ষতিগ্রস্তদের সবচেয়ে বেশি প্রয়োজন হয় স্বাস্থ্য সেবার। তবুও, যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী ও কর্মকর্তারা প্রায়শই সহিংসতাকে চিহ্নিত করতে, সহিংসতা নিয়ে আলোচনা, আত্মবিশ্বাস ও দক্ষতা তৈরিতে সহায়তা করতে তেমন প্রস্তুত নন এবং সেবা গ্রহীতাদের প্রাথমিক সেবা প্রদানের জন্য কম প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত।

এক্সিলারেটিং ইউনিভার্সাল অ্যাকসেস টু ফ্যামিলি প্ল্যানিং প্রকল্প, যা সুখী জীবন নামে পরিচিত, এই ব্যবধান কমাতে কাজ করছে। ইউএসএআইডির অর্থায়নে পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল কর্তৃক বাস্তবায়িত সুখী জীবন প্রকল্প বাংলাদেশ সরকারকে দক্ষ ও মানসম্মত সেবা প্রদানকারীদের দক্ষতা উন্নয়নে সহায়তা করে যারা উচ্চমানের পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদান করে থাকে। এর মধ্যে রয়েছে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসনে সরকারের ক্ষমতা জোরদার করা এবং পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের সাথে সমন্বয় করা।

---

[1] WHO. Violence against Women Prevalence Estimates, 2018. Global, regional and national prevalence estimates for intimate partner violence against women and global and regional prevalence estimates for non-partner sexual violence against women (Geneva: 2021).

[2] Claudia Garcia-Moreno, et. al. "WHO Multi-country Study on Women's Health and Domestic Violence against Women Study Team. Prevalence of intimate partner violence: findings from the WHO multi-country study on women's health and domestic violence." *Lancet*. 2006; 368 (9543): 1260–1269.

[3] National Institute of Population Research and Training (NIPORT), and ICF. *Bangladesh Demographic and Health Survey 2017-18: Key Indicators* (Dhaka, Bangladesh, and Rockville, Maryland, USA: 2019).

[4] WHO, *Violence against women prevalence estimates, 2018 – WHO South-East Asia Region Fact Sheet* (Geneva: 2021).

[5] Contraceptive sabotage is the deliberate interference with agreed use of contraception.

[6] Rowlands S, Walker S. (2019). "Reproductive control by others: means, perpetrators and effects." BMJ Sexual & Reproductive Health; 45:61-67: https://srh.bmj.com/content/45/1/61.

[7] WHO Department of Reproductive Health and Research. *Global Plan of Action: Health systems address violence against women and girls* (Geneva: 2016).

প্রশিক্ষকের জন্য প্রয়োজনীয় তথ্য

প্রশিক্ষণের লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য

লক্ষ্য

দুই দিনব্যাপী প্রশিক্ষণের লক্ষ্য হলো পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের সাথে জড়িত সেবা প্রদানকারীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করা যাতে সেবা প্রদানকারীরা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা চিহ্নিত করতে পারেন, এবং সে অনুসারে নিজের জ্ঞান ও দক্ষতা প্রয়োগের মাধ্যমে পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন সেবা দিতে সক্ষম হন।

প্রশিক্ষণের ফলাফল

১. জেন্ডার বিষয়ক রীতিনীতি, মূলধারা, গতিশীলতা, ন্যায্যতা বুঝতে পারবে ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসনে প্রশিক্ষণার্থীদের ভূমিকা বুঝতে পারবে

২. পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা কীভাবে প্রভাব ফেলে তা বুঝতে পারবে

৩. পরিবার পরিকল্পনা সেবা গ্রহণে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সম্পর্ক, ঝুঁকি বিশ্লেষণ ও পর্যবেক্ষণ করতে পারবে

৪. পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকি হ্রাস করতে এবং পরামর্শ প্রদানে সেবাপ্রদানকারীর জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করবে

৫. জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকি হ্রাস করতে লাইভস্ (LIVES)-এর প্রথম তিন ধাপ[৮] সম্পর্কে সেবা প্রদানকারীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করবে

৬. নিরাপদ ও সঠিক উপায়ে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাদের যথাযথ সেবা ও পরামর্শ কোথায় পাওয়া যাবে তা রেফার করার ক্ষেত্রে জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করবে

৭. জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঘটনা ডকুমেন্টেশন ও রিপোর্ট প্রদান করার দক্ষতা অর্জন করবে।

এই প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য হল পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীদের তাদের রুটিন কাজের সাথে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবাকে সমন্বয় করার জন্য প্রয়োজনীয় দক্ষতা বৃদ্ধিতে সহায়তা প্রদান করা।

---

[8] WHO. *Health care for women subjected to intimate partner violence or sexual violence: A clinical handbook* (Geneva: 2014).

ম্যানুয়াল ব্যবহার সংক্রান্ত তথ্য

সময়

স্থানীয় সময় ও প্রশিক্ষণের প্রয়োজনের উপর ভিত্তি করে প্রশিক্ষক বা ফ্যাসিলিটেটর পাঠ্যক্রম অনুসারে তাদের প্রশিক্ষণের সময়সূচি তৈরি করেন। প্রতিটি মডিউল স্বাধীনভাবে ব্যবহার করা যেতে পারে, তবে ম্যানুয়ালটি সম্পূর্ণরূপে ব্যবহার করা হলে ভাল ফল পাওয়া যাবে। প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশিক্ষণ ও দক্ষতার উপর নির্ভর করে সেশনগুলোকে তৈরি করা যেতে পারে। এই ম্যানুয়ালে উপস্থাপিত পাঠ্যসূচি প্রশিক্ষণের জন্য ১৩ ঘন্টা পাঁচ মিনিটের প্রয়োজন হবে (খাবার এবং চা বিরতি ছাড়া) এবং এটি ২ দিনের প্রশিক্ষণের জন্য প্রযোজ্য।

প্রশিক্ষণার্থী নির্বাচন

ম্যানুয়ালটি ইংরেজি ও বাংলা ভাষায় প্রস্তুত করা হয়েছে যা যেকোনো পর্যায়ের পরিবার পরিকল্পনা ও স্বাস্থ্যসেবা কর্মীদের জন্য উপযোগী। মডিউলটি স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীদের জন্য ডিজাইন করা হয়েছে। স্বাস্থ্য ব্যবস্থার ম্যানেজারদের মাধ্যমে জেন্ডার প্রশিক্ষণ এবং নিজ উদ্যোগে শিক্ষার ক্ষেত্রে সম্পূরক রেফারেন্স উপাদান হিসাবেও এটি ব্যবহার করা যেতে পারে।

ম্যানুয়াল ও প্রশিক্ষণের ক্রম

এই প্রশিক্ষণে পাঁচটি মডিউল রয়েছেঃ

- **মডিউল ১:** প্রশিক্ষণের ভূমিকা
- **মডিউল ২:** জেন্ডার ও জেন্ডার-ভিত্তিক সহিংসতা
- **মডিউল ৩:** পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার-ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন
- **মডিউল ৪:** জেন্ডার-ভিত্তিক কেস রেকর্ডিং, ডকুমেন্টেশন এবং রেকর্ড রাখার জ্ঞান
- **মডিউল ৫:** সমাপ্তি

প্রতিটি মডিউলের একটি নির্দিষ্ট শিখন উদ্দেশ্য রয়েছে। মডিউলের শুরুতে প্রয়োজনীয় উপকরণ, অগ্রিম প্রস্তুতি এবং অতিরিক্ত তথ্য সম্পর্কে জানবেন। সেইসাথে অধিবেশনগুলো সম্পর্কে একটি নির্দেশিকা পাবেন। পুরো মডিউলে অনুশীলন ও বিষয়বস্তু উপস্থাপনা দেওয়া হয়েছে। বিষয়বস্তু ও সম্পূরক তথ্য প্রশিক্ষকের নির্দেশাবলীতে অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। প্রশিক্ষণার্থীদের হ্যান্ডআউট ও প্রশিক্ষকের উপকরণগুলো প্রতিটি মডিউলের শেষে অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।

প্রতীক নির্দেশিকা

প্রশিক্ষকদের সাহায্য করার জন্য এবং নির্দেশনা দিতে ম্যানুয়ালে এই প্রতীকগুলো ব্যবহার করা হয়েছে। এই প্রতীকগুলোর মধ্যে রয়েছে:

মোট সেশন/মডিউল সময়

প্রতিটি মডিউল বা সেশনের জন্য প্রয়োজনীয় আনুমানিক সময়। প্রদত্ত সময় প্রস্তাবিত এবং প্রশিক্ষণার্থীদের শেখার প্রয়োজনের উপর নির্ভর করে পরিবর্তন সাপেক্ষ।

প্রশিক্ষক নোট

একটি নির্দিষ্ট বিষয় বা অধিবেশন কীভাবে উপস্থাপন করা উচিত সে সম্পর্কে অতিরিক্ত নোট বা নির্দেশিকা।

শিখন উদ্দেশ্য

প্রশিক্ষণ, মডিউল বা অধিবেশন চলাকালীন প্রশিক্ষণার্থীরা কী কী দক্ষতা অর্জন করতে পারে।

প্রশিক্ষণ পদ্ধতি

মডিউলে ব্যবহৃত প্রশিক্ষণ পদ্ধতি, যেমন- আলোচনা বা কেস স্টাডি।

প্রয়োজনীয় উপকরণ

মডিউল শেখানোর জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণ, উদাহরণস্বরূপ- ফ্লিপচার্ট, মার্কার ইত্যাদি।

অগ্রিম প্রস্তুতি

একটি অধিবেশন বা অনুশীলনের পরিকল্পনা এবং প্রস্তুতি যা আগে থেকে নেওয়া উচিত।

তথ্যসূত্র

অতিরিক্ত তথ্য, নির্দেশিকা, বই, জার্নাল, ওয়েবসাইট এবং অন্যান্য ডকুমেন্ট যা প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরদের জন্য উপযোগী হতে পারে। একটি নির্দিষ্ট মডিউলের বিষয়বস্তু সম্পর্কিত সম্পূরক তথ্য।

দলগত আলোচনার জন্য

প্রশিক্ষণার্থীদের প্রতিক্রিয়া জানা বা বিবেচনা করার জন্য প্রশ্নের একটি তালিকা

পাওয়ার পয়েন্ট উপস্থাপনা

পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড সেটগুলো প্রশিক্ষণ চলাকালীন উপস্থাপনা ও আলোচনার সুবিধার্থে তৈরি করা হয়েছে এবং আলাদা স্লাইড ডেক হিসাবে পাওয়া যাবে। ডেক ১-এ মডিউল ০-২-এর জন্য স্লাইড রয়েছে এবং ডেক ২-এ মডিউল ৩-৫-এর জন্য স্লাইড রয়েছে।

মূল্যায়ন

উপকরণ ক: প্রশিক্ষণের ফলে অর্জিত জ্ঞানের মূল্যায়ন করার জন্য প্রাক প্রশিক্ষণ/প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন পদ্ধতি ডিজাইন করা হয়েছে। পরীক্ষাগুলো অভিন্ন, এবং প্রাক প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন প্রশিক্ষণ শুরুর আগে পরিচালিত হয় এবং প্রশিক্ষণের শেষে প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন হয়।

প্রাক প্রশিক্ষণ/প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়নে প্রশিক্ষণার্থীদের নাম লিখতে হবে না (অর্থাৎ এটি নাম ছাড়াই জমা দেওয়া যেতে পারে)। যেহেতু আপনাকে প্রতিটি প্রশিক্ষণার্থীর প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়নে প্রাপ্ত নম্বরকে তার প্রাক প্রশিক্ষণ নম্বরের সাথে তুলনা করতে হবে, তাই প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে প্রাক প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন পত্রের উপরে একটি ৩- বা ৪-সংখ্যার কোড নম্বর লিখতে বলুন। এটি যেকোনো নম্বর বা কোড হতে পারে, যেমন একটি প্রিয় নম্বর (যেমন ৭৭৭), জন্মের বছর (১৯৬২), বা কোড (কখগ*)। প্রশিক্ষণার্থীগণের এই নম্বর বা কোডটি মনে রাখা খুবই গুরুত্বপূর্ণ, কারণ তাদের প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন পত্রের উপরে ঠিক একই নম্বর/কোড লিখতে হবে। প্রাক প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন পরিচালনা করার সময় প্রশিক্ষণের সময়সূচির কপিতে তাদের নম্বর/কোডটি লিখে রাখতে পরামর্শ দিন যেন তারা ভুলে না যান।

প্রশিক্ষণ শেষে প্রশিক্ষণার্থীদের একটি প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন ফর্ম পূরণ করতে হবে। এই মূল্যায়ন ফর্মটি প্রতিবার্তা (ফিডব্যাক) নেওয়ার একটি গুরুত্বপূর্ণ অংশ এবং প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশিক্ষণের চাহিদাগুলোকে আরও ভালভাবে বোঝার এবং ভবিষ্যতে প্রশিক্ষণকে কীভাবে উন্নত করা যেতে পারে সে সম্পর্কে অনেক তথ্য দেবে। প্রশিক্ষণ শেষ হওয়ার পরে, প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন ফর্মগুলো পড়তে কমপক্ষে আধ ঘন্টা সময় নিন। যেখানে রেটিংগুলো তুলনামূলকভাবে কম ছিল সেই প্রশ্নগুলোতে ফোকাস করুন এবং ভবিষ্যতে কীভাবে এই দিকগুলোকে শক্তিশালী করা যেতে পারে সে দিক দিয়ে চিন্তা করুন। "আমরা কীভাবে এই প্রশিক্ষণটি উন্নত করতে পারি?"- এর উত্তরে পাওয়া পরামর্শগুলো কাজে লাগানোর উপায় সম্পর্কে চিন্তা করুন, বিশেষ করে যদি একাধিক প্রশিক্ষণার্থী একই উত্তর দেন।

প্রয়োজনীয় উপকরণ

- প্রশিক্ষক ম্যানুয়াল
- প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়াল
- প্রতিটি মডিউলের সাথে পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড
- পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড দেখানোর জন্য ল্যাপটপ কম্পিউটার, প্রজেক্টর ও স্ক্রীন (সম্পূর্ণ প্রশিক্ষণের জন্য)
- প্রশিক্ষণার্থীদের হ্যান্ডআউট ও প্রশিক্ষক উপকরণ (প্রতিটি মডিউলের শেষে আছে)
- ফ্লিপচার্ট পেপারস, ইজেল ও মার্কার
- ইনডেক্স কার্ড
- স্টিকি নোট/পোস্ট-ইট নোট
- কলম ও কাগজ

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক আলোচনা

উন্মুক্ত ও পক্ষপাতহীন আলোচনার জন্য প্রশিক্ষকদের:

- প্রশিক্ষণার্থীদের নিজস্ব অনুমান ও দৃষ্টিভঙ্গি বিবেচনা করুন। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কে আপনার নিজস্ব মতামত এবং কেন আপনি এভাবে ভাবছেন তা বিবেচনা করার জন্য সময় নিন।
- নিরপেক্ষ ভাষা ব্যবহার করার অভ্যাস করুন (এতে জেন্ডার-নিরপেক্ষ ভাষা অন্তর্ভুক্ত) এবং "সঠিক" বা "ভুল" আচরণ বিচার করা এড়িয়ে চলুন। প্রশিক্ষণার্থীরা এমন গল্প শেয়ার করতে পারে যা প্রমাণ ভিত্তিক নয়। তাদের গল্প বলার জন্য এবং সততার জন্য তাদের প্রশংসা করা গুরুত্বপূর্ণ যাতে তারা প্রশিক্ষণের সময় খোলাখুলি মতামত ব্যক্ত করতে এবং জ্ঞান বৃদ্ধি করতে পারে।

একটি অংশগ্রহণমূলক অধিবেশনে প্রশিক্ষকের ভূমিকা হল একজন পরামর্শকের মত, কর্তৃত্ব করা নয়। প্রশিক্ষণটি এমন হওয়া উচিত যেন শেখার যাত্রা শুরু, এবং প্রশিক্ষণার্থী ও প্রশিক্ষকরা একই লক্ষ্য অর্জনে নিয়েজিত থাকে-- শুধু প্রশিক্ষকদের কাছ থেকে প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে প্রশিক্ষণের সময় তথ্য সরবরাহ নয়। যদিও ম্যানুয়ালটিতে সব বিষয় অন্তর্ভুক্ত আছে, তবুও প্রশিক্ষকের উচিত প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে একটি অংশগ্রহণমূলক আলোচনার পরিবেশ তৈরি করা।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা আলোচনার জন্য নীতিমালা

প্রশিক্ষণ শুরু করার আগে প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে একত্রে অনুসরণীয় দলীয় নিয়ম/নীতিমালা নির্দিষ্ট করে নিন। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার বিষয়ে সংবেদনশীল প্রকৃতির কারণে নিম্নোক্ত বিষয়গুলোর উপর জোর দেওয়া উচিত:

- প্রশিক্ষণার্থীদের গোপনীয়তা ও বিশ্বস্ততা বজায় রাখা
- প্রশিক্ষণের সময় পক্ষপাতহীন ভাষা ব্যবহার করা
- প্রতিক্রিয়া ও আবেগ প্রকাশের সুযোগ দেওয়া
- যখন আপনি কিছু জানেন না তা স্বীকার করা
- একে অপরের সাথে সম্মানের সাথে আচরণ করা
- প্রত্যেকের কথা বলার সুযোগ তৈরি করা
- সহিংসতার ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতার স্বীকৃতি এবং প্রশিক্ষণার্থীদের তাদের নিজস্ব কর্মক্ষেত্রে রেফারেলের সম্ভাবনা

প্রশিক্ষণ কক্ষের যে স্থানে প্রশিক্ষণার্থীরা দেখতে পাবেন নীতিমালাগুলো সেখানে দেয়ালে টাঙ্গিয়ে দিন এবং প্রশিক্ষণের সময় সেগুলো দেখার অভ্যাস করুন।

প্রস্তুতিমূলক কাজ

এই ম্যানুয়ালের প্রতিটি মডিউলে বিভিন্ন অধিবেশনের জন্য অগ্রিম প্রস্তুতি সম্পর্কে তথ্য রয়েছে। প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটর বা সহ-প্রশিক্ষকদের প্রশিক্ষণের আগে থেকেই এই ম্যানুয়ালের সমস্ত বিষয়ের সাথে নিজেকে পরিচিত করা উচিত।

প্রশিক্ষণের পরিকল্পনা ও বাস্তবায়নের জন্য প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটর এবং সহ-প্রশিক্ষকদের সহায়তা করার জন্য প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটি তৈরি করা হয়েছে। প্রতিটি মডিউলের শুরুতে আপনি শেখার উদ্দেশ্য, পদ্ধতি, প্রয়োজনীয় উপকরণ, তথ্য, অগ্রিম প্রস্তুতি এবং মডিউল/অধিবেশনের সময় দেখতে পাবেন (প্রতীক নির্দেশিকা দেখুন)। প্রতিটি অধিবেশন ও অনুশীলনের মধ্যে সেই অনুশীলনের জন্য প্রয়োজনীয় আনুমানিক সময়ও অন্তর্ভুক্ত থাকে।

প্রশিক্ষণ পরিচালনা করার আগে সূচনা পর্বটি মনোযোগ সহকারে পড়তে হবে। বয়স্ক শিখনের নীতিগুলো পর্যালোচনা করুন, প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরদের জন্য পরামর্শ, প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরদের ভূমিকার বর্ণনা, প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটর চেকলিস্ট, এবং সময় পরিচালনা, কঠিন প্রশিক্ষণার্থীদের পরিচালনা এবং কার্যকরভাবে যোগাযোগ করার পদ্ধতিগুলো জানুন। তারপরে প্রতিটি মডিউল অধ্যয়ন করুন, কারিগরী বিষয়গুলো বুঝতে পেরেছেন কিনা তা নিশ্চিত করুন, অনুশীলনগুলো পর্যালোচনা করুন, আগাম প্রস্তুতির প্রয়োজনে অনুশীলনগুলো নোট করুন এবং প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার চেষ্টা করুন।

প্রতিটি মডিউলে অনুশীলন অন্তর্ভুক্ত, যেমন বড় দল ভিত্তিক আলোচনা, কেস স্টাডি, ছোট দল ভিত্তিক অনুশীলন ও রোল প্লে। প্রতিটি অনুশীলনের জন্য প্রস্তাবিত সময়সীমাসহ নির্দেশনা অনুশীলন নির্দেশাবলীতে পাওয়া যাবে।

- ✓ নমনীয় হন; প্রশিক্ষণার্থীদের চাহিদা এবং প্রশিক্ষণের সময়ের সাথে খাপ খাইয়ে নিতে অনুশীলন বা আলোচ্যসূচির ক্রম পরিবর্তন করতে পারেন।
- ✓ প্রশিক্ষণের আগে পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইডগুলোকে কয়েকবার পর্যালোচনা করে এবং মডিউলের বিষয়বস্তুর সাথে তুলনা করে প্রস্তুতি নিন। এমনকি আপনি সহকর্মীদের সাথে বা শুধুমাত্র আপনার নিজের জন্য একটি সেশন একটি মডিউল উপস্থাপন করে অনুশীলন করতে পারেন। আপনি যত ভালভাবে বিষয়বস্তু জানবেন, শেখার পদ্ধতিগুলো বুঝবেন এবং কম্পিউটার সরঞ্জাম ও প্রজেক্টরে দক্ষতা অর্জন করবেন, আপনি তত বেশি আত্মবিশ্বাসী হবেন।
- ✓ স্থানীয় বিষয়বস্তু ও প্রাসঙ্গিকতা নিশ্চিত করতে, বিশেষ করে কেস স্টাডি এবং রোল প্লে পর্যালোচনা করুন।
- ✓ স্থানীয় বিষয়বস্তু প্রতিফলিত করার জন্য কেস স্টাডি অপসারণ বা পরিবর্তন করা যেতে পারে।
- ✓ সাধারণ স্থানীয় নামগুলো প্রতিফলিত করতে নামগুলো পরিবর্তন করা যেতে পারে এবং করা উচিত।
- ✓ প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটররা স্থানীয় পরিসংখ্যান, সাংস্কৃতিক অনুশীলন, সামাজিক ঐতিহ্য, এবং সাধারণ স্বাস্থ্য সমস্যাগুলোর উপর ভিত্তি করে নতুন কেস স্টাডি যোগ করতে পারেন।
- ✓ পাওয়ার পয়েন্ট উপস্থাপনা ও অধিবেশন পর্যালোচনা করুন।
- ✓ সেশনের জন্য প্রয়োজনীয় সমস্ত প্রশিক্ষণার্থীদের হ্যান্ডআউট এবং প্রশিক্ষক উপকরণগুলো প্রিন্ট করুন।
- ✓ যেকোন অতিরিক্ত প্রয়োজনীয় উপকরণ হাতের কাছে রাখুন।

কিছু সেশনের জন্য প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটররা যা বিবেচনা করতে পারেন:

- ✓ আগে থেকেই লেখা কিছু তথ্য দিয়ে ফ্লিপচার্ট তৈরি করা।
- ✓ নির্দিষ্ট কাজের জন্য জায়গা দেওয়া বা প্রশিক্ষণের স্থান পুনর্বিন্যাস করা।
- ✓ স্থানীয় আইন, নীতি বা প্রসঙ্গে কিছু অতিরিক্ত গবেষণা করা এবং প্রস্তুতি নেওয়া।

✓	প্রতিটি মডিউল শুরু করার আগে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো সম্পূর্ণ করুন
	পাঠ্যক্রমের উদ্দেশ্য, কারিগরি বিষয়াবলী এবং শিক্ষাদানের অনুশীলনগুলো পড়ুন।
	প্রশিক্ষকের নির্দেশ অনুসারে প্রতিটি অনুশীলনের জন্য প্রস্তুতি গ্রহণ করুন।
	প্রয়োজনীয় উপকরণ যোগাড় ও প্রস্তুত করুন।
	দলগত আলোচনার সুবিধার্থে বিষয়বস্তু এবং পরামর্শগুলো পড়ুন। আপনার নিজের প্রশ্ন বা টিপস যোগ করুন যা প্রশিক্ষণার্থীদের অংশগ্রহণ নিশ্চিত করতে এবং মূল বার্তাগুলো যা আলোচনা করা হয়েছে তা নিশ্চিত করতে সহায়তা করবে।
	পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইডগুলো পর্যালোচনা করুন এবং তাদের বিষয়বস্তুর সাথে পরিচিত হন। কম্পিউটার ও প্রজেক্টর ব্যবহার করে অনুশীলন করুন এবং স্লাইডগুলো ব্যবহার করে কারিগরী বিষয়গুলো উপস্থাপনের অনুশীলন করুন। নিজে থেকে অনুশীলন করুন বা এমন বন্ধু বা সহকর্মীদের খুঁজুন যারা " প্রশিক্ষণার্থী" হতে ইচ্ছুক।
	অনুশীলন! দলগত অনুশীলন ব্যাখ্যা করা বা প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে মতামত পাওয়া সবসময় সহজ নয়। এগিয়ে চিন্তা করে এবং কৌশল তৈরি করে প্রস্তুতি নিন। জটিল অনুশীলন বা আলোচনার জন্য, সহ-প্রশিক্ষকের সহায়তা কামনা করতে পারেন।
	সময় পর্যবেক্ষণ এবং সময়সূচী পালন করার জন্য একটি পরিকল্পনা করুন।
	চ্যালেঞ্জিং প্রশিক্ষণার্থীদের মোকাবিলা করার জন্য একটি পরিকল্পনা করুন।
	ছোট দল তৈরির জন্য একটি কৌশল বেছে নিন। যদি এটি দিনে একাধিকবার করা হয়, যদি দলগুলো একই না রাখতে চান, প্রতিটি উদাহরণের জন্য একটি ভিন্ন পদ্ধতি বেছে নিন।
	প্রশিক্ষণের আগে প্রশিক্ষণার্থীদের সম্পর্কে আপনি কী করতে পারেন তা শিখুন (উদাহরণস্বরূপ, তাদের কাজের জায়গা, ভূমিকা, দায়িত্ব, দক্ষতা ও অভিজ্ঞতা)। এই প্রচেষ্টা পুরো প্রশিক্ষণ ব্যাপী চলবে।

নিজেকে ও আপনার প্রশিক্ষণ দলকে জিজ্ঞাসা করুন: আমরা কি দুই দিনের জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ শুরু করতে প্রস্তুত? হ্যাঁ/না

আপনার উত্তর যদি "না" হয়, তাহলে অনুগ্রহ করে ম্যানুয়াল নির্দেশাবলী আবার মনোযোগ সহকারে পড়ুন।

বয়স্ক শিখনের (adult learning) মূলনীতি[৯]

- **সম্মান** - বয়স্ক প্রশিক্ষণার্থীদের অবশ্যই সম্মান করতে হবে এবং সমান মনে করতে হবে।
- **নিশ্চিতকরণ-** বয়স্ক প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশংসা করতে হবে, এমনকি ছোট প্রচেষ্টার জন্য হলেও।
- **অভিজ্ঞতা-** বয়স্ক প্রশিক্ষণার্থীরা তাদের নিজস্ব জ্ঞান ও অভিজ্ঞতার উপর ভিত্তি করে আলোচনা থেকে সবচেয়ে ভালো শেখে।
- **প্রাসঙ্গিকতা** - শিখন অবশ্যই বয়স্কদের কাজ, পরিবার বা বাস্তব জীবনের চাহিদা পূরণের উদ্দেশ্যে হতে হবে।
- **কথোপকথন** - শেখানো ও শিখন উভয় দিকেই হতে হবে, যাতে প্রশিক্ষণার্থীরা প্রশিক্ষকের সাথে কথোপকথনে অংশগ্রহণ করে।
- **অংশগ্রহণ-** বয়স্ক প্রশিক্ষণার্থীদের অবশ্যই বিভিন্ন উপাদানের মাধ্যমে কথোপকথন, আলোচনা এবং সহকর্মীদের থেকে শেখার ব্যবস্থা করতে হবে।
- **তাৎক্ষণিকতা-** বয়স্ক প্রশিক্ষণার্থীদের নতুন শিখন প্রয়োগ করতে সক্ষম হতে হবে।
- **২০-৪০-৮০ নিয়ম-** বয়স্ক প্রশিক্ষণার্থীরা সাধারণত যা শোনে তার ২০%, যা শোনে ও দেখে তার ৪০% এবং যা শোনে, দেখে ও করে তার ৮০% মনে রাখে।
- **চিন্তাভাবনা, অনুভূতি ও ক্রিয়া** - শেখা আরও কার্যকর হয় যখন এতে চিন্তা, অনুভূতি (আবেগ) ও ক্রিয়া (করে দেখানো) জড়িত থাকে।
- **নিরাপত্তা ও স্বাচ্ছন্দ্য** - বয়স্ক প্রশিক্ষণার্থীদের অংশগ্রহণ করতে এবং শিখতে নিরাপত্তা ও স্বাচ্ছন্দ্য দিতে হবে। তাদের বোঝাতে হবে যে তাদের ধারণা ও অবদানকে উপহাস বা অবজ্ঞা করা হবে না।

এই ম্যানুয়ালটি অংশগ্রহণমূলক পদ্ধতিতে শেখার জন্য উপযোগী করে তৈরি। অধিবেশনগুলো কার্যকর অনুশীলন, আলোচনা এবং ছোট দলগত কাজের মাধ্যমে শেখার সুযোগ করে দেবে। অংশগ্রহণমূলক শেখার পদ্ধতিগুলো অভিজ্ঞতা বিনিময়, সমালোচনামূলক বিশ্লেষণ এবং সমষ্টিগত সমস্যা সমাধানের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধিতে সহায়তা করবে।

[9] Partners in Health (PIH), Training of Trainers: A manual for training facilitators in participatory teaching techniques (Boston: PIH, 2011).

প্রশিক্ষণে যা করা যাবে এবং যা করা যাবে না

যেকোনো শিখন অধিবেশনে প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরদের নিচে উল্লেখিত বিষয়গুলো সব সময় মনে রাখা উচিত:

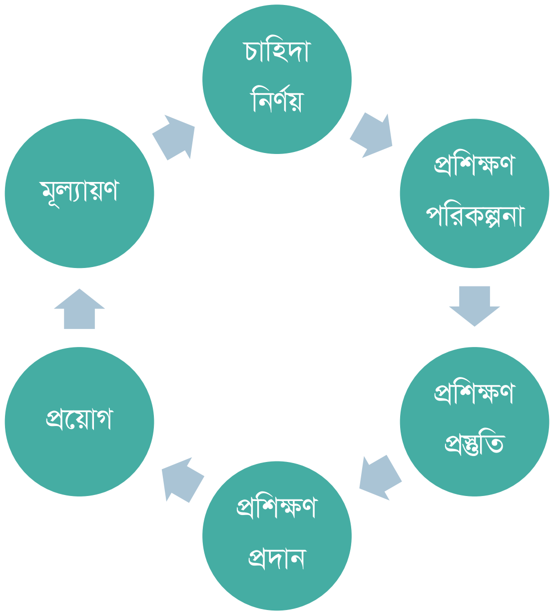
যা করা যাবে:

- ✓ চোখে চোখ রেখে কথা বলা
- ✓ আগে থেকেই প্রস্তুতি নেওয়া
- ✓ আলোচনায় প্রশিক্ষণার্থীদের জড়িত করা
- ✓ যেখানে সম্ভব সচিত্র উপকরণ ব্যবহার করা
- ✓ স্পষ্টভাবে, জোরে ও ধীরে ধীরে কথা বলা
- ✓ প্রশ্ন করতে উৎসাহিত করা
- ✓ উত্তর না জানলে স্বীকার করা এবং এটি পুনরায় দেখার প্রতিশ্রুতি দেওয়া
- ✓ প্রতিটি সেশনের শেষে রিক্যাপ করা
- ✓ একটি বিষয়ের সাথে পরবর্তী বিষয়ের যোগাযোগ স্থাপন করা
- ✓ অংশগ্রহণে উৎসাহিত করা
- ✓ বোধগম্য ও সুস্পষ্টভাবে লেখা
- ✓ সারসংক্ষেপ বলা
- ✓ প্রশিক্ষণার্থীদের প্রতিক্রিয়া প্রতিফলিত করার সুযোগ দেওয়া
- ✓ সময় ব্যবস্থাপনা সঠিকভাবে প্রয়োগ করা
- ✓ গঠনমূলক ও ইতিবাচক প্রতিবার্তা দেওয়া
- ✓ প্রশিক্ষণার্থীদের শারীরিক ভাষা এবং অংশগ্রহণের স্তর সম্পর্কে সচেতন থাকা
- ✓ স্পষ্ট নির্দেশনা প্রদান করা
- ✓ আপনার নির্দেশাবলী বোঝা যাচ্ছে কিনা তা পরীক্ষা করে দেখা।
- ✓ মূল্যায়ন করা এবং প্রশিক্ষণ চলাকালীন প্রশিক্ষণার্থীদের চাহিদার সাথে সামঞ্জস্য বজায় রাখা
- ✓ ধৈর্যশীল, বোধগম্য ও সহানুভূতিশীল হওয়া

যা করা যাবে না:

- ✗ ফ্লিপচার্ট বা স্লাইড উপস্থাপনার সময় কথা বলা
- ✗ ভিজ্যুয়াল এইডস ঢেকে দেয়া
- ✗ এক জায়গায় দাঁড়িয়ে থাকা (ঘরের চারপাশে চলাফেরা করলে প্রশিক্ষণের সহায়ক হবে)।
- ✗ প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্ন, মন্তব্য বা প্রতিক্রিয়া উপেক্ষা করা
- ✗ কাউকে অংশগ্রহণ করতে বাধ্য করা
- ✗ প্রশিক্ষণার্থীদের প্রতি চিৎকার বা সমালোচনা করা
- ✗ প্রশিক্ষণার্থীদের বিশ্বাস বা মতামত উপেক্ষা করা
- ✗ ভুল, পক্ষপাতদুষ্ট বা পূর্বসিদ্ধান্তমূলক বিবৃতি মনে হলে তা সংশোধন না করা
- ✗ চ্যালেঞ্জিং প্রশিক্ষণার্থীকে কথোপকথনে আধিপত্য বিস্তার করতে দেওয়া

প্রশিক্ষণ সাইকেল



কার্যকর প্রশিক্ষণের জন্য নিম্নলিখিত বিষয়গুলো মনে রাখবেন:

- প্রশিক্ষণ প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে সরাসরি ("হ্যান্ডস-অন") বা কার্যকর যোগাযোগের মাধ্যমে একটি নির্দিষ্ট দক্ষতা অর্জন করতে সহায়তা করে।
- প্রশিক্ষণের প্রয়োজনীয়তা অনুযায়ী এর চাহিদা পূরণ করার জন্য সর্বোত্তম ভাবনা/জ্ঞান ও দক্ষতার ভিত্তিতে অধিবেশনগুলো ডিজাইন করা গুরুত্বপূর্ণ।
- পুরো প্রশিক্ষণ প্রক্রিয়াটি ব্যবহারিক ও প্রায়োগিক ভিত্তিতে হওয়া উচিত যাতে প্রশিক্ষণার্থীরা তাদের নতুন জ্ঞান ও দক্ষতা বাস্তব কাজের পরিস্থিতিতে প্রয়োগ করতে পারে।
- প্রশিক্ষণ হল প্রশিক্ষনার্থীদের জ্ঞান, পারদর্শিতা ও দক্ষতার একটি ধারাবাহিক প্রয়াস, তাই প্রশিক্ষকদের ভূমিকা হল তাদের ইচ্ছা ও আকাঙ্ক্ষার প্রতিফলন ঘটানো।

একটি দল হিসাবে প্রশিক্ষণের জন্য টিপস

অন্য প্রশিক্ষক/ ফ্যাসিলিটেটরের সাথে একটি মডিউল উপস্থাপনার পরিকল্পনা করার সময়, আপনার ভূমিকা স্পষ্ট করতে নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলো নিয়ে আলোচনা করুন:

- আপনি মডিউলের কোন অংশগুলো নিয়ে কাজ করতে চান?
- কোন অংশ আপনি আপনার সহকর্মীকে দিতে চান?
- আপনার প্রশিক্ষণের ধরন কী ধরণের? আপনার প্রশিক্ষণের ধরন আপনার সহকর্মীর থেকে কীভাবে আলাদা?
- কোন ধরণের সমস্যা দেখা দিতে পারে? কীভাবে আপনি ও আপনার সহকর্মী নিশ্চিত করবেন যে আপনারা একসাথে ভালভাবে কাজ করবেন?
- যখন কেউ উপস্থাপনা করছে, আপনি ও আপনার সহকর্মী তখন কথা বলার জন্য কোন ধরণের সংকেত ব্যবহার করবেন?
- আপনি কীভাবে প্রশিক্ষণ চালিয়ে যাবেন?
- আপনি কীভাবে প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশ্ন করবেন?
- আপনি কীভাবে আপনার বিভিন্ন উপস্থাপনার মধ্যে পরিবর্তন করবেন?
- কীভাবে আপনি বিরতি থেকে সময়মত প্রশিক্ষণার্থীদের ক্লাসে ফিরিয়ে আনবেন?

প্রশিক্ষণ সূচি

প্রথম দিন	সময়
মডিউল ০: প্রশিক্ষণ সূচনা	
অধিবেশন ০-১: ভূমিকা, দলের নিয়ম এবং প্রাক মূল্যায়ন	৩০ মিনিট
সময়	৩০ মিনিট
মডিউল -১: জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা	
অধিবেশন ১-১: পরিবার পরিকল্পনা সেবায় জেন্ডার	১ ঘন্টা ৩০ মিনিট
অধিবেশন ১-২: পরিবার পরিকল্পনা সেবার সাফল্য ও ব্যর্থতায় জেন্ডার প্রসঙ্গ	১ ঘন্টা
সময়	২ ঘন্টা ৩০ মিনিট
মডিউল -২: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মূল ভিত্তি	
অধিবেশন ২-১: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কে ধারণা	৪৫ মিনিট
অধিবেশন ২-২: পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার-ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকি বিশ্লেষন	৪৫ মিনিট
অধিবেশন ২-৩: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধে ও সচেতনতায় পুরুষের সম্পৃক্ততা	৩০ মিনিট
অধিবেশন ২-৪: কিশোর ও যুবকদের জেন্ডার-ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কে ধারণা	১ ঘন্টা ১০ মিনিট
অধিবেশন ২-৫: প্রথম দিনের কর্মসূচির সারসংক্ষেপ পূনরালোচনা	৪০ মিনিট
মডিউলের মোট সময়	**৩ ঘন্টা ৫০ মিনিট**
প্রথম দিনের মোট প্রশিক্ষণ সময়	**৬ ঘন্টা ৫০ মিনিট**

দ্বিতীয় দিন	সময়
মডিউল ৩: পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন	
অধিবেশন ৩-১: পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ে কাউন্সেলিং	১ ঘন্টা ৩০ মিনিট
অধিবেশন ৩-২: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রকাশ করার প্রেক্ষিতে সেবা প্রদানকারীর প্রতিক্রিয়া	১ ঘন্টা
অধিবেশন ৩-৩: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা রেফারেল	১ ঘন্টা ৩০ মিনিট
মডিউলের মোট সময়	**৪ ঘন্টা**
মডিউল ৪: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঘটনা রেকর্ডিং, ডকুমেন্টেশন ও রিপোর্টিং	
অধিবেশন ৪-১: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক ঘটনার আইনগত দিক, গোপনীয়তা রক্ষা ও রিপোর্ট তৈরি	৪৫ মিনিট
মডিউলের মোট সময়	**৪৫ মিনিট**
মডিউল ৫: সমাপনী	
অধিবেশন ৫-১: সমাপনী অধিবেশন ও প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন	১ ঘন্টা ৩০ মিনিট
মডিউলের মোট সময়	**১ ঘন্টা ৩০ মিনিট**
দ্বিতীয় দিনের মোট প্রশিক্ষণ সময়	**৬ ঘন্টা ১৫ মিনিট**
মোট প্রশিক্ষণ সময়	**১৩ ঘন্টা ০৫ মিনিট**

দ্রষ্টব্য: মধ্যাহ্নভোজন বা অন্যান্য বিরতি অন্তর্ভুক্ত নয় (দুই দিনের জন্য দুই ঘন্টা)

মডিউল ০: প্রশিক্ষণ সূচনা

প্রশিক্ষণ সূচনার মডিউলটি প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্য ও পদ্ধতিসহ একটি প্রাথমিক ধারণা প্রদান করবে। এছাড়াও এটি পরস্পরকে সম্মান জানানোর এবং প্রশিক্ষণে সক্রিয় অংশগ্রহণের জন্য একটি সুষ্ঠু পরিবেশ তৈরি করবে। এই মডিউলটিতে একটি প্রাক-মূল্যায়ণ পর্ব অন্তর্ভুক্ত আছে। প্রাক-মূল্যায়ণের উদ্দেশ্য প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞান যাচাই নয় বরং প্রশিক্ষকরা যেন প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞানের পরিধি বিচার করে প্রশিক্ষণ পরিচালনা করতে পারে সে জন্য তৈরি হওয়া। এটি প্রশিক্ষণের শেষে প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়নের ফলাফলের সাথে তুলনা করে প্রশিক্ষণার্থীদের জ্ঞানের পরিবর্তন পরিমাপ করতে সহায়তা করবে।

মডিউলের মোট সময়: ৩০ মিনিট

- অধিবেশন ০-১: ভূমিকা, দলের নিয়ম এবং প্রাক মূল্যায়ন

শিখন উদ্দেশ্য

মডিউল শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা:

- একে অপরকে জানতে সক্ষম হবেন
- এই প্রশিক্ষণের সামগ্রিক লক্ষ্য এবং উদ্দেশ্য সম্পর্কে একটি স্পষ্ট ধারণা অর্জন করতে পারবেন
- প্রশিক্ষণের জন্য নিয়ম ও নীতিমালার সাথে একমত হতে পারবেন
- প্রাক-মূল্যায়ণের মাধ্যমে প্রশিক্ষণ-পূর্ব জ্ঞান যাচাই করতে পারবেন।

পদ্ধতি

- উপস্থাপনা
- মূল্যায়ন

প্রয়োজনীয় উপকরণ

- ফ্লিপচার্ট ও মার্কার
- প্রশিক্ষকের পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড ডেক ১
- সূচক কার্ড
- উপকরণ ১: প্রাক-মূল্যায়ন
- প্রশিক্ষণার্থীদের তালিকা
- নাম ট্যাগ

অগ্রিম প্রস্তুতি

- স্লাইড এবং প্রশিক্ষণের বিষয়বস্তু পর্যালোচনা করা
- প্রশিক্ষণ কক্ষ প্রস্তুত করা

অধিবেশন ০-১: ভূমিকা, দলের নিয়ম ও প্রাক মূল্যায়ন

৩০ মিনিট

অনুশীলন ১: স্বাগতম

স্বাগতম ও প্রশিক্ষক পরিচিতি (৫ মিনিট)

প্রশিক্ষক নোট

প্রশিক্ষণ কক্ষটি নিম্নরূপ প্রস্তুত করুন:

- প্রজেকশন সরঞ্জাম কাজ করছে এবং প্রথম দিনের স্লাইড কম্পিউটারে খোলা যায় কিনা নিশ্চিত করুন
- দুটি ফ্লিপ চার্ট প্রস্তুত রাখুন। একটিতে স্বাগত বার্তা লিখুন। অন্যটিতে প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর প্রবেশের সময় উপকরণ নিতে নির্দেশনা লিখুন
- ফ্লিপ চার্টের একটির দ্বিতীয় পৃষ্ঠায় এই ম্যানুয়ালটির পৃষ্ঠা ১২-এ নির্দেশিত নীতিমালা (গ্রাউন্ড রুলস) লিখুন
- প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়াল, প্রি-টেস্টের কপি, নাম ট্যাগ, একটি রেজিস্ট্রেশন শীট এবং ইনডেক্স কার্ডগুলো প্রশিক্ষণ কক্ষের প্রবেশপথে একটি টেবিলে রাখুন
- টেবিলের উপর প্রত্যাশা কার্ডের জন্য নির্দেশনা প্রস্তুত করুন এবং কার্ড রাখুন

প্রশিক্ষণার্থীদের একটি কার্ডে প্রশিক্ষণের জন্য ১-২টি প্রত্যাশা লিখতে হবে এবং একজন ফ্যাসিলিটেটরের কাছে হস্তান্তর করতে হবে।

ধাপ ১

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তাদের আসন গ্রহণ করতে বলুন এবং অভিবাদন করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যাশা কার্ড পূরণ করতে বলুন এবং ফ্যাসিলিটেটরকে দিয়ে দিন।

স্বাগত জানানো এবং পরিচিতি চলাকালীন একজন ফ্যাসিলিটেটরকে ঘুরে ঘুরে বাকী কার্ডগুলো সংগ্রহ করতে হবে।

ধাপ ২

প্রশিক্ষণ কক্ষে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে স্বাগত জানান এবং প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে নিজেকে এবং সব ফ্যাসিলিটেটরদের পরিচয় করিয়ে দিন।

ধাপ ৩

ফ্লিপ চার্টের নীতিমালা পৃষ্ঠায় যান এবং এই প্রশিক্ষণের জন্য নীতিমালা পর্যালোচনা করুন। দলে অনুরোধ/পরামর্শ করার জন্য কোনো প্রশিক্ষণার্থীর অন্য কোনো রুলস বা নিয়ম যোগ করার আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করুন।

অনুশীলন ২: উপস্থাপনা

লক্ষ্য, উদ্দেশ্য, ও শিখন ফলাফল (৫ মিনিট)

ধাপ ১

পাওয়ার পয়েন্ট **স্লাইড ২-৫** উপস্থাপন করুন।

স্লাইড ৫ উপস্থাপন করার সময় নিম্নলিখিত বিষয়টি ব্যাখ্যা করুন:

> *এই প্রশিক্ষণটি পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী হিসাবে আপনার রুটিন কাজের সাথে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবাকে সমন্বিত করার জন্য প্রয়োজনীয় দক্ষতা অর্জনে সহায়তা প্রদানের উদ্দেশ্যে। সন্দেহ হলে খুঁজে বের করুন অথবা বিশেষজ্ঞ সেবা প্রদানকারী বা সেবাকেন্দ্রে রেফার করুন।*

অনুশীলন ৩: মূল্যায়ন

প্রাক মূল্যায়ন (২০ মিনিট)

ধাপ ১

উপকরণ ১: প্রাক মূল্যায়ন বিতরণ করুন।

ধাপ ২

প্রশিক্ষণার্থীদের জানান যে প্রাক মূল্যায়নের উদ্দেশ্য হল ফ্যাসিলিটেটরদের পরবর্তী দুই দিনের অধিবেশনগুলোকে এমনভাবে সাজাতে সাহায্য করা যা তাদের জন্য সবচেয়ে সহায়ক। তাদের জানান যে প্রশিক্ষণের শেষে একটি জ্ঞান যাচাই ও একটি দক্ষতা মূল্যায়ন করা হবে এবং উভয় মিলে প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন সম্পন্ন করা হবে।

প্রশিক্ষক নোট

প্রাক প্রশিক্ষণ বা প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন পত্রে প্রশিক্ষণার্থীদের নাম লিখতে হবে না (এটি বেনামে সম্পূর্ণ করা যেতে পারে)। যেহেতু প্রতিটি প্রশিক্ষণার্থীর প্রশিক্ষণ পরবর্তী পরীক্ষার নম্বরকে তাদের প্রাক-পরীক্ষার নম্বরের সাথে তুলনা করা হবে, তাই প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীকে প্রাক প্রশিক্ষণ পত্রের উপরে একটি অনন্য ৩- বা ৪-সংখ্যার নম্বর বা কোড লিখতে হবে। এটি যেকোনো নম্বর বা কোড হতে পারে, যেমন একটি প্রিয় নম্বর (যেমন ৭৭৭), বা কোড (কখগ*)। প্রশিক্ষণার্থীগণের এই নম্বর বা কোডটি মনে রাখা খুবই গুরুত্বপূর্ণ, কারণ তাদের তাদের প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন পত্রের উপরে ঠিক একই নম্বর/কোড লিখতে হবে। প্রাক প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন পরিচালনা করার সময় প্রশিক্ষণের এজেন্ডা/সিডিউল কপিতে তাদের নম্বর/কোডটি লিখে রাখতে পরামর্শ দিন যেন তারা ভুলে না যান।

দক্ষতা মূল্যায়ন শুধুমাত্র প্রশিক্ষণের শেষে করা হবে, প্রশিক্ষণ চলাকালীন সময়ে নয়।

মডিউল ০ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট

উপকরণ ১: প্রাক প্রশিক্ষণ এবং প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন

প্রশিক্ষণার্থীর কোড: ______________________ তারিখ: ______________

১. **জেন্ডার ও পরিবার পরিকল্পনা সম্পর্কে নীচের প্রতিটি বিবৃতি সত্য হলে "সত্য" অথবা মিথ্যা হলে "মিথ্যা" বৃত্ত দিয়ে চিহ্নিত করুন। (মোট ৫ নম্বর; ০.৫ প্রতিটিতে)**

ক) সত্য / মিথ্যা - সিদ্ধান্ত গ্রহণের এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নেয়ার স্বাধীনতা নারীদের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ এবং তা অব্যাহত রাখার ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে।

খ) সত্য / মিথ্যা - সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে বাধা প্রদান (যেমন কাউকে হুমকি দেওয়া, হয়রানি করা বা কাউকে সন্তান নেওয়ার বা না নেওয়ার জন্য বাধ্য করা) একটি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার রূপ।

গ) সত্য / মিথ্যা - একজন সেবাদানকারীর জন্য জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার লক্ষণগুলো সনাক্ত করা সাধারনত সহজ হয়।

ঘ) সত্য / মিথ্যা - সেবা গ্রহীতা এবং সেবাদানকারীর মধ্যে জেন্ডার সংবেদনশীল মূল নীতিগুলোর একটি হল **“কোনো ক্ষতি করে নয়”**।

ঙ) সত্য / মিথ্যা - জেন্ডার হল পুরুষ এবং নারীদের মধ্যে জৈবিক পার্থক্য।

চ) সত্য / মিথ্যা - জেন্ডার হল পুরুষ এবং নারীদের মধ্যে সামাজ কর্তৃক নির্ধারিত/আরোপিত পার্থক্য।

ছ) সত্য / মিথ্যা - জেন্ডার সমতা এবং ন্যায্যতা শব্দ দুটোর অর্থ একই।

জ) সত্য / মিথ্যা - জেন্ডার বৈষম্য হলো পরিবার পরিকল্পনার জন্য বাধা।

ঝ) সত্য / মিথ্যা - কিশোর এবং যুবা একই বয়সকে বোঝায়।

ঞ) সত্য / মিথ্যা - "৯৯৯" হলো বাংলাদেশের জাতীয় জরুরি সেবার ফোন নম্বর ।

২. **নিচের শব্দ বা বৈশিষ্ট্যগুলো জেন্ডার না জৈবিক লিঙ্গ কোনটি বোঝায়? সঠিক উত্তরে টিক চিহ্ন দিন। (২ নম্বর)**

	জেন্ডার	জৈবিক লিঙ্গ
ঋতুস্রাব		
নারীদের সবসময় রান্না করা উচিত		
বুকের দুধ খাওয়ানো		
স্বপ্নে বীর্যপাত		
পুরুষরা স্বভাবতই নেতা		
নারীরা গর্ভবতী হতে পারেন		

৩. **“জেন্ডার ন্যায্যতা” এর সংজ্ঞা** (সঠিক উত্তরটি বৃত্তায়িত করুন) (১ নম্বর)

ক) নারী এবং পুরুষের জন্য সমান স্বাধীনতা ও সুযোগ সুবিধা দেয়া

খ) জেন্ডারের কারণে একজন ব্যক্তিকে অবহেলা করা
গ) নারী, পুরুষ এবং অন্যান্য জেন্ডার পরিচয় সম্পন্ন ব্যক্তিদের প্রতি ন্যায্য / ন্যায়বিচার করা
ঘ) নারীদের আইনগত অধিকার দেওয়া

৪. **নিচের কোনটি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের ক্ষেত্রে একজন নারীর পছন্দ এবং ব্যবহারের সক্ষমতাকে প্রভাবিত করতে পারে?** (সঠিক উত্তরটি বৃত্তায়িত করুন) (১ নম্বর)

ক) সহিংসতা অথবা সহিংসতার ভয়
খ) বিয়ের পর পরই প্রজনন ক্ষমতা "প্রমাণ" করার জন্য নারী এবং দম্পতিদের উপর চাপ
গ) প্রজনন স্বাস্থ্য তথ্য সেবা গ্রহণে নারীদের উপর নিষেধাজ্ঞা
ঘ) উপরের সবগুলো

৫. **নারীদের প্রতি সহিংসতা হলো:** (সঠিক উত্তরটি বৃত্তায়িত করুন) (১ নম্বর)

ক) আচরণ সংশোধনের কার্যকর উপায়
খ) সম্পূর্ণ পারিবারিক একটি বিষয়
গ) এমন কোনো কাজ যা জেন্ডার রীতি নীতি বা অসম ক্ষমতার উপর ভিত্তি করে করা হয় এবং যা নারীদের শারীরিক, যৌন বা মানসিক ক্ষতির কারণ হতে পারে
ঘ) উপরের একটিও না

৬. **নিচের কোন বাক্যটি পরিবার পরিকল্পনায় পুরুষদেরকে সম্পৃক্ত করার জন্য উপযুক্ত উপায়?** (সঠিক উত্তর টি বৃত্তায়িত করুন) (১ পয়েন্ট)

ক) পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহাররের বিষয়টি স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে ভাগাভাগি করে নিতে উৎসাহিত করা
খ) পুরুষদেরকে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহাররের গুরুত্ব বোঝানো
গ) তরুণ দম্পতিদের পরিবার পরিকল্পনার সুবিধা বুঝতে সমাজের নেতৃস্থানীয় কর্মকর্তাদের সম্পৃক্ততা
ঘ) উপরের সবগুলো

৭. **নিচের কোন ২টি বিস্তারিত রুপ সঠিক?** (সঠিক উত্তর ২টি বৃত্তায়িত করুন) (১ নম্বর)

ক) REDI: Rural-economic-development-initiative (গ্রামীণ-অর্থনৈতিক-উন্নয়ন-উদ্যোগ)
খ) REDI: Rapport Building – Exploring – Decision Making – Implementing (সুসম্পর্ক তৈরি করা - অন্বেষণ/খুঁজে দেখা - সিদ্ধান্ত গ্রহণ - বাস্তবায়ন)
গ) LIVES: Listen- Inquire- Validate- Enhance safety- Support (শুনুন- জিজ্ঞাসা করুন- যাচাই করুন - নিরাপত্তা বাড়ান - সহায়তা/ সাহায্য)
ঘ) LIVES: Listen- Initiative - Validate- Education - Support (শুনুন- উদ্যোগ - যাচাই করুন - শিক্ষা - সহায়তা/ সাহায্য)

৮. **সত্য /মিথ্যা - বাল্যবিবাহ বলতে একটি মেয়ের বয়স ১৮ বছর হওয়ার আগে বিয়েকে বোঝায়।** (১ নম্বর)

৯. **সত্য/মিথ্যা - ১০৯ হলো - নারী ও শিশুদের প্রতি সহিংসতার জন্য সপ্তাহে ২৪ ঘন্টা খোলা একটি জাতীয় হেল্পলাইন কেন্দ্রের ফোন নাম্বার।** (১ নম্বর)

১০. **নিচের রেফার করার চেকলিস্টে আপনি কোন বাক্যটি ভুল বলে মনে করেন (সঠিক উত্তর টি বৃত্তায়িত করুন)** (১ নম্বর)

ক) সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তিদের সেবা পাবার জন্য ব্যবস্থা ও সহায়তা করা
খ) ব্যক্তির ব্যবস্থাপনার সমন্বয়
গ) সাধ্যের মধ্যে হলে সরাসরি সেবা দান করা
ঘ) গ্রহীতা যেখানে থাকেন তার কাছাকাছি কোনো সেবাকেন্দ্রে রেফার করা

১১. নিচের ঘটনাটিতে কোন ধরণের জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ঘটেছে? (সঠিক উত্তর টি বৃত্তায়িত করুন) (৩ নম্বর)

২৪ বছর বয়সি সুশীলা (ছদ্মনাম) আশুলিয়ার একটি পোশাক কারখানার একজন কর্মী। সুশীলা জানতে পারেন যে তিনি গর্ভবতী। তিনি যথাযথ পদ্ধতি অনুসরণ করে তার সুপারভাইজারকে অবহিত করেন এবং মাতৃত্বকালীন ছুটির অনুমোদনের অনুরোধ করেন। তার সুপারভাইজার একজন ভাল কর্মী হারানো এবং আর্থিক সুবিধা প্রদান করার চিন্তায় কিছুটা বিরক্ত। সুপারভাইজার সুশীলাকে বলে সে যদি এমআর করে তাহলে তার কোন সমস্যা হবে না এবং সে তার পরিবারকে সাহায্য করার জন্য ভালো অর্থ উপার্জন করতে পারবে। এতে সুশীলা বিরক্ত হয় এবং বিষয়টি নিয়ে তার স্বামীর সাথে পরামর্শ করে। তার স্বামী তাকে চাকরি ছেড়ে দিতে বলে, নতুবা সে তাকে বাসে যাতায়াতের টাকা দেওয়া বন্ধ করে দেবে।

ক) সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা গ্রহনে বাধা প্রদান করা
খ) স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতা
গ) কর্মক্ষেত্রে হয়রানি
ঘ) উপরের সবগুলো

স্কোর: /১৮ নম্বর

উপকরণ ২: প্রাক প্রশিক্ষণ এবং প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন উত্তর পত্র

প্রশিক্ষণার্থীর কোডঃ ______________________ তারিখঃ ______________

১. **জেন্ডার ও পরিবার পরিকল্পনা সম্পর্কে নীচের প্রতিটি বিবৃতি সত্য হলে "সত্য" অথবা মিথ্যা হলে "মিথ্যা" বৃত্ত দিয়ে চিহ্নিত করুন। (মোট ৫ নম্বর; ০.৫ প্রতিটিতে)**

ক) সত্য / মিথ্যা - সিদ্ধান্ত গ্রহণের এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নেয়ার স্বাধীনতা নারীদের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ এবং তা অব্যাহত রাখার ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে।

খ) সত্য / মিথ্যা - সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে বাধা প্রদান (যেমন কাউকে হুমকি দেওয়া, হয়রানি করা বা কাউকে সন্তান নেওয়ার বা না নেওয়ার জন্য বাধ্য করা) একটি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার রূপ।

গ) সত্য / মিথ্যা - একজন সেবাদানকারীর জন্য জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার লক্ষণগুলো সনাক্ত করা সাধারনত সহজ হয়।

ঘ) সত্য / মিথ্যা - সেবা গ্রহীতা এবং সেবাদানকারীর মধ্যে জেন্ডার সংবেদনশীল মূল নীতিগুলোর একটি হল **"কোনো ক্ষতি করে নয়"**।

ঙ) সত্য / মিথ্যা - জেন্ডার হল পুরুষ এবং নারীদের মধ্যে জৈবিক পার্থক্য।

চ) সত্য / মিথ্যা - জেন্ডার হল পুরুষ এবং নারীদের মধ্যে সামাজ কর্তৃক নির্ধারিত/আরোপিত পার্থক্য।

ট) সত্য / মিথ্যা - জেন্ডার সমতা এবং ন্যায্যতা শব্দ দুটোর অর্থ একই।

ছ) সত্য / মিথ্যা - জেন্ডার বৈষম্য হলো পরিবার পরিকল্পনার জন্য বাধা।

জ) সত্য / মিথ্যা - কিশোর এবং যুবা একই বয়সকে বোঝায়।

ঝ) সত্য / মিথ্যা - "৯৯৯" হলো বাংলাদেশের জাতীয় জরুরি সেবার ফোন নম্বর ।

২. **নিচের শব্দ বা বৈশিষ্ট্যগুলো জেন্ডার না জৈবিক লিঙ্গ কোনটি বোঝায়? সঠিক উত্তরে টিক চিহ্ন দিন। (২ নম্বর)**

	জেন্ডার	জৈবিক লিঙ্গ
ঋতুস্রাব		x
নারীদের সবসময় রান্না করা উচিত	x	
বুকের দুধ খাওয়ানো		x
স্বপ্নে বীর্যপাত		x
পুরুষরা স্বভাবতই নেতা	x	
নারীরা গর্ভবতী হতে পারেন		x

৩. **"জেন্ডার ন্যায্যতা" এর সংজ্ঞা** (সঠিক উত্তরটি বৃত্তায়িত করুন) (১ নম্বর)

ক) নারী এবং পুরুষের জন্য সমান স্বাধীনতা ও সুযোগ সুবিধা দেয়া

খ) জেন্ডারের কারণে একজন ব্যক্তিকে অবহেলা করা

গ) নারী, পুরুষ এবং অন্যান্য জেন্ডার পরিচয় সম্পন্ন ব্যক্তিদের প্রতি ন্যায্য / ন্যায়বিচার করা

ঘ) নারীদের আইনগত অধিকার দেওয়া

৪. **নিচের কোনটি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের ক্ষেত্রে একজন নারীর পছন্দ এবং ব্যবহারের সক্ষমতাকে প্রভাবিত করতে পারে?** (সঠিক উত্তরটি বৃত্তায়িত করুন) (১ নম্বর)

ক) সহিংসতা অথবা সহিংসতার ভয়
খ) বিয়ের পর পরই প্রজনন ক্ষমতা "প্রমাণ" করার জন্য নারী এবং দম্পতিদের উপর চাপ
গ) প্রজনন স্বাস্থ্য তথ্য সেবা গ্রহণে নারীদের উপর নিষেধাজ্ঞা
ঘ) উপরের সবগুলো

৫. **নারীদের প্রতি সহিংসতা হলো:** (সঠিক উত্তরটি বৃত্তায়িত করুন) (১ নম্বর)

ক) আচরণ সংশোধনের কার্যকর উপায়
খ) সম্পূর্ণ পারিবারিক একটি বিষয়
গ) এমন কোনো কাজ যা জেন্ডার রীতি নীতি বা অসম ক্ষমতার উপর ভিত্তি করে করা হয় এবং যা নারীদের শারীরিক, যৌন বা মানসিক ক্ষতির কারণ হতে পারে
ঘ) উপরের একটিও না

৬. **নিচের কোন বাক্যটি পরিবার পরিকল্পনায় পুরুষদেরকে সম্পৃক্ত করার জন্য উপযুক্ত উপায়?** (সঠিক উত্তর টি বৃত্তায়িত করুন) (১ পয়েন্ট)

ক) পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহাররের বিষয়টি স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে ভাগাভাগি করে নিতে উৎসাহিত করা
খ) পুরুষদেরকে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহাররের গুরুত্ব বোঝানো
গ) তরুণ দম্পতিদের পরিবার পরিকল্পনার সুবিধা বুঝতে সমাজের নেতৃস্থানীয় কর্মকর্তাদেও সম্পৃক্ততা
ঘ) উপরের সবগুলো

৭. **নিচের কোন ২টি বিস্তারিত রুপ সঠিক?** (সঠিক উত্তর ২টি বৃত্তায়িত করুন) (১ নম্বর)

ক) REDI:Rural-economic-development-initiative (গ্রামীণ-অর্থনৈতিক-উন্নয়ন-উদ্যোগ)
খ) REDI:Rapport Building – Exploring – Decision Making – Implementing (সুসম্পর্ক তৈরি করা - অন্বেষণ/খুঁজে দেখা - সিদ্ধান্ত গ্রহণ - বাস্তবায়ন)
গ) LIVES: Listen- Inquire- Validate- Enhance safety- Support (শুনুন- জিজ্ঞাসা করুন- যাচাই করুন - নিরাপত্তা বাড়ান - সহায়তা/ সাহায্য)
ঘ) LIVES: Listen- Initiative - Validate- Education - Support (শুনুন- উদ্যোগ - যাচাই করুন - শিক্ষা - সহায়তা/ সাহায্য)

৮. সত্য /**মিথ্যা - বাল্যবিবাহ বলতে একটি মেয়ের বয়স ১৮ বছর হওয়ার আগে বিয়েকে বোঝায়।** (১ নম্বর)

৯. সত্য/**মিথ্যা - ১০৯ হলো - নারী ও শিশুদের প্রতি সহিংসতার জন্য সপ্তাহে ২৪ ঘন্টা খোলা একটি জাতীয় হেল্পলাইন কেন্দ্রের ফোন নাম্বার।** (১ নম্বর)

১০. **নিচের রেফার করার চেকলিস্টে আপনি কোন বাক্যটি ভুল বলে মনে করেন (সঠিক উত্তর টি বৃত্তায়িত করুন)** (১ নম্বর)

ক) সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তিদের সেবা পাবার জন্য ব্যবস্থা ও সহায়তা করা

খ) ব্যক্তির ব্যবস্থাপনার সমন্বয়
গ) সাধ্যের মধ্যে হলে সরাসরি সেবা দান করা
ঘ) গ্রহীতা যেখানে থাকেন তার কাছাকাছি কোনো সেবাকেন্দ্রে রেফার করা

১১. নিচের ঘটনাটিতে কোন ধরণের জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ঘটেছে? (সঠিক উত্তর টি বৃত্তায়িত করুন) (৩ নম্বর)

২৪ বছর বয়সি সুশীলা (ছদ্মনাম) আশুলিয়ার একটি পোশাক কারখানার একজন কর্মী। সুশীলা জানতে পারেন যে তিনি গর্ভবতী। তিনি যথাযথ পদ্ধতি অনুসরণ করে তার সুপারভাইজারকে অবহিত করেন এবং মাতৃত্বকালীন ছুটির অনুমোদনের অনুরোধ করেন। তার সুপারভাইজার একজন ভাল কর্মী হারানো এবং আর্থিক সুবিধা প্রদান করার চিন্তায় কিছুটা বিরক্ত। সুপারভাইজার সুশীলাকে বলে সে যদি এমআর করে তাহলে এটা কোন সমস্যা হবে না এবং সে তার পরিবারকে সাহায্য করার জন্য ভালো অর্থ উপার্জন করতে পারবে। এতে সুশীলা বিরক্ত হয় এবং বিষয়টি নিয়ে তার স্বামীর সাথে পরামর্শ করে। তার স্বামী তাকে চাকরি ছেড়ে দিতে বলে, নতুবা সে তাকে বাসে যাতায়াতের টাকা দেওয়া বন্ধ করে দেবে।

ক) সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা গ্রহনে বাধা প্রদান করা
খ) অন্তরঙ্গ অংশীদার কর্তৃক সহিংসতা
গ) কর্মক্ষেত্রে হয়রানি
ঘ) উপরের সবগুলো

স্কোর: /১৮ নম্বর

মডিউল ১: জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা

মডিউলের মোট সময়: ২ ঘন্টা ৩০ মিনিট

- অধিবেশন ১-১: জেন্ডার ভিত্তিক পরিবার পরিকল্পনা সেবা
- অধিবেশন ১-২: পরিবার পরিকল্পনা সেবার সাফল্য ও ব্যর্থতায় জেন্ডার প্রসঙ্গ

শিখন উদ্দেশ্য

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা:

- জেন্ডার, জেন্ডার ন্যায্যতা ও সমতা এবং ক্ষমতা ও সহিংসতার উপর এর প্রভাব সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা অর্জন করবেন
- পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় এবং সমাজে জেন্ডার বৈষম্যের সমস্যা এবং চর্চাগুলো সনাক্ত করতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনার সাফল্য ও ব্যর্থতায় জেন্ডারের ভূমিকা সম্পর্কে ভালভাবে জানতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার মান বৃদ্ধি করার জন্য জেন্ডার বৈষম্য ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার প্রাসঙ্গিকতা বুঝতে পারবেন।

পদ্ধতি

- উপস্থাপনা
- প্রতিফলন
- আলোচনা
- কেস স্টাডি

প্রয়োজনীয় উপকরণ

- ফ্লিপচার্ট ও মার্কার
- প্রশিক্ষক পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড ডেক ১
- কেস স্টাডি ১-৫

অগ্রিম প্রস্তুতি

- স্লাইড এবং প্রশিক্ষণের বিষয়বস্তু পর্যালোচনা করুন

অধিবেশন ১-১: পরিবার পরিকল্পনা সেবায় জেন্ডার

১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা ও প্রতিফলন

সূচনা, উদ্দেশ্য, ও জেন্ডার প্রতিফলন (১৫ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৭-এ শিখন ফলাফলগুলো উপস্থাপন করুন। তথ্যগুলো উপস্থাপন করার পরে মনে রাখবেন:

> *পরিবার পরিকল্পনা সেবায় জেন্ডার-এর উপর একটি আলাদা প্রশিক্ষণ কর্মসূচি আছে। আপনি যদি সেই প্রশিক্ষণ না নিয়ে থাকেন, তাহলে অনুগ্রহ করে আপনার সুপারভাইজার এবং/অথবা সেবাকেন্দ্রের ম্যানেজারের সাথে একটি আসন্ন প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণের বিষয়ে কথা বলতে পারেন।*

ধাপ ২

স্লাইড ৮ দেখান এবং প্রশিক্ষণার্থীদের জিজ্ঞাসা করুন, "আপনার কাছে জেন্ডার মানে কী?"

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তাদের পার্শ্ববর্তী একজনের মুখোমুখি হতে বলুন এবং নিম্নলিখিত তিনটি বিবৃতির উপর ভিত্তি করে মতামত বিনিময় করতে বলুন:

১. এমন সময়ের কথা বলুন যখন আপনি আপনার জেন্ডার সম্পর্কে সচেতন হয়েছেন।

২. এমন একটি সময়ের কথা ভাবুন যখন আপনি আপনার জেন্ডার সম্পর্কে খুশি ছিলেন।

৩. এমন কোনো সময় কি ছিল যখন আপনি আপনার জেন্ডার পরিচয়ের কারণে ভয় পেয়েছিলেন, বা বৈষম্যের শিকার হয়েছিলেন বলে মনে করছেন?

ধাপ ৩

স্লাইড ৯ উপস্থাপন করুন এবং নিম্নলিখিত বিষয়গুলো ব্যাখ্যা করুন:

> *এটা মনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ যে জেন্ডার সামাজিকভাবে নির্মিত এবং জৈবিক লিঙ্গ থেকে পৃথক। জৈবিক লিঙ্গ জিনতত্ত্ব দ্বারা নির্ধারিত হয়। এটি সাধারণত জন্মগত শারীরিক বৈশিষ্ট্যের মাধ্যমে সনাক্ত করা হয়।*

ধাপ ৪

অসমতার উপর **স্লাইড ১০** উপস্থাপন করুন ।

বিশ্বের জনসংখ্যার অর্ধেক নারী। তবুও নারীরা তাদের জীবনকালে ৩ গুণ বেশি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার অভিজ্ঞতার সম্মুখীন হয়। নিম্ন এবং মধ্যম আয়ের দেশগুলোতে জেন্ডার বৈষম্যের ফলে ৬০ বছর বয়সের নীচে নারীদের মধ্যে বছরে আনুমানিক ৩৯ লাখ অতিরিক্ত মৃত্যু ঘটে।[১০,১১]

---

[10] World Bank. World Bank Group Gender Strategy (FY16-23): Gender Equality, Poverty Reduction and Inclusive Growth (Washington, DC: 2015).

[11] World Bank. World Development Report 2012: Gender Equality and Development (Washington, DC: 2011).

অনুশীলন ২: প্রতিফলন

জেন্ডার কুইজ (১০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ১১ উপস্থাপন করুন এবং বলুন: *"তাহলে দেখা যাক জেন্ডার ও জৈবিক লিঙ্গের মধ্যে পার্থক্য আপনি ইতিমধ্যে কতটা জানেন।"*

ধাপ ২

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তাদের প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়াল-এর ১৩ পৃষ্ঠায় জেন্ডার কুইজ পাতায় যেতে বলুন।

অংশগ্রহণকারীদেরকে নীচের প্রতিটি বিবৃতি মনোযোগ সহকারে পড়তে বলুন। তারপর প্রশ্নের উত্তর দিতে উপযুক্ত বাক্সে টিক চিহ্ন দিন। ***এই সমস্যাটি জেন্ডারের সাথে নাকি জৈবিক লিঙ্গের সাথে সম্পর্কিত?***

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে চারটি প্রশ্নের কুইজ শান্তভাবে এবং নিজে নিজে পূরণ করতে নির্দেশ দিন। কয়েক মিনিট পর সঠিক উত্তরগুলো দলীয়ভাবে একসাথে পর্যালোচনা করুন। স্বেচ্ছাসেবকদের কাছে তারা কী উত্তর বেছে নিয়েছেন এবং কেন তা জানুন।

জেন্ডার কুইজ

	সঠিক স্থানে টিক দিন	
	জেন্ডার	জৈবিক লিঙ্গ
১. মায়ের দুধ খাওয়ানোর সময় একজন নারী কিছু অতিরিক্ত ক্যালোরি ও নিরাপদ পানি গ্রহণ করবেন		
২. পরিবারের সম্মান রক্ষার দায়িত্ব শুধুমাত্র পুরুষের		
৩. মাসিকের পরিস্কার পরিচ্ছন্নতা রক্ষার জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণ এবং স্বাস্থ্যসম্মত টয়লেট দরকার		
৪. নারী এবং মেয়েদের এটা দায়িত্ব যেন তারা বিয়ের আগে গর্ভবতী না হয় বা শারীরিক সম্পর্কে জড়িয়ে না যায়।		

প্রশিক্ষক নোট

নিম্নলিখিত বিবৃতিগুলো জেন্ডার কুইজের প্রতিটি উত্তরের সাথে সম্পর্কিত:

১. যেহেতু পুষ্টির চাহিদাগুলো শারীরবৃত্তীয় এবং জীববিজ্ঞান সংশ্লিষ্ট, সে জন্য সেগুলো একজন ব্যক্তির জৈবিক লিঙ্গের সাথে সম্পর্কিত।

২. দায়িত্ব ও সম্মানের ধারণা সমাজ দ্বারা নির্মিত হয় এবং সময়ের সাথে সাথে পরিবর্তিত হয়। এটি একটি জেন্ডার ভিত্তিক আদর্শ।

৩. নারীর শরীরে তাদের জৈবিক লিঙ্গের কারণে মাসিক রক্তস্রাব হয়।

৪. নৈতিকতা, বিবাহ, এবং গর্ভাবস্থার জন্য উপযুক্ত সময়ের ধারণাগুলো এক সংস্কৃতি থেকে অন্য সংস্কৃতিতে পৃথক হয় এবং সময়ের সাথে সাথে পরিবর্তিত হয়। এগুলো জেন্ডার ভিত্তিক সামাজিক মূল্যবোধ।

অনুশীলন ৩: উপস্থাপনা

জেন্ডার ও জৈবিক লিঙ্গ (১৫ মিনিট)

ধাপ ১

জেন্ডার ও জৈবিক লিঙ্গের মধ্যে পার্থক্য সম্পর্কে **স্লাইড ১২** উপস্থাপন করুন, নিম্নলিখিত বিষয়গুলো লক্ষ্য করুন:

জেন্ডার ও জৈবিক লিঙ্গ এক নয়। যদিও জৈবিক লিঙ্গ সাধারণত স্থায়ী ও সর্বজনীন, জেন্ডার রীতিনীতি ও প্রথা এক সমাজ থেকে অন্য সমাজে পরিবর্তিত হয়।

জেন্ডার	জৈবিক লিঙ্গ
এটি সমাজ কতৃর্ক নির্ধারিত দায়িত্ব এবং দৃষ্টিভঙ্গির সাথে জড়িত (যেমন- শ্রম বিভাজন)	শারীরিক এবং জৈবিক বৈশিষ্ট্যের ওপর নির্ভরশীল
জেন্ডারের নিয়মনীতি আরোপিত বা অর্জিত; মানসিকভাবে আমরা একে গ্রহণ করি	জন্মের সময় প্রাকৃতিকভাবে তৈরি
পোষাক ও আচরণের বিভেদ করে	শারীরবৃত্তীয় কার্যক্রম নির্ধারন করে
দেশ, কাল, সমাজ, সংস্কৃতি, দায়িত্ব, দৃষ্টিভঙ্গি, সুযোগ ও চাহিদাভেদে ভিন্ন হয়ে থাকে	পৃথিবীর সকল দেশে, সকল সমাজে, সকল সময়ে একই রকম
এটি সময়ের সাথে পরিবর্তনশীল	সাধারণত অপরিবর্তনীয় (বিশেষ ক্ষেত্রে পরিবর্তনশীল)

জেন্ডারের সাথে সম্পর্কিত কিছু গুরুত্বপূর্ণ শব্দ

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা থেকে:

জেন্ডার বলতে নারী ও পুরুষের সামাজিকভাবে তৈরি হওয়া বৈশিষ্ট্যকে বোঝায়- যেমন রীতি নীতি, কাজ এবং নারী ও পুরুষের বিভিন্ন দলের মধ্যে সম্পর্ক।[১২]

জৈবিক লিঙ্গ সেই জৈবিক বৈশিষ্ট্যগুলোকে বোঝায় যা একজন ব্যক্তিকে নারী বা পুরুষ হিসাবে সংজ্ঞায়িত করে। যদিও জৈবিক বৈশিষ্ট্যগুলো শুধুমাত্র নারী বা পুরুষের তা বলা যাবে না। সমাজে এমন ব্যক্তিরাও রয়েছে যারা উভয় বৈশিষ্ট্যের অধিকারী। জৈবিক বৈশিষ্ট্যগুলো মানব সমাজকে নারী বা পুরুষ হিসাবে পৃথক করে।[১৩]

ইউএসএআইডি, ইন্টার-এজেন্সি জেন্ডার ওয়ার্কিং গ্রুপ (আইজিডব্লিউজি) থেকে:[১৪]

জেন্ডার হল কারো সামাজিক, সাংস্কৃতিক, অর্থনৈতিক ও রাজনৈতিক ভূমিকা যা নারী ও পুরুষ হওয়ার সাথে সম্পর্কিত দায়িত্ব, অধিকার, প্রাপ্য, ও বাধ্যবাধকতা এবং সেইসাথে নারী ও পুরুষের মধ্যে ক্ষমতার সম্পর্ককে বোঝায়। নারী ও পুরুষ বলতে কী বোঝায়, তদসম্পর্কিত প্রত্যাশা এবং সেই প্রত্যাশাগুলো মেনে না চলার জন্য যে নিষেধাজ্ঞা আসে তা বিভিন্ন সংস্কৃতিতে এবং সময়ের সাথে পরিবর্তিত হয় এবং বিভিন্ন জাতি, শ্রেণি, বয়স ও যৌন পরিচয়ের কারণে ভিন্ন ভিন্ন হয়। ট্রান্সজেন্ডার ব্যক্তিরা পুরুষ বা নারী যে হিসাবেই চিহ্নিত হোক না কেন, তারাও একই ধরণের প্রত্যাশা ও নিষেধাজ্ঞার সম্মুখীন হয়।

জৈবিক লিঙ্গ হল নারী, পুরুষ বা আন্তলিঙ্গ হিসাবে মানুষের শ্রেণিবিভাগ। জন্মের সময়, শিশুদের ক্রোমোজোম, হরমোন, অভ্যন্তরীণ প্রজনন অঙ্গ ও যৌনাঙ্গসহ শারীরিক বৈশিষ্ট্যের সমন্বয়ের ভিত্তিতে এই লিঙ্গ নির্ধারণ করা হয়।

পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল-এর সংজ্ঞা:[১৫]

জেন্ডার বলতে নারী, পুরুষ, ছেলে, মেয়ে এবং অন্যান্য জেন্ডার পরিচয়ধারী ব্যক্তি, যেমন ট্রান্সজেন্ডার – প্রত্যেকের জন্য সামাজিকভাবে গ্রহণযোগ্য কিছু ভূমিকা, রীতিনীতি ও আচার আচরণ রয়েছে সেই বিষয়টি বোঝায়। এসব বিষয়গুলো বস্তুত সামাজিকভাবে গড়ে ওঠে যা জাতি, গোত্র, ধর্ম এবং সংস্কৃতি ভেদে অনেকটাই ভিন্ন ভিন্ন হতে পারে। যেমন, সমাজে একটি সাধারণ জেন্ডার রীতি হল বাড়ির বেশির ভাগ কাজ মেয়েরাই করবে।

জৈবিক লিঙ্গ সাধারণত জন্মের সময় নির্ধারিত হয় এবং জৈবিক বৈশিষ্ট্যগুলো মানুষকে নারী, পুরুষ বা আন্তলিঙ্গ হিসাবে সংজ্ঞায়িত করে।

---

[12] WHO. Gender mainstreaming for health managers: a practical approach (Geneva: 2011).

[13] "Sexual health: definitions," WHO, accessed January 20, 2023, https://www.who.int/health-topics/sexual-health#tab=tab_2.

[14] "Handout: Gender-related Terms and Definitions," IGWG, accessed January 23, 2023, https://www.igwg.org/wp-content/uploads/2017/05/HandoutGenderTerms.pdf.

[15] For more information, visit https://www.pathfinder.org/focus-areas/gender/

ধাপ ২

স্লাইড ১৩-১৪ উপস্থাপনা

জেন্ডারের সাথে সম্পর্কিত কিছু গুরুত্বপূর্ণ শব্দ

জেন্ডার রীতি

সামাজিক অবকাঠামো যা পুরুষ ও নারীদের আচরণ বিবেচনা করে জেন্ডারের ভূমিকা গঠনের দিকে পরিচালিত করে এবং সমাজে পুরুষ/ছেলেরা বা নারী/মেয়েরা তাদের দায়িত্ব পালন করে।

জেন্ডার সচেতনতা

সমাজে নারী ও পুরুষের ভূমিকা ও সম্পর্কের মধ্যে যে পাথর্ক্য বিরাজমান সে বিষয়ে সচেতনতাকে জেন্ডার সচেতনতা বলে। এটি স্বীকৃত যে, একজন নারীর জীবনের অভিজ্ঞতা, প্রত্যাশা ও চাহিদা একজন পুরুষের থেকে আলাদা হয়ে থাকে, এমনকি সমাজ, সংস্কৃতির ক্ষেত্রেও তা আলাদা।

জেন্ডার সমতা

জেন্ডার সমতা বলতে জৈবিক লিঙ্গ বা জেন্ডারের ভিত্তিতে কারও প্রতি বৈষম্য না করাকে বোঝায়। এর মানে হল প্রত্যেক ব্যক্তিকে সমানভাবে সামাজিক, অর্থনৈতিক এবং রাজনৈতিক সুযোগ-সুবিধা দেয়া এবং স্বাস্থ্যসেবা, শিক্ষা ও ভোটাধিকারসহ বিভিন্ন আইনগত সুরক্ষা নিশ্চিত করা।

জেন্ডার বৈষম্য

জেন্ডার বৈষম্য বলতে সামাজিকভাবে জেন্ডারের ভূমিকা ও রীতি নীতির ভিত্তিতে করা কোনো পার্থক্য ও বিধিনিষেধ বোঝায় যা একজন ব্যক্তিকে তার পূর্ণ মানবাধিকার উপভোগ করতে বাধা প্রদান করে।

জেন্ডার সংক্রান্ত বাধা

সামাজিক ও সাংস্কৃতিক রীতি নীতি ও প্রথার সাথে নারী, পুরুষ এবং অন্য জেন্ডারের ভূমিকা ভিন্ন হয়। এ সম্পর্কিত কিছু বদ্ধমূল ধারণা যা স্বাস্থ্যসেবা প্রাপ্যতা এবং গ্রহণে বাধা হিসেবে দাঁড়ায় তাকে জেন্ডার সংক্রান্ত বাধা বলে।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা

জৈবিক লিঙ্গ, অসম ক্ষমতা, বয়স, সামাজিক অবস্থান ইত্যাদির উপর ভিত্তি করে সংগঠিত সেই কাজগুলোকে বুঝায়, যা একজন ব্যক্তির ইচ্ছার বিরুদ্ধে সংঘটিত হয়। সহিংসতা বিভিন্নরূপে প্রকাশ পেতে পারে যেমন- ঘরে কিংবা বাইরে শারীরিক, মানসিক বা যৌন নিপীড়ন; হুমকি, বলপ্রয়োগ, ব্যক্তি স্বাধীনতায় হস্তক্ষেপ; অর্থনৈতিকভাবে এবং আইনি সেবা থেকে বঞ্চিত করা ইত্যাদি।

স্লাইড ১৪ উপস্থাপন করার সময় নিম্নলিখিত বিষয়গুলোর উপর জোর দিন:

মনে রাখবেন, জেন্ডার বৈষম্য এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা দুটি পৃথক জিনিস। যদিও অনেক ধরণের জেন্ডার বৈষম্য জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ঘটাতে সহায়তা করে (যেমন, কিছু আইন আছে যা নারীদের একটা সময় তাদের ইচ্ছার বিরুদ্ধে অন্তরঙ্গ সম্পর্কের জন্য তাদের স্বামীর অনুরোধ মেনে চলতে বাধ্য করে। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কিছু ধরন আছে যা জেন্ডার বৈষম্য হিসাবে গণ্য করা যাবে না (যেমন, স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা শারীরিক সহিংসতা)।

পদ্ধতিগত এবং/অথবা নীতিমালা ভিত্তিক কিছু আচরণ যা একটি জেন্ডারকে আরেকটি জেন্ডারের তুলনায় অসম ব্যবস্থা বা অসুবিধাজনক অবস্থানের সৃষ্টি করে সেসবও জেন্ডার বৈষম্যের অন্তর্ভুক্ত। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা একটি বিচ্ছিন্ন ঘটনা হিসাবেও ঘটতে পারে।

তথ্যসূত্র: জেন্ডার সমতা বনাম জেন্ডার ন্যায্যতা

- **জেন্ডার সমতা** হল একজন ব্যক্তির জেন্ডার বা জৈবিক লিঙ্গের উপর ভিত্তি করে বৈষম্যের অনুপস্থিতি। এর মানে হল আইনের অধীনে সুরক্ষা (যেমন স্বাস্থ্য সেবা, শিক্ষা ও ভোটাধিকার)সহ সামাজিক, অর্থনৈতিক এবং রাজনৈতিক বিষয়গুলোতে পূর্ণ অধিকার ও নিয়ন্ত্রণসহ প্রতেক ব্যক্তির জন্য একই সুযোগ প্রদান করা।
- **জেন্ডার ন্যায্যতা** বলতে বোঝায় নারী, পুরুষ এবং অন্যান্য সকল জেন্ডার পরিচয়ধারী ব্যক্তিদের সাথে ন্যায়সঙ্গতভাবে আচরণ করা। নারী ও পুরুষের চাহিদা, ক্ষমতা এবং সুযোগ-সুবিধাগুলো যে ভিন্ন তা এতে স্বীকার করে নেয়া হয় এবং এসবের কারণে সৃষ্ট বৈষম্যগুলো দূর করার চেষ্টা করা হয়। জেন্ডার ন্যায্যতা নিশ্চিত করার মাধ্যমেই জেন্ডার সমতা অর্জন করা যায়। উদাহরণস্বরূপ, একটি স্বাস্থ্যকেন্দ্রে সিনিয়র পদে নারীদের সংখ্যা বাড়ানোর জন্য একটি ইতিবাচক উদ্যোগ জেন্ডার ন্যায্যতা নিশ্চিত করতে পারে, কারণ এটি নারী ও পুরুষের মধ্যে সমান অধিকার নিশ্চিত করে।
- জেন্ডার সমতার লক্ষ্য নারী ও পুরুষ, মেয়ে এবং ছেলেদের জন্য একই হওয়া নয়। জেন্ডার সমতার লক্ষ্য হল নারী ও পুরুষদের সামাজিক, অর্থনৈতিক এবং রাজনৈতিক ক্ষেত্রে সমানাধিকার এবং সুযোগ নিশ্চিত করা (যেমন, ভোট দেওয়ার, শিক্ষিত হওয়ার একই সুযোগ নিশ্চিত করা)।
- জেন্ডার ন্যায্যতার লক্ষ্য হল পদ্ধতিগত সমতার বাইরে গিয়ে ফলাফলে সমতা নিশ্চিত করার প্রচেষ্টা। এটি আইনগতভাবে নারী পুরুষকে একইভাবে বিবেচনার উর্ধ্বে গিয়ে এমন অবস্থার সৃষ্টি করতে বলে যেখানে উন্নত স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রমে তাদের সমান অংশগ্রহণকে বাধাগ্রস্ত করে না। উদাহরণস্বরূপ, নারী ও পুরুষদের ভিন্ন ভিন্ন প্রয়োজন, পছন্দ ও আগ্রহ থাকতে পারে এবং সুযোগের সমতা (যেমন, জেন্ডার সমতা) অর্জনের জন্য নারী ও পুরুষদের আলাদাভাবে বিবেচনা করার প্রয়োজন হতে পারে।
- জেন্ডার সমতা জেন্ডার ন্যায্যতা থেকে আলাদা। জেন্ডার ন্যায্যতা হল স্বাস্থ্য সেবা কীভাবে বিভিন্ন জনসংখ্যার চাহিদা পূরণ করে, আর জেন্ডার সমতা হল প্রত্যেককে একই সেবা দেওয়া নিশ্চিত করা।

জেন্ডার সমতা	জেন্ডার ন্যায্যতা
• সমতা মানে সবকিছু সমান হওয়া • সবাইকে সমানভাবে দেওয়া • শুরু থেকে সবার অবস্থা এক হলে এটি সম্ভব	• ন্যায্যতা মানে সুবিচার • সবার জন্য সমান সুযোগ থাকা • সমতা অর্জন করতে হলে ন্যায্যতা নিশ্চিত করতে হবে

সমতা ও ন্যায্যতার উদাহরণ

অনুশীলন ৪: উপস্থাপনা, কেস স্টাডি ও দলীয় আলোচনা

জেন্ডার ও ক্ষমতা (৫০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ১৫ উপস্থাপন করুন যা ক্ষমতা বিশ্লেষণ করে এবং নিম্নলিখিত তথ্যগুলোকে প্রকাশ করে:

জেন্ডার ও ক্ষমতা

ক্ষমতা হলো এমন একধরণেরসক্ষমতা যার ফলে নিজের বা অন্যের বা কোন ঘটনার উপর নিয়ন্ত্রণ বা প্রভাব বিস্তার করা যায়।

অর্জিত ক্ষমতা (Power Over)

যে কোনো উদ্দেশ্যে বা ব্যবহারে (ভালো/খারাপ) একজন ব্যক্তি বা প্রতিষ্ঠানের ক্ষমতা ব্যবহার করে অন্যদের নিয়ন্ত্রণ করার ক্ষমতা।

অর্পিত ক্ষমতা (Power To)

আধিপত্য বিস্তার না করে কোনো ব্যক্তি বা প্রতিষ্ঠানের পদক্ষেপ নেওয়ার ও সিদ্ধান্ত বাস্তবায়নের ক্ষমতা এবং অন্যান্যদের লক্ষ্য, অধিকার বা আকাঙ্খার সম্ভাবনা উপলব্ধি করার ক্ষমতা।

অন্তর্নিহিত ক্ষমতা (Power Within)

এটি একজন ব্যক্তির নিজস্ব ক্ষমতা ও মূল্যের অনুভুতি। এটি অর্পিত ক্ষমতা ব্যবহার করার কার্যকরী উপলব্ধি যা একজনের অর্পিত ক্ষমতা ধরে রাখার সাথে সম্পর্কিত এবং বাড়ানোর পূর্বশর্ত।

সমষ্টিগত ক্ষমতা (Power With)

এটি সম্মিলিত অর্জিত, অর্পিত এবং অর্ন্তনিহিত ক্ষমতার সমন্বয় যা ব্যক্তি বা গোষ্ঠীর মধ্যে সংহতি বা পারস্পরিক নির্ভরতা থেকে আসে। এই সম্মিলিত ক্ষমতা শ্রেণি, বর্ণ, ধর্ম, জেন্ডার ও বয়সের পার্থক্য নির্বিশেষে ব্যবহার করা যেতে পারে।

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো আলোচনা করুন:

পরবর্তীতে আমরা যে কেস স্টাডিটি দেখবো তা আমাদেরকে বুঝতে সাহায্য করবে কীভাবে একজন ব্যক্তির ক্ষমতা বা ক্ষমতার অভাব তাদের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি বাছাই, সেবা চাওয়া এবং প্রজনন ও যৌন স্বাস্থ্যসেবার ফলাফলকে প্রভাবিত করে।

ঐতিহাসিকভাবে ক্ষমতাকে এমনভাবে বোঝানো হত যেন কারও কাছে ক্ষমতা ছিল বা কারও কাছে ছিল না। সমাজবিজ্ঞান, মনোবিজ্ঞান এবং জেন্ডার অধ্যয়ন থেকে সাম্প্রতিক ধারণাগুলো আমাদের বুঝতে সাহায্য করেছে যে মানুষ এবং জনগোষ্ঠীর কিছু নির্দিষ্ট ধরণের ক্ষমতা থাকতে পারে এবং কিছু ক্ষমতা নাও থাকতে পারে। এটি কোনো ঝুঁকিপূর্ণ ব্যক্তি বা প্রন্তিক জনগোষ্ঠীর কোনো ব্যক্তিকে কীভাবে ক্ষমতায়িত করা যায় সে সম্পর্কে গুরুত্বপূর্ণ দৃষ্টিপাত করে।

প্রশিক্ষক নোট

এটি অনেকের জন্য একটি নতুন ও জটিল কাঠামো। প্রশ্নের জন্য থামতে ভুলবেন না এবং প্রশ্ন প্রত্যাশা করুন। এখানে কিছু উদাহরণ রয়েছে যা ক্ষমতার ডাইনামিক্স বুঝতে সাহায্য করতে পারে:

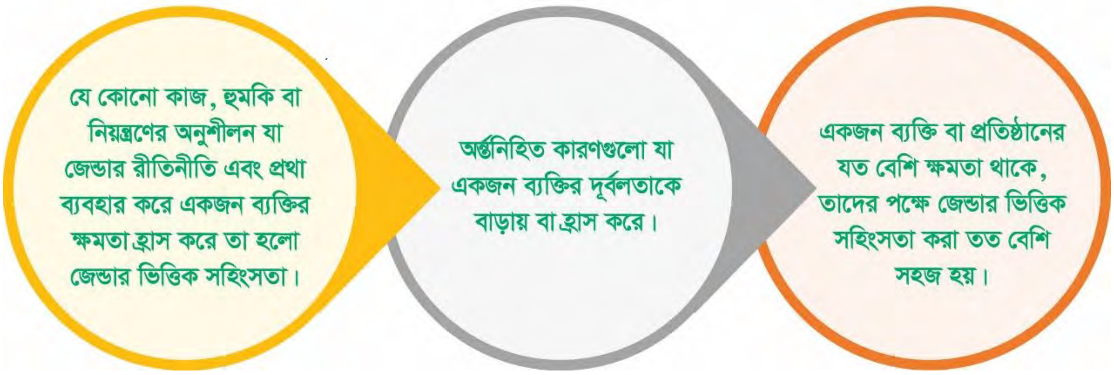
- সন্তানদের উপর পিতামাতার **অর্জিত ক্ষমতা** রয়েছে, যা তারা দৈনন্দিন কাজ, গৃহস্থালীর কাজ ইত্যাদির মাধ্যমে দায়িত্ব শেখানোর জন্য একটি ইতিবাচক উপায়ে ব্যবহার করতে পারেন। পিতামাতারা তাদের সন্তানদের উপর শোষণমূলক বা নেতিবাচক উপায়ে ক্ষমতা ব্যবহার করতে পারেন (যেমন: জোরপূর্বক বাল্যবিবাহ)। শিশুদের খুব কমই অন্যদের উপর ক্ষমতা থাকে, তবে তাদের **অর্পিত ক্ষমতা** থাকতে পারে তাদের পিতামাতাকে সাহায্যের জন্য জিজ্ঞাসা করার বা অন্য কোন ছাত্র তাদের হয়রানি করলে শিক্ষককে জানানোর।

- ক্ষমতা ব্যবহারের জন্য **অন্তর্নিহিত ক্ষমতা** হল পূর্বশর্ত। অন্তর্নিহিত ক্ষমতা ব্যক্তি স্বাধীনতার জন্য প্রভাবক হিসাবে কাজ করে। এটা উপলব্ধি করা গুরুত্বপূর্ণ যে, যে কারও মধ্যে অন্তর্নিহিত ক্ষমতা থাকতে পারে, যেমন একজন যুবতী নারী যে আত্মবিশ্বাসী এবং নিজের পক্ষ সমর্থন করে এবং তার পড়াশোনা শেষ করার অধিকারও আছে, কিন্তু বাস্তবে তার কিছু করার ক্ষমতা নেই (যেমন: আইনত, তার পিতামাতা মাধ্যমিক বিদ্যালয় শেষ করার আগে তাকে ক্ষমতা ব্যবহারের অনুমতি দেয় না)।

- এটা মনে রাখা খুব জরুরি যে একজন ব্যক্তি যার নিজের হাতে কোন ক্ষমতা নেই সে অন্যদের সাথে **সমষ্টিগত ক্ষমতা** বজায় রাখতে পারে। স্বাস্থ্যকর্মী হিসাবে আপনি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সম্মুখীন এমন কাউকে সাহায্য করতে পারেন যার মধ্যে কোন ক্ষমতা নেই। আপনি তাদের নিরাপত্তার জন্য কাজ করতে পারেন, বা অন্যদের উপর ক্ষমতা নেই এমন গোষ্ঠী বা ব্যক্তিদের সনাক্ত করতে পারেন যারা তাদের পরিস্থিতি পরিবর্তন করার জন্য কিছু ক্ষমতা অর্জন করতে পারে। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা মোকাবেলায় কোনো সম্প্রদায়ের সামাজিক বা পদ্ধতিগত স্তরে পরিবর্তন আনার জন্য **সমষ্টিগত ক্ষমতা** খুবই গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে।

ধাপ ২

স্লাইড ১৬ উপস্থাপন করুন।



প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে নিম্নলিখিত তথ্যগুলো শেয়ার করুন:

ক্ষমতার ডাইনামিক্স একজনকে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো বুঝতে সাহায্য করে:

১. জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা হল এমন কোনো কাজ, হুমকি বা নিয়ন্ত্রণের অনুশীলন যা একজন ব্যক্তির ক্ষমতা হ্রাস করতে জেন্ডার রীতি ব্যবহার করে।
২. অর্ন্তনিহিত কারণগুলো একজন ব্যক্তির দূর্বলতাকে বাড়ায় বা হ্রাস করে।
৩. একজন ব্যক্তি বা প্রতিষ্ঠান যত বেশি ক্ষমতা রাখে, তাদের পক্ষে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা করা তত সহজ।

ধাপ ৩

স্লাইড ১৭ উপস্থাপন করুন

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে প্রশিক্ষণার্থী **ম্যানুয়ালের ১৮ পৃষ্ঠায় কেস স্টাডি ১: রহিমা** (এই প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির ৪৯ পৃষ্ঠা) দেখতে বলুন। তাদেরকে কয়েক মিনিট সময় নিয়ে রহিমার গল্প পড়তে বলুন, এরপর প্রশ্নগুলোর উপর একটি দলীয় আলোচনা করুন:

দলীয় আলোচনার জন্য

১. রহিমার গল্পের কোন বিষয়গুলো আপনার কমিউনিটির সাধারণ জেন্ডার রীতিনীতি, প্রথা ও প্রত্যাশাগুলোর সাথে মিলে যায়?
২. আপনি কি রহিমার গল্পে নারী ও পুরুষের ভিন্ন মাত্রা বা বিভিন্ন ধরণেরক্ষমতার উদাহরণ দেখতে পাচ্ছেন?
৩. আপনি কি মনে করেন জেন্ডার রীতিনীতি, প্রথা এবং জেন্ডার সংশ্লিষ্ট ক্ষমতা রহিমার গল্পে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নেয়ার ক্ষেত্রে প্রভাবিত করেছে? কেন অথবা কেন নয়?
৪. আপনি কি রহিমার গল্পে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার উদাহরণ দেখতে পাচ্ছেন? কেন অথবা কেন নয়?

প্রশিক্ষক নোট

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে আলোচনার সময় যদি উত্থাপিত না হয় তবে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো উল্লেখ করতে ভুলবেন না:

প্রশ্ন-১ এর সাথে সম্পর্কিত

- শিক্ষাগত যোগ্যতা অর্জনের জেন্ডার রীতি (যেমন: পুরুষের শিক্ষা নারী শিক্ষার চেয়ে বেশি গুরুত্বপূর্ণ)
- মেয়েদের বিবাহ সম্পর্কে প্রত্যাশা এবং বাল্যবিবাহের গ্রহণযোগ্যতা
- বিবাহ ও সন্তান ধারণের চাপ

প্রশ্ন-২ এর সাথে সম্পর্কিত

- রহিমার বাবা তার সন্তানদের শিক্ষা এবং বিবাহ সংক্রান্ত বিষয়ে সিদ্ধান্ত গ্রহণকারী। এটা বুঝা যাচ্ছে না যে রহিমার মায়ের খুব বেশি কথা বলার আছে বা পরামর্শ করা হয়েছিল।
- রহিমার কিছু ক্ষমতা আছে বলে মনে হয়, কারণ রহিমা তার প্রথম গর্ভাবস্থা সফলভাবে বিলম্বিত করেছিলেন। একজন নতুন বধূ হিসাবে তার ব্যাক্তি স্বাধীনতাকে নিশ্চিত করার জন্য তার নিজের মধ্যে **অন্তর্নিহিত ক্ষমতা** রয়েছে।
- সন্তান ও পরিবারের উপর রহিমার বাবার **অর্জিত ক্ষমতা** রয়েছে। তিনি সিদ্ধান্ত নেন, এবং এই সিদ্ধান্তগুলো অনুসরণ করা হয়।

প্রশ্ন-৪ এর সাথে সম্পর্কিত

- রহিমা ও আকলিমা দুজনকেই বাল্যবিবাহে বাধ্য করা হয়েছিল।
- কেস স্টাডি থেকে জানা গেছে, কিন্তু জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার অন্যান্য রূপ আছে কিনা তা বলা সম্ভব নয়। মেয়েদের উচ্চ শিক্ষা সম্পন্ন করার জন্য রহিমার মায়ের প্রবল আকাঙ্ক্ষার পরিপ্রেক্ষিতে চূড়ান্ত পরিণতি থেকে বোঝা যায় যে তার বিবাহের মধ্যে হুমকি বা সহিংসতা থাকতে পারে। তবে এটি কোনও প্রকার সহিংসতা ছাড়াও জেন্ডার বৈষম্য এবং ক্ষমতার ভারসাম্যহীনতার প্রকাশও হতে পারে। এটা গুরুত্বপূর্ণ যে, যেহেতু আমরা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কে আরও সচেতন হচ্ছি। আমরা এটাও মনে রাখব যে সহিংসতা ছাড়াও বাধা ও বৈষম্য থাকতে পারে।

অধিবেশন ১-২: পরিবার পরিকল্পনা সেবার সাফল্য ও ব্যর্থতায় জেন্ডার প্রাসঙ্গিকতা

১ ঘন্টা

অনুশীলন ১: প্রতিফলন

সাধারণ স্বাস্থ্যসেবার উপর পরিবার পরিকল্পনা সেবার প্রভাব ও ভূমিকা (৩০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ১৮ উপস্থাপন করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা করুন:

পরিবার পরিকল্পনার সাফল্য বা ব্যর্থতার সাথে জেন্ডার ও ক্ষমতার মধ্যে সম্পর্ক কী তা বের করার চেষ্টা করবো। তবে প্রথমে পরিবার পরিকল্পনা কীভাবে যৌন ও প্রজনন, পারিবারিক এবং সামাজিক স্বাস্থ্যকে প্রভাবিত করে সে বিষয়ে আলোচনা করবো।

ধাপ ২

স্লাইড ১৯ উপস্থাপন করুন। প্রশিক্ষণার্থীরা তাদের প্রশিক্ষণার্থী **ম্যানুয়ালটির ১৯ পৃষ্ঠায়** যেতে পারেন। প্রশ্নে উত্তর দেয়ার করার জন্য প্রশিক্ষণার্থীদেরকে হাত তুলতে বলুন, কারণসহ উত্তর বলতে বলুন। পরিকল্পিত সময়ে সাধারণত আলোচনার সময়ের চেয়ে বেশি প্রশ্ন দেওয়া হয়েছে। প্রশিক্ষণার্থীদের চাহিদার উপর ভিত্তি করে ৫-৬টি প্রশ্ন বেছে নিন যা সবচেয়ে প্রাসঙ্গিক মনে হয়। (এই ধারণাগুলোকে আরও বিস্তৃত ব্যাখ্যা করার জন্য আপনি প্রাথমিকভাবে যে প্রশ্নগুলো নিচ্ছেন না তার মধ্যে যেকোনটি আপনি সংরক্ষণ করতে পারেন। যেমন, জেন্ডার কীভাবে পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্যকে প্রভাবিত করে)।

প্রতিটি প্রশ্নের জন্য ২-৩টি উত্তর নিন। প্রশিক্ষণার্থীদের মধ্যে সংক্ষিপ্ত ও পারস্পরিক আলোচনার জন্য অনুমতি দিন।

প্রশিক্ষক নোট

প্রশিক্ষণার্থীদের প্রতিউত্তরের উপর ভিত্তি করে উল্লেখযোগ্য বিষয়গুলো বিবেচনা করার জন্য পরের পৃষ্ঠায় টেবিলে সবুজ কালিতে লেখা দ্রষ্টব্য।

জেন্ডার কীভাবে পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্যের ফলাফলকে প্রভাবিত করে তা জানার জন্য প্রশ্ন

প্রশ্ন	উত্তর
পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা গ্রহণ করার ক্ষমতা যার আছে তার কি জেন্ডার প্রতিবন্ধকতা রয়েছে? • নারীদের স্বাধীন আর্থিক সক্ষমতা নাও থাকতে পারে • পরিবার পরিকল্পনা ক্লিনিকে যাওয়ার জন্য কেউ সাথে থাকবে বা ন্যারীদের সীমিত স্বাধীনতা থাকতে পারে • নারীদের পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা গ্রহণ করার জন্য স্বামীর অনুমতি নিতে হতে পারে	
দম্পতির মধ্যে কে সাধারণত পরিবার পরিকল্পনার সিদ্ধান্ত নেয়? • এটি দৃষ্টিভঙ্গির উপর নির্ভর করে এবং পরিবর্তিত হয়। কিছু ক্ষেত্রে এটি স্বামী বা স্ত্রী নয়, পরিবারের অন্য জ্যেষ্ঠ্য সদস্য হতে পারে, যেমন শাশুড়ি। • একজন নারী একা পরিবার পরিকল্পনার সিদ্ধান্ত নিলেও তা সহিংসতার ভয় থেকে উদ্ভূত হতে পারে। এটা ভয় থেকে সিদ্ধান্ত নেওয়া।	
নারীদের কি নিজেদের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নেওয়ার জন্য স্বামী/শ্বশুর-শাশুড়ির অনুমতির প্রয়োজন হয়? • আইনত না। এটি এই বিষয়ের জটিল দিকগুলোর একটি। বিভিন্ন ধরণেরপারিবারিক বা অন্তরঙ্গ সঙ্গীর সহিংসতা থেকে নিজেকে রক্ষা করতে অনেক নারীর পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নেওয়ার জন্য অনুমতির প্রয়োজন হয়।	
পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করার ক্ষেত্রে পুরুষ বা নারীদের প্রভাবিত করে এমন জেন্ডার রীতি আছে কি? • সন্তান জন্মদানে সক্ষমতা প্রমাণের রীতি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার অবিশ্বস্ততার কারণ হতে পারে। সাধারণত বড় পরিবারগুলোতে পুরুষদের পুরুষত্বের কারণে এই রীতি হতে পারে।	
জেন্ডার রীতি পুরুষ বা নারীদের পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবাকে প্রভাবিত করে? • জেন্ডার রীতিগুলো উপলব্ধি ও মনোভাবের তুলনায় আচরণ এবং সেবা গ্রহণ করার ক্ষেত্রে আরও বেশি বৈচিত্র্যময় ভূমিকা পালন করে। পূর্ববর্তী প্রশ্নে পরিবার পরিকল্পনাকে প্রভাবিত করে এমন রীতিগুলো ছাড়াও নিম্নলিখিত জেন্ডার রীতিগুলো প্রভাবিত করতে পারে: • পরিবার পরিকল্পনা ক্লিনিকে সেবা গ্রহণ করার সময় পুরুষ ও নারীদের উপস্থিত থাকার সম্ভাবনা • কোনো ব্যক্তির স্বাচ্ছন্দ্য এবং তাদের বাড়ি থেকে একটি পরিবার পরিকল্পনা সেবা কেন্দ্রে যাওয়ার ক্ষমতা • পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার বিষয়ে সিদ্ধান্ত নেওয়ার জন্য কোনো ব্যক্তির স্বকীয়তা ও ব্যাক্তি স্বাধীনতা।	
পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবাগুলো কীভাবে ও কখন নেওয়া উচিত সে সম্পর্কে পুরুষ এবং নারীদের মধ্যে কি সিদ্ধান্ত নেওয়ার ক্ষমতা অসম? • প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে সম্ভাব্য প্রশ্ন: o নারীদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা গ্রহণ করার ক্ষেত্রে স্বামীর অনুমতি প্রয়োজন মনে করা কি স্বাভাবিক? পুরুষেরা তাদের স্ত্রীর অনুমতি নেওয়ার প্রয়োজনীয়তা অনুভব করেন কি? o বেশিরভাগ নারীকে বাড়ির বাইরে কেন সময় কাটিয়েছে তার ব্যাখ্যা করতে হয়? পুরুষরা কি তাই করেন? o আপনি কি এমন নারীদের চেনেন যারা সহিংসতার সম্মুখীন হওয়ার বিষয়ে উদ্বিগ্ন কারণ তাদের পরিবারের পুরুষরা দেখলো কিনা যে তারা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করছেন? আপনি কি এমন পুরুষদের চেনেন যারা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করলে সহিংসতার সম্মুখীন হওয়ার বিষয়ে উদ্বিগ্ন হন?	

পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা সম্পর্কে সহজলভ্য, প্রাসঙ্গিক ও সঠিক তথ্য কি যুবকদের জন্য উপযোগী? • পুরুষদের, বিশেষ করে যুবকদের, প্রায়ই প্রাসঙ্গিক ও সঠিক তথ্যের অভাব থাকে। যুবক ও পুরুষদের প্রাসঙ্গিক ও সঠিক তথ্য দেওয়ার ক্ষেত্রে পরিবার পরিকল্পনা/ প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীদের একটি গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রয়েছে। • বিশ্বব্যাপী ক্রমবর্ধমানভাবে তরুন ও যুবকদের জন্য তথ্য বা আইইসি উপকরণ তৈরি করা হচ্ছে। এর একটি বাংলা অনুবাদ করার জন্য আপনি আপনার সেবা কেন্দ্রের প্রধানের সাথে কথা বলতে পারেন।	
পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীরা কি পুরুষ ও নারী গ্রহীতাদের প্রতি সমান আচরণ করে? • প্রশিক্ষণার্থীদের কাছে সম্ভাব্য প্রশ্ন: o আপনি কি কখনও নারী গ্রহীতাকে জিজ্ঞাসা করেছেন যে তিনি একটি স্থায়ী পদ্ধতি চান কিনা? আপনি কি কোনো স্থায়ী পদ্ধতি প্রদান করতে দ্বিধা করেছেন? পুরুষ গ্রহীতাদের স্থায়ী পদ্ধতির বিষয়ে জিজ্ঞাসা করেছেন কি? o আপনি কি নারী গ্রহীতাকে জিজ্ঞাসা করেছেন যে তার স্বামী জানেন কিনা যে তিনি ক্লিনিকে আছেন? আপনি কি কখনও একজন পুরুষ গ্রহীতাকে তার স্ত্রী সম্পর্কে একই প্রশ্ন করেছেন? o যখন একজন কিশোর কনডমের অনুরোধ করেন অথবা একজন কিশোরী যখন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি চান তখন কি আপনি ভিন্নভাবে উত্তর দেন?	
পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্র এবং/বা কমিউনিটি-ভিত্তিক সেবা প্রদানকারীরা কি সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে পুরুষদের অন্তর্ভূক্ত করে? • পুরুষদের সম্পৃক্ততা সহজতর করার জন্য কাঠামোগত, পদ্ধতিগত ও পৃথক পথ রয়েছে। • উদাহরণস্বরূপ: পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীদের কাছে তথ্য, শিক্ষা ও যোগাযোগ (আইইসি) সামগ্রী যা পুরুষ ও নারীদের জন্য উপযোগী তা নিশ্চিত করা। সেবা প্রদানকারীদের সহায়ক উপকরণ এবং পরিদর্শন নির্দেশিকা থাকা যা দম্পতি কাউন্সেলিং-এর জন্য উপযোগী এবং এই প্রশিক্ষণে কীভাবে ক্ষমতার ডাইনামিক্স পুরুষের সম্পৃক্ততা বাড়াতে পারে বা বাধা দিতে পারে সে সম্পর্কে সচেতন হতে অনুশীলন করা হবে।	

অনুশীলন ২: উপস্থাপনা

সার্বিক স্বাস্থ্যের উপর পরিবার পরিকল্পনা সেবার প্রভাব (১০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ২০-২৩ উপস্থাপন করুন, যা বৈশ্বিক লক্ষ্য অর্জনে পরিবার পরিকল্পনার গুরুত্ব এবং পরিবার পরিকল্পনার প্রতি বাংলাদেশের দীর্ঘ মেয়াদী প্রতিশ্রুতি তুলে ধরে।

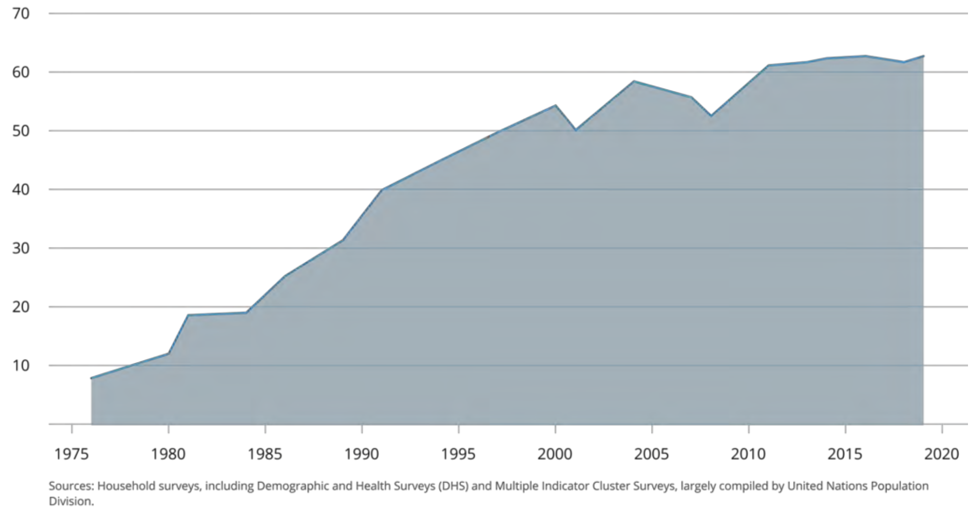
"পরিবার পরিকল্পনায় বিনিয়োগ হল একটি 'সেরা অর্জন' যা মানুষ, পৃথিবী, সমৃদ্ধি, শান্তি ও অংশীদারিত্বের ৫টি টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যের অর্জনকে ত্বরান্বিত করতে পারে।"[১৬]

[16] Ellen Starbird, Maureen Norton, and Rachel Marcus. “Investing in Family Planning: Key to Achieving the Sustainable Development Goals,” Global Health: Science and Practice, 2016 Jun 20; 4(2): 191–210.

বাংলাদেশ প্রায় অর্ধশতাব্দী ধরে স্বেচ্ছায় পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার বৃদ্ধিতে ঐতিহাসিক অগ্রগতি অর্জন করেছে। পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারী বিবাহিত নারীদের হার গত ৫০ বছরের কম সময়ে সাতগুণ বেড়েছে।

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারের হার বৃদ্ধি

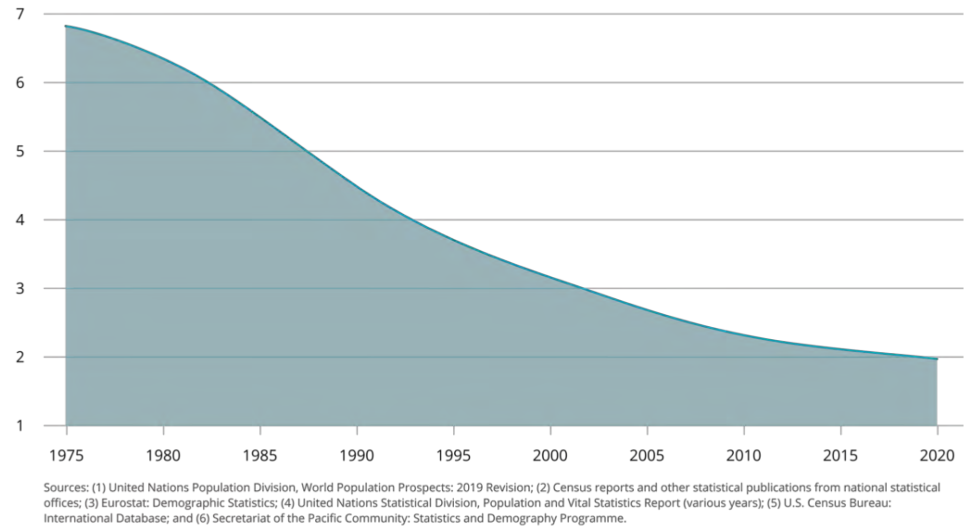
পরিবার পরিকল্পনার যে কোনও পদ্ধতি ব্যবহার করেন এমন ১৫-৪৯ বছর বয়সি বিবাহিত নারীদের হার



যদি সুযোগ থাকতো, বাংলাদেশের অনেক নারীই পরিকল্পিতভাবে সন্তান নিতেন।

মোট প্রজনন হার হ্রাস

একজন প্রজননক্ষম নারী তার আয়ুষ্কালে নির্দিষ্ট প্রজনন হারে সন্তান ধারণ করার হারকে মোট প্রজনন হার বলে।



তথ্যসূত্র: বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনার অগ্রগতি

১৯৭১ সালে স্বাধীনতা অর্জনের সময় বাংলাদেশ ছিল বিশ্বের দশম জনবহুল দেশ। বাংলাদেশ সরকার একটি নবীন জাতি ও পরিবারের জন্য যা জরুরি ও হুমকি হিসাবে দেখেছিল তা মোকাবেলা করার জন্য প্রস্তুতি গ্রহণ করে । হুমকিগুলোর মধ্যে ছিল ব্যাপক দারিদ্র্য, সীমিত খাদ্য ও সম্পদ, নবজাতক ও শিশুমৃত্যুর ব্যপক হার এবং জনসংখ্যার ক্রমবর্ধমান চাপ। বাংলাদেশ পরিবার পরিকল্পনা শিক্ষা ও সেবা বৃদ্ধির জন্য পদক্ষেপ গ্রহণ করে।

জনগণের হাতের নাগালে পরিবার পরিকল্পনা সেবা পৌঁছে দিতে বাংলাদেশ যে সকল কৌশল অবলম্বন করেছিলো, তার মধ্যে মাঠ পর্যায়ে স্বাস্থ্যকর্মী নারীদের হিসেবে নিয়োগ দেওয়া (যাদেরকে "পরিবার কল্যাণ সহকারী" বলা হয়) অন্যতম। তারা যেখানে থাকেন সাধারণত সেখানেই নারীদের পরিবার পরিকল্পনা পরামর্শ ও সেবা প্রদান করে থাকেন।[১৭] ১৯৭৬ থেকে ১৯৮০ সাল পর্যন্ত বাংলাদেশের নারীদের জন্য বাড়ির বাইরে কাজ করা অস্বাভাবিক ছিল। তখন সরকার স্থানীয় কমিউনিটির ২২,৫০০ নারীকে পরিবার কল্যাণ সহকারী হিসাবে নিয়োগ দিয়েছিল। পরবর্তীতে এই সামনের সারির স্বাস্থ্যকর্মীরা কমিউনিটির ক্ষমতায়নের প্রতীক হয়ে উঠেছেন এবং নারী ও পরিবারগুলোর জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে বিপ্লব ঘটিয়েছেন।

পরবর্তী ৫০ বছর সরকারি ও বেসরকারি-খাতের স্টেকহোল্ডার, নীতিনির্ধারক, স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী, ধর্মীয় নেতা, গবেষক, শিক্ষাবিদ, আন্তর্জাতিক দাতা, মিডিয়া ও বিভিন্ন প্রতিষ্ঠান পরিবার পরিকল্পনার মাইলফলক অর্জনের জন্য একসাথে কাজ করেছে। বাংলাদেশের স্বাস্থ্য ব্যবস্থার পরিবর্তন করতে, নতুনত্ব প্রমাণ করতে, এবং নারীদের ক্ষেত্রে বিভিন্ন প্রতিবন্ধকতা দূর করতে এই অংশীদারিত্বের শক্তিকে কাজে লাগিয়েছে।

বাংলাদেশের অর্জনগুলো প্রমান করেছে যে, নারীরা যখন স্বাস্থ্যসেবা পায়, জ্ঞান অর্জন করে এবং সহায়তা পায়, তখন তারা ছোট, স্বাস্থ্যকর, শিক্ষিত এবং আরও সমৃদ্ধ পরিবার তৈরি করতে পারে। পরিবার পরিকল্পনায় বাংলাদেশের দীর্ঘদিনের বিনিয়োগ সুফল পেয়েছে।

কিন্তু বর্তমানে বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা কর্মসূচিতে কিছুটা স্থবিরতা দেখা যাচ্ছে। আধুনিক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করা নারীদের হার ২০১৪ সালে ৫৪ শতাংশ থেকে ২০১৭-১৮ সালে ৫২ শতাংশে নেমে এসেছে।[১৮]

[17] Sidney Ruth Schuler, Syed M. Hashemi, and Ann Hendrix Jenkins. "Bangladesh's Family Planning Success Story: A Gender Perspective." International Family Planning Perspectives, Volume 21, Number 4, December 1995.

[18] BDHS 2017–2018.

পরিবার পরিকল্পনায় বাংলাদেশের অগ্রগতির ইতিহাস [১৯]

- বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম **বিশ্বের প্রাচীনতম প্রকল্পগুলোর মধ্যে একটি** যা ১৯৫৩ সালে শুরু হয়
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্য**বহারকারী বিবাহিত নারীদের হার** গত ৫০ বছরের কম সময়ে **সাতগুণ বেড়েছে**
- বর্তমানে বিবাহিত নারীদের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যহারের হার **৬৪ শতাংশ**। ৫৫ শতাংশ নারী আধুনিক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার করছেন।
- সরকার ও পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম আরও সুদৃঢ় করার জন্য **প্রতিশ্রুতিবদ্ধ**।

পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রমে বাংলাদেশ একটি অগ্রণী ভূমিকা পালন করেছে যা নারীদের অত্যাবশকীয় সেবা গ্রহণে আগ্রহী করেছে।[২০] বিভিন্ন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সহজলভ্য করার জন্য আরও অনেক পদক্ষেপ দরকার।

সম্ভাবনা কাজে লাগানোর সুযোগ

- **পদ্ধতি ছেড়ে দেয়ার উচ্চ হার -** বর্তমানে অনুমান করা হয় যে, ৩৭ শতাংশ পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারী তাদের নির্বাচিত পদ্ধতি **১২** মাসের মধ্যে ছেড়ে দেয়।
- **সেবার গুনগত মান উন্নত করার সাথে সাথে বিভিন্ন পদ্ধতির সমন্বয় করা -** বর্তমানে বিবাহিত নারীদের মধ্যে মাত্র ৮ শতাংশ দীর্ঘ বা স্থায়ী পদ্ধতি ব্যবহার করছেন।
- **কিশোর-কিশোরীদের অপূর্ণ চাহিদা পূরণ করা -** ১২.৭ শতাংশ কৈশোরকালীন বয়সের মেয়েদের (**১**৫-**১**৯) অপূর্ণ চাহিদা রয়েছে।
- **যাদের বাল্য বিবাহ হয়েছে তাদের সেবার মান আরো উন্নত করা –** ২০-২৪ বছর বয়সি নারীদের সাক্ষাৎকারে দেখা গেছে তাদের মধ্যে ২৭ শতাংশের **১**৬ বছর বয়সের আগে বিয়ে হয়েছে।
- **চাহিদার ক্ষেত্র:** যদিও জাতীয় পরিবার পরিকল্পনা প্রসারের হার (সিপিআর) ৬৪ শতাংশ, তবে ভৌগোলিক এলাকা ভেদে বিশাল বৈচিত্র রয়েছে। উদাহরণস্বরূপ, আধুনিক পদ্ধতির ব্যবহার সবচেয়ে বেশি রাজশাহী ও রংপুরে (উভয়ের সিপিআর ৬**১**%) এবং সবচেয়ে কম চট্টগ্রাম ও সিলেটে (যথাক্রমে ৪৯% ও ৪৪%)।

বাংলাদেশে বর্তমানে **১**০ শতাংশ বিবাহিত নারীদের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সেবার অপূর্ণ চাহিদা রয়েছে।[২১] অনেক নারী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ ও ব্যবহারের অধিকার প্রয়োগ করার জন্য লড়ে যাচ্ছেন।

পারিবারিক সিদ্ধান্ত গ্রহণ এবং আর্থিক ক্ষেত্রে অসমতা নারীদের স্বাধীনভাবে পরিবার পরিকল্পনা গ্রহণ এবং ব্যবহার করার ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে। নারীর বিরুদ্ধে সহিংসতা সমীক্ষা ২০**১**৫,[২২] -এর প্রতিবেদন অনুসারে, নারীরা পরিবারের সিদ্ধান্ত গ্রহণে পুরুষের মতো অংশগ্রহণ করতে পারেন না। নারীদের জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার অভিজ্ঞতা এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারের ক্ষমতা না থাকার মধ্যে একটি সম্পর্ক রয়েছে, যা তাদেরকে অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভধারণের জন্য আরও ঝুঁকিপূর্ণ করে তোলে।[২৩]

কোভিড-**১৯** মহামারী (সামাজিক দূরত্ব এবং বারবার লকডাউন) চলাকালীন সময়ে চলাফেরা সীমাবদ্ধ থাকায় বাংলাদেশে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার [২৪] উর্ধ্বমূখি প্রবণতা লক্ষ্য করা গেছে। এতে প্রমানিত হয় যে, পরিবার পরিকল্পনা এবং অন্যান্য স্বাস্থ্য সেবায়

---

[19] BDHS 2022.

[20] BDHS 2022.

[21] BDHS 2022.

[22] Bangladesh Bureau of Statistics, Statistics and Informatics Division, Ministry of Planning, Government of the People's Republic of Bangladesh, Report on Violence Against Women Survey 2015 (Dhaka, Bangladesh: 2016).

[23] Pallitto, C. C., Campbell, J. C., & O'Campo, P. (2005). Is Intimate Partner Violence Associated with Unintended Pregnancy? A Review of the Literature. *Trauma, Violence & Abuse,* 6(3), 217–235. http://www.jstor.org/stable/26636659.

[24] UN Women, Measuring the Shadow Pandemic: Violence Against Women During Covid-19: Country Report: Bangladesh (New York: 2022).

জেন্ডারের প্রভাব আছে। পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ ও বিস্তৃতি মহামারীর আগে উদ্বেগের একটি বিষয় ছিল, মহামারী সময়কালে পরিস্থিতির আরও অবনতি হয়েছে এবং ভবিষ্যতে মহামারী প্রস্তুতির কার্যক্রমে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সংশ্লিষ্ট সেবাকে একীভূত করার গুরুত্ব বহন করে।

অনুশীলন ৩: কেস স্টাডি, আলোচনা, ও উপস্থাপনা

জাতীয় লক্ষ্য অর্জনে জেন্ডার সংশ্লিষ্ট বাধা এবং চালক (২০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ২৪ উপস্থাপন করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তাদের প্রশিক্ষণার্থী **ম্যানুয়াল (প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির পৃষ্ঠা ৫০-৫৩) এর পৃষ্ঠা ২৪-২৭-এর কেস স্টাডিতে** যেতে বলুন।

একটি র‍্যান্ডম অ্যাসাইনমেন্ট কৌশল ব্যবহার করে, যেমন, ১,২,৩,৪ গণনা করে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে চারটি ছোট দলে ভাগ করুন। প্রতিটি দলকে নিম্নলিখিত কেস স্টাডিগুলোর মধ্যে (হেনা, নাজমা, রানী বা মিস্টার হোসেন) একটি বরাদ্দ করুন। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তাদের নির্ধারিত কেস স্টাডি দলীয়ভাবে পড়ার নির্দেশ দিন এবং কেস স্টাডির নীচে প্রদত্ত তিনটি প্রশ্ন আলোচনা করুন। তাদের জন্য ১০ মিনিট সময় বরাদ্ধ থাকবে। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ব্যাখ্যা করুন যে প্ল্যানারীতে ফিরে ছোট দলে তারা রিপোর্ট করবে।

দলগত কাজ

- কেস স্টাডিতে জেন্ডার কীভাবে ক্ষমতাকে প্রভাবিত করছে?
- কোথায়/কীভাবে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার ফলাফলকে প্রভাবিত করে?
- জেন্ডার ও ক্ষমতা স্বাস্থ্য ভালো রাখার জন্য বাধা হিসাবে কাজ করছে?

ধাপ ২

স্লাইড ২৫ উপস্থাপন করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদের নিম্নলিখিত বিষয়টি মনে করিয়ে দিন:

> *যদিও জেন্ডার রীতি ও ক্ষমতা পরিবার পরিকল্পনা এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার উপর উল্লেখযোগ্য প্রভাব ফেলে, এগুলো সেবার গুণগত মান ও ফলাফলের জন্য একমাত্র নির্ধারক নয়।*

অন্যান্য প্রতিবন্ধকতা যা থাকতে পারে

- মজুত শেষ
- অর্থের অভাব/ঘাটতি
- দক্ষ সেবা প্রদানকারীর অভাব
- সেবাকেন্দ্রের দূরত্ব
- কমিউনিটি বা সমাজে ভ্রান্ত ধারণা
- সেবা প্রদানকারীর পক্ষপাতিত্ব
- আইনি এবং আইনগত বাধা
- সনাতন নিয়মনীতি বা সংস্কার

মডিউল ১ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট

কেস স্টাডি ১: রহিমা

রহিমা (ছদ্মনাম) খুব মেধাবী মেয়ে। তার পিতামাতার ৪টি সন্তানের মধ্যে একটি। রহিমা ছাড়া তার আরও তিনটি ভাই-বোন (এক ভাই আর দুই বোন) আছে। তার মায়ের সবসময় স্বপ্ন ছিল যে রহিমা একদিন ডাক্তার হবে। তাই তিনি তার সকল সন্তানদের প্রাথমিক শিক্ষার জন্য স্কুলে পাঠিয়েছিলেন। দুর্ভাগ্যবশত, যখন রহিমা এবং তার বড় বোন আকলিমা পঞ্চম ও সপ্তম শ্রেণীতে উত্তীর্ণ হন, তখন তার বাবা হঠাৎ রহিমার মাকে বলেন যে সকল সন্তানদের পড়াশোনা চালিয়ে যাওয়া তার জন্য কষ্টসাধ্য হয়ে উঠছে। যদিও তারা বিনামূল্যে শিক্ষা গ্রহণ করছিল, কিন্তু গৃহশিক্ষক এবং অন্যান্য খরচ বহন করা তার পক্ষে অসহনীয় হয়ে উঠছে। তাই তিনি মেয়েদের পড়াশোনা বন্ধ করার সিদ্ধান্ত নিয়েছেন। তিনি শুধুমাত্র ছেলে সন্তানদের শিক্ষা এসএসসি স্তর পর্যন্ত চালিয়ে যাবেন, যাতে তারা যে কোন প্রাথমিক স্তরের চাকরি খুঁজে পেতে পারে। তিনি বড় মেয়েকে বিয়ে দেওয়ার পরিকল্পনাও করেন, যাতে তিনি কম যৌতুক দিয়ে মেয়ের জন্য একজন ভাল স্বামী পেতে পারেন, কারণ বিলম্ব করলে যৌতুক বেশি দিতে হবে।

রহিমার মা ও দুই বোন এই কথা শুনে খুবই মর্মাহত হয়। যদিও রহিমার মা তাদের বাবাকে রহিমার পড়াশোনা চালিয়ে যাওয়া নিয়ে চাপ দিচ্ছিলেন, ততদিনে তার বড় বোন আকলিমার বিয়ে হয়ে একটি সন্তান জন্ম দিয়েছে। রহিমা বুঝতে পারে যে তার ভাগ্যে ঠিক একই ঘটনা ঘটতে চলেছে।

এক সকালে রহিমা একটি খারাপ স্বপ্ন নিয়ে জেগে উঠল। সে দেখলো যে একজন তার ঘাড় থেকে তার স্টেথোস্কোপ ছিনিয়ে নিচ্ছে। বড় হতাশার ব্যাপার যে, ঠিক পরের দিন সকালে তার স্বামী গলায় ফুলের মালা দিয়ে তার ডাক্তার হওয়ার স্বপ্নকে ভেঙ্গে চুরমার করে দিয়েছে। তাকে জীবনের একই চক্র শুরু করতে হয়েছিল যা তার বড় বোন কয়েক বছর আগে শুরু করেছিলো।

বোনের প্রায় ২ বছর পরে রহিমা বিয়ে করেছে যদিও সে এখনও গর্ভবতী হয়নি। যেহেতু রহিমা কিছুটা শিক্ষিত ছিল, সে তার স্বামী এবং শ্বশুরবাড়িকে বুঝিয়ে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি অব্যাহত রেখেছে। কিন্তু তবুও প্রতি রাতে স্টেথোস্কোপ পরার স্বপ্ন তাকে তাড়া করে!

দলীয় আলোচনার জন্য

১) রহিমার কেস স্টাডিতে কোন উপাদানগুলো আপনার কমিউনিটির সাধারণ জেন্ডার রীতি ও প্রত্যাশা প্রকাশ করে?

২) আপনি কি রহিমার কেস স্টাডিতে নারী ও পুরুষের বিভিন্ন মাত্রা বা বিভিন্ন ধরণের ক্ষমতার উদাহরণ দেখতে পাচ্ছেন?

৩) আপনি কি মনে করেন যে জেন্ডার রীতি এবং জেন্ডার সংশ্লিষ্ট ক্ষমতা রহিমার কেস স্টাডিতে পরিবার পরিকল্পনা গ্রহণ করাকে প্রভাবিত করে? কেন অথবা কেন নয়?

৪) আপনি কি রহিমার কেস স্টাডিতে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার উদাহরণ দেখতে পাচ্ছেন? কেন অথবা কেন নয়?

কেস স্টাডি ২: হেনা

কক্সবাজার জেলার টেকনাফ উপজেলায় হেনা (ছদ্মনাম) যার ১৪ বছর বয়সে তার বিয়ে হয় পাশের উপজেলায় বসবাসকারী ৩৫ বছর বয়সি রহিম মিয়ার (ছদ্মনাম) সাথে। তার শ্বশুরবাড়ির অবস্থা তুলনামূলকভাবে হেনার পরিবারের অবস্থা থেকে ভাল। তাই তারা বিয়ের সময় কোন যৌতুক চায়নি। বিয়ের সময় তার স্বামী তার বাবা-মাকে যৌতুক চাইতে দেয়নি। শ্বশুর বাড়ির লোকেরা বিয়ের পরপরই সন্তান নেয়ার জন্য চাপ দিতে শুরু করে, যা তার স্বামীও আপত্তি করেনি। তাই বিয়ের পর ছয় মাসের মধ্যেই হেনা গর্ভবতী হয়ে যায়। হেনা খুব লাজুক ছিল তাই তার স্বামীকে কোন পরিবার পরিকল্পনা সেবা চাওয়ার কথা বলতে পারেনি। হেনার দাদি শাশুড়ির সহায়তায় তার প্রথম কন্যা সন্তানের প্রসব বাড়িতেই হয়।

তারপর দুই বছরের মধ্যে হেনা আবার গর্ভবতী হন এবং আবারও একটি কন্যা সন্তান প্রসব করেন। শ্বশুর বাড়ির পরিবার একটি ছেলে সন্তান জন্ম দেওয়ার জন্য চাপ দেওয়ায় হেনাকে ১৯ বছর বয়সে আবার গর্ভাবস্থার ঝুঁকি নিতে হয়েছিল এবং এই সময় তিনি বিভিন্ন গর্ভাকালীন জটিলতায় ভুগতে শুরু করেন।

সৌভাগ্যবশত সেইসময় হেনার একজন পরিবার পরিকল্পনা মাঠ কর্মীর সাথে পরিচয় হয় যিনি হেনার স্বামীর দূর সম্পর্কের আত্মীয়। মাঠকর্মী হিসেবে তিনি ছিলেন বেশ জনপ্রিয় এবং সমাজে তার ভালো কাজের জন্য অনেক অবদান আছে। তাই তিনি গর্ভাবস্থায় হেনাকে সাহায্য করেছিলেন এবং নিয়মিত চেকআপের জন্য নিকটস্থ সেবা কেন্দ্রে নিয়ে যেতে তার শ্বশুর-শাশুড়িকে রাজি করিয়েছিলেন। জটিলতার কারণে সেবাদানকারী তাকে নিকটবর্তী স্বাস্থ্য তথ্য কেন্দ্রে পাঠায় যেখানে তিনি একটি সুস্থ পুত্রসন্তান প্রসব করেন। শ্বশুর বাড়ির পরিবার এবং তার স্বামী খুব খুশি হন এবং হেনার স্বাস্থ্যসেবা চেকআপে বিশ্বাস করা শুরু করেন। তাই তাকে নিয়মিত প্রসবোত্তর চেকআপের জন্য অনুমতি দেওয়া হয়, যেখানে হেনা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি এবং অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার সম্পর্কে আরও তথ্য জানতে পারেন। এগুলো তার নিজের এবং তার সন্তানদের জন্য সুস্থ জীবন-যাপন করতে সাহায্য করেছিল।

দলীয় আলোচনার জন্য

- কেস স্টাডিতে জেন্ডার কীভাবে মানুষের ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে?
- কীভাবে জেন্ডার ও ক্ষমতা পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য অর্জনে সাহায্য করেছে?
- জেন্ডার ও ক্ষমতা সুস্বাস্থ্যের জন্য একটি বাধা?

কেস স্টাডি ৩: নাজমা

১৮ বছর বয়সি নাজমা বেগম (ছদ্মনাম) দুই মেয়ে সন্তানের মা। তার স্বামী একজন দিনমজুর। পাঁচ বছর আগে তাদের বিয়ে হয়। নাজমার বাবা একজন স্কুল শিক্ষক। তিনি সাত বোন ও ভাইয়ের পরিবারে বাল্যবিবাহের শিকার। তার স্বামী স্বর্ণের একটি চেইন দাবি করে। কিন্তু তার বাবা দরিদ্রতার কারণে যৌতুক দিতে ব্যর্থ হন। তার স্বামী ও শাশুড়ি তাকে এজন্য নির্যাতন করে। তাছাড়া তারা সবসময় কন্যা সন্তান জন্মের জন্য তাকে ধিক্কার করে। এই কারণে নাজমা অপরাধবোধে ভুগে। তিনি একটি ছেলে সন্তানের আশায় জোরপূর্বক গর্ভধারণ করেন। ফলস্বরূপ, তার এই তৃতীয় গর্ভাবস্থায় তার শরীর খুবই দূর্বল হয়ে পরেছে। এই গর্ভাবস্থা চালিয়ে যাওয়ার চিন্তা তার উদ্বেগ বাড়িয়ে দিচ্ছে।

দলীয় আলোচনার জন্য

- কেস স্টাডিতে জেন্ডার কীভাবে মানুষের ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে?
- কীভাবে জেন্ডার ও ক্ষমতা পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য অর্জনে সাহায্য করেছে?
- জেন্ডার ও ক্ষমতা সুস্বাস্থ্যের জন্য একটি বাধা?

কেস স্টাডি ৪: রানী

২৫ বছরের মেয়ে রাণী (ছদ্মনাম) ঢাকার মোহাম্মদপুরে একটি বাসায় গৃহপরিচারিকার কাজ করত। চার জনের পরিবারে একমাত্র উপার্জন করা রাণী তার স্বামী এবং দুই সন্তানের ভরণ-পোষনের জন্য দিনরাত পরিশ্রম করত। বাড়ির মালিক এবং অন্যান্য সদস্যরা তার সাথে ভালো ব্যবহার করত, কারণ রাণী সেখানে দুই বছর ধরে কাজ করছিল। যখন সে তৃতীয়বারের মত গর্ভবতী হন, তখন তার বাসার গৃহকর্তী তাকে আর্থিক ভাবে সাহায্য করেন যাতে সে সঠিক চিকিৎসা পেতে পারে। তারা তাকে এএনসি (গর্ভকালীন) চেকআপ এবং চিকিৎসার জন্য একটি স্বাস্থ্য সেবা কেন্দ্রে যেতে পরামর্শ দেয় এবং সেখানে তাকে নিবন্ধন করার জন্য নিয়ে যায়।

গর্ভাবস্থায় রাণী কাজ থেকে ছুটি নিয়েছিলো, কিন্তু প্রতি মাসে বাড়ির মালিকের কাছ থেকে বেতন ও অন্যান্য সুবিধা পেতো। নয় মাস পর একদিন রাণী তার পরিবারের সাথে উধাও হয়ে গেল। তার স্বামী তাকে গাইবান্ধায় নিয়ে যায় যেখানে সে তার পরিবারের সাথে থাকে। তারা রাণীকে প্রসবের জন্য ঢাকায় ফিরে আসতে দেয়নি। তারা রাণীর সিদ্ধান্ত ও মতামত কে গুরুত্ব দেয়নি। যখন সময় এলো প্রতিবেশী ধাত্রিকে নিয়ে বাড়িতে প্রসব করাল। ধাত্রি প্রাপ্তবয়স্ক এবং প্রশিক্ষিত ছিলেন না। প্রসবকালীন সময় রাণীর প্রসবোত্তর রক্তক্ষরন হয়েছিল এবং যার ফলে সে ও তার সন্তান উভয়েই মারা যায়।

দলীয় আলোচনার জন্য

- কেস স্টাডিতে জেন্ডার কীভাবে মানুষের ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে?
- কীভাবে জেন্ডার ও ক্ষমতা পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য অর্জনে সাহায্য করেছে?
- জেন্ডার ও ক্ষমতা সুস্বাস্থ্যের জন্য একটি বাধা?

কেস স্টাডি ৫: জনাব হোসেন

জনাব হোসেন (ছদ্মনাম) হাজীগঞ্জের আলিপুরের একজন সুপরিচিত, মধ্যবয়স্ক সম্মানিত ব্যক্তি। তিনি সর্বদা ইসলামের আলোকে তার বক্তৃতায় মানুষকে অনুপ্রাণিত করেন। তিনি তিন মেয়ে ও এক ছেলের জনক। তার চতুর্থ পুত্রের জন্মের পর তার স্ত্রী পাঁচ বছরে নয় বার গর্ভপাত করান। তার মানসিকতা এতটাই বাজে ছিল যে, তিনি তার স্ত্রীর স্বাস্থ্যের অবস্থা না ভেবে তাকে গর্ভপাত করাতে বাধ্য করতেন, কিন্তু সঠিক পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের জন্য রাজী ছিলেন না। যখন তিনি তার স্ত্রীকে নবম বারের মত গর্ভপাত করাতে নিয়ে যান তখন সেবা কেন্দ্রের একজন স্বাস্থ্যসেবা দানকারী তাকে বোঝানোর চেষ্টা করেছিলেন যে যদিও তিনি পরিবার পরিকল্পনার বিপক্ষে কিন্তু তিনি অজান্তেই একটি ভুল করছেন। নয়বার গর্ভপাত করা তার স্ত্রীর শরীর, স্বাস্থ্য ও মনের জন্য খুবই ক্ষতিকর ও ঝুঁকিপূর্ণ। তিনি গর্ভপাতের পক্ষে সাফাই গাইলেন এই বলে যে তিনি শুধু একটি ভ্রুনকে নষ্ট করছেন যার ভেতর কোন প্রাণ নেই তাই কোন ভুল/পাপ নেই এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণ করা ইসলামে অনুমোদিত নয়। তিনি এই বিশ্বাসকে দৃঢ়ভাবে ধরে রেখেছিলেন যা তার স্ত্রীকে ক্রমাগত কষ্টের মধ্যে ফেলে দিয়েছিল।

দলীয় আলোচনার জন্য

- কেস স্টাডিতে জেন্ডার কীভাবে মানুষের ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে?
- কীভাবে জেন্ডার ও ক্ষমতা পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য অর্জনে সাহায্য করেছে?
- জেন্ডার ও ক্ষমতা সুস্বাস্থ্যের জন্য একটি বাধা?

মডিউল ২: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ভিত্তি

মোট সময়: ৩ ঘন্টা ৫০ মিনিট

- অধিবেশন ২-১: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ধারণা
- অধিবেশন ২-২: পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকি বিশ্লেষণ
- অধিবেশন ২-৩: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধের সচেতনতায় পুরুষের অংশগ্রহণ
- অধিবেশন ২-৪: কিশোর এবং যুব সমাজের জন্য পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ধারণা

শিখন উদ্দেশ্য

মডিউল সমাপ্তির পর প্রশিক্ষণার্থীগণ:

- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার বিভিন্ন ধরণকে স্পষ্টভাবে ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- কীভাবে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বয়স, বৈবাহিক অবস্থা বা অর্থনৈতিক শ্রেণি নির্বিশেষে যে কাউকে প্রভাবিত করতে পারে তা বলতে পারবেন।
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি ব্যাক্তির সাথে স্বাস্থ্য ঝুঁকি ও প্রভাব বিষয়ে আলোচনা করতে পারবেন।
- সারা জীবনে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার প্রভাব নির্ণয় ও যোগাযোগ স্থাপন করতে পারবেন।
- একজন পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা গ্রহীতা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কারণে উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ কিনা সেই মৌখিক ও অ-মৌখিক ইঙ্গিতগুলো সনাক্ত করতে পারবেন।
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধে পুরুষদের সম্পৃক্ততা সম্পর্কে ধারণাগুলো স্পষ্ট করতে পারবেন।
- শিশু, বাল্য, ও জোরপূর্বক বিবাহ (CEFMU) এবং যুব সমাজে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকি ও প্রভাব স্পষ্ট বুঝতে পারবেন।
- শিশু, বাল্য ও জোরপূর্বক বিবাহে আবদ্ধ গ্রহীতাদের জন্য আইন কীভাবে পরিবার পরিকল্পনা এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার বিধানকে প্রভাবিত করে তা ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

পদ্ধতি

- উপস্থাপনা
- কেস স্টাডি
- আলোচনা
- প্রতিফলন

প্রয়োজনীয় উপকরণ

- ফ্লিপচার্ট ও মার্কার
- প্রশিক্ষক পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড ডেক ১
- কেস স্টাডি ৬-৮
- উপকরণ গ: পায়ের ছাপ দিয়ে ভোট প্রদান
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর জন্য প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়াল

অগ্রিম প্রস্তুতি

- স্লাইড ও প্রশিক্ষণ বিষয়বস্তু পর্যালোচনা করুন
- পায়ের ছাপ দিয়ে ভোট প্রদান পর্যালোচনা করুন
- প্রশিক্ষণ কক্ষটি প্রশিক্ষণের উপযোগী করে প্রস্তুত করুন, যাতে প্রশিক্ষণার্থীদের সেশন পরিচালনার জন্য পর্যাপ্ত জায়গা থাকে এবং রুমে ফ্লিপচার্ট পেপার পোস্ট করা যায় -- যার একদিকে লেখা থাকবে "সম্মত" এবং অন্য দিকে "অসম্মত"।

অধিবেশন ২-১: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ধারণা

৪৫ মিনিট

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা ও আলোচনা

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ধরণ, রূপ ও স্বাস্থ্যগত প্রভাব (৪৫ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ২৬-২৭ উপস্থাপন করুন এবং অধিবেশনের শিখন উদ্দেশ্য নির্ণয় করুন:

- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার বিভিন্ন ধরণ স্পষ্টভাবে ব্যাখ্যা করতে পারবেন।
- কীভাবে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বয়স, বৈবাহিক অবস্থা বা অর্থনৈতিক শ্রেণি নির্বিশেষে যে কাউকে প্রভাবিত করতে পারে তা বলতে পারবেন।
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি ব্যাক্তির সাথে সহিংসতার ঝুঁকি ও প্রভাব নিয়ে আলোচনা করতে পারবেন।

ধাপ ২

স্লাইড ২৮ উপস্থাপন করুন। নিচের বিষয়টি প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে আলোচনা করুন:

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সংজ্ঞা দেখি। এখানে অনেকগুলো ধরণ রয়েছে। বিশেষ করে পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবাকে প্রভাবিত করা মানে নারীদের প্রতি সহিংসতা।

পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারী হিসাবে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার বিভিন্ন ধরণ সম্পর্কে জানা এবং পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্যসহ গ্রহীতাদের সুস্বাস্থ্যের উপর এর প্রভাব সম্পর্কে সচেতন হওয়া গুরুত্বপূর্ণ। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বলতে বোঝায় যে কোনও কাজ যা কারও ইচ্ছার বিরুদ্ধে সংঘটিত হয় এবং জেন্ডার রীতি এবং অসম ক্ষমতা সম্পর্কের উপর ভিত্তি করে জন্ম নেয়। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নারী- পুরুষ, ছেলে-মেয়ে সবারই ক্ষতি করে। এটা বোঝায়:

- *সহিংসতা ও বলপ্রয়োগের হুমকি*
- *শারীরিক বা যৌন নির্যাতন*
- *মানসিক বা মনোসামাজিক ক্ষতি*
- *সম্পদকে বা সেবা গ্রহণকে অস্বীকার করা*
- *আইনি অধিকার অস্বীকার করা*

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা অনেক রূপ ধারণ করে। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কিছু রূপ বাহ্যিকভাবে স্পষ্ট, যেমন শারীরিক সহিংসতা, এবং কিছু সূক্ষ্ম বা লুকানো, যেমন মৌখিক গালাগাল করা বা সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে বাধা প্রদান। সব জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতাই ক্ষতিকারক এবং সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তির স্বাস্থ্য বা সুস্থতার উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলে।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা শ্রেণি, ধর্ম, বর্ণ বা জাতি নির্বিশেষে **যে কাউকে প্রভাবিত করতে পারে;** তবে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নারীদের সবচেয়ে বেশি প্রভাবিত করে।

সহিংসতা এবং/অথবা সহিংসতার ভয় একজন নারীকে পরিবার পরিকল্পনা গ্রহণে বাধা দেয়, সেইসাথে তার পছন্দের পদ্ধতি ব্যবহার করার ক্ষমতাকে প্রভাবিত করতে পারে।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ক্ষমতা ও নিয়ন্ত্রণ লাভের জন্য সংঘটিত হতে পারে। এটি কোনো দম্পতির মধ্যে প্রজনন ও পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির ব্যবহার নিয়ে অর্জিত ক্ষমতা হতে পারে।

নারীর প্রতি সহিংসতা বলতে এমন কাজকে বোঝায় যা জেন্ডার রীতি বা অসম ক্ষমতার ডাইনামিক্সের উপর ভিত্তি করে তৈরি হয়, যার ফলে হুমকি, বাধ্যবাধকতা বা স্বেচ্ছাচারিতা প্রয়োগসহ নারীদের শারীরিক, যৌন বা মানসিক ক্ষতি হয় বা হতে পারে। এর মধ্যে ব্যক্তিগত স্বাধীনতা হরণ অন্তর্ভূক্ত, হোক তা প্রকাশ্যে বা ব্যক্তিগত জীবনে। নারীর প্রতি সহিংসতার মধ্যে আছে:

- স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতা (আইপিভি)
- যৌন নিপীড়ন ও ধর্ষণ
- নারীর যৌনাঙ্গ কর্তন
- জোরপূর্বক প্রজনন বা বাধা প্রদান
- জোরপূর্বক বিবাহ
- পাচার
- শিক্ষা, আর্থিক, ও আইনি অধিকার অস্বীকার করা
- প্রহার

ধাপ ৩

প্রশিক্ষণার্থীদের মতামত দিতে বলুন এবং শেষ সেশনে তাদের ছোট দলে আলোচনা করা কেস স্টাডিগুলোর প্রসঙ্গে ফিরে আসুন। জিজ্ঞাসা করুন: *"আপনি কি মনে করেন যে আমরা যে কেস স্টাডিগুলো দেখেছি তার মধ্যে এই ধরণের এক বা একাধিক সহিংসতা অন্তর্ভুক্ত? তাহলে সেগুলো কী? কেন?"*

উত্তর শুনতে ১০ মিনিট সময় নিন।

প্রশিক্ষক নোট

এখানে কেস স্টাডিগুলোর মধ্যে সহিংসতার যে রূপ রয়েছে তার তথ্যসুত্র:

- হেনার গল্প - প্রজনন বিষয়ক বাধা; শিশু, বাল্য ও জোরপূর্বক বিবাহ (সিইএফএমইউ)
- নাজমার গল্প - শিশু, বাল্য ও জোরপূর্বক বিবাহ; মানসিক নির্যাতন; সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে বাধা প্রদান
- রানীর গল্প - সেবা অস্বীকার; আইনি অধিকার অস্বীকার
- জনাব হোসেনের গল্প - সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে বাধা প্রদান

ধাপ ৪

স্লাইড ২৯ উপস্থাপন করুন।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ধরণ

শারীরিক

- আঘাত করা, প্রহার করা, পোড়ানো ও কর্তন
- পাচার
- অ্যাসিড হামলা ও সম্মান রক্ষার্থে হত্যা (অনার কিলিং)

সামাজিক

- বৈষম্য এবং/অথবা সুযোগ অস্বীকার
- শিক্ষা হতে বঞ্চিত করা
- উত্তরাধিকার এবং/অথবা সম্পত্তির অধিকার হতে বঞ্চিত করা

আবেগ/মনোসামাজিক

- গালাগালি ও অপমান
- বন্দী/বিচ্ছিন্নতা
- ভয় দেখানো/হুমকি
- আশানুরূপ ফলাফল না পেলে দোষারোপ করা

যৌন

- জোরপূর্বক বিবাহ
- যৌন শোষণ/জোরপূর্বক পতিতাবৃত্তিতে বাধ্য করা
- ধর্ষণ
- হয়রানি
- নারীদের যৌনাঙ্গ কর্তন

স্লাইড ৩০ উপস্থাপন করুন।

সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা সেবা নিতে **বাধা প্রদান**

এটি নারী ও শিশুর প্রতি সহিংসতার একটি জটিল রূপ যা শারীরিক, যৌন, মনোসামাজিক এবং/অথবা সামাজিক সহিংসতার মাধ্যমে সংঘটিত হতে পারে এবং বেশিরভাগ ক্ষেত্রে একাধিক সহিংসতা একসাথে ঘটে থাকে।

যেমন:

- পুত্র সন্তান জন্ম না দেওয়ার কারণে একজন নারীকে বারবার লজ্জা দেওয়া এবং দোষারোপ করা
- গর্ভাবস্থা এড়াতে একজন নারীকে গর্ভপাতের মধ্য দিয়ে যেতে বাধ্য করা
- গর্ভনিরোধক খাবার বড়ি বা কনডম ফেলে দেওয়া
- কনডম ফুটা করে রাখা
- নারীদের চলাফেরার স্বাধীনতা না দেওয়া (পরিবার পরিকল্পনা সেবা নেয়ার সুযোগ না দেওয়া)

নিচের বিষয়টির উপর জোর দিন:

সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা বাধা প্রদান খুব স্পষ্ট ও প্রত্যক্ষ হতে পারে, যেমন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি অকার্যকর করা বা সরাসরি কোনো নারীকে পরিবার পরিকল্পনা সেবা নিতে যেতে বাধা দেওয়া, তাকে গর্ভপাত-এর জন্য নিয়ে যেতে অস্বীকার করা, কোনও নারীকে অরক্ষিত যৌন মিলনে বাধ্য করা, ইত্যাদি।

এটি আবার সামাজিক এবং মনোসামাজিক/শারীরিক সহিংসতার রূপগুলো ব্যবহার করে পরোক্ষও হতে পারে, যেমন যারা অল্প বয়সেই গর্ভবতী হয় না কিংবা বার বার গর্ভধারণ করে না, তাদেরকে অসম্মান করা, বিদ্রুপ করা বা তাদের প্রতি সহিংস হওয়া।

স্লাইড ৩১ উপস্থাপন করুন।

বাংলাদেশে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার প্রভাব

বাংলাদেশে নারীর প্রতি সহিংসতার তথ্য
২০১৭ সমীক্ষা। মোট সহিংসতার মুখোমুখি ১১৪৩ জন[২৫]

যারা সহিংসতার মুখোমুখি হয়েছে তাদের মধ্যে-

- ১৬ থেকে ৩০ বছর বয়সি (৬৩.৭৮%), ১ থেকে ১৫ বছর বয়সি (১৯.১৬%)
- বৈবাহিক অবস্থা: বিবাহিত ৭১.৯১% এবং অবিবাহিত ২৫.৬৩%
- সহিংসতার মুখোমুখি যারা হয়েছেন তাদের মধ্যে গৃহবধূ (৬০.৩৭%), ছাত্রী (১১.১১%), গৃহকর্মী (১০.৮৫%) এবং অন্যান্য (১১.৪৬%)
- ৬৪.৬৫% ক্ষেত্রেই স্বামী কর্তৃক জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ঘটে থাকে। এছাড়াও পরিচিত ব্যক্তি (১৪.০০%), প্রতিবেশী (১৩.৩০%), প্রেমিক (৩.১৫%), বাড়ির মালিক (২.৬২%), শ্বশুরবাড়ী এবং অন্যান্য (২.২৭%) ব্যক্তির দ্বারাও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ঘটে থাকে।

২০১৫ সালের রিপোর্ট[২৬]

- ৭২.৬ শতাংশ বিবাহিত নারী তাদের জীবদ্দশায় কমপক্ষে একবার হলেও তাদের স্বামীর দ্বারা নির্যাতনের মুখোমুখি বা নির্যাতিত হয়েছেন।
- ২৭.৮ শতাংশ নারী তাদের জীবদ্দশায় স্বামী ছাড়া অন্যদের দ্বারা শারিরীকভাবে নির্যাতনের মুখোমুখি বা নির্যাতিত হয়েছেন।
- ২৮.৭ এবং ২৭.২ শতাংশ নারী তাদের জীবদ্দশায় মানসিক ও যৌন হয়রানির মুখোমুখি হয়েছেন।

[25] Nashid Tabassum Khan, et. al., "Violence against Women in Bangladesh." Delta Med Col J. Jan 2017; 5 (1):25 – 29.

[26] Bangladesh Bureau of Statistics, Statistics and Informatics Division, Ministry of Planning. *Report on Violence Against Women Survey* (2015).

স্লাইড ৩২ উপস্থাপন করুন।

নারীর প্রতি সহিংসতা নিরসনে জাতিসংঘের বিশেষ ঘোষণা

১৯৯৩ সালে এই ঘোষণা গৃহীত হয়:

ধারা ১

এই ঘোষণাপত্রের আলোকে, "নারীর প্রতি সহিংসতা" শব্দটির অর্থ হচ্ছে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার যে কোনো কাজ বা কাজের হুমকি যার ফলে নারীরা শারীরিক, যৌন বা মানসিক ক্ষতি, স্বাধীনতাহরণ, নির্বিচারে বঞ্চনার শিকার হতে পারেন, হোক তা প্রকাশ্যে বা ব্যক্তিগত জীবনে।

ধারা ৪

রাষ্ট্রের উচিত নারীর প্রতি সহিংসতার নিন্দা করা এবং কোন প্রথা, নিয়ম বা ধর্মের দোহাই দিয়ে নারী নির্যাতন নির্মূলে রাষ্ট্রের দায়বদ্ধতাকে এড়ানো যাবেনা। রাষ্ট্রের সমস্ত উপযুক্ত উপায়গুলোকে পর্যবেক্ষণ করে যত দ্রুত সম্ভব সহিংসতা দূর করার নীতিমালা অনুসরণ করা উচিত।

তথ্যসূত্র: সিডও (**CEDAW**) সুপারিশমালা

নারীর প্রতি সকল প্রকার বৈষম্য দূরীকরণ সংক্রান্ত কনভেনশন (CEDAW)

সাধারণ সুপারিশ নং ১৯ , জানুয়ারি ১৯৯২:

ধারা ১

বৈষম্যের সংজ্ঞা [নারীদের বিরুদ্ধে]: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা এমন একটি সহিংসতা যা একজন নারীর বিরুদ্ধে সংঘটিত হয় কারণ সে একজন নারী বা যা নারীদেরকে অকারণে প্রভাবিত করে। এটি নারীকে শারীরিক ও মানসিক যন্ত্রণা দেয় বা যৌন ক্ষতি করে, হুমকি প্রদান করে, বাধ্য করে বা বাধা দেয় ও ব্যক্তি স্বাধীনতা হরণ করে।

ধারা ১৬ থেকে (এবং ৫ অনুচ্ছেদ)

অর্থনৈতিক স্বাধীনতার অভাব অনেক ক্ষেত্রে নারীকে সহিংস সম্পর্কে থেকে যেতে বাধ্য করে।

পূর্ণ সুপারিশমালা দেখতে ভিজিট করুন, ***ohchr.org***

স্লাইড ৩৩ উপস্থাপন করুন।

জাতীয় আইন ও অঙ্গীকার

- ২০১৪ সালে বাংলাদেশ অঙ্গীকার করেছে যে ২০৪১ সালের মধ্যে দেশে বাল্যবিবাহ বন্ধ হবে
- দন্ডবিধির একাধিক ধারায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ক্ষেত্রে কঠোর শাস্তির বিধান রয়েছে, যার মধ্যে রয়েছে অ্যাসিড হামলা, যৌতুকের জন্য নারী হত্যা, এবং শিশুর লালন পালন অস্বীকার করা।
- বাংলাদেশ জাতিসংঘের বিশেষ ঘোষণাপত্রে এবং নারীর প্রতি সহিংসতার বিরুদ্ধে আইসিপিডি (ICPD) সহ বিভিন্ন আন্তর্জাতিক কনভেনশনে স্বাক্ষরকারীদের মধ্যে রয়েছে
- স্ত্রীর বয়স ১৩ বছরের নিচে না হলে বৈবাহিক ধর্ষণ আইনি মামলা থেকে রেহাই পেয়ে যায়।

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো শেয়ার করুন:

এটি গুরুত্বপূর্ণ যে, বাংলাদেশে বৈবাহিক ধর্ষণ সংক্রান্ত আইনি কাঠামো জটিল এবং পরস্পরবিরোধী। সব আইন মোতাবেক এটা নিশ্চিত যে স্ত্রীর বয়স ১৩ বছরের কম হলে স্বামীর সাথে ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক ধর্ষণ হিসেবে গণ্য হবে।

এটাও স্পষ্ট যে বাংলাদেশে যখন স্ত্রীর বিয়ে করার বৈধ বয়স হয় (১৮ বছর) তখন বৈবাহিক ধর্ষণকে অপরাধ হিসেবে গণ্য করা হয় না। যাইহোক, ১৩-১৮ বছর বয়সি বিবাহিত কিশোর-কিশোরীদের জন্য কোন স্তরের আইনি সুরক্ষা আছে কিনা তা স্পষ্ট নয়। স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী হিসাবে আপনার যা জানা দরকার তা হল:

- *বয়স বা বৈবাহিক অবস্থা নির্বিশেষে সব নারী জরুরি গর্ভনিরোধ সেবা পাবার অধিকারী*
- *১৮ বছরের কম বয়সি সব মেয়েই আইনত বিবাহ প্রত্যাখ্যান করার অধিকারী*

অধিবেশন ২-২: পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকি বিশ্লেষণ

৪৫ মিনিট

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা ও আলোচনা

সূচনা ও শিখন উদ্দেশ্য (১৫ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৩৪ উপস্থাপন করুন। অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীগণ

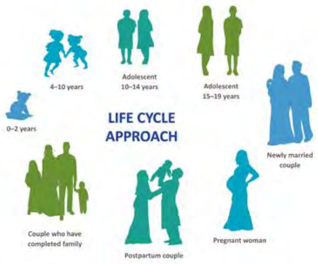
- মানব জীবনচক্রে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা কীভাবে প্রভাব ফেলে তা বলতে পারবেন এবং যোগসূত্র চিহ্নিত করতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা নিতে আসা গ্রহীতাদের মৌখিক ও অমৌখিক ইঙ্গিত দেখে সনাক্ত করতে পারবেন কারা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার জন্য অধিকতর ঝুঁকিতে আছে।

ধাপ ২

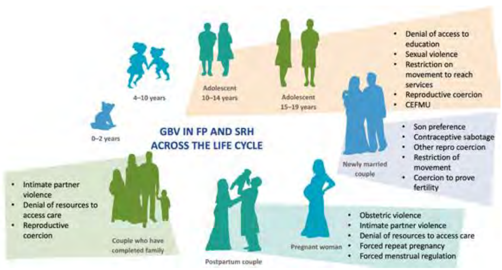
স্লাইড ৩৫ *উপস্থাপন করুন এবং জিজ্ঞাসা করুন:*

"আপনারা কি গ্রহীতার জীবনচক্রের প্রতিটি পর্যায়ে পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় একটি জেন্ডার বা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক বাধার নাম দিতে পারেন?"

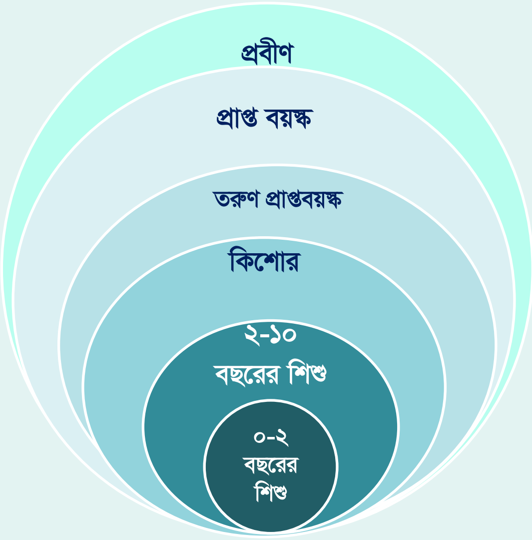
আলোচনার জন্য ৫-১০ মিনিট সময় নিন, তারপর পরবর্তী স্লাইডে যান।



স্লাইড ৩৫ উপস্থাপন করুন



তথ্যসূত্র: জীবনচক্রে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা



০-২ বছরের শিশু: নারী ভ্রুণহত্যা, লিঙ্গ জানার পর গর্ভপাত, শিশুহত্যা, সুষম খাবার না দেওয়া, চিকিৎসা সেবা না দেওয়া।

শিশু: প্রাতিষ্ঠানিক শিক্ষার সুযোগ না পাওয়া, শিশুশ্রম, শিশু পতিতাবৃত্তি, শারীরিক নির্যাতন, অবহেলা, যৌন নির্যাতন, শ্লীলতাহানি, ভাইবোনের দ্বারা আপত্তিজনক 'টিজিং' বা উত্তক্ত করা।

কিশোর/কিশোরী: জোরপূর্বক যৌন দীক্ষা, ধর্ষণ, পিতামাতার পছন্দে জোরপূর্বক বিয়ে, অনেক ক্ষেত্রে বয়স্ক পুরুষের সাথে বিয়ে, ধর্ষক; যৌনতা, শরীর, ও যৌন স্বাস্থ্য সম্পর্কে অজ্ঞতা; যৌনতা এবং যৌন ক্রিয়াকলাপের উপর নিয়ন্ত্রণ; পাচার, পতিতাবৃত্তিতে বাধ্য করা; প্রেমিক বা অপরিচিত ব্যক্তির দ্বারা সাইবার অপরাধ; প্রেমের নামে সহিংসতা; শিক্ষক, প্রশিক্ষক বা সহকর্মীদের দ্বারা প্রকাশ্যে যৌন হয়রানি।

তরুণ প্রাপ্তবয়স্ক: প্রেমের নামে সহিংসতা; মাদক প্রয়োগের মাধ্যমে ধর্ষণ; ধর্ষণ, যুদ্ধকালীন ধর্ষণ; বিবাহ সঙ্গী এবং/অথবা যৌন সঙ্গী পছন্দ না হওয়া; যৌতুকের কারণে মৃত্যু; স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতা; কর্মক্ষেত্রে, কলেজে যৌন হয়রানি।

প্রাপ্তবয়স্ক: গৃহ অভ্যন্তরে সহিংসতা, সমলিঙ্গের দ্বারা গৃহ অভ্যন্তরে সহিংসতা, পিতা, মা, বোন, ভাই-বোন এবং প্রসবকালীন পরিবারের সদস্যদের দ্বারা সহিংসতা; বৈবাহিক ধর্ষণসহ যৌন নির্যাতন, পর্নোগ্রাফিক কাজ দেখতে এবং অনুকরণ করতে বাধ্য করা, চরম যৌন অবহেলা বা শীতলতা; অর্থনৈতিক অনাচার, যেমন জুয়া; বিচ্ছিন্নতা, স্থায়ী বা অস্থায়ীভাবে পরিত্যাগ করা; গর্ভাবস্থায় ব্যাটারি ব্যবহার; অপরাধমূলক কার্যকলাপে বাধ্য করা; গৃহশ্রমের মাধ্যমে চরম শোষণ; নিয়োগকর্তা, অন্যান্য কর্মচারী, পিতা, শ্বশুর-শাশুড়ি, পাদ্রী, থেরাপিস্ট, বা ডাক্তারদের দ্বারা যৌন হয়রানি; ভুক্তভোগীকে অপরাধী ভাবা এবং কমিউনিটি কর্তৃক প্রত্যাখ্যান; অনিরাপদ যৌন সম্পর্কে বাধ্য করা; যৌন বা এইচআইভি সংক্রমণ; মায়েদের হেফাজতে শিশুদের যেতে বাধা প্রদান করা, অপহরণ; অন্তরঙ্গ সঙ্গী হত্যা, নারী হত্যা ও সম্মান বাঁচাতে হত্যা; পর্যাপ্ত খাদ্য, পোশাক, নিত্যপ্রয়োজনীয় জিনিস আটকে রাখা; সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে উত্তক্ত করা।

প্রবীণ: প্রাপ্তবয়স্ক ও তত্ত্বাবধায়কদের (দায়িত্বপ্রাপ্ত ব্যক্তির) মাধ্যমে শারীরিক নির্যাতন; স্বামী-স্ত্রীর নির্যাতন; গৃহশ্রমে শোষণ; শিশু যত্ন; স্বাস্থ্যসেবা, ওষুধ, নিত্য প্রয়োজনীয় জিনিস আটকে রাখা; বিধবা অবস্থাকে অবমাননা করা; এবং আত্মহত্যার প্ররোচনা বা করুণা দেখিয়ে হত্যা।

স্লাইড ৩৭-৩৮ উপস্থাপন করুন।

জীবনচক্রে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার প্রভাব

- **মানসিক স্বাস্থ্যের প্রভাব:** যেমন, বিষন্নতা, উদ্বেগ, ফ্ল্যাশব্যাক, ড্রাগের ব্যবহার, আত্মহত্যার প্রবনতা
- **যৌন এবং প্রজনন স্বাস্থ্যের উপর প্রভাব:** যেমন- অনিচ্ছাকৃত গর্ভধারণ, এইচআইভি, যৌনবাহিত রোগ, জরায়ু ক্যান্সার, গর্ভপাত, শিশু শ্রম, মৃত সন্তান প্রসব
- **শারীরিক প্রভাব:** যেমন- হাড়ভাঙা, আঘাত, রক্তপাত, অপুষ্টি, মৃত্যু
- **সামাজিক প্রভাব:** যেমন- স্কুলে পড়তে না পারা, বেকার জীবন, একাকীত্ব, সমাজে তেমন কোন অবদান রাখতে না পারা, দারিদ্র্যতা।

অন্তরঙ্গ সঙ্গীর দ্বারা সহিংসতার মুখোমুখি নারীদের মাঝে:	
বিষন্নতা অনুভব করার আশঙ্কা **দ্বিগুণ**	কম ওজনের শিশুর জন্মের আশঙ্কা **১৬%** বেশি
ক্ল্যামাইডিয়া, গনোরিয়া এবং এইচআইভি হওয়ার আশঙ্কা **১.৫ গুণ** বেশি	
নারী হত্যার **৩৮%** তাদের অন্তরঙ্গ সঙ্গীদের দ্বারা সংঘটিত হয়েছে	

ধাপ ৩

স্লাইড ৩৯ উপস্থাপন করুন।

যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা পরিস্থিতি কেমন হয়?

- একজন মা প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা সেবা নেওয়ার ক্ষেত্রে তার শাশুড়ির সামনে এই সেবা সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করতে পারেন না
- ফলো আপের জন্য আগত একজন পরিবার পরিকল্পনা সেবা গ্রহীতা যার মুখে বা কব্জিতে আঘাতের দাগ থাকতে পারে
- একজন কিশোরীকে তার মা গর্ভপাতের (এমআর) জন্য নিয়ে আসেন কিন্তু কিশোরী এ ব্যাপারে কথা বলতে পারেনা
- একজন গ্রহীতা জিজ্ঞাসা করেন যে এমন কোনো পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি আছে কিনা যা তার স্বামী জানতে পারবে না বা ফেলে দিতে পারবে না
- একজন আইইউডি গ্রহীতা যিনি পদ্ধতি গ্রহণের পর বাড়িতে যাওয়ার পরপরই খুলে ফেলার জন্য ফিরে আসেন

মনে রাখবেন: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রকারভেদে প্রত্যেকের জন্য আলাদা! এটি প্রকাশের জন্য কখনই চাপ দেওয়া যাবে না বা কখনই অনুমান করে নেয়া যাবে না যে এই সহিংসতাকে সে উপেক্ষা করে বা তার এটা সহ্য হয়ে গেছে।

অনুশীলন ২: প্রতিফলন

আমাদের জীবনের অভিজ্ঞতা (৩০ মিনিট)

ধাপ ১

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে প্রতিফলন কার্যক্রম নিয়ে পরিচিত হন। প্রত্যেককে 'গোপনীয়তা বজায় রাখার এবং অন্যের কোন ক্ষতি করা যাবে না' নীতি মেনে চলতে হবে। সেইসাথে নিজের ও সবার দিকে খেয়াল রাখার দলীয় নিয়মগুলো মনে করিয়ে দিন। প্রশিক্ষণার্থীদের জানিয়ে দিন যে এই কার্যক্রমের পরে একটি মধ্যাহ্নভোজের বিরতি থাকবে এবং যদি কেউ তাদের মুখোমুখি হওয়া চ্যালেঞ্জগুলি সম্পর্কে আরও এবং/অথবা ব্যক্তিগতভাবে কথা বলতে চান তবে বিরতির সময় ব্যক্তিগতভাবে বলতে পারবেন।

ধাপ ২

সেবা প্রদানকারী হিসাবে তাদের অভিজ্ঞতা শেয়ার করার জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের আমন্ত্রণ জানান। হাত তুলে অভিজ্ঞতা শেয়ার করার জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের উৎসাহিত করুন। পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারী হিসেবে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাদের সাথে কাজ করার সময় তারা যে অভিজ্ঞতাগুলো পেয়েছেন, যেমন সন্দেহ করেছেন কিন্তু জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিশ্চিত করতে পারেন নাই, অথবা একজন জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাকে সেবা এবং/অথবা রেফারেল প্রদান করেছেন। প্রশিক্ষণার্থীদের গ্রহীতাদের সম্পর্কে সনাক্তকারী তথ্য শেয়ার না করার জন্য এবং সহকর্মীদের অভিজ্ঞতা নয়, নিজেদের ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা শেয়ার করার উপর নজর দেওয়ার জন্য স্মরণ করিয়ে দিন। প্রশিক্ষণার্থীদের অভিজ্ঞতাগুলো সংক্ষিপ্ত করতে বলুন (২-৪ মিনিট), যাতে যারা শেয়ার করতে চান তাদের পর্যাপ্ত সময় থাকে। কেউ অভিজ্ঞতা শেয়ার করতে বাধ্য নন।

ধাপ ৩

আলোচনা শেষ করুন এবং নিম্নলিখিত বিষয়গুলোর উপর জোর দিন:

> *জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার রেফারেল সুবিধার তথ্য সবার সাথে বিনিময় করা একটি সর্বোত্তম অনুশীলন। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি অনেক নারী কোন সতর্কতা চিহ্ন দেখান না এবং প্রকাশ করতে চান না ।*
>
> *দ্বিতীয় দিন, আপনি রোল প্লে ও কেস স্টাডির মাধ্যমে এই ধরণের গ্রহীতাদের অভিজ্ঞতাগুলোকে প্রকাশের অনুশীলন করার আরও সুযোগ পাবেন।*

পরবর্তী সেশনে যাওয়ার আগে দুপুরের খাবারের বিরতি।

অধিবেশন ২-৩: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধ সচেতনতায় পুরুষের সম্পৃক্ততা

৩০ মিনিট

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা

সূচনা, শিখন উদ্দেশ্য ও ভিত্তি (২০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৪০ উপস্থাপন করুন এবং শিখন উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করুন:

- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধে পুরুষের সম্পৃক্ততার সুবিধা, অসুবিধা, বাধা ও সফলতা সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

স্লাইড ৪১ উপস্থাপন করুন এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধে পুরুষদের সম্পৃক্ততা কেন গুরুত্বপূর্ণ তা ব্যাখ্যা করুন।

একটি ভিন্ন দৃষ্টিকোণ থেকে পুরুষদের দেখা

- নারী নির্যাতন অবসান ঘটাতে সামাজিক ও আচরণগত রীতি পরিবর্তনে সাহায্য করার জন্য পুরুষদের ক্ষমতা রয়েছে
- পিতা, বিচারক, পুলিশ অফিসার, সম্প্রদায়ের নেতা, স্বামী, যৌন অংশীদার, স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী, নীতি নির্ধারক এবং উকিল বা ইতিবাচক প্রভাবক হিসেবে পুরুষরা সমাজে নানা ধরণের ভূমিকা পালন করে যা তাদেরকে নারী নির্যাতনকে নিরুৎসাহিত করতে সহায়তা করে।

নারীদের পরিবার পরিকল্পনা সেবা গ্রহণ, যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার উন্নয়নে পুরুষদের ভূমিকা

"ব্যবহারকারী, সহায়ক অংশীদার এবং পরিবর্তনের সহায়ক হিসাবে পুরুষদের সম্পৃক্ত করলে স্বাস্থ্যের ফলাফল উন্নত হয়। বিশেষ করে পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য প্রকল্পে পুরুষদের সম্পৃক্ত করলে অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভধারণ কমাতে, মাতৃস্বাস্থ্যের উন্নতি, যৌন সংক্রমণ ও এইচআইভি/এইডস কমাতে এবং তরুণদের চাহিদা আরও ভালভাবে পূরণ করতে সফলতা পাওয়া যায়।"[২৭]

পরিবার পরিকল্পনা সেবা গ্রহণে পুরুষদের সম্পৃক্ত করলে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির প্রাপ্তি, ব্যবহার ও সরবরাহ অব্যাহত রাখার জন্য সুবিধাজনক হতে পারে। পুরুষের সম্পৃক্ততা সঠিকভাবে করা হলে দম্পতির সেবা গ্রহণে যথাযথ সিদ্ধান্ত গ্রহণ সম্ভব হয়। পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারী, সহায়ক অংশীদার ও পরিবর্তনের সহায়ক হিসেবে যখন পুরুষরা গঠনমূলক উপায়ে সম্পৃক্ত থাকে তখন এটি স্বাস্থ্য ও জেন্ডার উভয় ফলাফলকেই প্রভাবিত করে। এটা প্রমাণিত যে পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য প্রকল্পে পুরুষদের সম্পৃক্ত করার ফলে অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভধারণ কমাতে, মাতৃস্বাস্থ্যের উন্নতি করতে এবং এইচআইভিসহ যৌন সংক্রমণ কমাতে সফল হয়েছে।

[27] Breakthrough ACTION. *Advancing male engagement in family planning and reproductive health: An advocacy tool.* Johns Hopkins Center for Communication Programs (Baltimore: 2018).

যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার রক্ষায় পুরুষের সম্পৃক্ততার সুবিধা

- পুরুষের সম্পৃক্ততা যৌন সংক্রমণ, এইচআইভি ও এইডস-এর বিস্তার কমাতে পারে
- পুরুষের সম্পৃক্ততা নারী ও শিশু স্বাস্থ্যের উপর পুরুষের ঝুঁকিপূর্ণ যৌন আচরণের প্রভাব কমাতে পারে
- অধিকাংশ ক্ষেত্রে স্বামীরা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের অনুমোদন দেন
- অনেক ক্ষেত্রে পুরুষের সিদ্ধান্ত নারী স্বাস্থ্য সুরক্ষায় সহায়ক হয়
- যৌন আচরণ, প্রজনন সিদ্ধান্ত গ্রহণ ও প্রজনন স্বাস্থ্যকে প্রভাবিত করে এরকম বিষয়ে পুরুষরা সচেতনতা বৃদ্ধিতে কাজ করতে পারে।
- পুরুষের সম্পৃক্ততা নারীদের স্বাস্থ্য সেবার চাহিদা মেটাতে সহায়তা করতে পারে
- প্রজনন স্বাস্থ্য সুরক্ষায় পুরুষদের ভূমিকা সহায়ক হতে পারে
- ব্যক্তি হিসাবে ইচ্ছা অনুযায়ী পরিবার গঠন করতে এবং সন্তান নেওয়ার সময় ও ব্যবধান থেকে পুরুষরা লাভবান হয়
- পুরুষরা যখন পরিবারের দায়িত্ব পালনে যত্নবান হয় সেই পরিবারের স্ত্রী ও সন্তানরা নিরাপদ বোধ করে ও সুস্থ থাকে
- কমিউনিটির নেতা ও নীতিনির্ধারক হিসাবে পুরুষরা পরিবার পরিকল্পনা এবং গর্ভাবস্থার আদর্শ সময় ও ব্যবধানকে উৎসাহিত করে সমৃদ্ধশালী কমিউনিটি তৈরিতে সহায়তা করে।

যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার রক্ষায় পুরুষের সম্পৃক্ততার অসুবিধা

- সন্তান জন্মদান এবং স্বাস্থ্যগত বিভিন্ন সিদ্ধান্তের উপর ক্ষমতা ভারসাম্যহীন হয়
- মানবসম্পদ, উপকরণ ও গ্রহীতার সময় ইত্যাদি সীমাবদ্ধতার মধ্যে পুরুষদের প্রতি নির্ভরতা বেড়ে যেতে পারে। এর ফলে মাঠ পর্যায়ে নারীদের কাছ থেকে এবং নারী-কেন্দ্রিক সেবার ক্ষেত্রে অনিচ্ছাকৃতভাবে সুযোগ সুবিধাগুলো চলে যেতে পারে।

পরিবার পরিকল্পনায় পুরুষদের সম্পৃক্ত করতে যা জানা প্রয়োজন [২৮,২৯]

- পরিবার পরিকল্পনায় পুরুষদের সম্পৃক্ত হওয়ার বিষয়টি তার ব্যক্তিগত
- নিজস্ব ধারনাগুলোর যাচাই করা
- ক্ষমতার দৌরাত্ম্য বা অপপ্রয়োগ কী তা বোঝা
- ভাল বা খারাপ যে কোনো কিছুতেই পুরুষরা জড়িত থাকতে পারে এই বাস্তবতাকে মানা
- পুরুষদের জন্য সেবার অপ্রতুলতা আছে, তবুও অনেকে স্নেহশীল পিতা এবং সহায়ক সঙ্গী/স্বামী হতে আগ্রহী
- পুরুষরা তাদের নিজস্ব অধিকারের ভিত্তিতেই পরিবার পরিকল্পনার গ্রহীতা ও ব্যবহারকারী
- স্বাস্থ্যসেবা থেকে পুরুষদের আলাদা করা উচিত নয়
- সেবা প্রদানকারীদের সামাজিক রীতিনীতি সম্পর্কেও ভাবা
- পুরুষরা উপস্থিত না থাকলেও তাদের সম্পৃক্ত করা
- পুরুষরা যেখানেই থাকুক তাদেরকে সম্পৃক্ত করা বা আলোচনায় আনা
- পুরুষরা পরিবার পরিকল্পনায় ইতিবাচকভাবে অংশগ্রহণ করতে পারে
- পরিবার পরিকল্পনায় পুরুষদের ইতিবাচক অংশগ্রহণ, নারী ও পরিবারের জন্য কল্যাণকর

নিরাপদ মাতৃত্ব, যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার অর্জনে পুরুষরা অনেক গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে, কিন্তু তাদের সিদ্ধান্ত ও কাজ যখন ভিন্নতা তৈরি করে তা হলো:

- গর্ভাবস্থায়
- প্রসবকালীন সময়ে
- প্রসব পরবর্তী সময়ে।

[28] Faramand TH, Treleaven E. 2012. Integrating Gender in Improvement Activities. Implementation Guide. Published by the USAID Health Care Improvement Project. Bethesda, MD: University Research Co., LLC (URC).

[29] MEASURE Evaluation, Male Engagement in Family Planning Indicator Brief, 2018.

অনুশীলন ২: আলোচনা ও উপস্থাপনা

পুরুষদের সম্পৃক্ততা বিষয়ক প্রশ্ন (১০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৪৭ উপস্থাপন করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের বলুন- এখন একটি পপ কুইজ করবো! আপনি প্রতিটি বিবৃতি পড়ার সাথে সাথে প্রশিক্ষণার্থীদের উত্তর দিতে বলুন।

ধাপ ২

যদি উত্তরে সবাই একমত না হয়, তাহলে ১-২ জন প্রশিক্ষণার্থীকে শেয়ার করতে বলুন যে তারা কেন ভিন্ন উত্তর দিয়েছেন। কোন ভুল তথ্য থাকলে সংশোধন করুন। সঠিক উত্তর নিচের সবুজ লেখায় দেখানো হয়েছে।

পুরুষ: যৌন ও প্রজনন সুস্বাস্থ্যের সঙ্গী ও সমর্থক

- পুরুষদের সম্পৃক্ত করা একটি কার্যকরী কৌশল। হ্যাঁ / না
- যৌন দায়িত্বে পুরুষদের উৎসাহিত করা। হ্যাঁ / না
- সঙ্গীদের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে পুরুষদের সমর্থন থাকা। হ্যাঁ / না
- দম্পতিদের প্রজনন স্বাস্থ্যের যত্ন নেওয়া। হ্যাঁ / না
- পুরুষরা সকল সিদ্ধান্তে প্রভাবশালী ভূমিকা পালন করে। হ্যাঁ / না
- পুরুষরাও আজকাল পরিবার পরিকল্পনায় ধারনার চেয়ে বেশি আগ্রহী। হ্যাঁ / না
- পুরুষদের জন্য নির্দেশিত সেবার জন্য কাউন্সেলিং। হ্যাঁ / না
- পুরুষদেরকে ক্ষমতার ভারসাম্য বোঝানো এবং প্রভাবিত করা গুরুত্বপূর্ণ। হ্যাঁ / না
- যে দম্পতিদের মধ্যে বোঝাপড়া ভালো থাকে তারা আরও ভাল সিদ্ধান্তে পৌঁছায়। হ্যাঁ / না

অধিবেশন ২-৪: কিশোর এবং যুবকদের জন্য পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ধারণা

১ ঘন্টা ১০ মিনিট

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা

সূচনা ও শিখন উদ্দেশ্য (২০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৪৮ উপস্থাপন করুন এবং শিখন উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করুন:

- বয়ঃসন্ধিতে থাকা কিশোর-কিশোরীদের যৌন, প্রজনন স্বাস্থ্য ও এর অধিকার এবং পরিবার পরিকল্পনায় জেন্ডার প্রাসঙ্গিকতা, বাল্যবিবাহ ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার প্রভাব সম্পর্কে এবং দেশের আইন কীভাবে তা মোকবেলা করতে পারে তা বলতে পারবেন।
- দেশে যৌন ও প্রজনন সংক্রান্ত আইন প্রয়োগ করে কীভাবে জোরপূর্বক বিবাহ রোধ করা যায় তা বলতে পারবেন।

তথ্যসূত্র: পটভূমি

বয়ঃসন্ধিকাল বা অ্যাডোলেসেন্ট শব্দটি ল্যাটিন শব্দ "অ্যাডোলেসিয়ার" থেকে উদ্ভূত, যার অর্থ বেড়ে উঠা বা পরিপক্ক হওয়া। বয়ঃসন্ধিকালকে শৈশব থেকে যৌবনে পরিবর্তনের সময় হিসাবে বিবেচনা করা হয়, যা দ্রুত শারীরিক বৃদ্ধির মাধ্যমে চিহ্নিত করা যায়। কিশোর-কিশোরীরা আর শিশু নয়, তবে এখনও প্রাপ্তবয়স্ক হয়নি।

"যুবক" শব্দটি ১০ থেকে ২৪ বছর বয়সি মেয়ে ও ছেলেদের বোঝায়, যা বয়ঃসন্ধিকাল (১০ থেকে ১৯ বছর) এবং যৌবন কাল (১৫ থেকে ২৪ বছর) হিসাবে সংজ্ঞায়িত সময়গুলো মিলে হয়। তরুণরা দেশের জনসংখ্যার একটি উল্লেখযোগ্য অংশ এবং বিশ্বের মোট জনসংখ্যার ১৬ শতাংশ।[৩০]

[30] "Youth," United Nations, accessed Feb 3, 2023, www.un.org/en/global-issues/youth

ধাপ ২

স্লাইড ৪৯ উপস্থাপন করুন।

কিশোর-কিশোরী ও যুব সমাজ: মৌলিক ধারণা

বয়স সীমা

- কিশোর (Adolescent): ১০ - ১৯ বছর
- তরুণ (Young): ১০ - ২৪ বছর
- যুবক (Youth): ১৫ - ২৪ বছর

শিশু, বাল্য ও জোরপুর্বক বিবাহ (CEFMU)

১৮ এর কম বয়সি মেয়ে বা ২১ এর কম বয়সি ছেলের বিবাহ ই বাল্যবিবাহ। জোরপূর্বক বিবাহ এবং সহবাস এমন অবস্থাকে বোঝায় যেখানে একটি পক্ষ সম্মতি দেয়নি-- তাদের বয়স যাই হোক না কেন। জোরপূর্বক বিবাহ শব্দটি আনুষ্ঠানিক, আইনি বিবাহ এবং সেইসাথে অনানুষ্ঠানিক মিলন ও সহবাস উভয়ই অন্তর্ভুক্ত করে।

স্লাইড ৫০ উপস্থাপন করুন।

তরুনদের জন্য যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্যসেবা [৩১]

- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির সম্পূর্ণ তথ্য এবং জরুরি সরবরাহের ব্যবস্থা
- পরিবার পরিকল্পনা, গর্ভাবস্থা, যৌনবাহিত সংক্রমণ, এইচআইভি/এইডস এবং প্রজনন তন্ত্রের সংক্রমণ প্রতিরোধ ও চিকিৎসা বিষয়ক পরামর্শ ও তথ্য সেবা
- প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের জন্য মৌলিক ব্যবস্থা (যেমন: পরিবার পরিকল্পনা, প্রসবপূর্ব যত্ন, প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ এর জন্য পরীক্ষাগার);
- মানসিক স্বাস্থ্য, পুষ্টি, যৌন নির্যাতন এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সাথে জড়িত সেবা পাওয়ার সুযোগ
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন তরুণদের চাহিদা মেটানোর ব্যবস্থা; এবং
- রেফারেল সিস্টেম

তরুণদের যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্যকে প্রভাবিত করে এমন সমস্যাগুলো জটিল এবং প্রায়ই একে অপরের সাথে সম্পর্কিত হয়।

[31] WHO. *Core competencies in adolescent health and development for primary care providers: including a tool to assess the adolescent health and development component in pre-service education of health-care providers* (Geneva: 2015).

তথ্যসূত্র: জনসংখ্যা ও উন্নয়ন বিষয়ক আন্তর্জাতিক সম্মেলন (আইসিপিডি)

১৯৯৪ সালে কায়রোতে অনুষ্ঠিত জনসংখ্যা ও উন্নয়ন বিষয়ক আন্তর্জাতিক সম্মেলন (আইসিপিডি) এবং ১৯৯৫ সালে বেইজিংয়ে অনুষ্ঠিত নারী বিষয়ক চতুর্থ বিশ্ব সম্মেলন (এফডব্লিওসিডব্লিও)-এর কর্মসূচী বিশ্বের কিশোর-কিশোরীদের প্রয়োজন এবং অধিকারের প্রতি নীতিনির্ধারকদের দৃষ্টি আকর্ষণ করে।

ঘোষণাপত্রে সরকার, বেসরকারি সংস্থা (এনজিও) এবং বেসরকারি খাতকে শিক্ষা, আয়-উৎপাদনের সুযোগ, বৃত্তিমূলক প্রশিক্ষণ এবং কিশোর-কিশোরীদের স্বাস্থ্যসেবার মতো কর্মসূচিগুলোকে অগ্রাধিকার দেওয়ার আহ্বান জানানো হয়েছে, যার মধ্যে যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সম্পর্কিত সেবা রয়েছে। আইসিপিডিতে সরকারী প্রতিনিধিরা নিম্নলিখিত বিষয়ে সম্মত হয়েছেন:

আইসিপিডি প্রোগ্রাম অফ অ্যাকশন অনুচ্ছেদ ৭.৩ থেকে:

"পারস্পরিক শ্রদ্ধাশীল ও ন্যায়সঙ্গত জেন্ডার সম্পর্কের ব্যাপারে এবং বিশেষ করে কিশোর-কিশোরীদের শিক্ষাগত ও সেবার মান উন্নয়নে এবং তাদের যৌন বিষয়ে তারা যেন ইতিবাচক ও দায়িত্বশীল ভূমিকা পালন করতে পারে সেদিকে সম্পূর্ণ মনোযোগ দেওয়া উচিত।"

স্লাইড ৫১ উপস্থাপন করুন।

বাল্যবিবাহের ধারণা

বিডিএইচএস রিপোর্ট ২০২২ অনুযায়ী, ২০-২৪ বছর বয়সি নারীদের মধ্যে অর্ধেকেরই ১৮ বছর বয়সের আগে বিয়ে হয়েছে, এবং একই বয়সি নারীদের প্রায় এক-চতুর্থাংশের (২৭%) ১৬ বছর বয়সের আগে বিয়ে হয়েছে।

বাংলাদেশ বাল্য বিবাহ নিরোধ আইন, ২০১৭ (সিএমআরএ) যা বৃটিশ আইন-১৯২৯ এর পরিবর্তে প্রবর্তিত হয় এবং ১৮ বছর বয়সের আগে নারীদের এবং ছেলেদের ২১ বছরের আগে বিয়েকে বাল্যবিবাহ হিসাবে চিহ্নিত করা হয়। এটি আনুষ্ঠানিক বা অনানুষ্ঠানিক সকল বিবাহকেই বোঝায় যেখানে ছেলে-মেয়ের বয়স ২১ এবং ১৮ বছরের নীচে।

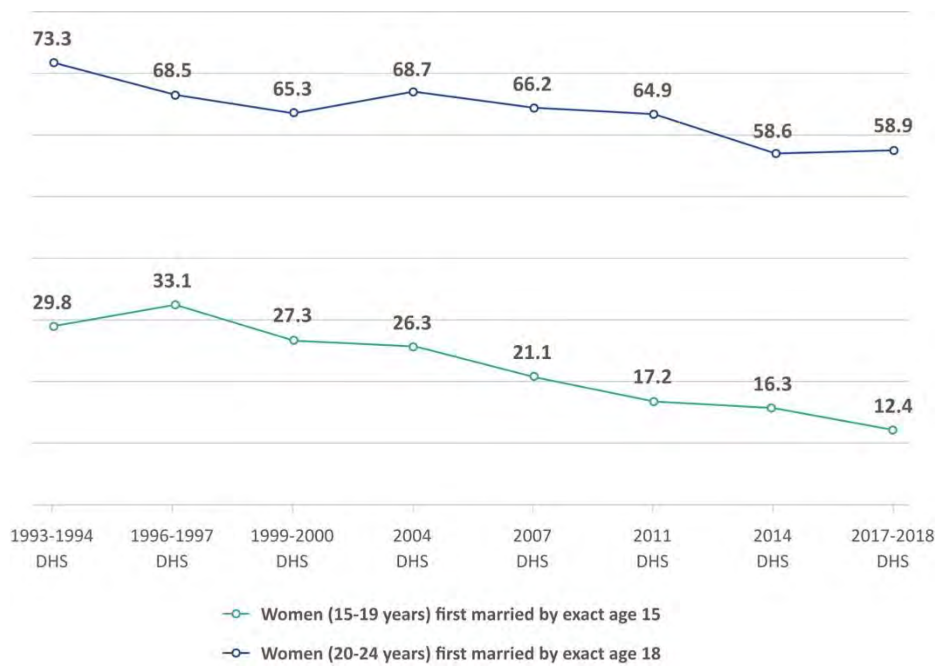
দেশের বাল্যবিবাহ পরিস্থিতি মোকাবেলায় বাংলাদেশের মাননীয় প্রধানমন্ত্রী ২০১৪ সালের জুলাই মাসে গার্লস সামিট এ অঙ্গীকার করেছিলেন:

- ২০১৪ সালের শেষ নাগাদ একটি জাতীয় কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করা (যা ২০১৮ সালে প্রস্তুত হয়)
- বাল্যবিবাহ নিয়ন্ত্রণ আইন ১৯২৯ সংশোধন (যা ২০১৭ সালে সংশোধিত);
- ১৫ বছরের কম বয়সীদের বিবাহ বন্ধ এবং ২০২১ সালের মধ্যে ১৮ বছরের কম বয়সীদের এক তৃতীয়াংশের বাল্যবিবাহ হ্রাস করা; এবং
- ২০৪১ সালের মধ্যে দেশ থেকে বাল্যবিবাহ নির্মূল করা

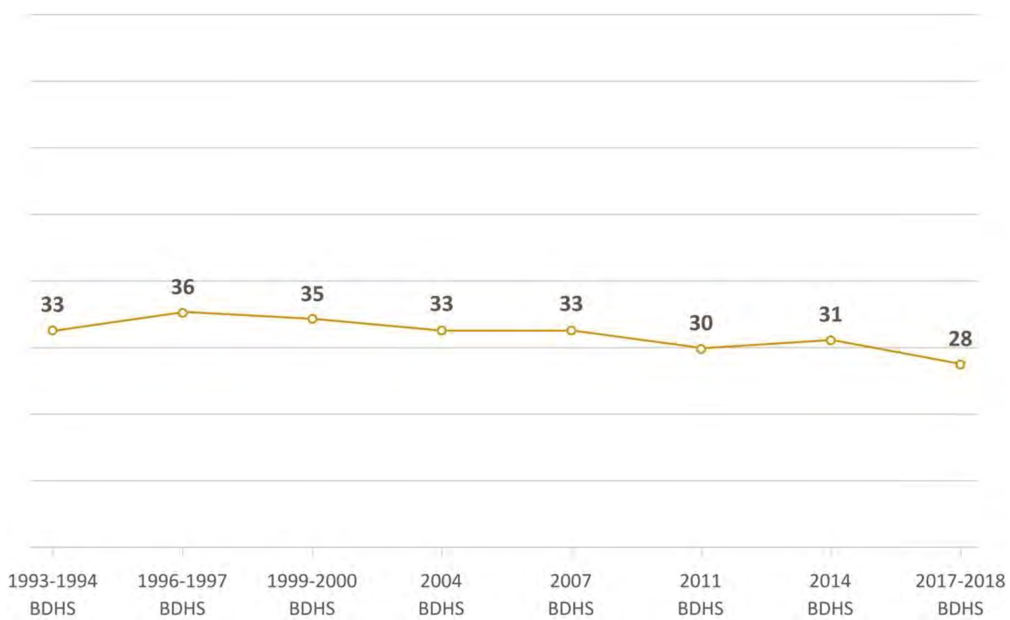
স্লাইড ৫২-৫৩ উপস্থাপন করুন।

কিশোর-কিশোরী ও যুবকদের যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য

বাংলাদেশে বাল্যবিবাহের চিত্র (শতাংশ) ১৯৯৩-২০১৭ *(সূত্র: বিডিএইচএস)*



বাংলাদেশে কিশোরী নারীদের সন্তান জন্মদানের চিত্র *(সূত্র: বিডিএইচএস)*



কিশোরী মায়েদের সন্তান ধারণ করার কারণসমূহ

- সামাজিক কুসংস্কার এবং দারিদ্র্য
- সন্তান জন্মদান স্ত্রী ও স্বামীর সামাজিক মূল্যবোধ বৃদ্ধি করতে পারে
- নারীদের ক্ষমতায়ন / স্বতন্ত্র পরিচয়ের অভাব
- কিশোরীদের অপূর্ণ চাহিদা / পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে বাধা
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার সম্পর্কে ভুল ধারণা
- পারিবারিক ও সামাজিক চাপ / নিরাপত্তাহীনতা
- বিবাহবহির্ভূত সম্পর্ক এবং/অথবা অবিশ্বাস

তথ্যসূত্র: কিশোর-কিশোরী ও যুবকদের জন্যে প্রজনন স্বাস্থ্য ও অধিকার বিষয়ক বর্তমান আইন

- **যৌতুক নিরোধ আইন, ১৯৮০** যৌতুক নেওয়া এবং দেওয়াকে জরিমানা এবং কারাদণ্ডে শাস্তিযোগ্য অপরাধ করেছে।
- **নারীর প্রতি নিষ্ঠুরতা আইন (১৯৮৩ সালের শাস্তি প্রতিরোধক আইন)** বেআইনি উদ্দেশ্যে নারীদের অপহরণ, নারী পাচার, বা যৌতুকের জন্য স্ত্রীদের মৃত্যু বা মৃত্যু ঘটানোর চেষ্টা করার অপরাধে মৃত্যুদণ্ড বা যাবজ্জীবন কারাদণ্ড প্রদান করে।
- **বাল্যবিবাহ নিরোধ আইন** বলে যে, বিবাহের জন্য নারীদের বয়স ন্যূনতম ১৮ বছর এবং পুরুষের জন্য সর্বনিম্ন ২১ বছর হতে হবে (৬ নং আইন ২০১৭)।
- **মুসলিম পারিবারিক অধ্যাদেশ, ১৯৬১ (১৯৮৫ সালে সংশোধিত)** তালাক, বহুবিবাহ এবং উত্তরাধিকারের কিছু দিক নিয়ন্ত্রণ করে।
- **পেনাল কোড (দ্বিতীয় সংশোধনী অধ্যাদেশ)** গুরুতর জখম বা এসিড নিক্ষেপের জন্য মৃত্যুদণ্ড প্রদান করে।
- **পারিবারিক আদালত অধ্যাদেশ ১৯৮৫** বিবাহ ও বিবাহবিচ্ছেদের কারণ এবং শিশুদের রক্ষণাবেক্ষণ, অভিভাবকত্ব ও হেফাজত নিয়ে কাজ করে।
- **দ্য কারেকশনাল হোম ফর জুভেনাইল অফেন্ডার্স (অর্ডিন্যান্স ১৯৭৪)** ম্যাজিস্ট্রেটের তত্ত্বাবধানে কিশোর অপরাধীদের পুনর্বাসন কর্মসূচি প্রদান করে।
- **পেনাল কোড ১৮৬০ (ধারা ৩১২-৩১৪)** শুধুমাত্র গর্ভবতী মায়েদের জীবন বাঁচানোর জন্য গর্ভপাতের অনুমতি দেয়।
- **সন্ত্রাসবিরোধী অধ্যাদেশ, ১৯৯২** নারীদের উত্যক্ত করা বা শিশু ও নারীদের অপহরণসহ সব ধরণের সন্ত্রাসবাদের জন্য শাস্তি প্রদান করে।

অনুশীলন ২: আলোচনা

কিশোর-কিশোরী ও যুবকদের জন্যে যৌন, প্রজনন স্বাস্থ্য ও অধিকার-এর সেবা চাহিদার তালিকা (২০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৫৪ উপস্থাপন করুন। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়ালের ৪২ পৃষ্ঠায় যেতে বলুন। তারা আলোচনার ভিত্তিতে তাদের ম্যানুয়ালটিতে নোট তৈরি করতে পারে এবং প্রশিক্ষণের পরে মনে রাখার জন্য/রেফারেন্স হিসাবে পৃষ্ঠাটি ব্যবহার করতে পারে।

ধাপ ২

স্বাস্থ্যগত প্রয়োজনের প্রতিটি শ্রেণীবিভাগের জন্য তারা কিশোর এবং যুবকদের মধ্যে এটি কতটা সাধারণ প্রয়োজন বলে মনে করেন এবং কেন। প্রতিটি ধরণের সেবার প্রয়োজনের জন্য ১-৩টি মন্তব্যের জন্য অনুরোধ করুন। নীচের সারণীতে সবুজ রঙের টিক চিহ্নগুলি বাংলাদেশে জাতীয় পর্যায়ে এই চাহিদাগুলির প্রকৃত অবস্থা নির্দেশ করে।

আসুন আমরা কিশোর-কিশোরী ও যুবকদের জন্যে যৌন, প্রজনন স্বাস্থ্য ও অধিকার-এর সেবা চাহিদার তালিকা তৈরি করি

সেবার ধরন	প্রায় সবসময়	মাঝে মাঝে	তেমন নয়	জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা, কোন প্রভাব ফেলছে কি?
অপুষ্টি		✓		
সাধারণ স্বাস্থ্য সমস্যা	✓			হ্যাঁ
মাসিকের সমস্যা	✓			হ্যাঁ
মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা (বিষণ্ণতা)	✓			হ্যাঁ
পরিবার পরিকল্পনা,		✓		হ্যাঁ
জরুরি পরিবার পরিকল্পনা, গর্ভপাত		✓		হ্যাঁ
যৌন সংক্রমণ		✓		হ্যাঁ
আসক্তিপূর্ণ আচরণ			✓	হ্যাঁ
দুর্ঘটনা এবং সহিংসতা		✓		হ্যাঁ
যৌন নির্যাতন		✓		হ্যাঁ

অনুশীলন ৩: কেস স্টাডি

কিশোর-কিশোরী ও যুবকদের জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ও পরিবার পরিকল্পনার অভিজ্ঞতা (৩০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৫৫ উপস্থাপন করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়াল (প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালের পৃষ্ঠা ৮০-৮২) এর ৪৩-৪৫ পৃষ্ঠায় কেস স্টাডিতে যেতে বলুন। একটি র‍্যান্ডম অ্যাসাইনমেন্ট কৌশল ব্যবহার করে, যেমন গণনা করে অংশগ্রহণকারীদের তিনটি ছোট দলে বিভক্ত করুন। প্রতিটি দলকে নিম্নলিখিত কেস স্টাডিগুলোর মধ্যে একটি বরাদ্দ করুন: যেমন মীনা, পারভিন ও খাদিজা। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে নির্ধারিত কেস স্টাডি দলীয়ভাবে পড়ার নির্দেশ দিন এবং উদ্ভূত প্রশ্ন নিয়ে আলোচনা করুন:

আপনার দলে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো উপস্থাপন করুন:

- গল্পের মূল তথ্য
- কেসটি প্রথম পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার ক্লিনিকে কীভাবে নেওয়া হয়েছিল?
- আপনার জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক পর্যবেক্ষণগুলি কী কী?
- কেসটি নেওয়ার পর আপনি কোন সমাধান পয়েন্টগুলি বিবেচনা করেছেন?

প্রশিক্ষণার্থীদের সময় বরাদ্ধ প্রায় ১০ মিনিট। প্ল্যানারীতে তাদের উপস্থাপনা দেওয়ার আগে তাদের ছোট দলে আলোচনার জন্য ১৫ মিনিট সময় দিন।

অধিবেশন ২-৫: প্রথম দিনের সমাপ্তি

৪০ মিনিট

অনুশীলন ১: প্রতিফলন

পায়ের ছাপ দিয়ে ভোট (৩০ মিনিট)

ধাপ ১

প্রশিক্ষণ কক্ষের বিপরীত প্রান্তে "সম্মত" এবং "অসম্মত" শব্দগুলো রাখুন (অথবা ভার্চুয়াল পরিবেশে অনুশীলনটি পরিচালনা করলে হোয়াইটবোর্ড ব্যবহার করুন)।

স্লাইড ৫৬ উপস্থাপন করুন।

ধাপ ২

দলটিকে রুমের মাঝখানে দাঁড়াতে বলুন। বলুন যে আপনি উচ্চস্বরে একটি বিবৃতি পড়তে যাচ্ছেন (টুল সি: প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির ৮৩ পৃষ্ঠায় আপনার পায়ের চিহ্ন দিয়ে ভোট করুন)। প্রশিক্ষণার্থীদের "সম্মত" চিহ্ন বা "অসম্মত" চিহ্নের নিচে দাঁড়িয়ে পা দিয়ে ভোট দিতে বলুন।

প্রশিক্ষণার্থীরা যেকোনো জায়গায় দাঁড়াতে পারে-- একটি শব্দের পাশের প্রান্ত থেকে ঘরের ঠিক মাঝখানে। তাদের বিশ্বাসের উপর ভিত্তি করে তারা "সম্মত" বা "অসম্মত" এর কাছাকাছি দাঁড়াবেন। কিছু প্রশিক্ষণার্থী বিভ্রান্ত হতে পারেন এবং ঘরের মাঝখানে দাঁড়ানো বেছে নিতে পারেন।

ধাপ ৩

প্রথম বিবৃতিটি দুবার পড়ুন, নিশ্চিত করুন যে সবাই এটি শুনছে। প্রশিক্ষণার্থীদের নিজেদেরকে সেখানে যেতে বলুন যেখানে তারা ব্যক্তিগতভাবে সমীচীন মনে করছেন।

ধাপ ৪

প্রত্যেকে একমত কিনা তা বেছে নেওয়ার পরে প্রতিটি পক্ষ থেকে ২-৩ জন প্রশিক্ষণার্থীকে জিজ্ঞাসা করুন কেন তারা সে পক্ষে ভোট দিয়েছেন। তাদের কারণগুলোর উপর একটি সংক্ষিপ্ত আলোচনার করুন।

ধাপ ৫

আরও বিবৃতি পড়ুন, একই প্রক্রিয়া অনুসরণ করুন এবং আলোচনার জন্য যথেষ্ট সময় নিশ্চিত করুন। হাতে থাকা সময় এবং আলোচনার পরিমাণের উপর ভিত্তি করে আপনি সম্ভবত ৬-৮টি বিবৃতি পড়তে পারবেন। অনেকগুলো বিবৃতি এখানে সন্নিবেশ করা হয়েছে। আজকের দিনের জন্য কোন বিবৃতিটি সবচেয়ে প্রাসঙ্গিক তার উপর ভিত্তি করে আপনি চয়ন করতে পারেন। আপনি সব বিবৃতি পড়তে সক্ষম না হলেও আলোচনার অনুমতি দিন।

ধাপ ৬

নিম্নলিখিত বিষয়গুলো ব্যাখ্যা করুন:

- *কোন সঠিক বা ভুল উত্তর বলে কিছু নেই*
- *ক্ষমতার গতিশীলতা, মূল্যবোধ এবং বিশ্বাসগুলো জটিল*

অনুশীলন ২: উপস্থাপনা

অর্জনসমূহ ও সমাপ্তি প্রশ্ন (১০ মিনিট

ধাপ ১

স্লাইড ৫৭ উপস্থাপন করুন এবং প্রশিক্ষনের প্রথম দিনে অর্জনসমূহের দিকে আলোকপাত করুন:

- জেন্ডার সামাজিকভাবে আরোপিত এবং প্রত্যেককে প্রচলিত ধারণা, মূল্যবোধ, পক্ষপাত ও অনুমান করার ক্ষমতা দেয়
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বাংলাদেশে প্রতি ৩ জনের মধ্যে ২ জন নারীর উপর প্রভাব ফেলে, পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার অর্জনের উপর উল্লেখযোগ্য প্রভাব ফেলে।
- জীবনের সকল স্তরের এবং সকল বয়সের মানুষ জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার অভিজ্ঞতা আছে
- জোরপূর্বক প্রজনন বা বাধা প্রদানকে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বলা যায়
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা হলো এমন কিছু যা পুরুষ ও নারীরা একসাথে মিলে নিরসন করতে পারে এবং করা উচিত

ধাপ ২

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে দ্বিতীয় দিন-এর কর্মসূচির একটি ধারণা দিন, নিম্নলিখিত বিষয়গুলোর উপর জোর দিন:

এখন যেহেতু আপনি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সম্পর্কে আরও ভালভাবে বুঝতে পেরেছেন, এটি কীভাবে পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় এবং ফলাফলকে প্রভাবিত করে; এবং আপনার অনেক গ্রহীতার কেস শনাক্তকরণ, রেফারেল তৈরি ও ডকুমেন্টেশন করার দক্ষতা অর্জন ও অনুশীলন করার সুযোগ পাবেন।

ধাপ ৩

স্লাইড ৫৮ উপস্থাপন করুন।

আজকের দিনের মত প্রশিক্ষণ শেষ করার আগে কোন প্রশ্ন আছে কিনা জিজ্ঞাসা করুন।

মডিউল ২ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট

কেস স্টাডি ৬: মীনা

মীনার (ছদ্মনাম) বাবা-মা যখন তাকে বিয়ে দেওয়ার সিদ্ধান্ত নিয়েছিল তখন তার বয়স ছিল ১৬। তার বর ছিলেন ২২ বছর বয়সি কক্সবাজারের উখিয়ায় একজন সিএনজি চালক। মীনার বিয়ের তারিখ তার মাসিকের শেষ দিন অনুযায়ী নির্ধারিত হয়েছিল। মীনা তার এইচএসসি সম্পন্ন করতে চেয়েছিল তাই সে এত তাড়াতাড়ি মা হতে চায়নি। কিন্তু সে খুব কমই জানত যে, তার মাসিকের পরের দিনগুলো অনিরাপদ দিন। সে তার ঘনিষ্ঠ চাচী ও আত্মীয়দের কাছে পরামর্শ চেয়েছিলো। তারা তাকে বিয়ের আগের রাতে পরিবার পরিকল্পনা ঔষধ খাওয়ার পরামর্শ দেয় এবং তার শরীরের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া না জেনে বড়ি খেতে বলেন। যখন সে বিষয়টি তার স্বামীকে জানালো, মিনার স্বামী তখন তার স্বাস্থ্যের কথা চিন্তা না করে প্রেসক্রিপশন ছাড়াই বড়ি কিনল। বড়ি খাওয়ার ভুল সময়ের কারণে মীনা বিয়ের পরপরই গর্ভবতী হয়ে পরে এবং বড়ি খাওয়ার পার্শ্বপ্রতিক্রিয়ার সম্মুখীন হয়। সে তার পড়াশোনা চালিয়ে যেতে পারেনি। সে একটি জটিল গর্ভাবস্থার মুখোমুখি হয়েছিল। প্রথম সন্তান প্রসবের পর ভবিষ্যতে দ্বিতীয় সন্তান নেওয়ার জন্য তাকে বাধ্য করা হয়েছিল। মীনা অন্তত প্রথম দুই বছর সন্তান চায়নি কারণ সে তার পড়াশোনা এবং বোর্ড পরীক্ষা চালিয়ে যেতে চেয়েছিল। সে তার বন্ধুর কাছ থেকে গর্ভাবস্থা বন্ধ করার জন্য অস্থায়ী পদ্ধতি গ্রহণ সম্পর্কে শিখেছিলো এবং এটি তার স্বামীকে জানিয়ে ছিলেন। পদ্ধতি গ্রহণের কথা শুনে তার স্বামী রাগান্বিত হন এবং তাকে খারাপভাবে গালি দেন। এ ব্যাপারে তার শ্বশুরবাড়ির লোকেরাও নেতিবাচক ছিলেন, কারণ তারা মনে করেন তার কাজ এখন শুধু মায়ের দায়িত্ব পালন করা।

দলীয়ভাবে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো উপস্থাপন করুন:

- গল্পের মূল তথ্য
- কেসটি প্রথম পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার ক্লিনিকে কীভাবে নেওয়া হয়েছিল?
- আপনার জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক পর্যবেক্ষণগুলি কী কী?
- কেসটি নেওয়ার পর আপনি কোন সমাধান পয়েন্টগুলি বিবেচনা করেছেন?

কেস স্টাডি ৭: পারভিন

পারভিন (ছদ্মনাম), নাফ উচ্চ বিদ্যালয়ে ৭ম শ্রেণীতে পড়াশুনা করতো এবং সে খুব ভালো ছাত্রী ছিল। পরিবারের আর্থিক অস্বচ্ছলতার কারণে তার তাড়াতাড়ি বিয়ে হয়ে যায়। সে বিয়ের পর পড়াশোনা চালিয়ে যেতে চেয়েছিলো। কিন্তু তার শাশুড়ি তাকে প্রথমে মা হওয়ার জন্য জোর করে এবং পারভিনকে নির্যাতন শুরু করে। তার স্বামী ও পরিবারের সদস্যরাও পারভিনের বিরুদ্ধে ছিলেন।

তারপর সে তার স্কুলের শিক্ষকের কাছে গেলেন, যিনি পার্ট টাইম পরিবার পরিকল্পনা সেবা কেন্দ্রে কাজ করতেন। তার অবস্থা শোনার পর তার শিক্ষক তার পরিবার এবং স্বামীর কাছে যান। তিনি তাদের বোঝানোর চেষ্টা করেন যে পারভিনের বয়স মাত্র ১৩ বছর এবং গর্ভবতী হলে তার মৃত্যুর ঝুঁকি রয়েছে। শিক্ষক ব্যাখ্যা করেন যে পারভিন এখন একটি পদ্ধতি ব্যবহার করলে কোনো সমস্যা নেই, সে ভবিষ্যতে গর্ভবতী হতে পারবেন। কিন্তু আপাতত তার শরীর মা হওয়ার জন্য প্রস্তুত নয়।

এই কাউন্সেলিং-এর পর পারভিনের পরিবার পারভিনের ১৮ বছর না হওয়া পর্যন্ত সন্তান নিতে বিলম্ব করতে সম্মত হয় এবং পারভিনকে পরবর্তী পাঁচ বছরের জন্য একটি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নিতে রেফারেল অনুসরণ করে ক্লিনিকে যাওয়ার জন্য পরামর্শ দেওয়া হয়। পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারী পারভিনকে বাল্যবিবাহের অন্যান্য ঝুঁকির বিষয়েও তথ্য দিয়েছেন এবং সহবাস করায় বিলম্ব করতে উৎসাহিত করেছেন। পারভিনকে তার পড়াশোনা শেষ করতে পরিবারের সাহায্য করা উচিত।

দলীয়ভাবে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো উপস্থাপন করুন:

- গল্পের মূল তথ্য
- কেসটি প্রথম পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার ক্লিনিকে কীভাবে নেওয়া হয়েছিল?
- আপনার জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক পর্যবেক্ষণগুলি কী কী?
- কেসটি নেওয়ার পর আপনি কোন সমাধান পয়েন্টগুলি বিবেচনা করেছেন?

কেস স্টাডি ৮: খাদিজা

খাদিজার (ছদ্মনাম) বিয়ে হয় তার বয়স যখন ১৬ বছর। এখন ২০ বছর বয়সে তিনি দুই সন্তানের মা হন। যখন পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীরা খাদিজার গ্রামে আসেন খাদিজা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে জানতে পারেন এবং প্রয়োজনীয় পরামর্শ গ্রহণ করেন। খাদিজা যখন পরবর্তী কয়েক বছরের জন্য সন্তান না নেওয়ার ইচ্ছা প্রকাশ করেন, তখন সেবা প্রদানকারী গর্ভধারণ রোধ করার জন্য তাকে একটি দীর্ঘ মেয়াদী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি (আইইউডি/ইমপ্ল্যান্ট) নেওয়ার পরামর্শ দেন।

খাদিজার স্বামী তার সিদ্ধান্তকে সমর্থন করেছিলেন, কিন্তু তার শাশুড়ি আরও নাতি-নাতনি চেয়েছিলেন। এরপর খাদিজা ও তার স্বামী তার শাশুড়িকে পরামর্শের জন্য পরিবার পরিকল্পনা সেবাকেন্দ্রে নিয়ে যান। সেখানে কাউন্সেলররা তাকে বুঝিয়ে বলেন যে কীভাবে একের পর এক সন্তান ধারণ একজন নারীর শরীরের ক্ষতি করে এবং একজন নারীর শরীর সুস্থ্য হয়ে উঠার জন্য সময় প্রয়োজন। খাদিজার শাশুড়ি তাদের কথাবার্তা শুনতে শুরু করেন এবং বিষয়টি বুঝতে পারেন। অতঃপর খাদিজা একটি দীর্ঘমেয়াদী পদ্ধতি গ্রহণ করেন এবং শান্তিপূর্ণভাবে জীবনযাপন শুরু করেন।

দলীয়ভাবে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো উপস্থাপন করুন:

- গল্পের মূল তথ্য
- কেসটি প্রথম পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার ক্লিনিকে কীভাবে নেওয়া হয়েছিল?
- আপনার জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক পর্যবেক্ষণগুলি কী কী?
- কেসটি নেওয়ার পর আপনি কোন সমাধান পয়েন্টগুলি বিবেচনা করেছেন?

উপকরণ ৩: পায়ের ছাপ দিয়ে ভোট দিন

প্রশিক্ষকের আলোচনার বিষয়গুলো **সবুজ রঙে** প্রতিটি বিবৃতির নীচে অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।

প্রশিক্ষক নোট

এই মূল্যবোধ নির্ধারনী অনুশীলনটি কিছু প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য খুব ব্যক্তিগত এবং অস্বস্তিকর হতে পারে। অনুশীলন শুরু করতে এবং উত্তেজনা প্রশমনের জন্য এখানে কিছু নিরপেক্ষ, জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বহির্ভূত বিষয়ক বিবৃতি রয়েছে যা প্রয়োজন অনুসারে ব্যবহার করা যেতে পারে:

- আমি বরং এক মাইল হাঁটার চেয়ে সাইকেল চালাতে চাই।
- আমি রান্না করা ভালবাসি
- আমি একজন ভালো নৃত্যশিল্পী।

সূচনা বিবৃতি

১. জেন্ডার ও লিঙ্গ একই জিনিস। এগুলো একে অন্যের স্থলে ব্যবহার করা যেতে পারে।

জেন্ডার ও লিঙ্গ স্বতন্ত্র শব্দ এবং একটি অন্যের পরিবর্তে ব্যবহার করা উচিত নয়। লিঙ্গ জীববিজ্ঞান দ্বারা নির্ধারিত হয় এবং কোনো ব্যক্তির জিনগত, শারীরবৃত্তীয় এবং শারীরিক গঠন প্রতিফলিত করে। একজন ব্যক্তি পুরুষ, নারী বা ট্রান্সজেন্ডার হতে পারে। জেন্ডার সামাজিক রীতি, ভূমিকা ও মূল্যবোধ দ্বারা তৈরি হয়। অন্যান্য জেন্ডারের যে কোনো ব্যক্তি (প্রায় সব দেশে এর অর্থ নারী বা ট্রান্সজেন্ডার) বেশি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকিতে থাকে।

২. পিতৃতান্ত্রিক সমাজে নারীদের জেন্ডার রীতি ও ভূমিকা ক্ষতিকারক।

অনেক পিতৃতান্ত্রিক সমাজে নারীর জেন্ডার রীতি ও ভূমিকা ক্ষতিকারক হতে পারে, যেমন যখন তারা বৈষম্য তৈরি করে বা শিক্ষা বা স্বাস্থ্যসেবার সুযোগ সীমিত করে রাখে, তখন প্রতিটি জেন্ডারের জন্য সবসময় ইতিবাচক ও ক্ষতিকারক উভয় নিয়মই থাকে। নারীদের জন্য যে জেন্ডার রীতি সামাজিক নেটওয়াক বিস্তারে উৎসাহিত করে, সমস্যা ও আবেগ বিনিময় করে এবং দুঃখ ও শোককে মেনে নেয় তা স্বাস্থ্যকর রীতি।

৩. জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিয়ে কথা বলতে আমি সহজ বোধ করি।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিয়ে আলোচনা একটি খুব চ্যালেঞ্জিং বিষয় হতে পারে, এমনকি যারা সংশ্লিষ্ট বিষয়ে কাজ করেন বা নিয়মিতভাবে এ সম্পর্কিত সেবা প্রদান করেন তাদের জন্যও। ব্যক্তিগত ইতিহাস, স্মৃতি, ঘটনা এবং পারিবারিক পরিস্থিতির উপর নির্ভর করে যে কোনো দিন বা সপ্তাহে আলোচনা কঠিন হতে পারে। **বিরতি নেওয়া, কথা বলতে অস্বীকার করা, নিজেকে সরিয়ে নেওয়া এবং অন্যের সমর্থন চাওয়া সবসময়ই ঠিক।**

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক বিবৃতি

৪. একজন স্বাস্থ্যসেবা কর্মী হিসাবে আমি কীভাবে সহিংসতার মুখোমুখি বা কোনো প্রজনন বিষয়ক সিদ্ধান্তের জন্য চাপে আছে এমন একজন নারীর সেবা করি।

সহিংসতার মুখোমুখি নারীরা প্রায়শই দোষী বা কলঙ্কিত হওয়ার ভয়ে বা কেউ তাদের বিশ্বাস করবে না ভেবে তাদের সহিংসতার অভিজ্ঞতা কারও কাছে প্রকাশ করেন না। একজন স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী হিসাবে আপনার কাছে যদি একজন নারী তার প্রতি সহিংসতার কথা প্রকাশ নাও করেন, গবেষণায় দেখা গেছে যে, এই ধরণের নারীরা একটি নির্দিষ্ট পরিষরে স্বাস্থ্যসেবা গ্রহণ করে থাকে। অতএব, আপনি সহিংসতার মুখোমুখি নারীদের দেখা পেতে পারেন। নারীরাও একজন স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর কাছ থেকে সহানুভূতিপূর্ণ ব্যবহার পেলে তাদের সহিংসতার অভিজ্ঞতা প্রকাশের জন্য বিশ্বাস অর্জন করতে পারে। অতএব, সহিংসতার মুখোমুখি কারোর প্রতি সহানুভূতিশীল, ন্যায্য ও নিরপেক্ষ ব্যবহার তার জন্য এবং তাকে নিরাময়ের পথে নিয়ে যাওয়ার জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

৫. নারীদের বিরুদ্ধে সহিংসতা একটি ব্যক্তিগত বিষয় এবং প্রকাশ্যে আলোচনা করা উচিত নয়।

নারীর প্রতি সহিংসতা একটি জনস্বাস্থ্য সমস্যা যা নারী ও পরিবারের স্বাস্থ্যের উপর মারাত্মক প্রভাব ফেলে। নারীদের স্বাস্থ্যের ক্ষতি হলে চিকিৎসা ও সেবা প্রদান করার প্রয়োজন হয়। এতে অর্থনৈতিক প্রভাব রয়েছে, সেইসাথে সহিংসতার মুখোমুখিদের অর্থনৈতিক উৎপাদনশীলতা কমে যায়। সহিংসতার প্রত্যক্ষদর্শী শিশু/সাক্ষীদের উপরও জটিল প্রভাব রয়েছে যারা নিজেরাই হিংস্র হয়ে উঠতে পারে, স্কুল ছেড়ে দিতে পারে, অন্যথায় তারা যে সহিংসতার মুখোমুখি হয়েছিল তার ফলস্বরূপ উৎপাদনশীল জীবনযাপনে ফিরে যেতে পারে না। একই সময়ে, সহিংসতার অভিজ্ঞতা গভীরভাবে ব্যক্তিগত, এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তির বেঁচে থাকার জন্য গোপনীয়তা বজায় রাখা খুবই গুরুত্বপূর্ণ হতে পারে।

৬. একজন পুরুষ তার স্ত্রীর সাথে যখন ইচ্ছা যৌন মিলন করার অধিকার রাখেন।

প্রত্যেক নারীর তার শরীরের উপর অধিকার এবং যৌনতা প্রত্যাখ্যান করার অধিকার রয়েছে। তবে অনেক সমাজের জেন্ডার রীতি নারী ও পুরুষের এই বিশ্বাসকে গ্রহণ করে নিয়েছে যে বিবাহিত পুরুষ তার স্ত্রীর সাথে যখন ইচ্ছা যৌন মিলন করার অধিকারী। অনেক দেশে স্ত্রীর সাথে জোরপূর্বক যৌন সম্পর্ককে ধর্ষণ বলে গণ্য করা হয় না। যাইহোক, নারীদের সর্বদা তাদের নিজের শরীর এবং যৌনতা নিয়ন্ত্রণ করার অধিকার রয়েছে এবং এর অর্থ হল তারা তাদের স্বামীর সাথে যৌনতাকে "না" বলতে পারে।

৭. নারীরা সম্পর্কের ক্ষেত্রে পুরুষদের মতোই হিংস্র।

কয়েকটি জনসংখ্যা-ভিত্তিক গবেষণায় নারীর সহিংসতার পরীক্ষা করে দেখা গেছে যে পুরুষদের নারী সঙ্গীদের হাতে সহিংসতার অভিজ্ঞতার মাত্রা তাদের পুরুষ সঙ্গীদের হাতে নারীদের সহিংসতার অভিজ্ঞতার তুলনায় অনেক কম। নারীদের দ্বারা সংঘটিত সহিংসতার ফলে শারীরিক আঘাতের আশংকা কম থাকে, এবং প্রায়শই পুরুষদের দ্বারা সংঘটিত সহিংসতার প্রতিক্রিয়া হিসাবে ঘটে থাকে। নারীর বিরুদ্ধে পুরুষের সহিংসতাও যৌন সহিংসতার অন্তর্ভুক্ত।

৮. বেশিরভাগ নারী অপরিচিতদের দ্বারা নির্যাতিত হয়। নারীরা ঘরে থাকলে নিরাপদ থাকে।

গবেষণায় দেখা গেছে যে, বেশিরভাগ সমাজে যৌন নির্যাতনের বেশিরভাগ অপরাধীরা সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তিদের কাছে পরিচিত ছিল। এছাড়াও স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতা – অর্থাৎ শারীরিক এবং/অথবা যৌন সহিংসতা – হল নারীদের মুখোমুখি হওয়া সহিংসতার সবচেয়ে সাধারণ রূপ। অতএব, দুর্ভাগ্যবশত অনেক নারীর জন্য বাড়ি অগত্যা একটি নিরাপদ স্থান নয়।

৯. রক্ষণশীল এলাকায় ঘরের বাইরে কাজ করা নারীরা যৌন হয়রানি বা নির্যাতনের উসকানি দিচ্ছে।

ধর্ষণ বা কোনো ধরণের সহিংসতার জন্য কোনো অজুহাত বা ন্যায্যতা নেই। নির্যাতিত নারীদের কখনই দোষ দেওয়া উচিত নয় বা বলা উচিত নয় যে এটি তাদের দোষ।

১০. যদি একজন নারী সহিংস সঙ্গীর সাথে থাকে তবে এটি তার দোষ।

একজন নারীর সহিংস সঙ্গীর সাথে থাকার অনেক কারণ থাকে। এই নারীদের বিচার করার জায়গা এটা নয়। প্রকৃতপক্ষে হিংসাত্মক সম্পর্ক ত্যাগ করলে অনেক ক্ষেত্রে সহিংস অংশীদার থেকে সহিংসতার ঝুঁকি বেড়ে যায়। অন্যান্য কারণও আছে, যেমন অর্থনৈতিক নির্ভরতা এবং পরিবার না ভাঙার জন্য সামাজিক চাপ একজন নারীকে তার সহিংস সঙ্গীকে ছেড়ে যেতে বাধা দেয়।

১১. একজন যৌনকর্মী ধর্ষিত হয় না।

একজন নারী যে জীবিকার জন্য যৌনতা বিক্রি করে তার মানে এই নয় যে সে সর্বদা যৌন মিলন করতে প্রস্তুত ও ইচ্ছুক। ধর্ষণ হল কাউকে তার সম্মতি ছাড়া যৌন মিলনে বাধ্য করা। যৌনকর্মীরা প্রায়ই যৌনমিলনে বাধ্য হন এই কলঙ্কের কারণে যে তারা যৌনতার জন্য সর্বদা সহজলভ্য। এমনকি গ্রহীতা বা সম্ভাব্য গ্রহীতারাও যৌনকর্মীদের যৌনকর্মে বাধ্য করতে পারে। কেউ যদি কোনো ক্লায়েন্টের সাথে একবার যৌনমিলন করে, এমনকি এটির জন্য পুনরায় অর্থ প্রদান করা হলেও তার সম্মতি ব্যতীত আবার যৌন মিলন করার অধিকার নেই।

১২. যে সব পুরুষ পুরুষের সাথে যৌন মিলন করে তারা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সম্মুখীন হয় না।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা হল: "কোনও কাজ, উপেক্ষা বা আচরণ যা কারো ইচ্ছার বিরুদ্ধে হয় এবং যেটি পুরুষ ও নারীদের মধ্যে সামাজিকভাবে চিহ্নিত পার্থক্যের (জেন্ডার) উপর ভিত্তি করে সংঘটিত হয়।" পুরুষদের সাথে যৌন সম্পর্কযুক্ত পুরুষরা নারী ও পুরুষের জন্য সামাজিকভাবে নির্ধারিত ভূমিকাকে অস্বীকার করে এবং ফলস্বরূপ তারা নির্যাতন ও সহিংসতার সম্মুখীন হতে পারে। এটিকে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার একটি ধরণ হিসাবে বিবেচনা করা হয়, যদিও এটিকে আরও সুনির্দিষ্টভাবে যৌনতার ভিত্তিতে সহিংসতা হিসাবে বর্ণনা করা হয়।

মডিউল ৩: পরিবার পরিকল্পনা এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন

মোট মডিউল সময়: ৩ ঘন্টা ৩০ মিনিট

- অধিবেশন ৩-১: পরিবার পরিকল্পনা এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কাউন্সেলিং
- অধিবেশন ৩-২: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রকাশ করার প্রেক্ষিতে সেবা প্রদানকারীর প্রতিক্রিয়া
- অধিবেশন ৩-৩: জেন্ডার ভিত্তিক সহংসিতা সম্পর্কিত সেবার রেফারেল

শিখন উদ্দেশ্য

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা

- সাধারণ কাউন্সেলিং এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কাউন্সেলিং-এর মধ্যে পার্থক্য কী তা জানতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে যে সকল গ্রহীতা স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতা/সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা সেবা নিতে বাধার সম্মূখীন হন তাদের কী সুবিধা বা অসুবিধা হতে পারে তা বলতে পারবেন
- গ্রহীতা কেন্দ্রিক কাউন্সেলিং-এর ক্ষেত্রে কার্যকর শ্রবণ কী তা দেখাতে পারবেন
- প্রাথমিক মনোসামাজিক সহায়তার উদ্দেশ্য ও মূল্য ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা সেবার ক্ষেত্রে গুণগত মান বজায় রেখে প্রতিউত্তর দেওয়ার বিষয়টা বুঝতে পারবেন
- তাৎক্ষনিকভাবে পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে লাইভ [LIV(ES)] পদ্ধতির প্রথম তিনটি ধাপ সম্পর্কে দক্ষতা অর্জন করবেন
- পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সম্পর্কিত জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতায় সমন্বিত কার্যকর রেফারেল ব্যবস্থা কখন ও কীভাবে করবেন তা বুঝতে পারবেন।

পদ্ধতি

- উপস্থাপনা
- রোল প্লে/দক্ষতা অনুশীলন
- কেস স্টাডি
- আলোচনা

প্রয়েজনীয় উপকরণ

- ফ্লিপচার্ট ও মার্কার
- প্রশিক্ষক পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড ডেক ২
- প্রতিটি প্রশিক্ষণার্থীর জন্য প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়াল
- রেফারেল কার্যক্রমের জন্য ইনডেক্স কার্ড ও স্ট্রিং

অগ্রিম প্রস্তুতি

- স্লাইড ও প্রশিক্ষণ বিষয়বস্তু পর্যালোচনা করুন
- দক্ষতা অনুশীলন / রোল প্লে ১-৭ পর্যালোচনা করুন
- রেফারেল কার্যক্রমের কিউ কার্ড প্রস্তুত করুন

অধিবেশন ৩-১: পরিবার পরিকল্পনা এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কাউন্সেলিং

১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা

শিখন উদ্দেশ্য, কাউন্সেলিং-এর ধারণা, ও সক্রিয় শ্রবণ (২০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ১-২ উপস্থাপন করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের স্বাগত জানান এবং দিনের উদ্দেশ্য পর্যালোচনা করুন, যার মধ্যে রয়েছে:

- পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার আওতায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাকে সেবা দানের দক্ষতা বৃদ্ধি করা, তাদের সাথে উন্মুক্ত আলোচনা এবং রেফার করার ব্যবস্থা করা।
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কেস রেকর্ডিং, রিপোর্টিং ও রেফারেল পদ্ধতি সম্পর্কে জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করা ।

স্লাইড ৩-৪ উপস্থাপন করুন। অধিবেশন ৩-১ উপস্থাপন করুন, প্রশিক্ষণার্থীদের জানান যে তারা নিম্নলিখিত বিষয়গুলো শিখতে পারেন:

- সাধারণ কাউন্সেলিং এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কাউন্সেলিং-এর মধ্যে পার্থক্য
- পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে যে সকল গ্রহীতা স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতার মুখোমুখি হন তাদের কী সুবিধা বা অসুবিধা হতে পারে
- গ্রহীতা কেন্দ্রিক কাউন্সেলিং-এর ক্ষেত্রে কার্যকর শ্রবণ কী ।

তথ্যসূত্র: যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা কর্তৃক সংজ্ঞায়িত প্রজনন স্বাস্থ্য:[৩২]

“প্রজনন স্বাস্থ্য হল প্রজনন ব্যবস্থা, এর কার্যাবলী ও প্রক্রিয়া সম্পর্কিত সব বিষয়ে মানুষের সম্পূর্ণ শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক সুস্থতার একটি অবস্থা এবং শুধুমাত্র রোগ বা দুর্বলতা নেই এমনটা নয়। প্রজনন স্বাস্থ্য বলতে তাই বোঝায় যে, ব্যাক্তির সন্তোষজনক ও নিরাপদ যৌন জীবন যাপনের সক্ষমতা এবং সেই সাথে কখন, কীভাবে ও কতবার করবে সে সিদ্ধান্ত নেওয়ার স্বাধীনতা।”

[32] “Reproductive Health,” World Health Organization, accessed February 3, 2023, https://www.who.int/southeastasia/health-topics/reproductive-health.

স্লাইড ৫-৮ উপস্থাপন করুন।

কাউন্সেলিং-এর ধারণা

- কাউন্সেলিং হলো সেবা গ্রহীতা এবং সেবা প্রদানকারীর মধ্যে একটি দ্বিমুখী আলোচনা বা যোগাযোগ পদ্ধতি।
- এটি একটি আন্ত:ব্যক্তিক যোগাযোগ প্রক্রিয়া যা সেবা গ্রহীতা ও একজন কাউন্সেলরের মধ্যে উন্মুক্ত আলোচনার মধ্য দিয়ে সেবা গ্রহীতাকে সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সহায়তা করে। কাউন্সেলর সাধারণত প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত হয়ে থাকেন এবং নীতি নৈতিকতা মেনে চলেন।
- কাউন্সেলিং হলো এমন একটি প্রক্রিয়া যা সেবাদানকারী এবং সেবা গ্রহনকারীর মধ্যে পারস্পরিক আলাপ-আলোচনা বা যোগাযোগ করার পদ্ধতি, যার উদ্দেশ্য হলো কাউন্সেলিং গ্রহণকারীর সুবিধা, সমস্যা সমাধান, রেফারাল এবং সিদ্ধান্ত গ্রহণে সহায়তা করা।
- কাউন্সেলিং এক ধরণের দ্বিপাক্ষিক সহানুভূতিশীল, সহজ ও নৈতিক সম্পর্ক তৈরি করে। এখানে ব্যক্তিগত সিদ্ধান্ত চাপিয়ে দেয়ার কোন অবকাশ নেই।

গ্রহীতা-কেন্দ্রিক কাউন্সেলিংয়ের নীতি

- গোপনীয়তা বজায় রাখার জন্য একটি উপযুক্ত স্থান নিশ্চিত করা যাতে বাইরে থেকে শোনা ও দেখা না যায়
- পর্যাপ্ত সময় নেয়া
- গ্রহীতা যে বিষয়ে সেবা নিতে আসে সে সম্পর্কিত গোপনীয়তা বজায় রাখা
- একটি সহায়ক পরিবেশে আলোচনা করা
- গ্রহীতার কি প্রয়োজন তা জানা এবং সে অনুযায়ী আলোচনা করা
- সহজবোধ্য রাখা, এমন শব্দ ব্যবহার করা যাতে মানুষ সহজে বুঝতে পারে, টেকনিক্যাল শব্দ ব্যবহার না করা
- সুনির্দিষ্ট তথ্য দেওয়া এবং খুব বেশি তথ্য দিয়ে বিভ্রান্তি সৃষ্টি না করা
- গুরুত্বপূর্ণ নির্দেশাবলী বারবার বলা
- পোস্টার ও ফ্লিপ চার্ট ইত্যাদি উপকরণ (যা হাতের কাছে আছে) ব্যবহার করা
- সেবাগ্রহীতার প্রতিক্রিয়া জানার চেষ্টা করা

মনোযোগ দিয়ে শোনার মাধ্যমে কাউন্সেলিং

যে বিষয়গুলো লক্ষ্যণীয়:

- আগ্রহ প্রকাশ করার জন্যে চোখে চোখ রেখে কথা বলা (যতক্ষণ পর্যন্ত এটি আপনার পরিবেশে সামাজিকভাবে গ্রহণযোগ্য)
- উন্মুক্ত প্রশ্ন করা, যাতে সেবা গ্রহীতা নিজেদের প্রকাশ করার সুযোগ পায়;
- বুঝতে পারছে কিনা পরীক্ষা করা (প্যারাফ্রেজিং / সমার্থক বাক্য দ্বারা বুঝিয়ে বলা)।
- এমন আচরণ করুন যেন সেবা গ্রহীতার স্বছন্দ্য বোধ করে এবং কথোপকথনকে এগিয়ে নিয়ে যায়, কিন্তু সেবা গ্রহীতাকে অকারণে কথা বলতে বাধা দেওয়া এড়িয়ে চলতে হবে
- এমন স্বরে কথা বলতে হবে যেন সেবা গ্রহীতা আগ্রহ বোধ করে
- ঘটনা শোনা এবং তার অনুভূতি বোঝার চেষ্টা করতে হবে
- কথা বলার সময় নোট নেয়া বন্ধ রাখা বা সীমিত রাখা এবং গ্রহীতার সাথে বেশি বেশি মৌখিক যোগাযোগ করা

যা করা যাবে না:

- সেবা গ্রহীতাকে অযথা বাধা দেয়া
- সেবা গ্রহীতার বাক্য শেষ করতে না দেয়া
- নিজের ব্যক্তিগত বিষয় নিয়ে চিন্তা করে সময় ব্যয় করা, যেমন, রাতের খাবার নিয়ে চিন্তা করা।

তথ্যসূত্র:

জেন্ডার সংবেদনশীল পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং-এর জন্য টিপস

- গ্রহীতার ব্যাক্তিগত বিষয় ও গোপনীয়তা সুরক্ষা করুন
- কাউন্সেলিং এমন একটি ঘরে করুন যেখানে অন্যরা দেখতে বা শুনতে না পায়
- গ্রহীতা কোন সেবা নিতে ক্লিনিকে এসেছেন তা অপেক্ষমান এলাকায় ঘোষণা করবেন না
- গ্রহীতার সাথে চোখের সমান উচ্চতায় বসুন
- গ্রহীতাকে আন্তরিকভাবে স্বাগত জানান
- উন্মুক্ত প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করুন
- সব কথা শেষ করে ফেলবেন না
- সঙ্গীর সাথে গ্রহীতার সম্পর্ক কী রকম সে সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করুন। কোন অবস্থাতেই তার স্বামী অনুমোদন করেননি বলে কোনো নারীর পরিবার পরিকল্পনা বা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি অস্বীকার করা উচিত নয়
- গর্ভাবতী হওয়ার স্বাস্থ্যকর সময় এবং ব্যবধানের গুরুত্বের উপর জোর দিন
- আপনার নিজস্ব মূল্যবোধ ও পছন্দের মাধ্যমে পরামর্শকে প্রভাবিত করতে দেবেন না
- সঠিক তথ্য প্রদান করুন, কখনও ভুল তথ্য দেবেন না এবং আপনি যদি কিছু না জানেন তবে বলুন আপনি জানেন না (এবং খুঁজে বের করবেন)
- সহজ শব্দ ব্যবহার করুন
- গ্রহীতাকে প্রশ্ন করতে উৎসাহিত করুন
- হাতের কাছে থাকলে ভিজ্যুয়াল এইডস (যেমন, একটি ছবি, ফ্লিপচার্ট) ব্যবহার করুন, অথবা কাউকে দেখান যে কীভাবে একটি কাজ করতে হবে
- যা বলা হয়েছে তা মনোযোগ সহকারে শুনুন এবং আপনি সঠিকভাবে বুঝতে পেরেছেন তা নিশ্চিত করতে পুনরাবৃত্তি করুন।

একটি পরিবার পরিকল্পনা কেন্দ্রে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কাউন্সেলিং প্রদানের জন্য নির্দিষ্ট পদক্ষেপ

- একজন সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তির গল্প শুনুন
- একজন সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তির গল্পের উত্তর দিন
- তাদের কী চাহিদা তা মূল্যায়ন করুন
- একজন সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তি কীভাবে এগিয়ে যেতে চান তা নির্ধারণ করুন।

চেকলিস্ট: ভূমিকা ও আপনার দায়িত্ব

- ☐ উষ্ণ ও উন্মুক্ত মনে সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তিকে অভিবাদন করুন ও সান্ত্বনা দিন
- ☐ আপনার পরিচয় দিন ও আপনার কাজ সম্পর্কে বলুন
- ☐ গোপনীয়তা, বাধ্যতামূলক রিপোর্টিং, ইত্যাদিসহ সম্মতির সমস্ত দিক নিয়ে আলোচনা করুন
- ☐ প্রশ্নের উত্তর দিন
- ☐ সমস্যা সমাধানে এগিয়ে যাওয়ার জন্য সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তির কাছ থেকে অনুমতি নিন।

কখন অবহিত সম্মতি নিবেন

- আপনি কোন মূল্যায়ন শুরু করার আগে, অর্থাৎ একজন সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তির বক্তব্য শোনার আগে এবং ঐ ব্যক্তির মামলা সম্পর্কিত কোনো তথ্য সংগ্রহ বা ডকুমেন্টেশন করার আগে।
- কেস রেফারেল করার আগে। যদি কখনও আপনি অন্য সেবা প্রদানকারীর সাথে তথ্য শেয়ার করেন যারা সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তিকে সাহায্য করতে পারে, আপনাকে অবশ্যই প্রতিটি নতুন রেফারেলের জন্য তথ্য শেয়ার করার অনুমতি নিতে হবে।
- ঐ ব্যক্তির পক্ষে অন্য কোনো পদক্ষেপ নেওয়ার আগে, যেমন অ্যাডভোকেসি বা কেস সমন্বয় করা।

গ্রহীতাকে আরও স্বাচ্ছন্দ্য দেওয়ার উপায়

একজন গ্রহীতাকে তাদের সাথে কী ঘটেছে সে সম্পর্কে কথা বলতে বলা হলে তা তাদের জন্য কঠিন ও ভীতিকর মনে হতে পারে। একজন গ্রহীতাকে আরও স্বাচ্ছন্দ্য দেওয়ার জন্য কিছু কৌশল রয়েছে, যেমন:

- গ্রহীতাকে শুরু করার জন্য আমন্ত্রণ জানাতে একটি উন্মুক্ত প্রশ্ন ব্যবহার করুন, যেমন, "আপনি কি আমাকে বলতে চান কী হয়েছে?" অথবা "তুমি কি বলতে পারো আজ তোমাকে এখানে কেন আনা হয়েছে?"
- গ্রহীতা যেমনভাবে বলে গল্পটি মনোযোগ সহকারে শুনুন।
- কান্নাকাটি, আকাশের দিকে তাকানো, বিড়বিড় করা, এক কথায় উত্তর দেওয়া, মুখ ফিরিয়ে নেওয়া বা বিষয় পরিবর্তন করার মতো অস্বস্তির লক্ষণগুলোর জন্য একজন গ্রহীতার শারীরিক ভাষা নিবিড়ভাবে লক্ষ করুন।
- গ্রহীতার সাথে সক্রিয়ভাবে চলতে চলতে জিজ্ঞাসা করুন তারা এই বিষয়ে কথা চালিয়ে যাবেন নাকি বিরতি প্রয়োজন।
- যদি গ্রহীতা মৌখিকভাবে বা অ-মৌখিকভাবে প্রকাশ করে যে তারা প্রশ্নের উত্তর দিতে বা আপনার সাথে তথ্য শেয়ার করতে স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করছে না, তাদের ইচ্ছাকে সম্মান করুন এবং থামুন। একজন সহিংসতার মুখোমুখি হওয়া ব্যক্তিকে তাদের গল্প বলতে বাধ্য করা ক্ষতিকর। কোন অবস্থাতেই এটা করা উচিত নয়।
- প্রয়োজনে নোট নিন, তবে আপনি গ্রহীতার দিকে মনোযোগ দিন।
- যেহেতু গ্রহীতা আপনাকে বলছে যে কী ঘটেছে, মৌখিক এবং অ-মৌখিক যোগাযোগের মাধ্যমে উৎসাহিত করুন এবং সমানুভূতি প্রকাশ করুন। "আপনি বলুন" বা "আমি শুনছি" এর মতো বাক্যাংশগুলো সহায়ক হতে পারে।
- গ্রহীতা একবার গল্প বলতে শুরু করলে সমবেদনা, হ্যাঁ-সূচক বাক্য ও আশ্বাসের সাথে প্রতিক্রিয়া জানান।
- আপনি গ্রহীতাকে কথা বলতে দেওয়ার পরে এবং তাদের মত প্রকাশের পরেই স্পষ্ট প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করুন।
- অপ্রয়োজনীয় প্রশ্ন এড়িয়ে চলুন; শুধুমাত্র এমন প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করুন যা আপনাকে গ্রহীতাকে সাহায্য করার জন্য তথ্য দেবে। আপনি এই পদক্ষেপটি শুরু করার সাথে সাথে আপনি একটি নিরাপদ পরিবেশ গড়ে তোলার মাধ্যমে আস্থা তৈরি করতে থাকবেন। এখানে ঐ ব্যক্তি মনে করবে যে তার কথা শোনা হয়েছে, তার বিচার করা হয়নি এবং যা ঘটেছে তার জন্য সে দোষী নয়।

অনুশীলন ২: উপস্থাপনা ও দক্ষতা অনুশীলন

পরিবার পরিকল্পনা সেবার কাউন্সেলিং-এ GATHER পদ্ধতি ও রোল প্লে (৭০ মিনিট)

ধাপ ১

GATHER পদ্ধতির উপর **স্লাইড ৯** উপস্থাপন করুন।[৩৩] প্রশিক্ষণার্থীদেরকে নীচের তথ্যগুলো দিন:

> *আপনাদের মধ্যে কেউ কেউ হয়তো ইতিমধ্যেই পরিবার পরিকল্পনা সেবার কাউন্সেলিং-এ GATHER পদ্ধতির সাথে পরিচিত। আপনার প্রশিক্ষণার্থী **ম্যানুয়ালের ৫২ পৃষ্ঠায়** আপনি এই কাজের উপযোগী একটি পরিবর্তিত সংস্করণ পাবেন যা আপনাকে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক তথ্য মনে রাখতে সাহায্য করবে।*
>
> *মনে রাখবেন: একজন ব্যক্তি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি হয়েছেন কিনা তা আপনি কখনই জানতে পারবেন না, তাই সব গ্রহীতার কাছে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসনে সেবা ও হটলাইন সম্পর্কে তথ্য দেওয়াই হল সর্বোত্তম অনুশীলন। ক্লিনিক থেকে কারও কাছে এই ধরণের তথ্য বা উপকরণ পাওয়া গেলে এটি কুসংস্কারকেও হ্রাস করবে।*

কাউন্সেলিং উপকরণ: GATHER পদ্ধতি

- **G - Greet** গ্রহীতাকে আন্তরিকভাবে স্বাগত জানান।
- **A - Ask** তাদের পরিবার পরিকল্পনার চাহিদা এবং আর কোনো সমস্যা অথবা নিরাপত্তার অভাব আছে কিনা জিজ্ঞাসা করা।
- **T - Tell** তাদের বিভিন্ন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে বলা। কোন পদ্ধতিতে কী ধরণের সমস্যা হতে পারে এবং স্বামী/পরিবারের কতটুকু অংশগ্রহণ দরকার সে সম্পর্কে বলা।
- **H - Help** বিভিন্ন পদ্ধতি সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করা।
- **E - Explain** পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার সম্পর্কে বুঝিয়ে বলা।
- **R - Return** আবার কবে আসতে হবে সে সময় নির্ধারণ করা। গ্রহীতাকে পরবর্তীতে যোগাযোগের জন্য তাদের পছন্দের পদ্ধতি কী তা জিজ্ঞাসা করুন এবং ফোনে মেসেজ পাঠাতে বা ফোন কল করার জন্য সম্মতি নিন। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবা এবং রেফারেল সুবিধা সম্পর্কে তথ্য জানান।

[33] Pathfinder International, Comprehensive Reproductive Health and Family Planning Training Curriculum, Module 3: Counseling for Family Planning Services (Watertown, MA: 1998).

ধাপ ২

স্লাইড ১০ উপস্থাপন করুন। পরিবার পরিকল্পনা সেবার কাউন্সেলিং-এ আইপিভি/জোরপূর্বক প্রজনন বা বাধা বিবেচনা করে নিম্নলিখিত বিষয়গুলির উপর জোর দিন:

সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা সেবা নিতে বাধা প্রদান এবং/অথবা স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতার আশংকা সম্পর্কে সচেতন হলে আরও ভাল কাউন্সেলিং করা সম্ভব। আপনার কাউন্সেলিংয়ে এই প্রশ্নগুলোর মধ্যে কিছু (স্লাইডে) অন্তর্ভুক্ত করার কথা বিবেচনা করতে পারেন।

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে বিনিময় করার জন্য এখানে কিছু অতিরিক্ত পয়েন্ট রয়েছে:

- *যাতায়াত করা কঠিন হলে বারবার ভিজিট করার প্রয়োজন কমাতে অতিরিক্ত বড়ির প্যাকেট দেওয়া যেতে পারে।*
- *জরুরি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির বড়িগুলো অরক্ষিত যৌন মিলনের ১২০ ঘন্টা পর্যন্ত গ্রহণ করা যেতে পারে, তবে তাড়াতাড়ি নেওয়া হলে এটি সবচেয়ে বেশি কার্যকর হয়।*

পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং-এর সাথে স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী কর্তৃক সহিংসতা বিষয়ে কাউন্সেলিং [৩৪]

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি	সুবিধা	অসুবিধা	মন্তব্য
ইনজেকশন	• ত্বকে কোন চিহ্ন থাকে না • মজুত করতে হয় না	• তিন-মাস মেয়াদী ইনজেকশনে প্রায়ই কিছু দিন পরে মাসিক বন্ধ হয়ে যায় • প্রতি তিন মাসে ইনজেকশন গ্রহণ করতে হয়	• *আপনার সঙ্গী আপনার মাসিকের তারিখ অনুসরণ করতে পারে এই বিষয়টি নিয়ে আপনি কি উদ্বিগ্ন?* • *আপনি কি মনে করেন আপনি নিশ্চিতভাবে পুনরায় ইনজেকশন নেওয়ার জন্য যেতে পারবেন?*
ইমপ্ল্যান্ট	• ৩-৫ বছর ভাল কাজ করে • মজুত করতে হয় না	• কখনও কখনও অনুভব করা যায় এবং বাহুর চামড়ার নিচে দেখা যায় • মাসিকে তারিখ পরিবর্তন হতে পারে অথবা ফোটা ফোটা রক্তপাত হতে পারে (প্রায়ই তিন মাস পরে উন্নতি হয়)	• *আপনার সঙ্গী আপনার মাসিকের তারিখ অনুসরণ করতে পারে এই বিষয়টি নিয়ে আপনি কি উদ্বিগ্ন?*
কপার বা এলএনজি আইইউডি	• কপার আইইউডি কমপক্ষে ১০ বছর ধরে এবং এলএনজি আইইউডি ৩-৫ বছরের জন্য ভাল কাজ করে; • মজুত করতে হয় না	• কপার আইইউডি প্রায়ই মাসিক প্রবাহ বাড়ায় • হরমোনাল আইইউডি পিরিয়ডকে হালকা বা বন্ধ করতে পারে • নারীদের যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ থাকে বা উচ্চ সংক্রমন ঝুঁকি থাকলে সতর্কতা অবলম্বন করতে হয় • সঙ্গী জরায়ুমুখে সুতার প্রান্ত অনুভব করতে পারেন	• *আপনার সঙ্গী আপনার মাসিকের তারিখ অনুসরণ করতে পারে এই বিষয়টি নিয়ে আপনি কি উদ্বিগ্ন?* • *আপনি কি মনে করেন আপনার যৌনবাহিত সংক্রমণ আছে বা সংক্রমন ঝুঁকি আছে?*
খাবার বড়ি	• ত্বকে কোন চিহ্ন থাকে না • মাসিকের রক্তপাতের উপর সামান্য প্রভাব	• প্রতিদিন খেতে হয় • বড়ি/প্যাকেট অবশ্যই নিরাপদ স্থানে রাখতে হয়	• *আপনার কি বাড়ীতে বড়ি রাখার কোন নিরাপদ জায়গা আছে?*

[34] Adapted from WHO. *Caring for women subjected to violence: a WHO curriculum for training health-care providers.* Revised edition, 2021 (Geneva: 2021).

ধাপ ৩

স্লাইড ১১ উপস্থাপন করুন।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তাদের প্রশিক্ষণার্থী **ম্যানুয়াল-এর পৃষ্ঠা ৫১-৫৩-এ রোল প্লে কার্যক্রমে** যেতে বলুন।
একটি র‍্যান্ডম অ্যাসাইনমেন্ট কৌশল ব্যবহার করে, যেমন গণনা করে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তিনটি ছোট দলে বিভক্ত করুন। প্রতিটি দলকে নিম্নলিখিত রোল প্লে অ্যাসাইনমেন্টগুলোর মধ্যে একটি বরাদ্দ করুন:

প্রশিক্ষক নোট

নিচে উল্লেখিত পৃষ্ঠায় ১-৩ নম্বর রোল প্লে পাওয়া যাবে:

	পৃষ্ঠা	
রোল প্লে	প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালে	প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়ালে
১: সঙ্গীর আইইউডি চিন্তা	১১২	৫৪
২: শিশু, বাল্য ও জোরপূর্বক বিবাহ এবং গর্ভাবস্থার স্বাস্থ্যকর সময় ও ব্যবধান	১১৩	৫৫
৩: দম্পতির পছন্দনীয় স্থায়ী পদ্ধতি	১১৪	৫৬

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তাদের অ্যাসাইনমেন্ট পড়তে বলুন।
দলের প্রত্যেকের ক্লায়েন্ট, সেবা প্রদানকারী ও পর্যবেক্ষক হওয়ার সুযোগ থাকবে। প্রশিক্ষণার্থীদের প্রতিটি ভূমিকার জন্য তাদের অংশগ্রহণকারী ম্যানুয়ালটিতে থাকা তথ্য ব্যবহার করার নির্দেশ দিন। প্রত্যেক 'সেবা প্রদানকারী'র জন্য ৫ মিনিট থাকবে। GATHER পদ্ধতি ব্যবহার করে কাউন্সেলিং অনুশীলন করতে।

পর্যবেক্ষকদের নিচের বিষয়গুলোতে মতামত প্রদান করা উচিত:

- **সেবা প্রদানকারী কি সঠিক পদক্ষেপগুলি অনুসরণ করেছেন এবং মনোযোগ দিয়ে শুনেছেন?**
- **সেবা প্রদানকারী কি আলোচনা ও পদ্ধতি নির্বাচনের জন্য গ্রহীতার নির্দেশাবলী অনুসরণ করেছেন?**
- **সেবা প্রদানকারী কি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কাউন্সেলিং করেছেন এবং এ সম্পর্কিত তথ্য দিয়েছেন?**

গ্রহীতাদের নিচের বিষয়গুলোতে মতামত প্রদান করা উচিত:

- **আপনি কি শুনতে পেয়েছেন? কেন বা কেন নয়?**
- **সেবা প্রদানকারী কী করেছে যা সহায়ক ছিল?**
- **আপনাকে সহজ বোধ করার জন্য সেবা প্রদানকারী আর কী করতে পারতেন?**

তাদের ছোট দলে আলোচনার জন্য প্রায় ১০ মিনিট সময় বরাদ্ধ করুন। একটি পূর্ণ আলোচনার জন্য একত্রিত হওয়ার আগে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে নিজেদের মধ্যে মত বিনিময়ের জন্য ১৫ মিনিটের অনুমতি দিন। পূর্ণাঙ্গ উপস্থাপনা/আলোচনার জন্য ১৫ মিনিট সময় বরাদ্ধ করুন।

অধিবেশন ৩-২: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রকাশ করার প্রেক্ষিতে সেবা প্রদানকারীর প্রতিক্রিয়া

১ ঘন্টা

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা

শিখন উদ্দেশ্য ও LIV(ES) মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা (২৫ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ১২ উপস্থাপন করুন। ব্যাখ্যা করুন প্রশিক্ষণার্থীরা এই অধিবেশন থেকে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো জানতে পারবেন:

- প্রাথমিক মনোসামাজিক সহায়তার উদ্দেশ্য ও মূল্য ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা সেবার ক্ষেত্রে গুণগত মান বজায় রেখে প্রতিউত্তর দেওয়ার বিষয়টা বুঝতে পারবেন
- তাৎক্ষনিকভাবে পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে লাইভ [LIV(ES)] পদ্ধতির প্রথম তিনটি ধাপ সম্পর্কে দক্ষতা অর্জন করবেন

স্লাইড ১৩ উপস্থাপন করুন। নিম্নলিখিত বিষয়গুলোর উপর জোর দিন:

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কেস শনাক্ত করতে গ্রহীতা-কেন্দ্রিক কাউন্সেলিং ও সক্রিয় শ্রবণ ব্যবহার আপনাকে সাহায্য করবে এবং একজন গ্রহীতার অভিজ্ঞতা ও ভয় আপনার কাছে প্রকাশ করার সম্ভাবনা বাড়িয়ে দেবে। তাহলে কি হবে?

পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারী হিসাবে আপনি হতে পারেন প্রথম এবং/অথবা একমাত্র ব্যক্তি যিনি এই নারীর সাথে তিনি কী আচরণ হয়েছে সে সম্পর্কে বলতে সক্ষম হবেন। আপনার প্রতিউত্তর এই ক্ষেত্রে খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি বা বেঁচে আসা অনেককে একঘরে করে রাখা হয়, যেন তাদের উপর হওয়া সহিংসতা তাদেরই দোষ। আপনার সাথে এই তথ্য বিনিময় করা তাদের জন্য ভীতিকর হতে পারে। আপনি কীভাবে প্রতিক্রিয়া জানাবেন তার উপর নির্ভর করবে যে তারা অন্য কাউকে বলে কিনা এবং তারা অন্য কোনো সেবা চায় কিনা।

একজন সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তির অভিজ্ঞতা যাচাই করার এবং তাদের নিরাপত্তার অধিকার নিশ্চিত করার কাজটিকে মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা বলা হয়। এটা ঠিক ততটাই গুরুত্বপূর্ণ যতটা সেলাই দেওয়ার আগে রক্তপাত বন্ধ করার জন্য ব্যান্ডেজ করা এবং কাটার উপর চাপ দেওয়া গুরুত্বপূর্ণ।

স্লাইড ১৪ উপস্থাপন করুন এবং মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা প্রদানের লক্ষ্যে LIV(ES) ব্যাখ্যা করুন

উপকরণ: LIV(ES) মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা

নারীদের প্রতি সহিংসতায় বা স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতায় তাৎক্ষনিক সহায়তা এবং প্রতিরোধমূলক স্বাস্থ্যসেবা ব্যবস্থায় সেবা প্রদান নিশ্চিত করার জন্য বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা LIVES[৩৫] পকেট কার্ড তৈরি করেছে।

- **L - Listen শুনুন** - সহানুভূতি সহকারে শুনুন, পক্ষপাতিত্ব ব্যতিত
- **I - Inquire. জিজ্ঞাসা করুন** - গ্রহীতার চাহিদা ও উদ্বেগ মূল্যায়ন করুন এবং সে অনুযায়ী ব্যবস্থা নিন - সেটা হতে পারে মানসিকভাবে, সামাজিকভাবে এবং হাতে কলমে
- **V - Validate. যাচাই করুন** - আপনি সেবাগ্রহীতাকে দেখান যে তার কথা/বিষয় বুঝেছেন এবং বিশ্বাস করেন
- **E - Enhance safety. নিরাপত্তা নিশ্চিত করুন** - সেবা গ্রহীতাকে/ সেবা প্রদানকারীকে ক্ষতি থেকে কীভাবে রক্ষা করা যায় তা আলোচনা করুন
- **S - Support. সহায়তা/সাহায্য** - সামাজিক সহায়তাসহ সেবাগ্রহীতাকে উপযুক্ত তথ্য এবং সেবার সাথে সংযুক্ত করতে সহায়তা করুন।

অংশগ্রহণকারীদের জন্য নিম্নলিখিত পয়েন্টগুলিতে জোর দিন:

LIV(ES) এর প্রথম তিনটি ধাপে মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তার ভিত্তি তৈরি হয় *এবং যে কোনও স্তরের স্বাস্থ্যকর্মীর মাধ্যমে গোপনীয়তা বজায় রেখে যে কোনও কেন্দ্রে দেওয়া যেতে পারে। বেশীরভাগ ক্ষেত্রে এই তিনটি ধাপে সেবা দিতে ৫ মিনিটের বেশি লাগে না।*

*"**মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা**" বাক্যটি দ্বারা ভয় পাওয়ার কিছু নেই। যেকোন স্তরের স্বাস্থ্যকর্মীরা খুব সহজ উপায়ে কীভাবে এটি করতে হয় তা শিখে যাবেন যেমন আপনি আজ শিখছেন। ঠিক যেমন শারীরিক প্রাথমিক চিকিৎসা যেমন ব্যান্ড এইড, আইস প্যাক বা চাপ দিয়ে ব্যান্ডেজ লাগানো অস্ত্রোপচার থেকে অনেক আলাদা; মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তাও উন্নত মনস্তাত্ত্বিক সেবা থেকে অনেক আলাদা যার জন্য একজন পেশাদার মানসিক স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞের প্রয়োজন হয়। কিন্তু, শারীরিক প্রাথমিক চিকিৎসার মত মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তাও অসাধারণ পার্থক্য গড়ে তুলতে পারে।*

---

[35] WHO. *Caring for women subjected to violence: a WHO curriculum for training health-care providers, revised edition* (Geneva: 2021).

স্লাইড ১৫ উপস্থাপন করুন এবং প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য নিম্নলিখিত পয়েন্টগুলিতে জোর দিন:

যখন একজন গ্রহীতা সহিংসতা বিষয়ক তথ্য প্রকাশ করে তখন এটি স্বতস্ফূর্ত হতে পারে। কিছু প্রতিউত্তরের উদাহরণ ব্যবহারের জন্য প্রস্তুত থাকা সবসময় উপযুক্ত এবং প্রায়ই সহায়ক হয়।

মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা প্রদানকালীন কিছু প্রতিউত্তরের উদাহরণ

LIVES ধাপ	প্রতিউত্তরের উদাহরণ
L - শুনুন	• আমি আপনাকে শুনতে পাচ্ছি • আমি আপনাকে শুনছি • যদি আরো কিছু থাকে আপনি বলুন, আমাদের কাছে সময় আছে
I - জিজ্ঞাসা করুন	• আমি আপনাকে শুনতে পাচ্ছি • আমি আপনাকে শুনছি • যদি আরো কিছু থাকে আপনি বলুন, আমাদের কাছে সময় আছে
V - যাচাই করুন	• এটা অবশ্যই খুব কঠিন ছিল • আমি খুবই দুঃখিত যে আপনার সাথে এটি ঘটেছে • এটি আপনার প্রাপ্য নয় • আমাকে বলার জন্য ধন্যবাদ • দুঃখজনকভাবে এটি অনেক নারীর সাথে ঘটে। আপনি একা নন

অনুশীলন ২: উপস্থাপনা ও দক্ষতা অনুশীলন

(LIV)ES মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা রোল প্লে (৩০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ১৬ উপস্থাপন করুন এবং প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন:

> *আসুন অন্য একটি রোল প্লে অনুশীলনের সাথে LIVES পদ্ধতির প্রথম তিনটি ধাপ অনুশীলন করি। বাস্তব জগতে আপনি রেফারেল অফার করবেন, কিন্তু এই অনুশীলনের জন্য আপনাকে এটি করতে হবে না। আমরা আজ বিকেলে নিরাপত্তা পরিকল্পনা এবং অন্যান্য সহায়তা সেবার রেফারেল কভার করব।*

একটি র‍্যান্ডম অ্যাসাইনমেন্ট কৌশল ব্যবহার করে, যেমন গণনা করে প্রশিক্ষণার্থীদের তিনটি ছোট দলে বিভক্ত করুন। প্রতিটি দলকে নিম্নলিখিত রোল প্লে অ্যাসাইনমেন্টগুলোর মধ্যে একটি বরাদ্দ করুন:

প্রশিক্ষক নোট

নিচে উল্লেখিত পৃষ্ঠায় ৪-৬ নম্বর রোল প্লে পাওয়া যাবে:

	পৃষ্ঠা	
রোল প্লে	প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালে	প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়ালে
৪: অন্তরঙ্গ সঙ্গী কর্তৃক সহিংসতা	১১৬	৫৮
৫: শিশু, বাল্য ও জোরপূর্বক বিবাহ	১১৭	৫৯
৬: যৌন সহিংসতা	১১৮	৬০

প্রশিক্ষণার্থীদের তাদেরকে প্রদত্ত অ্যাসাইনমেন্ট পড়তে বলুন।
গ্রুপের প্রত্যেকের গ্রহীতা, সেবা প্রদানকারী ও পর্যবেক্ষক হওয়ার সুযোগ থাকবে। প্রশিক্ষণার্থীদের প্রতিটি রোল প্লের জন্য তাদের প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়ালটিতে থাকা তথ্য ব্যবহার করার নির্দেশ দিন। প্রতিটি "সেবা প্রদানকারীর" জন্য পাঁচ মিনিট সময় বরাদ্দ থাকবে। (LIV)ES পদ্ধতির প্রাথমিক তিনটি ধাপ ব্যবহার করে কাউন্সেলিং অনুশীলন করতে হবে।

প্রতিফলন প্রশ্ন:

- **আপনার শুনতে কেমন লেগেছে, যেখানে কোনো পরামর্শ বা সমাধান নেই?**
- **সেবা প্রদানকারী কী করেছে যা সহায়ক ছিল?**
- **সেবা প্রদানকারী আর কী করতে পারতেন?**

তাদের ছোট দলে আলোচনার জন্য প্রায় ১৫ মিনিট সময় বরাদ্দ করুন। একটি পূর্ণ আলোচনার জন্য একত্রিত হওয়ার আগে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে নিজেদের মধ্যে মত বিনিময়ের অনুমতি দিন। পূর্ণাঙ্গ উপস্থাপনা/আলোচনার জন্য ২০ মিনিট সময় বরাদ্দ করুন।

অনুশীলন ৩: উপস্থাপনা

ঝুঁকি চিহ্নিতকরণ (৫ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ১৭ উপস্থাপন করুন এবং প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন:

পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারী হিসাবে বেশিরভাগ ক্ষেত্রে আপনাকে খুব বেশি প্রতিক্রিয়া জানানোর প্রয়োজন নেই। অনেক গ্রহীতা আপনার অফার করা রেফারেলগুলিতে যাওয়া পছন্দ করবে না। যাইহোক, কিছু লক্ষণ দেখে আপনি বুঝবেন যে আপনার গ্রহীতা তাৎক্ষণিক বিপদের মধ্যে আছে:

ঝুঁকি চিহ্নিতকরণ

আপনি যদি এই লক্ষণগুলি বা আচরণগুলি দেখতে পান, আপনি একজন বিশেষজ্ঞ সহকর্মীকে জানাতে পারেন এবং তার কক্ষে কথা বলতে পারেন:

- গ্রহীতা আপনাকে যদি বলে যে সে ভয় পাচ্ছে; সে বাড়ি ফিরে গেলে তাকে হত্যা করা হবে
- গ্রহীতার সাথে যদি কোনো সঙ্গী বা পরিবারের সদস্য থাকে এবং তিনি তার গ্রহীতার প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার অনুমতি না দেয়
- ১৩ বছরের কম বয়সি একটি শিশু এমআর বা জরুরি পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি চাইছে

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে বলুন:

আমরা আজ বিকেলে নিরাপত্তা পরিকল্পনা এবং অন্যান্য সহায়তা সেবার রেফারেল নিয়ে আলোচনা করবো।

অধিবেশন ৩-৩: জেন্ডার ভিত্তিক সহংসিতা সম্পর্কিত সেবার রেফারেল

১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা, আলোচনা, ও কেস স্টাডি

শিখন উদ্দেশ্য, কার্যকরী রেফারেল পন্থা (৩০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ১৮ উপস্থাপন করুন। অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা-

- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতায় সমন্বিত কার্যকর রেফারেল কখন ও কীভাবে করবেন তা বুঝতে পারবেন।

ধাপ ২

স্লাইড ১৯ উপস্থাপন করুন, যা **কার্যকরী রেফারেল পন্থা/কেস ম্যানেজমেন্ট রেফারেল পদ্ধতি** বিষয়ক।

তথ্যসূত্র: রেফারেলের সংজ্ঞা

রেফারেল হল প্রাতিষ্ঠানিকভাবে কাউকে অন্য ব্যক্তি বা প্রতিষ্ঠানের কাছে পাঠানোর কাজ। যার কাছে পাঠানো হবে তারা পেশাদার এবং এই ব্যক্তির প্রয়োজনগুলি পূরণ করার জন্য যোগ্যতা সম্পন্ন। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতায় যে কোনো আইনী সহায়তার জন্য সেবা প্রদানকারী কেসগুলোকে ঐসব কেন্দ্রে পাঠাতে পারে যেখানে আইনী সহায়তা সেবা, সমর্থন বা সমাধান পেতে পারে।

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে নিম্নলিখিত বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা করুন:

পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারী হিসাবে স্বাস্থ্য ব্যবস্থায় গ্রহীতা প্রথমে আপনার কাছেই এসে থাকে এবং আপনি তাদেরকে পরবর্তী রেফারেল, অতিরিক্ত জরুরি চিকিৎসা যদি প্রয়োজন হয় এবং/অথবা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবার জন্য একটি গুরুত্বপূর্ণ যোগসূত্র হিসেবে কাজ করেন।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে সবেমাত্র সম্পন্ন করা রোল প্লে ব্যাখ্যা করতে বলুন (যখন কাউন্সেলিং অনুশীলন করেন এবং মনো সামাজিক প্রাথমিক সহায়তার ব্যবস্থা করেন)।

কিছু স্বেচ্ছাসেবককে এই রোল প্লে'র কোন গ্রহীতারা রেফারেল থেকে উপকৃত হবে তা জানাতে বলুন। এর জন্য ৫ মিনিট সময় ব্যয় করুন। তারপর পরবর্তী স্লাইডে যান।

ধাপ ৩

স্লাইড ২০ উপস্থাপন করুন। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে প্রশিক্ষণার্থী **ম্যানুয়ালের ৬৩ পৃষ্ঠায় কেস স্টাডি ৯-এ লাভলির গল্পে** যেতে বলুন (প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির ১১৯ পৃষ্ঠা)।

প্রশিক্ষণার্থীদের কাহিনীটি পড়তে কয়েক মিনিট সময় দিন। একবার তারা এটি পড়ে ফেললে প্রশিক্ষণার্থীদের ১-২ জন তাদের পাশের জনের কাছে যেতে হবে এবং স্লাইডের প্রশ্নগুলি নিয়ে আলোচনা করতে হবে। প্রশিক্ষণার্থীদেরকে ৫-১০ মিনিট সময় দিন অথবা কথোপকথনটি ধীর হতে দেখলে ২-৩টি দলকে তাদের মতামত শেয়ার করার জন্য বলুন।

দলীয় আলোচনার জন্য

- তার এই বাস্তব পরিস্থিতিতে কাউন্সেলিং-এর জন্য আপনি কোন পদক্ষেপগুলো অনুসরণ করবেন?
- আপনি কীভাবে তাকে সমর্থন বা সাহায্য করবেন যাতে সে তার গর্ভের সন্তান রক্ষা করতে পারে?
- আপনি কি তাকে রেফার করবেন এবং তাকে কোথায় রেফার করবেন?

প্রশিক্ষক নোট

প্রশিক্ষণার্থীদের আলোচনা ও মন্তব্যের উপর ভিত্তি করে প্রয়োজনে অতিরিক্ত প্রশ্ন ও আলোচনার অনুরোধ করছি:

- এই পরিস্থিতিতে পুরুষদের সম্পৃক্ততার জন্য বাস্তবসম্মত কী সুযোগ রয়েছে? একজন সেবা প্রদানকারী হিসাবে আপনি কীভাবে ইতিবাচকভাবে পুরুষের সম্পৃক্ততাকে সহজতর করবেন?
- আমাদের গ্রহীতা-কেন্দ্রিক নীতিগুলি মনে রেখে লাভলি কীভাবে এই পরিস্থিতিতে পড়ল তা নিয়ে সময় ক্ষেপন করবেন নাকি তার আরও আগেই সাহায্য চাওয়া উচিত ছিল এটা বলবেন?
- লাভলীর অগ্রাধিকার ও উদ্বেগের প্রেক্ষিতে তার দৃষ্টিকোণ থেকে কোন ধরণের রেফারেল/অতিরিক্ত সেবা সবচেয়ে সহায়ক হবে?

অনুশীলন ২: উপস্থাপনা

ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেল (ওসিসি), রেফারেল হেল্পলাইন, ও অন্যান্য রেফারেল ঠিকানা (২০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ২০ উপস্থাপন করুন এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক রেফারেলের জন্য মূল্যবান তথ্য প্রদান করুন:

ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার ও সেল (ওসিসি)

ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (ওসিসি) ২০০১ সালে গঠিত হয়েছিল শারীরিক ও যৌন সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তিদের জন্য চিকিৎসা-আইনী সহায়তা প্রদানের জন্য। এটি এখন একটি চিকিৎসা কেন্দ্রে পরিণত হয়েছে। এই উদ্যোগের লক্ষ্য হল এক জায়গায় সহিংসতার মুখোমুখি নারী-শিশুদের জন্য প্রয়োজনীয় সব সেবা প্রদান করা।

নারীর প্রতি সহিংসতা বিষয়ক বাংলাদেশের মাল্টি-সেক্টরাল প্রকল্পের সবচেয়ে উল্লেখযোগ্য উপাদানগুলির মধ্যে একটি হল ওসিসি। এটি এক জায়গায় সহিংসতার মুখোমুখি নারী ও শিশুদের বিভিন্ন সেবা প্রদান করে থাকে, যার মধ্যে রয়েছে:

- চিকিৎসা
- সামাজিক পুনর্মিলন
- নিরাপদ হেফাজত/আশ্রয় কেন্দ্র
- পুনর্বাসন
- মনোসামাজিক কাউন্সেলিং
- সমাজকল্যাণ সেবা
- আইনী সহায়তা
- পুলিশের সহায়তা
- ফরেনসিক ডিএনএ পরীক্ষা

তথ্যসূত্র: ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার/সেলের যোগাযোগ নম্বর

নিচে ২০২৩ সালের জানুয়ারি পর্যন্ত হালনাগাদ বাংলাদেশে ওসিসি'র মোবাইল নম্বরের একটি তালিকা দেওয়া হয়েছে।

বাংলাদেশের মডিক্যাল কলেজ হাসপাতালে ওসিসি'র মোবাইল নম্বর		
	মডিক্যাল কলেজ হাসপাতালের নাম	**মোবাইল নম্বর**
০১	ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭১৩৪২৩৪৯০
০২	রাজশাহী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭১৩৩৬৬৬৩৭
০৩	চট্টগ্রাম মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭১৩৩৬৬৬৩৫
০৪	সিলেট মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭১৩৩৬৬৬৩৪
০৫	খুলনা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৩১৩৮৮১৯১৯
০৬	বরিশাল মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭১৩৩৬৬৬৩৮
০৭	রংপুর মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭৫৫৫৮৪৫৭৪
০৮	ফরিদপুর মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭৫৫৫৮৪৫৭৩
০৯	কক্সবাজার মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩৯
১০	বগুড়া মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১২
১১	পাবনা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১৪
১২	কুষ্টিয়া মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১৯
১৩	যশোর মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২৪
১৪	কুমিল্লা মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৬২
১৫	নোয়াখালী মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৬৩
১৬	ময়মনসিংহ মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৬৪
১৭	গোপালগঞ্জ মেডিকেল কলেজ হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৬৫
বাংলাদেশের জেলা সদর হাসপাতালে ওসিসি'র মোবাইল নম্বর		
	জেলা সদর হাসপাতাল	**মোবাইল নম্বর**
০১	মুন্সীগঞ্জ সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০০
০২	নরসিংদী সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০১
০৩	গাজীপুর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০২
০৪	কিশোরগঞ্জ সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০৩
০৫	নেত্রকোনা সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০৪
০৬	টাঙ্গাইল সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০৫
০৭	শেরপুর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০৬
০৮	মাদারীপুর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০৭
০৯	শরীয়তপুর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০৮
১০	নারায়ণগঞ্জ সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০০৯
১১	চাঁপাইনবাবগঞ্জ সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১০
১২	নওগাঁ সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১১
১৩	নাটোর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১৩
১৪	সিরাজগঞ্জ সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১৫
১৫	পঞ্চগড় সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১৬
১৬	লালমনিরহাট সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১৭

১৭	দিনাজপুর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০১৮
১৮	মেহেরপুর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২০
১৯	চুয়াডাঙ্গা সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২১
২০	ঝিনাইদহ সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২২
২১	মাগুরা সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২৩
২২	সাতক্ষীরা সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২৫
২৩	বাগেরহাট সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২৬
২৪	সুনামগঞ্জ সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২৭
২৫	হবিগঞ্জ সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২৮
২৬	ঝালকাঠি সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০২৯
২৭	পিরোজপুর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩০
২৮	পটুয়াখালী সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩১
২৯	বরগুনা সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩২
৩০	ব্রাহ্মণবাড়িয়া সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩৩
৩১	চাঁদপুর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩৪
৩২	লক্ষ্মীপুর সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩৫
৩৩	ফেনী সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩৬
৩৪	খাগড়াছড়ি সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩৭
৩৫	বান্দরবান সদর হাসপাতাল	০১৭৩০৭৮১০৩৮
৩৬	জামালপুর সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫০
৩৭	ঠাকুরগাঁও সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫১
৩৮	মানিকগঞ্জ সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫২
৩৯	ভোলা সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫৩
৪০	নড়াইল সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫৪
৪১	কুড়িগ্রাম সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫৫
৪২	নীলফামারী সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫৬
৪৩	জয়পুরহাট সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫৭
৪৪	রাজবাড়ী সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫৮
৪৫	গাইবান্ধা সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৫৯
৪৬	মৌলভীবাজার সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৬০
৪৭	রাঙামাটি সদর হাসপাতাল	০১৭১৩৬৫৯৫৬১

ন্যাশনাল ট্রমা কাউন্সেলিং সেল (এনটিসিসি)

ন্যাশনাল ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টার (এনটিসিসি) সম্পূর্ণ বিনামূল্যে নারী ও শিশুদের প্রতি সহিংসতা সম্পর্কিত মনোসামাজিক কাউন্সেলিং-এ সহায়তা প্রদান করে থাকে, যার মধ্যে রয়েছে:

- আন্তঃব্যক্তিক কাউন্সেলিং
- ব্যক্তিগত টেলি-কাউন্সেলিং
- দম্পতি কাউন্সেলিং
- পারিবারিক কাউন্সেলিং
- দলীয় কাউন্সেলিং
- অনলাইন কাউন্সেলিং

আরো তথ্যের জন্য ভিজিট করুন http://ntcc-mowca.gov.bd/

জাতীয় যোগাযোগ নম্বরসমূহ

সহিংসতায় আক্রান্ত নারীদের সেবার প্রয়োজনে বাংলাদেশে জাতীয়ভাবে যেসব যোগাযোগ নম্বরসমূহ রয়েছে তার মাধ্যমে ওসিসিতে রেফার করা যেতে পারে।

১০৯৮	**নারীর ও শিশুর প্রতি সহিংসতার জন্য জাতীয় সহায়তা কেন্দ্রের নম্বর**	মাল্টি সেক্টরাল রেফারেল/সুপারিশ এবং সাইকোসোশাল সাপোর্ট; এটি দেশব্যাপী প্রচারিত প্রধান হেল্পলাইন নম্বর, যা সারা দেশ জুড়ে লক্ষ লক্ষ শিশুর জন্য আশার বাণী। এটি বছরে ৩৬৫ দিন ২৪ ঘণ্টা শিশুদের জন্য বিনামূল্যে জরুরি সাহায্য ও প্রয়োজনীয় ফোন সহায়তা দিয়ে থাকে।
৩৩৩	**জাতীয় হটলাইন নম্বর**	কোভিড -১৯ থেকে শুরু করে বাল্যবিবাহ এবং যৌন হয়রানির ক্ষেত্রে কোন সামাজিক সমস্যার জন্য তাৎক্ষণিক প্রতিবেদন বা সাহায্যের জন্য জাতীয় সহায়তা কেন্দ্রের নম্বর
১০৯২১	**নারীর প্রতি সহিংসতার জন্য জাতীয় সহায়তা কেন্দ্রের নম্বর**	ক্ষতিগ্রস্তদের অবিলম্বে সেবা এবং সংশ্লিষ্ট সংস্থার সাথে যোগাযোগ: ডাক্তার, পরামর্শদাতা, আইনজীবী, ডিএনএ বিশেষজ্ঞ, পুলিশ কর্মকর্তা
১৬৭৬৭	**পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর এর কল সেন্টার নম্বর**	কল সেন্টারটি পরিবার পরিকল্পনা, এমসিএইচ এবং পুষ্টি সম্পর্কিত যেকোন তথ্যের জন্য সপ্তাহে ৭ দিন ২৪ ঘন্টা চালু থাকে
৯৯৯	**বাংলাদেশ এর জাতীয় জরুরি সেবার নম্বর**	৯৯৯ ন্যাশনাল ইমার্জেন্সি সার্ভিস হলো একটি কেন্দ্রীয় কল সেন্টার। এটি সপ্তাহে ৭ দিন ২৪ ঘন্টা চালু থাকা ইমার্জেন্সি সাপোর্ট যা দেশের যে কোন সীমান্তের নাগরিককে জরুরি অবস্থায় সাহায্য পাওয়ার জন্য পুলিশ, ফায়ার সার্ভিস এবং অ্যাম্বুলেন্সের মতো জরুরি সেবাদানকারী দলের সাথে সরাসরি যোগাযোগ করাতে সহায়তা করে।

কোথায় অভিযোগ করবেন

অনেকগুলো কেন্দ্র আছে যেখানে আমরা অভিযোগ জানাতে পারি:

- ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার/সেল (ওসিসি)
- ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টার
- ফরেনসিক ডিএনএ ল্যাবরেটরি
- নারীর বিরুদ্ধে সহিংসতার জন্য জাতীয় সহায়তা হেল্প লাইন
- আইনি সহায়তা কেন্দ্র
- আইনানুগ ব্যবস্থা কেন্দ্র/থানা
- সামাজিক সহায়তা কেন্দ্র/পুনর্বাসন কেন্দ্র
- নিরাপদ আশ্রয়স্থল
- পুনর্বাসন কেন্দ্র

জাতীয় ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টারের উদ্দেশ্য

- এনটিসিসি, ওসিসি এবং সেফ হোমে নারী ও শিশুদের প্রতি সহিংসতার জন্য মানসিক কাউন্সেলিং সহায়তা প্রদান করা
- মানবসম্পদ উন্নয়নের জন্য বিভিন্ন ধরণের মানসিক কাউন্সেলিং প্রশিক্ষণ পরিচালনা করা
- মানুষের মানসিকতা পরিবর্তনের জন্য সচেতনতা বাড়ানোর জন্য কর্মসূচির আয়োজন করা
- সংগঠন, সামাজিক সংস্থাদের মধ্যে যারা এ বিষয় নিয়ে কাজ করে তাদের মধ্যে শক্তিশালী নেটওয়ার্ক স্থাপন করা

মনোসামাজিক কাউন্সেলিং সেবা

জাতীয় ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টার (এসটিসিসি) নারী ও শিশুদের প্রতি সহিংসতার জন্য সম্পূর্ণরূপে বিনা মূল্যে মানসিক কাউন্সেলিং সহায়তা প্রদান করে। এনটিসিসি বিভিন্ন ধরণের কাউন্সেলিং সহায়তার সুযোগ দেয়:

- আন্তঃব্যক্তিক কাউন্সেলিং
- ব্যক্তিগত টেলি-কাউন্সেলিং
- দম্পতি কাউন্সেলিং
- পারিবারিক কাউন্সেলিং
- দলীয় কাউন্সেলিং
- অনলাইন কাউন্সেলিং

স্লাইড ২৭ উপস্থাপন করুন এবং নিম্নলিখিত বিষয়গুলোর উপর জোর দিন:

- "কোন ক্ষতি নয়" নীতি অনুযায়ী একজন সহিংসতার মুখোমুখি ব্যক্তিকে যত কম সংখ্যক ঠিকানা দেওয়া যায় সেবা পেতে তার জন্য তত সুবিধা। সেবা যেখানে সবচেয়ে বেশি পাওয়া যাবে ক্লায়েন্টকে সরাসরি সেই ঠিকানা দিন।
- বাড়ির বাইরের পরিবেশে গ্রহীতার জন্য গোপনীয়তা বজায় রেখে সঠিক সেবা পাওয়া গুরুত্বপূর্ণ। এমন দূরত্ব নির্ধারণ করার জন্য গ্রহীতাকে নিজে সিদ্ধান্ত নিতে দিন।

সেবাকন্দ্রে ভিতরে রেফারেল বনাম অন্যান্য সেবাকেন্দ্রে রেফারেল সুবিধা

সেবাকেন্দ্রের ভিতরে রেফারাল সুবিধা

- সেবাকেন্দ্রে একটি জরুরি বিভাগ, জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিশেষজ্ঞ, এবং অন্যান্য প্রয়োজনীয় সেবা থাকে
- গ্রহীতা আইনি রেফারেল পায় না, শুধুমাত্র চিকিৎসা সহায়তা পায়।

অন্য সেবা কেন্দ্রে রেফারাল সুবিধা

- সম্পূর্ণ কেস ম্যানেজমেন্ট এবং একটি ওসিসি সেলের সুবিধা থাকে
- পরিবার পরিকল্পনা সেবাকেন্দ্রে নিম্নলিখিত সুবিধা নেই:
    - জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার বিষয়ে বিশেষজ্ঞ
    - চিকিৎসার জন্য প্রয়োজনীয় সরঞ্জামাদী
    - গ্রহীতার গোপনীয়তা রক্ষা করার মত ব্যবস্থা।

অনুশীলন ৩: উপস্থাপনা, রোল প্লে, ও আলোচনা

রেফারাল-এর জাল (৩৫ মিনিট)

প্রশিক্ষক নোট

আপনাকে আটটি (৮) কিউ কার্ড তৈরি করে এই কাজের জন্য আগাম প্রস্তুতি নিতে হবে। এই প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির পৃষ্ঠা-..-এ কিউ কার্ড নির্দেশাবলী দেখুন।

ধাপ ১

স্লাইড ২৮ উপস্থাপন করুন এবং এই কাজের উদ্দেশ্য বলুন:

- সমন্বয়হীনতার কারনে বা অনেক বেশি বিশেষজ্ঞ থাকলে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি হয়েছেন এমন গ্রহীতার জন্য রেফারেল সিস্টেম যে কখনো কখনো সমস্যার সৃষ্টি করে বা সমানুভূতি অর্জন করা যায় না তা বোঝার চেষ্টা করা।

ধাপ ২

প্রশিক্ষণার্থীদের সাথে নির্দেশনা পর্যালোচনা করুন:

- এই রোল প্লে'তে আমরা "রোজ" কে অনুসরণ করব, কারণ সে স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা সহিংসতার জন্য সাহায্য চাইবে।
- এতে ৯ জন স্বেচ্ছায় অংশ নেবেন এমন ভলান্টিয়ার দরকার হবে। একজন ভলান্টিয়ার রোজ-এর ভূমিকায় অভিনয় করবেন, এবং বাকী ৮ জন ব্যক্তি অভিনয় করবেন যাদের কাছে তিনি পরামর্শ চাইতে বা সাহায্য চাইতে যাবেন।
- রোজ প্রত্যেক ব্যক্তিকে তার সাথে বহন করা সুতাটি ধরতে বলবে।
- তিনি যাদের সাথে দেখা করেন তাদেরকে একটি কিউ কার্ড দেওয়া হবে যা তাদের প্রতিউত্তর এবং রোজ কোথায় যায় তা বোঝা যাবে ।

ধাপ ৩

- একজন ভলান্টিয়ারকে বলুন রোজ-এর ভলান্টিয়ার অভিনয় করার জন্য।
- রেফারেল ওয়েবের একজন সদস্য হিসাবে অভিনয় করতে ৮ জন অতিরিক্ত ভলান্টিয়ারকে জন্য বলুন।
- অন্যান্য সব প্রশিক্ষণার্থী সক্রিয় পর্যবেক্ষক হিসাবে কাজ করবে এবং এই কাজের আলোচনার সময় তাদের মতামত দিতে বলা হবে।

ধাপ ৪

- ভলান্টিয়ারদের কিউ কার্ড এবং তারা কী ভূমিকায় অভিনয় করবে সেই চিহ্ন বিতরণ করুন।
- "রোজ" এর ভূমিকায় অভিনয় করা ভলান্টিয়ারকে একটি সূতা বা ফিতার রোল দিন। তাকে সূতার এক প্রান্ত দৃঢ়ভাবে ধরে রাখতে বলুন এবং তাদের কাছে যাওয়া প্রত্যেক ব্যক্তির কাছে বলটি পাস করুন।
- অন্য ৮ জন ভলান্টিয়ারকে বলুন যে রোজ তার পরবর্তী ব্যক্তির কাছে যাওয়ার জন্য রোজের কাছে বল ফিরিয়ে দেবেন এবং সূতার ঐ যায়গায় দৃঢ়ভাবে ধরে রাখতে হবে।
- অনুশীলনের শেষে সূতাটি রোজের সাক্ষাত করা অনেক লোকের মধ্যে একটি দৃশ্যমান **ওয়েব** তৈরি করবে।

ধাপ ৫

এই রোল প্লে'র পরে একটি আলোচনা শুরু করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের অংশ নিতে নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলো ব্যবহার করুন:

- রোজকে জিজ্ঞাসা করুন তার অভিজ্ঞতা কেমন ছিল।

- পর্যবেক্ষকরা যে বিষয়ে লক্ষ্য করেছেন তা শেয়ার করতে বলুন:
    - রেফারেল ওয়েবের বিস্তারের সাথে সাথে রোজের শারীরিক ভাষা
    - রেফারেল ওয়েবের বিস্তারের সাথে সাথে রোজ যেভাবে কথা বলেছে বা তথ্য বিনিময় করেছে
    - তারা লক্ষ্য করেছে কিনা রেফারেল চেইনের কোনো পয়েন্টে রোজ একটি যাত্রাপথ এবং/অথবা তার গল্পের পুনরাবৃত্তি করা থেকে বাঁচতে পারতো।
- ৮ জন ভলান্টিয়ারকে বলুন (যাদের সাথে রোজের দেখা হয়েছে) তাদের মতামত শেয়ার করতে
- পুরো দলকে জিজ্ঞাসা করুন যে এটি কীভাবে অন্যভাবে হতে পারতো। যদি রোজের একজন পরিবার পরিকল্পনা সেবা দানকারীর সাথে দেখা হত যিনি অন্তরঙ্গ সঙ্গীর সহিংসতার লক্ষণগুলোর ব্যাপারে প্রশিক্ষিত এবং যিনি তাকে যথাযথভাবে রেফার করেন।

প্রশিক্ষক নোট

যদি প্রশিক্ষণার্থীরা আলোচনার সময় নিম্নলিখিত বিষয়গুলো না উল্লেখ করেন, তাহলে বিবেচনার জন্য এই বিষয়গুলো বলতে পারেন:

✓ সহিংসতার অভিজ্ঞতা প্রকাশের পর কারো ব্যক্তিগত প্রতিক্রিয়া সংবেদনশীল ও সহানুভূতিশীল হতে পারে। তবুও একজন সেবা প্রদানকারী হিসাবে আপনি এমন একজনের মুখোমুখি হতে পারেন যাকে ইতিমধ্যেই তার গল্প অনেকবার বলতে হয়েছে এবং/অথবা এমন কারো সাথে তার একাধিকবার দেখা হয়েছে, তবুও তিনি যথাযথভাবে সাড়া দেননি।

✓ রেফারেল পদ্ধতিগুলো প্রায়ই জটিল হয়ে থাকে এবং একজন গ্রহীতার পক্ষে অনুসরণ করা কঠিন।

অনুশীলন ৪: উপস্থাপনা ও দক্ষতা অনুশীলন

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার রেফারেল স্লিপ (৫ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ২৯ উপস্থাপন করুন এবং নিম্নলিখিত বিষয়গুলো বিনিময় করুন:

যদিও সর্বোচ্চ গোপনীয়তা অবশ্যই বজায় রাখতে হবে, আমরা রেফারেল নিশ্চিত করতে চাই এবং যতটা সম্ভব যত্ন সহকারে করতে চাই। প্রতিটি গ্রহীতার রেফারেলকে যাতে সহজে শনাক্ত করা না যায় সে জন্য আপনাকে একটি সংখ্যাসূচক কোডিং সিস্টেম ব্যবহার করতে হবে। এটি রেফারেল স্লিপে তথ্য না দেখেই ট্র্যাকিং করা সম্ভব। গ্রহীতার তথ্যের রেকর্ডগুলোকে আলাদাভাবে একটি তালা দেওয়া স্থানে সংরক্ষণ করা উচিত। আমরা পরবর্তী অধিবেশনে ডকুমেন্টেশন নিয়ে আলোচনা করার সময় রেকর্ড সংরক্ষণ নিয়ে আরও আলোচনা করব।

চলুন অনুশীলন করি। লাভলির কেস স্টাডি ব্যবহার করে আপনার অংশগ্রহণকারী ম্যানুয়াল-এর পৃষ্ঠা ৭০-এ দেওয়া নমুনা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার রেফারেল স্লিপটি সম্পূর্ণ করুন।

স্লাইড ৩০ উপস্থাপন করুন এবং বলুন:

আপনার সহজ তথ্যসূত্রের জন্য আপনি এই স্লাইডে লাভলীর গল্পটি আবার দেখতে পারেন।

মডিউল ৩ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট

উপকরণ ৪: পরিবার পরিকল্পনা সেবার কাউন্সেলিং উপকরণ হিসেবে GATHER[৩৬]

- **G – Greet-** গ্রহীতাকে আন্তরিকভাবে স্বাগত জানান।
- **A – Ask-** তাদের পরিবার পরিকল্পনার চাহিদা, এবং আর কোনো সমস্যা অথবা নিরাপত্তার অভাব আছে কিনা জিজ্ঞাসা করা।
- **T – Tell-** তাদের বিভিন্ন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে বলা। কোন পদ্ধতিতে কী ধরণের সমস্যা হতে পারে এবং স্বামী/পরিবারের কতটুকু অংশগ্রহণ দরকার সে সম্পর্কে বলা।
- **H – Help-** বিভিন্ন পদ্ধতি সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করা।
- **E – Explain-** পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার সম্পর্কে বুঝিয়ে বলা।
- **R – Return-** আবার কবে আসতে হবে সে সময় নির্ধারণ করা। গ্রহীতাকে পরবর্তীতে যোগাযোগের জন্য তাদের পছন্দের পদ্ধতি কী তা জিজ্ঞাসা করুন এবং ফোনে মেসেজ পাঠাতে বা ফোন কল করার জন্য সম্মতি নিন। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবা এবং রেফারেল সুবিধা সম্পর্কে তথ্য জানান।

[36] Pathfinder International, Comprehensive Reproductive Health and Family Planning Training Curriculum, Module 3: Counseling for Family Planning Services (Watertown, MA: 1998).

রোল প্লে ১: সঙ্গীর আইইউডি নিয়ে উদ্বেগ

GATHER কাউন্সেলিং-এ দক্ষতা অনুশীলন

সেবা প্রদানকারীর জন্য তথ্য

একজন নারী আইইউডি অপসারণ করতে চান। তার হেল্থ কার্ড অনুযায়ী তার বয়স ২৫ বছর এবং তার দুটি সন্তান আছে। তিনি মৃদুভাষী এবং আপনার সাথে কথা বলার সময় তার বাম হাতের কব্জি বেঁধে রেখেছেন।

সেবা গ্রহীতার জন্য তথ্য

আপনি ২৫ বছর বয়সি নারী, বিবাহিত এবং দুই সন্তানের গর্বিত মা। আপনি ও আপনার স্বামী একটি পারিবারিক স্বাস্থ্য কেন্দ্র থেকে কাউন্সেলিং পেয়েছেন কারণ শেষ গর্ভাবস্থার পরে আপনার অবস্থা খুব জটিল ছিল। আপনারা সিদ্ধান্ত নিয়েছেন আরেকটি সন্তান হওয়ার আগে কিছু সময় অপেক্ষা করার। আপনি খুব স্বস্তি পেয়েছিলেন যখন আপনার স্বামী তৃতীয় সন্তান আসাকে বিলম্বিত করতে সম্মত হন। কারণ, তিনি খুব কঠোর হতে পারেন এবং গ্রামে তার অনেক সুনাম রয়েছে।

যাইহোক, আইইউডি পাওয়ার পর যৌন মিলনের সময় আপনার স্বামী অভিযোগ করেন যে তিনি আইইউডি'র জন্য অস্বস্তি বোধ করেন এবং তেমন আনন্দ পান না। তিনি রেগে যান ও ক্ষুব্ধ হয়ে উঠেন। তিনি চিৎকার করে বলেন যে আপনাকে অবশ্যই একটি ভিন্ন উপায় খুঁজে বের করতে হবে অথবা আল্লাহর ইচ্ছা থাকলে এখনই আরেকটি সন্তান হবে। এরপর তিনি আপনার কব্জিতে আঘাত করেন। আপনি এই হাতটিকে বেঁধে রেখেছেন, কারণ এটি খুব ব্যাথা করছে।

পর্যবেক্ষকগণ যে বিষয়ে প্রতিবার্তা দিতে পারেন:

- সেবা প্রদানকারী কি সঠিক পদক্ষেপ অনুসরণ করেছেন এবং সক্রিয় শ্রবণ ব্যবহার করেছেন?
- সেবা প্রদানকারী কি আলোচনা ও পদ্ধতি নির্বাচনের জন্য গ্রহীতার নির্দেশাবলী অনুসরণ করেছেন?
- সেবা প্রদানকারী কি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক প্রশ্নের উত্তর দিতে পেরেছেন?

সেবা গ্রহীতা যে বিষয়ে প্রতিবার্তা দিতে পারেন:

- আপনি কি মনে করেন আপনার কথা সেবা প্রদানকারী শুনেছেন? কেন অথবা কেন নয়?
- সেবা প্রদানকারী কি করেছে যা সহায়ক ছিল?
- সেবা প্রদানকারী আপনাকে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করার জন্য আর কী করতে পারতেন?

রোল প্লে ২: শিশু, বাল্য ও জোরপূর্বক বিবাহ এবং গর্ভাবস্থার উপযুক্ত সময় ও ব্যবধান

GATHER কাউন্সেলিং-এ দক্ষতা অনুশীলন

সেবা প্রদানকারীর জন্য তথ্য

স্বাস্থ্যকেন্দ্রে মাত্র একজন নারী তার প্রথম সন্তান প্রসব করেছেন। তার ক্লায়েন্ট কার্ড অনুযায়ী তার বয়স ১৬। আপনি তাকে প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং প্রদান করছেন। তিনি খুব নিশ্চিত যে তিনি এই সময়ে আর কোন সন্তান চান না। কিন্তু তিনি কোন পদ্ধতি নিতে পারছেন না কারণ তার স্বামী এতে রেগে যাবেন।

সেবা গ্রহীতার জন্য তথ্য

আপনি স্বাস্থ্যকেন্দ্রে কয়েকদিন থাকতে পেরে এবং একটি সুস্থ ছেলের জন্ম দিয়ে খুব খুশি। আপনার বয়স যখন ১৫ বছর তখন আপনার একজন চাচাতো ভাই আপনাকে পিতামাতার বাড়ি থেকে অপহরণ করেছিল এবং আপনাকে জোর করে বিয়ে করেছিল। আপনার স্বামী খুব নিষ্ঠুর এবং হুমকি দিয়েছেন যদি পুত্র সন্তান না হয় তবে আপনাকে আপনার পরিবারের সাথে যোগাযোগ করা বন্ধ করে দেবেন। অন্তত স্বাস্থ্য কেন্দ্রে থাকাকালীন আপনি কিছুটা শান্তি পাচ্ছেন এবং আপনার নতুন শিশুকে আদর সোহাগ করছেন।

পর্যবেক্ষকগণ যে বিষয়ে প্রতিবার্তা দিতে পারেন:

- সেবা প্রদানকারী কি সঠিক পদক্ষেপ অনুসরণ করেছেন এবং সক্রিয় শ্রবণ ব্যবহার করেছেন?
- সেবা প্রদানকারী কি আলোচনা ও পদ্ধতি নির্বাচনের জন্য গ্রহীতার নির্দেশাবলী অনুসরণ করেছেন?
- সেবা প্রদানকারী কি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক প্রশ্নের উত্তর দিতে পেরেছেন?

সেবা গ্রহীতা যে বিষয়ে প্রতিবার্তা দিতে পারেন:

- আপনি কি মনে করেন আপনার কথা সেবা প্রদানকারী শুনেছেন? কেন অথবা কেন নয়?
- সেবা প্রদানকারী কি করেছে যা সহায়ক ছিল?
- সেবা প্রদানকারী আপনাকে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করার জন্য আর কী করতে পারতেন?

রোল প্লে ৩: দম্পতির পছন্দনীয় স্থায়ী পদ্ধতি

GATHER কাউন্সেলিং-এ দক্ষতা অনুশীলন

সেবা প্রদানকারীর জন্য তথ্য

একজন মধ্যবয়সি দম্পতি তাদের পারিবারিক স্বাস্থ্য কেন্দ্র থেকে রেফারেল নিয়ে আপনার কাছে আসে। তারা তাদের চার সন্তানের পরিবার নিয়ে খুশি এবং আর কোনো সন্তান চান না এবং এ বিষয়ে বিকল্প কী ব্যবস্থা রয়েছে তা শুনতে আগ্রহী। যাইহোক, তারা স্বাস্থ্য কেন্দ্র থেকে কিছুটা দূরে থাকেন এবং আশা করছেন যে আপনি তাদের এমনভাবে সাহায্য করবেন যাতে তাদের ফিরে আসার প্রয়োজন না হয়।

সেবা গ্রহীতার জন্য তথ্য

৩২ বছর বয়সি চার সন্তানের মা হিসাবে আপনি আপনার স্বামীর সাথে এসেছেন যাতে আপনাকে আর সন্তান নিতে না হয়। আপনার স্বামী চান না যে আপনি বাচ্চাদের এবং বাড়ি থেকে দূরে সময় ক্ষেপণ করেন। তবে আপনি স্থায়ী পদ্ধতির কথা শুনেছেন এবং এই বিকল্প পদ্ধতিটি সত্যিই আপনার পছন্দ হয়েছে। একবার এটি নিলে আপনাকে আর গর্ভনিরোধের কথা ভাবতে হবে না। আপনার বোন কয়েক বছর আগে একটি ভ্রাম্যমাণ ক্লিনিক থেকে টিউবাল লাইগেশন (বিটিএল) পেয়েছেন এবং গর্ভবতী হওয়ার বিষয়ে তিনি চিন্তামুক্ত এ নিয়ে সবসময় কথা বলেন।

পর্যবেক্ষকগণ যে বিষয়ে প্রতিবার্তা দিতে পারেন:

- সেবা প্রদানকারী কি সঠিক পদক্ষেপ অনুসরণ করেছেন এবং সক্রিয় শ্রবণ ব্যবহার করেছেন?
- সেবা প্রদানকারী কি আলোচনা ও পদ্ধতি নির্বাচনের জন্য গ্রহীতার নির্দেশাবলী অনুসরণ করেছেন?
- সেবা প্রদানকারী কি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক প্রশ্নের উত্তর দিতে পেরেছেন?

সেবা গ্রহীতা যে বিষয়ে প্রতিবার্তা দিতে পারেন:

- আপনি কি মনে করেন আপনার কথা সেবা প্রদানকারী শুনেছেন? কেন অথবা কেন নয়?
- সেবা প্রদানকারী কি করেছে যা সহায়ক ছিল?
- সেবা প্রদানকারী আপনাকে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করার জন্য আর কী করতে পারতেন?

উপকরণ ৫: LIV(ES) মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা

নারীদের প্রতি সহিংসতায় তাৎক্ষনিক সহায়তা এবং প্রতিরোধমূলক স্বাস্থ্যসেবা ব্যবস্থায় সেবা প্রদান নিশ্চিত করার জন্য বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা LIVES পকেট কার্ড[৩৭] তৈরি করেছে।

- **L – Listen. শুনুন** - পক্ষপাতিত্ব ছাড়া সহানুভূতি সহকারে শুনুন
- **I – Inquire. জিজ্ঞাসা করুন**- গ্রহীতার চাহিদা ও উদ্বেগ মূল্যায়ন করুন এবং সে অনুযায়ী ব্যবস্থা নিন - সেটা হতে পারে মানসিকভাবে, সামাজিকভাবে এবং হাতে কলমে
- **V – Validate. যাচাই করুন** - আপনি সেবাগ্রহীতাকে দেখান যে তার কথা/বিষয় বুঝেছেন এবং বিশ্বাস করেন
- **E - Enhance safety. নিরাপত্তা নিশ্চিত করুন** - সেবা গ্রহীতাকে/ সেবা প্রদানকারীকে ক্ষতি থেকে কীভাবে রক্ষা করা যায় তা আলোচনা করুন
- **S - Support. সহায়তা/সাহায্য** - সামাজিক সহায়তাসহ সেবাগ্রহীতাকে উপযুক্ত তথ্য ও সেবা প্রদান করতে সহায়তা করুন।

[37] WHO. *Caring for women subjected to violence: a WHO curriculum for training health-care providers, revised edition* (Geneva: 2021).

রোল প্লে ৪: অন্তরঙ্গ সঙ্গী কর্তৃক সহিংসতা

LIV(ES) দক্ষতা অনুশীলন

সেবা প্রদানকারীর জন্য তথ্য

একজন নারী আইইউডি অপসারণ করতে চান। তার হেল্‌থ কার্ড অনুযায়ী তার দুটি জীবিত সন্তান আছে এবং তার বয়স ২৫ বছর। তিনি কথা কম বলেন এবং কথা বলার সময় তার বাম হাতের কব্জি ঢেকে রাখেন।

সেবা গ্রহীতার জন্য তথ্য

আপনি ২৫ বছর বয়সি নারী, বিবাহিত এবং দুই সন্তানের গর্বিত মা। আপনি ও আপনার স্বামী একটি পারিবারিক স্বাস্থ্য কেন্দ্র থেকে কাউন্সেলিং পেয়েছেন। বিশেষ কারণ থাকায় আপনারা সিদ্ধান্ত নিয়েছেন যে আরেকটি সন্তান হওয়ার আগে কিছু সময় অপেক্ষা করবেন। আপনি খুব স্বস্তি পেয়েছিলেন যখন আপনার স্বামী তৃতীয় সন্তান আসাকে বিলম্বিত করতে রাজী। কারণ, তিনি খুব কঠোর হতে পারেন এবং গ্রামে তার অনেক সুনাম রয়েছে।

যাইহোক, আইইউডি পাবার পর যৌন মিলনের সময় আপনার স্বামী অভিযোগ করেন যে তিনি আইইউডি'র জন্য অস্বস্তি বোধ করেন এবং তেমন আনন্দ পান না। তিনি রেগে যান ও ক্ষুব্ধ হয়ে উঠেন। তিনি চিৎকার করে বলেন যে আপনাকে অবশ্যই একটি ভিন্ন উপায় খুঁজে বের করতে হবে অথবা আল্লার ইচ্ছা থাকলে এখনই আরেকটি সন্তান হবে। আপনি উদ্বিগ্ন যে তিনি আপনার কব্জিতে আঘাত করেছেন কারণ এটি খুব ব্যাথা করছে। আপনি এই হাতটিকে আপাতত গৃহস্থালীর কাজের জন্য স্বাভাবিকভাবে ব্যবহার করতে পারবেন না। তবে আপনার স্বামী আপনাকে দুর্বল হতে বারণ করেছেন। অবশেষে, আপনি আইইউডি খোলার জন্য স্বাস্থ্য কেন্দ্রে যাওয়ার অনুমতি চান এবং তিনি সম্মত হন।

আপনি আইইউডি খুলতে চান যাতে আপনার স্বামী রাগান্বিত না হন। কিন্তু আপনি সত্যিই আশাবাদী যে ডাক্তার আপনার হাতে বসানো যন্ত্রটির মাধ্যমে আপনাকে সাহায্য করতে পারে।

প্রতিফলন প্রশ্ন:

- "পরামর্শ" বা সমাধান না দিয়ে শুধু সেবাগ্রহীতার কথা শুনতে কেমন লাগছিল?
- সেবা প্রদানকারী কী করেছে যা সহায়ক ছিল?
- তারা ভিন্নভাবে কী করতে পারতো?

রোল প্লে ৫: শিশু, বাল্য ও জোরপূর্বক বিবাহ

LIV(ES) দক্ষতা অনুশীলন

সেবা প্রদানকারীর জন্য তথ্য

স্বাস্থ্যকেন্দ্রে মাত্র একজন নারী তার প্রথম সন্তান প্রসব করেছেন। তার ক্লায়েন্ট কার্ড অনুযায়ী তার বয়স ১৬। আপনি তাকে প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং প্রদান করছেন। তিনি খুব নিশ্চিত যে তিনি এই সময়ে আর কোন সন্তান চান না। কিন্তু তিনি কোন পদ্ধতি নিতে পারছেন না কারণ তার স্বামী এতে রেগে যাবেন।

সেবা গ্রহীতার জন্য তথ্য

আপনি স্বাস্থ্যকেন্দ্রে কয়েকদিন থাকতে পেরে এবং একটি সুস্থ ছেলের জন্ম দিয়ে খুব খুশি। আপনার বয়স যখন ১৫ বছর তখন আপনার একজন চাচাতো ভাই আপনাকে পিতামাতার বাড়ি থেকে অপহরণ করেছিল এবং আপনাকে জোর করে বিয়ে করেছিল। আপনার স্বামী খুব নিষ্ঠুর এবং হুমকি দিয়েছেন যদি পুত্র সন্তান না হয় তবে আপনাকে আপনার পরিবারের সাথে যোগাযোগ করা বন্ধ করে দেবেন। অন্তত স্বাস্থ্য কেন্দ্রে থাকাকালীন আপনি কিছুটা শান্তি পাচ্ছেন এবং আপনার নতুন শিশুকে আদর সোহাগ করছেন। আপনি বাড়ি ফিরে যাওয়া নিয়ে খুব চিন্তিত। আপনার কাজে সন্তুষ্ট না হলে আপনার স্বামী আপনাকে মারধর করেন এবং আপনি ইতিমধ্যেই আপনার নতুন ছেলের যত্ন নিতে গিয়ে খুব ক্লান্ত বোধ করেন।

প্রতিফলন প্রশ্ন:

- "পরামর্শ" বা সমাধান না দিয়ে শুধু সেবাগ্রহীতার কথা শুনতে কেমন লাগছিল?
- সেবা প্রদানকারী কী করেছে যা সহায়ক ছিল?
- তারা ভিন্নভাবে কী করতে পারতো?

রোল প্লে ৬: যৌন সহিংসতা

LIV(ES) দক্ষতা অনুশীলন

সেবা প্রদানকারীর জন্য তথ্য

একজন নারী ক্লিনিকে এসে গর্ভপাত বিষয়ে কিছু জানতে চান। আপনি যখন তার নাম এবং তার কাছে কোনো আইডি কার্ড আছে কিনা জিজ্ঞাসা করেন তখন তিনি দ্বিধা বোধ করেন। তিনি বলেন যে এক সপ্তাহের মধ্যে তার মাসিক শুরু হওয়ার কথা। তিনি শুনেছেন ক্লিনিকে আসলে তার মাসিক নিয়মিত হবে কারণ আপাতত তিনি কোনো সন্তান চান না।

সেবা গ্রহীতার জন্য তথ্য

আপনার স্বামী ছয় সপ্তাহ আগে কাজ খুঁজতে বাইরে গেছেন। গতরাতে একজন প্রতিবেশী এসে জিজ্ঞেস করে তুমি কেমন আছো। কিন্তু সে ঘরে ঢুকে জোর করে সহবাস করতে বাধ্য করে। আপনি খুব ভয় পাচ্ছেন যে আপনি গর্ভবতী হবেন, এবং আপনার স্বামী জেনে যাবেন যে এটি তার সন্তান নয়।

প্রতিফলন প্রশ্ন:

- "পরামর্শ" বা সমাধান না দিয়ে শুধু সেবাগ্রহীতার কথা শুনতে কেমন লাগছিল?
- সেবা প্রদানকারী কী করেছে যা সহায়ক ছিল?
- তারা ভিন্নভাবে কী করতে পারতো?

কেস স্টাডি ৯: লাভলি

লাভলি বেগমের (ছদ্মনাম) বয়স মাত্র ১৮ বছর। তার বাবা-মা তাকে কাছের এক পরিচিতের সাথে বিয়ে দেওয়ার ব্যবস্থা করেছিলেন। কিন্তু তার এক লোভী চাচাতো ভাই তাকে অপহরণ করে এবং জোরপূর্বক তাকে বিয়ে করে। তিনি তার বাবা-মায়ের বাড়িতে পালিয়ে আসার চেষ্টা করেন। তার পর চাচাতো ভাই তাকে পরিবারের সকলের থেকে আলাদা করে রাখে। কিন্তু তার বাবা-মা বলেন যে, যেহেতু তার বিয়ে হয়ে গেছে তাকে আর কেউ মেনে নেবে না এবং তাকে তার স্বামীর কাছে ফিরে যেতে হবে।

লাভলি তার স্বামীর বাড়িতে ফিরে আসে। তার স্বামী তাকে ঘরে আটকে রাখে এবং তাকে আর তার বাবা-মায়ের সাথে দেখা করতে দেয় না। সে রেগে যায় কারণ সে তার বাবা-মায়ের কাছে থাকার চেষ্টা করেছিল। সে লাভলির সাথে চিৎকার করে এবং তাকে ঘন ঘন মারধর করে। সে লাভলির বিরুদ্ধে ইচ্ছে করে গর্ভবতী না হওয়ার অভিযোগ তোলে।

অবশেষে, স্ত্রী হিসাবে ছয় মাস কাটানোর পর লাভলি আবিষ্কার করেন যে তিনি গর্ভবতী। তার গর্ভের সন্তানকে রক্ষার জন্য সাহায্য পেতে তিনি স্বাস্থ্য কেন্দ্রে যান। তিনি তার গর্ভে থাকা তার সন্তানকে রক্ষা করার জন্য খুব চিন্তিত। তিনি উদ্বিগ্ন এজন্য যে তিনি বাড়িতে যে মারধরের মুখোমুখি হচ্ছেন তা তার সন্তানের ক্ষতি করবে।

দলীয় আলোচনার জন্য

- বাস্তব পরিস্থিতিতে পরামর্শের জন্য আপনি কোন পদক্ষেপগুলো অনুসরণ করবেন?
- আপনি কীভাবে তাকে সহায়তা করবেন যাতে সে তার গর্ভবস্থা টিকিয়ে রাখতে পারেন?
- আপনি তাকে রেফার করার জন্য কোন পন্থা অবলম্বন করবেন এবং তাকে কোথায় রেফার করবেন?

রোল প্লে ৭: রেফারেল জাল

কিউ কার্ডের বিষয়বস্তু

প্রশিক্ষক নোট

অনুশীলনটি শুরুর আগেই কিউ কার্ড প্রস্তুত করুন। আপনি হয় একটি টুকরো কাগজে প্রিন্ট করে ভাঁজ করে রাখতে পারেন অথবা একটি নোট কার্ডের দুই দিক ব্যবহার করতে পারেন। গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হল প্রত্যেকেই যেন কিউ কার্ডের একপাশে লেখা নাম/ভূমিকাটি সহজেই দেখতে পারে। তবে শুধুমাত্র এই ভূমিকা অভিনয়কারী ব্যক্তি (যিনি কিউ কার্ড ধরে আছেন) কার্ডের বিপরীত দিকের অভিনয় প্রম্পট (কথোপকথন) দেখতে পাবেন।

কিউ কার্ড ১

সামনের দিক *(সবার কাছে দৃশ্যমান)*: সেবা গ্রহীতা - রোজ

পেছনের দিক *(শুধু রোজের কাছে দৃশ্যমান)*: আপনি রোজ, একজন ২৪ বছর বয়সি নারী যিনি গত ছয় মাস ধরে আপনার প্রেমিকের কাছ থেকে শারীরিক ও যৌন নির্যাতনের মুখোমুখি হচ্ছেন। আপনি কি করবেন তা জানেন না এবং আপনি আপনার জীবন নিয়ে ভীতিকর অবস্থায় আছেন। আপনি আপনার প্রেমিককে ছেড়ে যেতে সাহায্য চান যাতে এটি শেষ হয়ে গেলে সে আপনার কোন ক্ষতি না করে। আপনি সমর্থন ও পরামর্শের জন্য আপনার বোনের কাছে যান।

কিউ কার্ড ২

সামনের দিক: বোন

পেছনের দিক: রোজের কথা শুনুন, তার সাথে কথা বলুন এবং তাকে কিছু কাজ করতে উৎসাহিত করুন। তারপর তাকে আরও ভাল দিকনির্দেশনার জন্য একজন গ্রামের/ধর্মীয় নেতার কাছে পাঠান।

কিউ কার্ড ৩

সামনের দিক: ধর্মীয় নেতা

পেছনের দিক: রোজের কথা শুনুন, তার সাথে কথা বলুন এবং বলুন যে এটি সত্যিই একটি নারীদের সমস্যা। তারপর তাকে সহায়তার জন্য স্থানীয় মহিলা দলের সদস্যের নাম ও ফোন নম্বর দিন।

কিউ কার্ড ৪

সামনের দিক: নারীর প্রতি সহিংসতা প্রতিরোধী এনজিও'র স্বেচ্ছাসেবী

পেছনের দিক: রোজের কথা শুনুন, তার সাথে কথা বলুন এবং তারপর তাকে তাৎক্ষনিক সহায়তার জন্য একটি স্বাস্থ্য ক্লিনিকে পাঠান।

কিউ কার্ড ৫

সামনের দিক: ক্লিনিকের ডাক্তার #১

পেছনের দিক: রোজের কথা শুনুন, তার সাথে কথা বলুন এবং তারপরে তাকে কর্তৃপক্ষ বরাবর একটি অভিযোগ দায়ের করতে পুলিশে পাঠান। আপনি চান অল্পবয়সী নারীরা বুঝতে পারুক যে বিবাহ বহির্ভূত অন্তরঙ্গ সম্পর্কে জড়ানো উচিত না।

কিউ কার্ড ৬

সামনের দিক: থানার কর্মকর্তা #১

পেছনের দিক: রোজের কথা শুনুন, তার সাথে কথা বলুন এবং তারপর তাকে ওয়ান-স্টপ ক্রাইসিস সেন্টারে পাঠান। বলুন যে কোনও অভিযোগ দায়ের করা যাবে না কারণ তিনি ফরেনসিক রিপোর্ট আনেননি এবং তাই কোনও মেডিকেল প্রমাণ নেই।

কিউ কার্ড ৭

সামনের দিক: ক্লিনিকের নার্স #১

পেছনের দিক: যে ডাক্তার রোজকে আগে দেখেছিল তিনি আজ অনুপস্থিত। রোজের কথা শুনুন, তার সাথে কথা বলুন, তার ইতিহাস নিন, একটি মেডিকেল পরীক্ষা করুন এবং তারপরে তাকে চিকিৎসার বিবরণ এবং একটি মেডিকেল পরীক্ষার রিপোর্টসহ পুলিশের কাছে পাঠান।

কিউ কার্ড ৮

সামনের দিক: থানার কর্মকর্তা #২

পেছনের দিক: রোজের কথা শুনুন, তার সাথে কথা বলুন এবং তারপর তাকে একজন আইনি সহায়তা প্রদানকারী আইনজীবির কাছে পাঠান।

কিউ কার্ড ৯

সামনের দিক: আইনী সহায়তা দানকারী আইনজীবি

পেছনের দিক: রোজকে তার গল্প বলতে বলুন, সমস্ত ডকুমেন্ট চান। যদি আইনি প্রক্রিয়া এগিয়ে যায় তাহলে আদালতে বলার মত অনুশীলন করতে তার গল্পটি আবার বলতে বলুন ।

উপকরণ ৬: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার রেফারেল স্লিপ

রেফারেল স্লিপ

গ্রহীতা নম্বর (রেকর্ড থেকে) :

সেবা গ্রহীতার নাম (নামের প্রথম অংশ/ঐচ্ছিক):

বয়স :

জেন্ডার:

তাৎক্ষণিক ব্যবস্থাপনা (প্রাথমিক চিকিৎসা):

রেফারেলের কারণ:

রেফারেলের স্থান :

তারিখ:

সূত্র: পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

মডিউল ৪: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কেস রেকর্ডিং, ডকুমেন্টেশন ও রেকর্ড তৈরি করার করার নিয়ম

মডিউলের মোট সময়: ৪৫ মিনিট

- অধিবেশন ৪-১: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার আইনগত দিক, গোপনীয়তা বজায় ও রিপোর্টিং

শিখন উদ্দেশ্য

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা:

- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কেস শনাক্তকরণের আইনগত দিক, রিপোর্টিং, প্রাথমিক ব্যবস্থাপনা ও রেফারেল সম্পর্কে জানতে পারবেন।

পদ্ধতি

- উপস্থাপনা
- কেস স্টাডি / দক্ষতা অনুশীলন
- আলোচনা

প্রয়োজনীয় উপকরণ

- ফ্লিপচার্ট ও মার্কার
- প্রশিক্ষক পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড ডেক ২
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর জন্য প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়াল

অগ্রিম প্রস্তুতি

- স্লাইড ও প্রশিক্ষণের বিষয়বস্তু পর্যালোচনা করুন
- কেস স্টাডি / দক্ষতা অনুশীলন ৮ পর্যালোচনা: আকলিমা

অধিবেশন ৪-১: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার আইনগত দিক, গোপনীয়তা বজায় ও রিপোর্টিং

৪৫ মিনিট

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা

শিখন উদ্দেশ্য, আইনগত দিক, গোপনীয়তা ও রিপোর্টিং (১০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৩১-৩২ উপস্থাপন করুন এবং অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা:

- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কেস শনাক্তকরণের আইনগত দিক, রিপোর্টিং, প্রাথমিক ব্যবস্থাপনা ও রেফারেল সম্পর্কে জানতে পারবেন।

ধাপ ২

স্লাইড ৩৩-৩৫ উপস্থাপন করুন।

সংজ্ঞা: বৈধতা (Legality)

একটি আইনের ধারা বা চুক্তিতে প্রেক্ষিতে বৈধতা বলতে বোঝায় যা দেশের আইনের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ অথবা একটি নির্দিষ্ট এখতিয়ারে বৈধ বা অবৈধ। আইনী সহায়তা বলতে আইনি তথ্য ও পরামর্শ থেকে শুরু করে আদালতে একজন আইনের পেশাজীবী বা প্রতিনিধি দ্বারা অনেক ধরণের আইনী সেবাকে বুঝায়।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর জন্য জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সাথে সম্পর্কিত আইনী দিকসমূহ

- সেবা প্রদানকারী জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সেবার তথ্য রিপোর্ট করতে বাধ্য নন। শুধুমাত্র সেবা গ্রহীতার অনুমতি সাপেক্ষে সেবাদানকারী আইনী সহায়তার জন্য তথ্য দিতে পারেন
- নির্যাতনে আলামত লিপিবদ্ধ হলে সেবা গ্রহীতা সেটি আইনী সহায়তার জন্য ব্যবহার করতে পারবেন
- রেফারাল কেন্দ্রগুলিতে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবাসমূহ থাকা আইনীভাবে বাধ্যতামূলক না হলেও এটি নৈতিকভাবে থাকা দরকার।

প্রশিক্ষণার্থীদেরকে নিম্নলিখিত বিষয়গুলোর উপর জোর দিন:

কীভাবে, কী ও কখন আপনার ডকুমেন্ট গুরুত্বপূর্ণ!

প্রশিক্ষক নোট

প্রশিক্ষণার্থীদের বলুন তারা এখন জানেন যে কীভাবে সহিংসতা বিষয়ক কেস গ্রহণ করতে হয় এবং প্রয়োজনবোধে অন্য সেবা কেন্দ্রে রেফারেল করতে হয়। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবা প্রদানের আরও একটি গুরুত্বপূর্ণ অংশ রয়েছে: ডকুমেন্টেশন ও রিপোর্টিং। আরও জানান যে এটি আইনী প্রতিবেদনের কথা বলা হচ্ছে না বরং সেবা কেন্দ্রে প্রদত্ত সেবা প্রদানের রিপোর্টিংকে বোঝাচ্ছে। কিন্তু জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবা প্রদানের বিষয়টি একটু আলাদা।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা পরিদর্শনে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবার সমন্বয়

- আলাদা ফর্ম ব্যবহার করা। সেবা গ্রহীতার গোপনীয়তা রক্ষা করবার জন্য সাধারণ রুগীর রেজিস্টার ব্যবহার না করা
- তথ্য লিপিবদ্ধকরণ সম্পূর্ণ হলে ডকুমেন্টেশেন ফরমটি তালাবদ্ধ জায়গায় রাখা
- মোট ৩টি জায়গায় তথ্য লিপিবদ্ধ করা: সেবা গ্রহীতার গোপনীয় ফর্ম, রেফারাল স্লিপ ও সেবাকেন্দ্রের রিপোর্ট

রিপোর্টে যা অন্তর্ভুক্ত থাকবে

- মৌলিক জনসংখ্যার তথ্য
- সম্মতির ঘোষণা
- ইতিহাস
- সহিংসতার তথ্য
- শারীরিক পরীক্ষার ফলাফল
- পরীক্ষা ও ফলাফল
- চিকিৎসা পরিকল্পনা, ওষুধ দেওয়া বা পরামর্শ দান
- রেফারেল প্রদান করা হয়েছে এমন তথ্য
- রেফারেল কেন্দ্রে ব্যবহারের জন্য সাংকেতিক কোড
- গ্রহীতার শেয়ার করা তথ্য
- সেবা প্রদানকারীর পর্যবেক্ষণ

অনুশীলন ২: উপস্থাপনা, দক্ষতা অনুশীলন ও আলোচনা

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক রেফারেল ও রিপোর্ট (৩৫ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৩৬ উপস্থাপন করুন। এটি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কেস রেকর্ড করার জন্য সেবা কেন্দ্রের একটি নমুনা রেজিস্টার বিষয়ক। প্রশিক্ষণার্থীদের নিম্নলিখিত বিষয়গুলো নোট করতে বলুন:

এক সপ্তাহ পর ফলো-আপের সময় রেফারেল সমাপ্তি হয়েছে কিনা তা 'হ্যাঁ' বা 'না' লিখে চিহ্নিত করা উচিত।

ধাপ ২

স্লাইড ৩৬ উপস্থাপন করুন। প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশিক্ষণার্থী **ম্যানুয়ালের ৭৫ পৃষ্ঠায় কেস স্টাডি ১০: আকলিমায়** (প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির ১২৯ পৃষ্ঠায়) যেতে বলুন।

ধাপ ৩

অংশগ্রহণকারীদের নিজে নিজে অথবা একজন অংশীদারের সাথে কাজ করতে বলুন। আকলিমার গল্প পড়তে পাঁচ মিনিট সময় দিন।

তারপর তাদের ম্যানুয়ালে নমুনা রেফারেল এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক রেকর্ড ফর্মগুলি ব্যবহার করে এবং আকলিমার গল্পের তথ্যের উপর ভিত্তি করে প্রয়োজনীয় ডকুমেন্টেশনগুলি পূরণ করুন। ফর্মগুলি পূরণ করতে প্রত্যেকে ১০ মিনিট সময় পাবে। তারপর মতামত দেওয়া ও আলোচনার জন্য আবার একসাথে যোগ দিন।

ধাপ ৪

আলোচনার সময় নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি জিজ্ঞাসা করুন:

- ফর্মটির সবচেয়ে কঠিন অংশগুলি কী ছিল, তা কি পূরণ করা হয়েছিল?
- আপনি কি মনে করেন যে আপনি যে কোনো দিন এটি করতে সক্ষম হবেন?
- ফর্মের একটি নির্দিষ্ট অংশ পূরণ করার ক্ষেত্রে আপনার কি কোনো প্রশ্ন আছে?

মডিউল ৪ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট

উপকরণ ৭: গ্রহীতার জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক তথ্যের নমুনা রেকর্ড ফর্ম

সেবা গ্রহীতার নাম:	বয়স:	লিঙ্গ:	কেস কোড:
জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ধরণ (সঠিক স্থানে বৃত্ত আকুন):			
শারীরিক নির্যাতন যৌন	যৌন নির্যাতন (সঙ্গী দ্বারা)	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি অকার্যকর করা	নিপীড়ন (অপরিচিত দ্বারা)
হামলার চেষ্টা (অপরিচিত দ্বারা)	বলপূর্বক সন্তান ধারণে বাধ্য করা বা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে বাধা প্রদান		
ফলো-আপের জন্য যোগাযোগ করতে সেবা গ্রহীতার সম্মতি: হ্যাঁ/না	ফোনে:	এসএমএসের মাধ্যমে:	অন্যান্য:
ভয়েস মেইল দেওয়া যাবে: হ্যাঁ/না			
আঘাতের কোনো দর্শনীয় চিহ্ন:			
প্রদত্ত রেফারেল (সঠিক স্থানে বৃত্ত আকুন):			
ধর্ষণের ক্লিনিক্যাল ব্যবস্থাপনা	অন্যান্য জরুরি চিকিৎসা	মনোসামাজিক সহায়তা/ কেস ব্যবস্থাপনা	আইনি সেবা
রেফারেলের স্থান :		রেফারেল প্রদানের তারিখ:	
রেফারেল সম্পন্ন হয়েছে: হ্যাঁ/না /জানা নেই		রেফারেল সম্পন্ন হওয়ার তারিখ :	
সেবা প্রদানকারীর স্বাক্ষর:			

উপকরণ ৮: সেবাকেন্দ্রের নমুনা রেজিস্টার

সূত্র: পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

পরিদর্শ নর তারিখ	ঘটনার তারিখ	গ্রহীতা নং	লিঙ্গ	গ্রহীতার বয়স		সহিংসতার ধরণ					ব্যবস্থাপনা				
						শারীরিক	পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি অকার্যকর করা	আচ বগপ্রবণ	ে যৌন (অন্তরঙ্গ সঙ্গী দ্বারা)	ে যৌন (অন্যান্য)	চিকিৎসা (প্রাথমিক সহায়তা)	LIV(ES)	প্রদত্ত ে রফারল	২ রফাট রল সম্পন্ন*	পুলিশ রিট পার্ট সম্পন্ন
২৩/৯/২০২২	১৯/৯/২২	৯২২-০৫	ম	২২			X		X			X	X		না

কেস স্টাডি ১০ : আকলিমা

রেফারেল ও রিপোর্টিং দক্ষতা অনুশীলন

আকলিমার বয়স ২৮, বিবাহিত ও তিন সন্তানের জননী। তিনি দুই মাস ধরে একটি কপার-টি আইইউডি ব্যবহার করছেন। আকলিমার স্বামী রহিম খুব কঠোর এবং যখন বাড়ির কাজ, বাচ্চাদের দুষ্টামি, আকলিমার বেশভূষা বা তার বন্ধুদের সামনে কথা বলার ধরণ পছন্দ না হয় তখন আকলিমাকে মারধর করে। সবশেষ গর্ভাবস্থায় আকলিমা খুব চিন্তিত ছিল যে মারধর তার সন্তানের ক্ষতি করবে এবং এর ফলে সে তাড়াতাড়ি প্রসব করে। শিশুটি খুব ছোট ছিল এবং তেমন সুস্থ ছিল না। আকলিমা তার সন্তানদের জন্য আরেকবার গর্ভধারণ এড়াতে চায় এবং তার স্বামীকে খুশি করে এমনভাবে তার দায়িত্ব পালন করতে চায়।

তার কপার-টি গ্রহণের জন্য ক্লিনিকে যাওয়ার পর আকলিমা সেবা প্রদানকারীদের জানান যে তিনি আর গর্ভবতী হতে চান না। তিনি তার স্বামীকে আরও ভালভাবে খুশি রাখতে চান। পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলর তাকে নিজের বাড়িতে নিরাপত্তার জন্য কিছু তথ্য দিয়েছিলেন। তাকে জাতীয় হটলাইন নম্বরও দিয়েছিলেন, কিন্তু আকলিমা ফোন করেননি। আকলিমার ধারণা এতে তার অবস্থা আরো খারাপ হবে। সে জানত যে তার স্বামী যদি জানতে পারে যে সে তার সম্পর্কে অভিযোগ করেছে তবে তার স্বামী খুব রেগে যাবেন। পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলর আকলিমাকে কপার-টি'র নিরাপত্তা এবং হরমোন বা ভবিষ্যত গর্ভধারণে কোন প্রভাব ফেলে না সে সম্পর্কেও তথ্য দিয়েছেন।

একদিন রাতে রহিম দেরি করে বাড়ি ফিরল। তাকে বিরক্ত ও অধৈর্য দেখাচ্ছিলো। রাতের খাবার ও বাচ্চাদের পরিস্কার-পরিচ্ছন্নতা নিয়ে বেশ সমালোচনা করলেন। সেই রাতে বিছানায় রহিম খুব রেগে যায়। বিছানায় পারফর্ম করতে না পারার জন্য তিনি আকলিমা ও কপার-টি-কে দোষারোপ করেন এবং তাকে খুব খারাপভাবে মারধর করেন। সকালে দেখা গেল আকলিমার একটি চোখ কালো হয়ে গেছে, একটি দাঁত পড়ে গেছে, এবং সন্দেহ হচ্ছে তার কব্জি ভেঙে গেল কিনা। বাচ্চারা স্কুলে যাওয়ার সাথে সাথে আকলিমা কপার-টি সরানোর জন্য স্বাস্থ্য কেন্দ্রে ছুটে যান।

অপেক্ষমাণ এলাকায় একজন নার্স আকলিমার উপস্থিতি লক্ষ্য করেন এবং তার সাথে কথা বলতে একজন জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কাউন্সেলর আনতে যান। পরীক্ষার কক্ষে আকলিমা জানায় যে সে কপার-টি সরিয়ে ফেলতে চায়। কাউন্সেলর জিজ্ঞাসা করেন কেন সে কপার-টি সরিয়ে ফেলতে চায় এবং সে অন্য কোনো পদ্ধতি চায় কিনা। আকলিমা কান্নায় ভেঙ্গে পড়েন এবং তার পুরো ঘটনা বলেন। কাউন্সেলর মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা প্রদান করেন এবং সুপারিশ করেন যেন আকলিমাকে ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টারের সহায়তা কেন্দ্রে যান। সেখানে সে তার আঘাতের জন্য চিকিৎসা পাবেন, একটি নতুন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি বেছে নিতে পারেন এবং অন্যান্য জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবা এক জায়গায় পাবেন। কাউন্সেলর আকলিমাকে আশ্বস্ত করেন যে আজ তাকে সেবা দেওয়া হবে এবং রেফারেল বা যেখানেই সে যাক না কেন তার কোনো উন্মুক্ত রেকর্ড থাকবে না।

আকলিমা রাজি হয়েছেন। কাউন্সেলর ক্লায়েন্ট রেকর্ড কার্ডটি পূরণ করেন এবং আকলিমাকে বলেন এটি একটি ব্যক্তিগত, লক করা স্টোরেজ বাক্সে সংরক্ষণ করা হবে। তিনি ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টারের রেফারেল স্লিপও পূরণ করেন এবং আকলিমাকে নিকটতম মেডিক্যাল কলেজ হাসপাতাল ইউনিটে যাওয়ার পথ নির্দেশনা দেন। পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারী কোনো পদ্ধতি দেওয়া হয়নি উল্লেখ করে পরিবার পরিকল্পনা রেজিস্টার পূরণ করেন এবং নামহীন জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক রেজিস্টারও পূরণ করেন।

সেই দিন তার শিফটের শেষে পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারী ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টারে ফোন করে কেস কোড সম্পর্কে এবং রেফারেল সম্পূর্ণ হয়েছে কিনা জিজ্ঞাসা করেন।

নমুনা রেফারেল এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক রেকর্ড ফর্ম ব্যবহার করে আকলিমার গল্পের তথ্যের উপর ভিত্তি করে প্রয়োজনীয় ডকুমেন্টেশন পূরণ করুন।

মতামত ও দলীয় আলোচনার জন্য

১. ফর্মটির সবচেয়ে কঠিন অংশ কী ছিল, তা কি পূরণ করা হয়েছিল?
২. আপনি কি মনে করেন যে আপনি যেকোনো সময় এটি করতে পারবেন?
৩. ফর্মগুলির একটি নির্দিষ্ট অংশ কীভাবে পূরণ করতে হয় সে সম্পর্কে আপনার কোন প্রশ্ন আছে?

উপকরণ ৯: স্বাস্থ্য কেন্দ্রে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবার নমূনা রিপোর্ট

ব্যক্তিগত তথ্য প্রদানের ফর্মগুলিকে অবশ্যই গোপনীয় রাখতে হবে এবং শুধুমাত্র কেস ম্যানেজমেন্ট, ক্লিনিক্যাল ফলো-আপ এবং/অথবা আইনী তদন্তের প্রয়োজনে ব্যবহার করতে হবে। যাইহোক, নামহীন রিপোর্টগুলো সেবাকেন্দ্র ও স্বাস্থ্য ব্যবস্থার জন্য গুরুত্বপূর্ণ। এই ধরণেররিপোর্টিং সেবাকেন্দ্র, উপজেলা ও জেলা ব্যবস্থাপকদের যথাযথভাবে কর্মী নিয়োগ করতে, প্রয়োজনীয় সরবরাহ ও সরঞ্জাম চাইতে সাহায্য করবে। এছাড়াও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ব্যাপকতা ও তীব্রতা সম্পর্কে নীতিনির্ধারকদের সংবেদনশীল করতে ভূমিকা পালন করবে। প্রশিক্ষণার্থীরা তাদের ওয়ার্ড প্রধান এবং/অথবা কেন্দ্র ব্যবস্থাপকের সাথে এই নমুনা ফর্মটি শেয়ার করতে পারেন যদি তারা এই প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণ না করে থাকেন।

ক্রম #	কেন্দ্রের নাম	জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবা গ্রহীতার সংখ্যা			সেবা দেওয়া হয়েছে			রেফার করা হয়েছে			ফলো-আপ করা হয়েছে			মোট		
		পুরুষ	নারী	অন্যান্য	পুরুষ	নারী	অন্যান্য	পুরুষ	নারী	অন্যান্য	পুরুষ	নারী	অন্যান্য	পুরুষ	নারী	অন্যান্য
	ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র															
	স্বাস্থ্যকেন্দ্রে মোট															
রিপোর্টিং মাস/বছর:																
ইউনিয়ন					**উপজেলা**							**জেলা**				

মডিউল ৫: সমাপ্তি অধিবেশন

মডিউলের মোট সময়: ১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

- অধিবেশন ৫-১: সমাপ্তি ও প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন

শিখন উদ্দেশ্য

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা:

- এই প্রশিক্ষণের বিষয়ে মতামত জানাতে পারেবেন
- যা শিখেছেন তা শেয়ার করতে পারবেন
- অতিরিক্ত প্রয়োজনীয় তথ্য খুঁজতে পারবেন

পদ্ধতি

- উপস্থাপনা
- মূল্যায়ন

প্রয়োজনীয় উপকরণ

- ফ্লিপচার্ট ও মার্কার
- প্রশিক্ষক পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড ডেক ২
- উপকরণ ১: প্রশিক্ষণ পূর্ব ও প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন
- উপকরণ ১১ ও ১২: দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট
- উপকরণ ১৩: প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর জন্য প্রশিক্ষণার্থী ম্যানুয়াল

অগ্রিম প্রস্তুতি

- স্লাইড ও প্রশিক্ষণের বিষয়বস্তু পর্যালোচনা করুন
- মডিউল ৫ এর সব নির্দেশাবলী পড়তে ভুলবেন না। একাধিক সমাপ্তি অনুশীলন ফ্যাসিলিটেশন টিম দ্বারা একযোগে পরিচালনা করার উদ্দেশ্যে করা হয়েছে।
- উপকরণ ২-এর জন্য পর্যাপ্ত কপি প্রিন্ট করুন: সমস্ত প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন ও ২-৩টি অতিরিক্ত কপি।
- প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর জন্য উপকরণ ১১ ও ১২--দক্ষতা মূল্যায়ন চেকলিস্ট প্রিন্ট করুন ।
- উপকরণ ১৩ পর্যাপ্ত কপি প্রিন্ট করুন: সমস্ত প্রশিক্ষণার্থীদের জন্য প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন।

অধিবেশন ৫-১: সমাপ্তি ও প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ণ

১ ঘন্টা ৩০ মিনিট

প্রশিক্ষক নোট

ফ্যাসিলিটেশন টিম হিসেবে আগে থেকে পরিকল্পনা করুন কে নির্দেশনা দেবে, সমাপ্তি অধিবেশনের সময় প্রধান দলকে কে গাইড করবে এবং দক্ষতা মূল্যায়নের জন্য কে প্রশিক্ষণার্থীদের পাশে নিয়ে যাবে। যখন প্রশিক্ষণার্থীরা স্বতন্ত্র কাজে ব্যস্ত থাকবে, যেমন: প্রশিক্ষণ পরবর্তী ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন, সব ফ্যাসিলিটেটরগণ তখন দক্ষতা মূল্যায়নে নিযুক্ত থাকবেন।

বাকী সময়ে প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর মূল্যায়ন সম্পূর্ণ করতে মূল্যায়ন পর্বটি সংক্ষিপ্ত রাখা গুরুত্বপূর্ণ। প্রশিক্ষণার্থীদের প্রত্যাশা জানতে ভুলবেন না।

অনুশীলন ১: উপস্থাপনা ও আলোচনা

সমাপ্তি (২০ মিনিট)

ধাপ ১

স্লাইড ৩৮-৩৯ উপস্থাপন করুন।

প্রশিক্ষণের শেষে পৌঁছানোর জন্য দলকে অভিনন্দন জানান। মূল বার্তা পর্যালোচনা করুন:

- ✓ যৌন ও প্রজনন এবং পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীদের নারী ও কিশোরীদের প্রতি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবাদানে একটি গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রয়েছে।
- ✓ জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাদের কাউন্সেলিং, মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা এবং একটি রেফারেল চেইন যথাযথভাবে প্রতিষ্ঠা করতে পারলে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাদের সেবায় উল্লেখযোগ্য প্রভাব ফেলতে পারে।
- ✓ নিরাপদ, গোপনীয় রিপোর্টিং, জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ব্যাপকতা এবং ঘটনার ডকুমেন্টেশনে পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন এবং সেবা প্রদানকারীদের গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রয়েছে।

ধাপ ২

প্রথম দিনের উদ্বোধনী অধিবেশন থেকে দেয়ালে টাঙানো প্রত্যাশার ফ্লিপ চার্টের দিকে সরাসরি অংশগ্রহণকারীদের মনোযোগ দিতে বলুন। প্রত্যাশা পর্যালোচনা করুন এবং গত দুই দিনের বিভিন্ন কার্যক্রম বা আলোচনা কীভাবে এই প্রত্যাশাগুলি পূরণ করেছে তা দেখিয়ে দিন।

ধাপ ৩

স্বেচ্ছাসেবকদেরকে একটি বিষয় শেয়ার করতে বলুন যা তারা এই প্রশিক্ষণ থেকে জানতে পেয়েছেন।

ধাপ ৪

স্লাইড ৪০ উপস্থাপন করুন এবং চূড়ান্ত উপকরণগুলো সম্পর্কে বলুন: ব্যক্তিগত কর্ম পরিকল্পনা, প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন, এবং একটি দক্ষতা যাচাই।

ফ্যাসিলিটেটররা তাদের নিজেদের দক্ষতা মূল্যায়নের জন্য এই অধিবেশনে প্রশিক্ষণার্থীদের একপাশে ডেকে নেবেন। তাদের মূল্যায়নের জন্য যখনই ডেকে নেওয়া হোক না কেন অন্যান্য অনুশীলনের জন্য প্রশিক্ষণার্থীদের যথেষ্ট সময় থাকবে।

প্রথম প্রশিক্ষণার্থীকে প্রশিক্ষকের মূল্যায়নের জন্য পাঠান।

অনুশীলন ২: উপস্থাপনা ও প্রতিফলন

ব্যক্তিগত কর্ম পরিকল্পনা (৩৫ মিনিট)

ধাপ ১

প্রশিক্ষণার্থীদের প্রশিক্ষণার্থী **ম্যানুয়াল-এর পৃষ্ঠা ৭৭-এ ব্যক্তিগত কর্ম পরিকল্পনায়** (প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির পৃষ্ঠা ১৩৫) যেতে বলুন।

এই পরিকল্পনাগুলো পৃথক এবং তাদের নিজস্ব কাজের প্রেক্ষাপটে, পেশাগত উন্নয়নের জন্য এবং সাধারণ গ্রহীতাদের উপর ভিত্তি করে তৈরি। পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীরা পরিবার পরিকল্পনা ক্লিনিকগুলিতে কাজ করে, আর যারা রেফারেল হাসপাতালে কাজ করে তাদের লক্ষ্য ভিন্ন হতে পারে।

প্রশিক্ষণার্থীদের বলুন যে তাদের পরিকল্পনা নিয়ে কাজ করার সময় যদি তাদের কোনো প্রশ্ন থাকে তাহলে উত্তর দেবার জন্য আপনি প্রস্তুত আছেন এবং শুধুমাত্র তাদের হাত তুলতে হবে।

অনুশীলন ৩: যাচাই

প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন ও প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন (৩৫ মিনিট)

ধাপ ১

প্রশিক্ষণার্থীদের পূরণ করার জন্য **উপকরণ-১: প্রশিক্ষণ পূর্ব ও প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন পত্র** বিতরণ করুন (প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির ২৪ পৃষ্ঠা দেখুন)।

প্রশিক্ষণার্থীদের একই ৩ বা ৪-সংখ্যার নম্বর বা কোড লিখতে মনে করিয়ে দিন যা তারা তাদের প্রশিক্ষণ পূর্ব মূল্যায়ন পরীক্ষায় লিখেছিল। এটা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

ধাপ ২

যখন সবাই তাদের প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন পত্র পূরণ করছে, তখন নিম্নলিখিত টুলগুলি ব্যবহার করে তাদের দক্ষতা মূল্যায়ন সম্পূর্ণ করতে প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীদের একপাশে ডাকতে শুরু করুন:

- **উপকরণ ১১: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসনে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট** (প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির ১৩৭ পৃষ্ঠা দেখুন)
- **উপকরণ ১২: সহিংসতার তথ্য প্রদানের প্রতিউত্তর - LIV - দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট** (প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির ১৩৮ পৃষ্ঠা দেখুন)

প্রশিক্ষণার্থীকে বলুন যে, এই চূড়ান্ত রোল প্লে'তে তারা একটি নিয়মিত পরিবার পরিকল্পনা পরিদর্শনের সময় পরিবার পরিকল্পনা সেবা দানকারীর ভূমিকায় অভিনয় করবে। পরামর্শদান কক্ষের মধ্যে দুটি স্থান একটি পর্দা দিয়ে আলাদা করা হয়েছে। তারা অন্য সেবা দানকারীর সাথে রুম শেয়ার করছে।

রোল প্লে'তে অভিনয় কালে মূল্যায়নকারীর ব্যবহার করার জন্য তথ্য:

আপনি একজন ২৪ বছর বয়সি বিবাহিত নারী। আপনি বিশ্ববিদ্যালয়ে তিন বছর পূর্ণ করেছেন এবং আপনার একটি ছোট বাচ্চা আছে যার বয়স এখন ছয় মাস। আপনার স্বামী আপনার ইউনিভার্সিটি ডিগ্রী সম্পন্ন করার জন্য আপনাকে সমর্থন করেছেন। পরবর্তী সেমিস্টার শুরু হলে আপনি আপনার চূড়ান্ত বর্ষ শেষ করার জন্য বিশ্ববিদ্যালয়ে ফিরে আসার পরিকল্পনা করছেন। এখন আপনার শিশু কঠিন খাবার খেতে শুরু করেছে।

যাইহোক, বাচ্চা আসার পর থেকে জীবন অনেক কঠিন হয়ে গেছে। আপনার স্বামী সবসময় বাড়ীর কাজে দোষ খুঁজে বেড়ায় এবং প্রায়ই আপনার সাথে চিৎকার করে। অনেক রাতে যখন আপনি শিশুটির সাথে ব্যস্ত থাকেন তখন আপনি স্বামীর বিছানায় যেতে পারেন না। তখন আপনাকে মারধর করে। আপনার স্বামী আপনাকে বলেছেন যে তিনি আর কয়েক মাসের জন্য কনডম ব্যবহার করবেন, যাতে আপনি কয়েক মাস পর গর্ভবতী হতে পারেন। কারণ আপনার পড়াশুনা শেষ হওয়ার সাথে সাথেই তিনি আরেকটি সন্তান চান।

আপনি আবার গর্ভবতী হলে জীবন কতটা কঠিন হবে তা নিয়ে আপনি খুব চিন্তিত। আপনি আপনার স্বামীকে আর রাগান্বিত না করে এবং মারধর মোকাবেলা না করে বিশ্ববিদ্যালয়ে ফিরে যেতে পারবেন কিনা তা নিয়ে উদ্বিগ্ন।

যখন জিজ্ঞাসা করা হবে আপনাকে কী কারনে এই ক্লিনিকে আসতে হল, আপনি কেবল পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীকে বলবেন যে আপনি আপতত গর্ভবতী হতে চান না। আপনি এমন পদ্ধতি চান যা আপনার স্বামী বুঝতে পারবেন না। যদি সেবা প্রদানকারী আপনাকে সহজ করতে পারেন, আপনি আপনার বাড়ির সমস্যা সম্পর্কে অতিরিক্ত তথ্য প্রকাশ করতে পারেন।

ধাপ ৩

প্রত্যেক প্রশিক্ষণার্থীর জন্য **উপকরণ ১৩: প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন** (প্রশিক্ষক ম্যানুয়ালটির ১৩৯ পৃষ্ঠা দেখুন) ঘুরে ঘুরে বিতরন করুন এবং পূরণ করতে দিন। মূল্যায়ন পত্রটি উল্টো করে রাখুন। প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ন শুরু করার পরে ১৫ মিনিট সময় দিন ।

মডিউল ৫ উপকরণ ও হ্যান্ডআউট

উপকরণ ১০: ব্যক্তিগত কর্ম পরিকল্পনা: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক পরিবার পরিকল্পনা সেবার মান উন্নয়ন

আমি বুঝি যে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদান করতে আমার প্রয়োজন:

- ✓ জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক পরিবার পরিকল্পনা সেবার যোগাযোগ বৃদ্ধি।
- ✓ পুরুষ বা নারী গ্রহীতাদের বয়স, বৈবাহিক অবস্থা, বা স্ত্রী বা পরিবারের সদস্যদের সম্মতি নির্বিশেষে তাদের নিজস্ব সন্তান গ্রহণের ইচ্ছাকে উৎসাহিত করা।
- ✓ পরিবার পরিকল্পনার সমর্থক ও ব্যবহারকারী হিসাবে পুরুষদের সম্পৃক্ত করা।
- ✓ আগ্রহী দম্পতিদের সাথে যোগাযোগ এবং সহযোগিতামূলক সিদ্ধান্ত গ্রহণে সহায়তা প্রদান।
- ✓ সমানুভূতিশীল কাউন্সেলিং ও রেফারেলের মাধ্যমে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসনে ভূমিকা রাখা এবং পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারী নারী বা দম্পতিকে সম্মান করা এবং গোপনীয়তা বজায় রাখা।

নাম:

নির্দিষ্ট পদক্ষেপ যা অবিলম্বে বাস্তবায়ন করতে পারবেন	কেন আপনি এই পরিবর্তন আনতে চান	আপনি যে চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন হতে পারেন	চ্যালেঞ্জ কাটিয়ে ওঠার কৌশল
১.			
২.			
৩.			

মন্তব্য:

উপকরণ ১১: জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসনে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

<table>
<tr><td colspan="2">জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসনে পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিং</td><td>প্রশিক্ষণার্থী কোড</td></tr>
<tr><td>দক্ষতা</td><td>পূরণ হয়েছে</td><td>পূরণ হয়নি</td></tr>
<tr><td>গ্রহীতা উপস্থিত লোকদের সাথে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করেন কিনা বা ব্যক্তিগতভাবে অ্যাপয়েন্টমেন্ট নিতে চান কিনা জিজ্ঞাসা করে সাক্ষাৎকার শুরু করেন।</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>গ্রহীতার বর্তমান চাহিদা ও উদ্বেগ সম্পর্কে অনুসন্ধান করেন। গ্রহীতার কোনো নিরাপত্তা উদ্বেগ আছে কিনা তা অনুসন্ধান করতে উন্মুক্ত প্রশ্ন ব্যবহার করেন।</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতির কাউন্সেলিং-এর মধ্যে বিভিন্ন পদ্ধতির ঝুঁকি সম্পর্কিত তথ্য অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>মোট দক্ষতা পূরণ হয়েছে:</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="3">প্রশিক্ষণার্থীদের ৩/৩ দক্ষতা পূরণ করা উচিত। যদি একজন অংশগ্রহণকারী ০/৩ বা ১/৩ দক্ষতা পূরণ করে, তবে তাদের আরও কোচিং এবং চাকরিকালীন সহায়তার জন্য তাদের ক্লিনিকাল সুপারভাইজারের কাছে রেফার করা উচিত।</td></tr>
</table>

উপকরণ ১২: সহিংসতার তথ্য প্রদানের প্রতিউত্তর - LIV - দক্ষতা যাচাই চেকলিস্ট

সহিংসতার তথ্য প্রদানের প্রতিউত্তর - LIV		প্রশিক্ষণার্থী কোড
দক্ষতা	পূরণ হয়েছে	পূরণ হয়নি
স্বাভাবিকভাবে এবং কোনো বাধা ছাড়াই শেয়ার করা তথ্য শোনেন		
কৌতূহলবশত অপ্রাসঙ্গিক প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করেন না (যেমন: কেন এটি ঘটেছে?)		
গ্রহীতার অভিজ্ঞতা ও অনুভূতি যাচাই করেন। কিছু প্রতিউত্তরের উদাহরণ: ✓ এটা অবশ্যই ভীতিকর ছিল। ✓ আমি শুনতে পাচ্ছি কতটা কঠিন ছিল। ✓ আপনি একা নন। অনেক নারীই এই ধরণেরজিনিসগুলির সাথে লড়াই করে।		
গ্রহীতাকে আশ্বস্ত করেন যে সহিংসতা তাদের দোষ নয়।		
গ্রহীতাকে অবহিত করেন যে কাছাকাছি সাহায্য ও সহযোগিতা পাওয়ার সুযোগ আছে। রেফারেলের সুবিধাগুলোও শেয়ার করেছেন।		
মোট দক্ষতা পূরণ হয়েছে:		
প্রশিক্ষণার্থীদের ৫/৫ দক্ষতা পূরণ করা উচিত। যদি একজন প্রশিক্ষণার্থী ৩ টিরও কম দক্ষতা পূরণ করেন, তবে তাদের আরও কোচিং এবং চাকরিকালীন সহায়তার জন্য তাদের ক্লিনিক্যাল সুপারভাইজারের কাছে রেফার করা উচিত।		

উপকরণ ১৩: প্রশিক্ষণ মূল্যায়ন

নির্দেশাবলী: নীচের বিবৃতিগুলির প্রতিউত্তর দিয়ে প্রশিক্ষণের মূল্যায়ন করুন। দয়া করে ১ থেকে ৫ পর্যন্ত প্রতিটি বিবৃতির নম্বর দিন-- ১ খারাপ এবং ৫ চমৎকার পারদর্শিতার জন্য। যদি কোনো বিবৃতি প্রযোজ্য না হয়, অনুগ্রহ করে মন্তব্য কলামে প্রযোজ্য নয় লিখুন। এটি একটি নামহীন প্রক্রিয়া।

এলাকা: ____________________ভেন্যু: ____________________তারিখ: _________

বিষয়বস্তু মূল্যায়ন	১	২	৩	৪	৫	মন্তব্য
বিষয়বস্তু পরিষ্কারভাবে উপস্থাপন করা হয়েছে।						
উপস্থাপিত বিষয়বস্তু উচ্চ মানের ছিল।						
বিষয়বস্তু প্রশিক্ষণের জন্য প্রাসঙ্গিক ছিল।						
বিষয়বস্তু সর্বশেষ তথ্য সম্বলিত ও গবেষণালব্ধ						
আমি নতুন জ্ঞান ও দক্ষতা অর্জন করেছি।						
যে অধিবেশনটি সবচেয়ে বেশি মূল্যবান ছিল (সেশনটিকে একটি স্কোর দিন এবং মন্তব্য কলামে কোন সেশনটি লিখুন)।						
যে অধিবেশনটি সবচেয়ে কম মূল্যবান ছিল (সেশনটিকে একটি স্কোর দিন এবং মন্তব্য কলামে কোন সেশনটি লিখুন)।						
দিনের সব অধিবেশনের জন্য পর্যাপ্ত সময় বরাদ্দ করা হয়েছিল।						
উপস্থাপনা/সংঘটন/প্রস্তুতি	**১**	**২**	**৩**	**৪**	**৫**	**মন্তব্য**
প্রশিক্ষণের সময়সূচী উপযোগী ছিল।						
বিভিন্ন বিষয়ের মধ্যে প্রবাহ/পরিবর্তন যৌক্তিক ও অনুসরণ করা সহজ ছিল ।						
উপস্থাপিত সব বিষয় বাস্তব-জীবনের পরিস্থিতি/অভিজ্ঞতা/বর্তমান ঘটনাপ্রবাহের সাথে সম্পর্কিত ছিল।						
অনুশীলনগুলো বিষয়বস্তুর সাথে প্রাসঙ্গিক ছিল এবং কী আলোচনা করা হচ্ছে সে বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের মতামত নেওয়া হত।						
হ্যান্ডআউটগুলি প্রস্তুত করা ছিল এবং ব্যবহারের সময় বিতরণ করা হয়েছিল।						

বিষয়বস্তু উপস্থাপনা	১	২	৩	৪	৫	মন্তব্য
প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরগণ পেশাদারিত্বের সাথে বন্ধুত্বপূর্ণ পরিবেশে প্রশিক্ষণ কার্যক্রম সম্পন্ন করেছেন।						
প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরগণ বিষয়বস্তু উপস্থাপনের সময় আত্মবিশ্বাসী ছিলেন।						
প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরগণ স্পষ্টভাবে কথা বলেছেন এবং তাদের কণ্ঠস্বর বোধগম্য ছিল।						
সব প্রশিক্ষণার্থীই অনুশীলনে ও শ্রবণে নিযুক্ত ছিল।						
প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরগণ সক্রিয় অংশগ্রহণের জন্য উৎসাহিত করেছেন।						
প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরগণ জ্ঞান সমৃদ্ধ ও যথাযথভাবে প্রশ্নের উত্তর দিয়েছেন।						
প্রশিক্ষক/ফ্যাসিলিটেটরগণ সব অধিবেশন ও অনুশীলনের শেষে একটি সারসংক্ষেপ করেছেন।						
অধিবেশন একটি সারসংক্ষেপের সাথে সমাপ্ত হয়েছে যা মূল্যবান তথ্য সমৃদ্ধ ছিল।						
বিভ্রান্তি ও বাধা যথাযথভাবে নিয়ন্ত্রণ করা হয়েছে।						
প্রশিক্ষণের সামগ্রিক রেটিং						
সময় ব্যবস্থাপনার সামগ্রিক রেটিং						

প্রশিক্ষণটিকে কীভাবে আরও শক্তিশালী করা যায় সে সম্পর্কে সাধারণ মন্তব্য, যদি থাকে:

তথ্যসূত্র

Bangladesh Bureau of Statistics, Statistics and Informatics Division, Ministry of Planning, Government of the People's Republic of Bangladesh, *Report on Violence Against Women Survey 2015* (Dhaka, Bangladesh: 2016).

Breakthrough ACTION. *Advancing male engagement in family planning and reproductive health: An advocacy tool.* Johns Hopkins Center for Communication Programs (Baltimore: 2018).

Claudia Garcia-Moreno, et. al. "WHO Multi-country Study on Women's Health and Domestic Violence against Women Study Team. Prevalence of intimate partner violence: findings from the WHO multi-country study on women's health and domestic violence." *Lancet*. 2006; 368 (9543): 1260–1269.

Ellen Starbird, Maureen Norton, and Rachel Marcus. "Investing in Family Planning: Key to Achieving the Sustainable Development Goals," *Global Health: Science and Practice*, 2016 Jun 20; 4(2): 191–210.

Faramand TH and Treleaven E. *Integrating Gender in Improvement Activities. Implementation Guide.* USAID Health Care Improvement Project. (Bethesda, MD: University Research Co., LLC (URC): 2012).

"Handout: Gender-related Terms and Definitions," IGWG, accessed January 23, 2023, https://www.igwg.org/wp-content/uploads/2017/05/HandoutGenderTerms.pdf.

MEASURE Evaluation. Male Engagement in Family Planning Indicator Brief, 2018.

Nashid Tabassum Khan, et. al., "Violence against Women in Bangladesh." *Delta Med Col J.* 2017; 5 (1):25–29.

National Institute of Population Research and Training (NIPORT), Mitra and Associates, and ICF International. 2016. *Bangladesh Demographic and Health Survey 2014*. Dhaka, Bangladesh, and Rockville, Maryland, USA: NIPORT, Mitra and Associates, and ICF International.

National Institute of Population Research and Training (NIPORT), and ICF. *Bangladesh Demographic and Health Survey 2017-18: Key Indicators* (Dhaka, Bangladesh, and Rockville, Maryland, USA: 2019).

Pallitto, C. C., Campbell, J. C., & O'Campo, P. (2005). Is Intimate Partner Violence Associated with Unintended Pregnancy? A Review of the Literature. *Trauma, Violence & Abuse,* 6(3), 217–235. http://www.jstor.org/stable/26636659.

Pathfinder International. *Comprehensive Reproductive Health and Family Planning Training Curriculum, Module 3: Counseling for Family Planning Services* (Watertown, MA: 1998).

"Reproductive Health," WHO, accessed February 3, 2023, https://www.who.int/southeastasia/health-topics/reproductive-health.

Rowlands S, Walker S. (2019). "Reproductive control by others: means, perpetrators and effects." BMJ Sexual & Reproductive Health; 45:61-67: https://srh.bmj.com/content/45/1/61.

"Sexual health: definitions," WHO, accessed January 20, 2023, https://www.who.int/health-topics/sexual-health.

Sidney Ruth Schuler, Syed M. Hashemi, and Ann Hendrix Jenkins. "Bangladesh's Family Planning Success Story: A Gender Perspective." *International Family Planning Perspectives*, Volume 21, Number 4, December 1995.

UN Women. *Measuring the Shadow Pandemic: Violence Against Women During Covid-19: Country Report: Bangladesh* (New York: 2022).

WHO. *Caring for women subjected to violence: a WHO curriculum for training health-care providers, revised edition* (Geneva: 2021).

WHO. *Core competencies in adolescent health and development for primary care providers: including a tool to assess the adolescent health and development component in pre-service education of health-care providers* (Geneva: 2015).

WHO Department of Reproductive Health and Research. *Global Plan of Action: Health systems address violence against women and girls* (Geneva: 2016).

WHO. *Gender mainstreaming for health managers: a practical approach* (Geneva: 2011).

WHO. *Health care for women subjected to intimate partner violence or sexual violence: A clinical handbook* (Geneva: 2014).

WHO. *Violence against Women Prevalence Estimates, 2018. Global, regional and national prevalence estimates for intimate partner violence against women and global and regional prevalence estimates for non-partner sexual violence against women* (Geneva: 2021).

World Bank. *World Bank Group Gender Strategy (FY16-23): Gender Equality, Poverty Reduction and Inclusive Growth* (Washington, DC: 2015).

World Bank. *World Development Report 2012: Gender Equality and Development* (Washington, DC: 2011).

"Youth," United Nations, accessed Feb 3, 2023, www.un.org/en/global-issues/youth.

সংযুক্তি

হ্যান্ডআউট

পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইডস

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায়
জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ
—প্রথম দিন—
পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

1

মডিউল ০
প্রশিক্ষণ সূচনা
পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ
স্লাইড ২

2

মডিউল ০ | অধিবেশন ১

সূচনা, রীতি নীতি ও প্রাক মূল্যায়ন

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ০ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ৩

3

প্রশিক্ষণের সার্বিক লক্ষ্য

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের সাথে জড়িত সেবা প্রদানকারীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করা যাতে সেবা প্রদানকারীরা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা চিহ্নিত করতে পারেন, এবং সে অনুসারে নিজের জ্ঞান ও দক্ষতা প্রয়োগের মাধ্যমে পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন সেবা দিতে সক্ষম হোন।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ০ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ৪

4

প্রশিক্ষণের ফলাফল

- জেন্ডার বিষয়ক রীতিনীতি, মূলধারা, গতিশীলতা, ন্যায্যতা ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতায় এগুলোর ভূমিকা বুঝতে পারবে
- পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা কীভাবে প্রভাব ফেলে তা বুঝতে পারবে
- পরিবার পরিকল্পনা সেবা গ্রহণে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সম্পর্ক, ঝুঁকি বিশ্লেষণ এবং পর্যবেক্ষণ করতে পারবে
- পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকি হ্রাস করতে এবং পরামর্শ প্রদানে সেবা প্রদানকারীর জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করবে
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকি হ্রাস করতে লাইভস্ (LIVES)-এর প্রথম তিন ধাপ সম্পর্কে সেবা প্রদানকারীদের জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করবে
- নিরাপদ ও সঠিক উপায়ে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতায় ভুক্তভোগীদের যথাযথ সেবা ও পরামর্শ কোথায় পাওয়া যাবে তা রেফার করার ক্ষেত্রে জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করবে
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঘটনা নথিভুক্ত ও প্রতিবেদন দাখিল করার দক্ষতা অর্জন করবে।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ০ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ৫

5

মডিউল ১
জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ১ | স্লাইড ৬

6

মডিউল ১ | অধিবেশন ক

পরিবার পরিকল্পনা সেবায় জেন্ডার

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা

এই মডিউল শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা জেন্ডার, জেন্ডার ন্যায্যতা ও সমতা, এবং ক্ষমতা ও সহিংসতার উপর এগুলোর প্রভাব সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা লাভ করবেন।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ১ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ৭

7

জেন্ডার বলতে আপনি কী বোঝেন?

আপনার কাছাকাছি একজন ব্যক্তির কাছে যান এবং এই তিনটি প্রশ্নের ভিত্তিতে তার অভিব্যক্তি জানুন:

১. **কখন আপনি আপনার জেন্ডার সম্পর্কে সচেতন হয়েছেন?**
২. **কখন আপনি আপনার জেন্ডার পরিচয়ে খুশি হয়েছেন?**
৩. **এমন কি কখনো হয়েছে যে, আপনি আপনার জেন্ডারের কারণে বৈষম্যের মুখোমুখি হয়েছেন, ভয় পেয়েছেন বা কষ্ট পেয়েছেন?**

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ১ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ৮

8

জেন্ডারের সংজ্ঞা

জেন্ডার (Gender)- জেন্ডার বলতে নারী-পুরুষ, ছেলে-মেয়ে, কিশোর-কিশোরী এবং অন্যান্য জেন্ডার পরিচয়ধারী ব্যক্তি (যেমন-ট্রান্সজেন্ডার)- প্রত্যেকের জন্য সামাজিকভাবে গ্রহণযোগ্য কিছু ভূমিকা, রীতিনীতি এবং আচার-আচরণ রয়েছে সেই বিষয়টি বোঝায়। এইসব বিষয় আসলে সামাজিকভাবে গড়ে উঠে যা জাতি, গোষ্ঠী, ধর্ম, সংস্কৃতি ভেদে অনেকটাই ভিন্ন ভিন্ন হতে পারে। যেমন, অনেক সমাজে জেন্ডার ভিত্তিক একটি সাধারণ রীতি হলো বাড়ির বেশিরভাগ কাজের দায়িত্ব মেয়েদের বলে মনে করা হয়।

সূত্র: পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

9

এটা ন্যায্যতা বা সমতা নয়...

নারীরা বিশ্বের মোট জনসংখ্যার **অর্ধেক**।

তবুও নারীরা তাদের জীবনকালে **৩ গুণ বেশি** জেন্ডা ভিত্তিক সহিংসতার সম্মূখীন হয়। নিম্ন ও মধ্যম আয়ের দেশগুলিতে জেন্ডার বৈষম্যের ফলে ৬০ বছর বয়সের নারী ও কিশোরীদের মধ্যে বছরে আনুমানিক **৩৯ লক্ষ অতিরিক্ত মৃত্যু** ঘটে।

সূত্র: বিশ্ব ব্যাংক

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

10

জেন্ডার কুইজ

বিবৃতিগুলো মনোযোগ দিয়ে পড়ুন, সঠিক স্থানে টিক দিন ঃ কোনটি জৈবিক লিঙ্গ এবং কোনটি জেন্ডার সনাক্ত করুন

	সঠিক স্থানে টিক (√) দিন	
	জৈবিক লিঙ্গ	জেন্ডার
• মায়ের দুধ খাওয়ানোর সময় একজন নারী কিছু অতিরিক্ত ক্যালোরি ও নিরাপদ পানি গ্রহন করবেন	☐	☐
• পরিবারের সম্মান রক্ষার দায়িত্ব শুধুমাত্র পুরুষের	☐	☐
• মাসিকের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা রক্ষার জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণ এবং স্বাস্থ্যসম্মত টয়লেট দরকার	☐	☐
• নারী এবং মেয়েদের এটা দায়িত্ব যেন তারা বিয়ের আগে গর্ভবতী না হয় বা শারিরীক সম্পর্কে জড়িয়ে না যায়।	☐	☐

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

11

জৈবিক লিঙ্গ ও জেন্ডারের মধ্যে পার্থক্য

জেন্ডার	জৈবিক লিঙ্গ
• এটি সমাজ কতৃর্ক নির্ধারিত দায়িত্ব এবং দৃষ্টিভঙ্গির সাথে জড়িত (যেমন- শ্রম বিভাজন)	• শারীরিক এবং জৈবিক বৈশিষ্ট্যের ওপর নির্ভরশীল
• জেন্ডারের নিয়মনীতি আরোপিত বা অর্জিত; মানসিকভাবে আমরা একে গ্রহণ করি	• জন্মের সময় প্রাকৃতিকভাবে তৈরী
• পোষাক এবং ব্যবহারের দ্বারা নির্ধারিত	• শারীরিক কার্যক্রম দ্বারা নির্ধারিত
• দেশ, কাল, সমাজ, সংস্কৃতি, দায়িত্ব, দৃষ্টিভঙ্গি, সুযোগ ও চাহিদাভেদে ভিন্ন হয়ে থাকে	• পৃথিবীর সকল দেশে, সকল সমাজে, সকল সময়ে একই রকম
• এটি সবসময় পরিবর্তনশীল	• সব সময় একই থাকে (বিশেষ ক্ষেত্রে পরিবর্তনশীল)

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

12

জেন্ডারের সাথে জড়িত কিছু গুরুত্বপূর্ণ শব্দ

জেন্ডার রীতি

সামাজিক অবকাঠামো যা পুরুষ ও নারীদের আচরণ বিবেচনা করে জেন্ডারের ভূমিকা গঠনের দিকে পরিচালিত করে এবং সমাজে পুরুষ/ছেলেরা বা নারী/মেয়েরা তাদের দায়িত্ব পালন করে।

জেন্ডার সচেতনতা

সমাজে নারী ও পুরুষের ভূমিকা ও সম্পর্কের মধ্যে যে পার্থক্য বিরাজমান সে বিষয়ে সচেতনতাকে জেন্ডার সচেতনতা বলে। এটি স্বীকৃত যে, একজন নারীর জীবনের অভিজ্ঞতা, প্রত্যাশা ও চাহিদা একজন পুরুষের থেকে আলাদা হয়ে থাকে, এমনকি সমাজ, সংস্কৃতির ক্ষেত্রেও তা আলাদা।

জেন্ডার সমতা

জেন্ডার সমতা হলো একজন ব্যক্তির জৈবিক লিঙ্গের উপর ভিত্তি করে কোনো রকম বৈষম্য না করা/থাকা। অর্থাৎ সামাজিক, অর্থনৈতিক, রাজনৈতিক এবং আইনি সুরক্ষাসহ প্রতিটি ক্ষেত্রেই নারী-পুরুষের সমানভাবে অংশগ্রহণ এবং নিয়ন্ত্রণের সমান সুযোগ প্রদান করা (যেমন-স্বাস্থ্য সেবা, শিক্ষা এবং ভোটাধিকার ইত্যাদি)।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

13

জেন্ডারের সাথে জড়িত কিছু গুরুত্বপূর্ণ শব্দ

জেন্ডার বৈষম্য

জেন্ডার বৈষম্য বলতে সামাজিকভাবে জেন্ডারের ভূমিকা ও রীতি নীতির ভিত্তিতে করা কোনো পার্থক্য ও বিধিনিষেধ বোঝায় যা একজন ব্যক্তিকে তার পূর্ণ মানবাধিকার অর্জনে বাধা প্রদান করে।

জেন্ডার সংক্রান্ত বাধা

সামাজিক ও সাংস্কৃতিক রীতি নীতি ও প্রথার সাথে নারী, পুরুষ এবং অন্য জেন্ডারের ভূমিকা ভিন্ন হয়। এ সম্পর্কিত কিছু বদ্ধমূল ধারনা যা স্বাস্থ্যসেবা প্রাপ্তি এবং ব্যবহারে বাধা হিসেবে দাঁড়ায় তাকে জেন্ডার সংক্রান্ত বাধা বলে।

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা: জৈবিক লিঙ্গ, অসম ক্ষমতা, বয়স, সামাজিক অবস্থান ইত্যাদির উপর ভিত্তি করে সংগঠিত সেই কাজগুলোকে বুঝায়, যা একজন ব্যক্তির ইচ্ছার বিরুদ্ধে সংঘটিত হয়। সহিংসতা বিভিন্নরূপে প্রকাশ পেতে পারে যেমন- ঘরে কিংবা বাইরে শারীরিক, মানসিক বা যৌন নিপীড়ন; হুমকি, বলপ্রয়োগ, ব্যক্তি স্বাধীনতায় হস্তক্ষেপ; অর্থনৈতিকভাবে এবং আইনি সেবা থেকে বঞ্চিত করা ইত্যাদি।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

14

জেন্ডার ও ক্ষমতা সম্পর্কে ধারণা

ক্ষমতা হলো এমন একধরনের সক্ষমতা যার ফলে নিজের বা অন্যের বা কোন ঘটনার উপর নিয়ন্ত্রণ বা প্রভাব বিস্তার করা যায়।

- অর্জিত ক্ষমতা (**Power Over**) =যে কোনো উদ্দেশ্যে (ভালো/খারাপ) একজন ব্যক্তি বা প্রতিষ্ঠানের ক্ষমতা যা ব্যবহার করে তারা অন্যদের শোষণ করে।
- **অর্পিত ক্ষমতা** (**Power To**)- আধিপত্য বিস্তার না করে কোনো ব্যক্তি বা প্রতিষ্ঠানের ক্ষমতা ব্যবহার করা। কাজ করার ক্ষমতা এবং অন্য কাউকে দিয়ে কাজ করানোর মাধ্যমে লক্ষ্য, অধিকার বা আকাঙ্খার সম্ভাবনা উপলব্ধি করার ক্ষমতা।
- **অন্তর্নিহিত ক্ষমতা** (**Power Within**)- এটি একজন ব্যক্তির নিজস্ব ক্ষমতা ও মূল্যের অনুভুতি। এটি অর্পিত ক্ষমতা ব্যবহার করার যোগ্যতা যা তার অনুভুতির সাথে সম্পর্কিত এবং একজনের অর্পিত ক্ষমতা ধরে রাখার বা বাড়ানোর পূর্বশর্ত।
- **সমষ্টিগত ক্ষমতা** (**Power With**)- এটি সম্মিলিত অর্জিত, অর্পিত এবং অর্ন্তনিহিত ক্ষমতার সমন্বয় যা ব্যক্তি বা গোষ্ঠীর মধ্যে সংহতি বা পারস্পরিক নির্ভরতা থেকে আসে। এই সম্মিলিত ক্ষমতা শ্রেণি, বর্ণ/ধর্ম/জেন্ডার ও বয়সের পার্থক্য নির্বিশেষে থাকে এবং একত্রে ব্যবহার করা যেতে পারে।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ১ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ১৫

15

ক্ষমতা ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ১ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ১৬

16

কেস স্টাডি ১: রহিমা

দলগত কাজ

- রহিমার গল্পের কোন বিষয়গুলি আপনার কমিউনিটির সাধারণ জেন্ডার রীতিনীতি, প্রথা ও প্রত্যাশাগুলির সাথে মিলে যায়?
- আপনি কি রহিমার গল্পে নারী ও পুরুষের ভিন্ন মাত্রা বা বিভিন্ন ধরনের ক্ষমতার উদাহরণ দেখতে পাচ্ছেন?
- আপনি কি মনে করেন যে, জেন্ডার রীতিনীতি, প্রথা এবং জেন্ডার ভিত্তিক ক্ষমতা রহিমার গল্পে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নেয়ার ক্ষেত্রে প্রভাবিত করেছে? কেন অথবা কেন নয়?
- আপনি কি রহিমার গল্পে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার উদাহরণ দেখতে পাচ্ছেন? কেন অথবা কেন নয়?

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ১ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ১৭

17

মডিউল ১ | অধিবেশন ২

পরিবার পরিকল্পনা সেবার সাফল্য ও ব্যর্থতায় জেন্ডার প্রাসঙ্গিকতা

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা

- প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণকারীরা পরিবার পরিকল্পনা সেবা দিতে গিয়ে সাফল্য ও ব্যর্থতার ক্ষেত্রে জেন্ডারের ভূমিকা সম্পর্কে জানতে পারবেন এবং সেইসাথে তারা আরো জানতে পারবেন যে, কীভাবে এই ব্যর্থতাকে একটি সাফল্যের গল্পে রূপান্তরিত করা যায়
- এছাড়াও পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার বৈষম্য এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা চিহ্নিত করতে পারবেন।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ১ | অধিবেশন ২ | স্লাইড ১৮

18

জেন্ডার কীভাবে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার ফলাফলকে প্রভাবিত করে তা মূল্যায়ন করার জন্য প্রশ্ন:

প্রশ্ন	উত্তর
• পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার সিদ্ধান্ত যিনি গ্রহণ করেন তার কি জেন্ডার বিষয়ক সীমাবদ্ধতা রয়েছে?	
• পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি নেয়ার ক্ষেত্রে স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে সাধারণত কে সিদ্ধান্ত নিয়ে থাকেন?	
• নারী সেবা গ্রহীতাকে কোনো পদ্ধতি গ্রহণের ক্ষেত্রে কি তার স্বামী বা শ্বশুর বাড়ির পরিবারের অন্য কারোর অনুমতি নিতে হয়?	
• পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারের ক্ষেত্রে নারী বা পুরুষের চিন্তা-ভাবনাকে জেন্ডার রীতি কি প্রভাবিত করে?	
• পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা গ্রহণের ক্ষেত্রে নারী এবং পুরুষের ভিন্ন মতামত হতে পারে? (যেমন- কোথায় সেবা নিবে, কখন সেবা নিবে)	
• পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা পাওয়ার ক্ষেত্রে জেন্ডার ভিত্তিক কোনো পার্থক্য আছে কি?	
• পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবাগুলো পাওয়ার ক্ষেত্রে পুরুষ এবং নারীদের প্রভাবিত করার জন্য পদ্ধতিগত বাধা আছে?	
• কম বয়সী পুরুষদের জন্য উপযোগী পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা সম্পর্কে কী ধরণের প্রাসঙ্গিক তথ্য আছে?	
• সেবা প্রদানকারী কি নারী ও পুরষ সেবা গ্রহীতাকে একইভাবে সেবা প্রদান করেন?	
• সেবাকেন্দ্রে বা কমিউনিটি ভিত্তিক সেবা কেন্দ্রগুলোতে সেবা প্রদানকারীরা কি পরিবার পরিকল্পনা সেবায় পুরুষের সম্পৃক্তকরণ নিয়ে কাজ করেন?	

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ১ | অধিবেশন ২ | স্লাইড ১৯

19

নারী ও উন্নয়নে পরিবার পরিকল্পনার ক্ষমতা

টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্য অর্জনে পরিবার পরিকল্পনা হল একটি 'সেরা বিনিয়োগ' যা মানুষ, পৃথিবী, সমৃদ্ধি, শান্তি ও অংশীদারিত্বের ৫টি বিষয়কে সমন্বয় করে অর্জনকে ত্বরান্বিত করতে পারে।

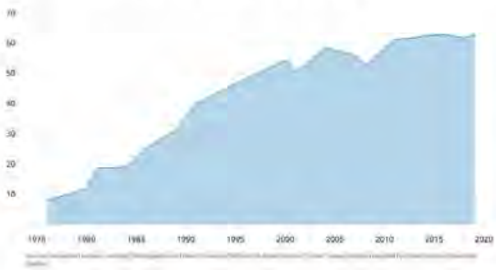
সূত্রঃ এলেন স্টারবার্ড, মৌরিন নর্টন এবং রাচেল মার্কাস। "পরিবার পরিকল্পনায় বিনিয়োগঃ টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্য অর্জনের চাবিকাঠি," গ্লোবাল হেলথঃ সায়েন্স অ্যান্ড প্র্যাকটিস, ২০১৬ জুন ২০; ৪(২): ১৯১-২১০।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ১ | অধিবেশন ২ | স্লাইড ২০

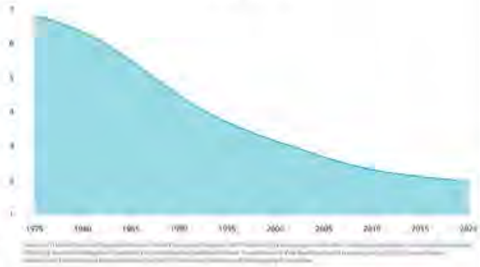
20

জনসংখ্যা বৃদ্ধি এবং মাতৃ ও শিশু স্বাস্থ্যের উন্নতিতে গত কয়েক দশকে বাংলাদেশ উল্লেখযোগ্য সাফল্য অর্জন করেছে

পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারের হার বৃদ্ধি



মোট প্রজনন হার হ্রাস



পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

21

বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনার সাফল্যের ইতিহাস

১. বাংলাদেশের পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম বিশ্বের প্রাচীনতম প্রকল্পগুলোর মধ্যে একটি যা ১৯৫৩ সালে শুরু হয়
২. পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারকারী বিবাহিত নারীদের হার গত ৫০ বছরের কম সময়ে সাতগুণ বেড়েছে
৩. বর্তমানে বিবাহিত নারীদের মধ্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যহারের হার ৬২ শতাংশ। ৫২ শতাংশ নারী আধুনিক গর্ভনিরোধক পদ্ধতি ব্যবহার করছেন
৪. সরকার ও পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তরের পরিবার পরিকল্পনা কার্যক্রম আরও সুদৃঢ় করার জন্য প্রতিশ্রুতিবদ্ধ।

সূত্র: বিডিএইচএস ২০১৭-২০১৮

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

22

সম্ভাবনা কাজে লাগানোর সুযোগ

- **পদ্ধতি ছেড়ে দেয়ার উচ্চ হার** - বর্তমানে অনুমান করা হয় যে, ৩৭ শতাংশ গর্ভনিরোধক ব্যবহারকারী তাদের নির্বাচিত পদ্ধতি ১২ মাসের মধ্যে ছেড়ে দেয়#
- **সেবার গুনগত মান উন্নত করার সাথে সাথে বিভিন্ন পদ্ধতির সমন্বয় করা** - বর্তমানে বিবাহিত নারীদের মধ্যে মাত্র ৮ শতাংশ দীর্ঘ বা স্থায়ী পদ্ধতি ব্যবহার করছেন
- **কিশোর-কিশোরীদের অপূর্ণ চাহিদা পূরণ করা** - ৫ শতাংশ প্রজননক্ষম নারীর বিপরীতে (৪৫-৪৯) ১৬ শতাংশ#কৈশোরকালীন বয়সের মেয়েদের অপূর্ণ চাহিদা রয়েছে
- **যাদের বাল্য বিবাহ হয়েছে তাদের সেবার মান আরো উন্নত করা** – ২০-৪৯ বছর বয়সী নারীদের সাক্ষাৎকারে দেখা গেছে তাদের মধ্যে ৩১ শতাংশের ১৫ বছর বয়সের আগে বিয়ে হয়েছে।

সূত্র: বিডিএইচএস ২০১৭-২০১৮

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

23

কেস স্টোরি ২: হেনা, নাজমা, রানী ও মিঃ হোসাইন

দলগত কাজ

- আলোচনার নির্দেশিকা: কেস স্টোরিতে জেন্ডার কীভাবে মানুষের ক্ষমতাকে প্রভাবিত করে?
- কোথায়/কীভাবে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার ফলাফলকে প্রভাবিত করে?
- কোথায় দেখেছেন জেন্ডার ও ক্ষমতা স্বাস্থ্য ভালো রাখার জন্য বাধা হিসাবে কাজ করছে?

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

24

অন্যান্য প্রতিবন্ধকতা যা থাকতে পারে

- মজুত শেষ
- অর্থের অভাব/ঘাটতি
- দক্ষ সেবা প্রদানকারীর অভাব
- সেবাকেন্দ্রের দূরত্ব
- কমিউনিটি বা সমাজে ভ্রান্ত ধারণা
- সেবা প্রদানকারীর পক্ষপাতিত্ব
- আইনী এবং আইনগত বাধা
- সনাতনী নিয়মনীতি বা সংস্কার

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ১ । অধিবেশন ২ । স্লাইড ২৫

25

মডিউল- ২
জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ভিত্তি

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ২ । স্লাইড ২৬

26

মডিউল ২ । অধিবেশন ১

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ধারণা ও প্রাসঙ্গিকতা

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা

- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার বিভিন্ন ধরন এবং এর ফলাফল কী সে সম্পর্কে জানতে পারবেন
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা একটি অর্ন্তনিহিত সমস্যা যা বয়স, বৈবাহিক অবস্থা বা অর্থনৈতিক শ্রেণি নির্বিশেষে যে কাউকে প্রভাবিত করতে পারে তা সম্পর্কে জানতে পারবেন
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি যারা হয়েছেন তাদের স্বাস্থ্য ঝুঁকি এবং প্রভাব সম্পর্কে জানতে পারবেন এবং যথাযথ ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য যোগাযোগ দক্ষতা অর্জন করবেন।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ২৭

27

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মোড়ক উন্মোচন

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা (জিবিভি)

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা (জিবিভি) বলতে নারী বা পুরুষের **প্রত্যাশিত** আচরণের প্রেক্ষিতে কোনও ব্যক্তি তাঁর জৈবিক লিঙ্গ, জেন্ডার পরিচয় বা বয়সের কারণে সহিংসতার মুখোমুখি হওয়াকে বোঝায়। এর সাথে ক্ষমতার **অসামঞ্জস্যতা** জড়িত। **এতে নিচে উল্লেখিত বিষয়গুলো অর্ন্তভুক্ত:**

- জবরদস্তি এবং সহিংসতার হুমকি
- শারীরিক ও যৌন নিপীড়ন
- আবেগীয় ও মানসিক পীড়ন
- সেবা গ্রহণে বাধা
- আইনী স্বকীয়তা অস্বীকার
- এটা নারী, মেয়ে, পুরুষ ও ছেলেদের ক্ষতি সাধন করে

নারীর প্রতি সহিংসতা

নারীর প্রতি সহিংসতা বলতে বোঝায় অসম ক্ষমতার প্রভাবে কোনো কাজ করা যা জেন্ডার রীতি নীতির পরিপন্থী। এর ফলে হুমকি, জবরদস্তি বা স্বেচ্ছাচারিতা, নারীদের স্বাধীনতায় হস্তক্ষেপসহ শারীরিক, যৌন বা মানসিক ক্ষতি হতে পারে। সেটা প্রকাশ্যে বা ব্যক্তিগত জীবনেই হউক না কেনো। এতে নিচে উল্লেখিত বিষয়গুলো অর্ন্তভুক্ত:

- স্বামী বা অন্তরঙ্গ সঙ্গীদ্বারা সহিংসতা
- যৌন নিপীড়ন ও ধর্ষণ
- প্রজনন সম্পর্কিত জবরদস্তি
- জোরপূর্বক বিবাহ
- মানব পাচার
- শিক্ষা, আর্থিক, ও আইনি সেবা না নিতে পারা

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ২৮

28

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার বিভিন্ন রূপ

শারীরিক
শারীরিক নির্যাতন
মানব পাচার
শিশুহত্যা
লিঙ্গ ভিত্তিক গর্ভপাত
এসিড নিক্ষেপ

মানসিক
অপমান, দুর্ব্যবহার
চলাফেরায় বাধা
ভয়ভীতি/হুমকি
যৌন দৃষ্টিভঙ্গির কারণে সমাজচ্যুত করা

সামাজিক
বৈষম্য করা কিংবা
সুযোগ-সুবিধা থেকে
বঞ্চিত করা
বাল্যবিবাহ
মেয়েদের শিক্ষার সুযোগ
থেকে বঞ্চিত করা

যৌন
জোর করে বিয়ে দেওয়া
যৌন নিপীড়ন
পতিতাবৃত্তিতে বাধ্য করা
ধর্ষণ (বৈবাহিক সম্পর্কের মধ্যে ধর্ষণসহ)
শিশুদের ওপর যৌন নিপীড়ন

29

প্রজনন সম্পর্কিত জবরদস্তি

এটি নারী ও শিশুর প্রতি সহিংসতার একটি জটিল রূপ যা শারীরিক, যৌন, মানসিক এবং/অথবা সামাজিক সহিংসতার মাধ্যমে সংঘটিত হতে পারে এবং বেশিরভাগ ক্ষেত্রে একাধিক সহিংসতা একসাথে ঘটে থাকে।

উদাহরণ:

- পুত্র সন্তান জন্ম না দেওয়ার কারণে একজন নারীকে বারবার লজ্জা দেওয়া এবং দোষারোপ করা
- গর্ভাবস্থা এড়াতে একজন নারীকে গর্ভপাতের (Menstrual regulation) মধ্য দিয়ে যেতে বাধ্য করা
- নারীদের চলাফেরার স্বাধীনতা না দেওয়া (পরিবার পরিকল্পনা সেবা নেয়ার সুযোগ না দেওয়া)
- গর্ভনিরোধক বড়ি#বা কনডম ফেলে দেওয়া

30

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা - বাংলাদেশ

বাংলাদেশে নারীর প্রতি সহিংসতার তথ্য

২০১৭ সমীক্ষা। মোট সহিংসতার মুখোমুখি ১১৪৩ জন

যারা সহিংসতার মুখোমুখি হয়েছে তাদের মধ্যে-

- ১৬ থেকে ৩০ বছর বয়সী (৬৩.৭৮%), ১ থেকে ১৫ বছর বয়সী (১৯.১৬%)
- বৈবাহিক অবস্থা ঃ বিবাহিত ৭১.৯১% এবং অবিবাহিত ২৫.৬৩%
- সহিংসতার মুখোমুখি যারা হয়েছেন তাদের মধ্যে গৃহবধূ (৬০.৩৭%), ছাত্রী (১১.১১%), গৃহকর্মী (১০.৮৫%) এবং অন্যান্য (১১.৪৬%)
- ৬৪.৬৫% ক্ষেত্রেই স্বামী কর্তৃক জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ঘটে থাকে। এছাড়াও পরিচিত ব্যক্তি (১৪.০০%), প্রতিবেশী (১৩.৩০%), প্রেমিক (৩.১৫%), বাড়ির মালিক (২.৬২%), শ্বশুরবাড়ী এবং অন্যান্য (২.২৭%) ব্যক্তির দ্বারাও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা ঘটে থাকে।

বাংলাদেশ পরিসংখ্যান বুরো ২০১৫ সালের রিপোর্ট/প্রতিবেদন অনুযায়ী-

- ৭২.৬ শতাংশ বিবাহিত নারীরা তাদের জীবদ্দশায় কমপক্ষে ১বার হলেও তাদের স্বামীর দ্বারা নির্যাতনের মুখোমুখি বা নির্যাতিত হয়েছেন।
- ২৭.৮ শতাংশ নারীরা তাদের জীবদ্দশায় স্বামী ছাড়া অন্যদের দ্বারা শারিরীকভাবে নির্যাতনের মুখোমুখি বা নির্যাতিত হয়েছেন।
- ২৮.৭ এবং ২৭.২ শতাংশ নারীরা তাদের জীবদ্দশায় মানসিক ও যৌন হয়রানির মুখোমুখি হয়েছেন।
- ১১.৪ শতাংশ বিবাহিত নারীরা তাদের জীবদ্দশায় অর্থনৈতিক সহিংসতার মুখোমুখি হয়েছেন।

31

জাতিসংঘের বিশেষ ঘোষণা

ধারা ১: এই ঘোষণাপত্রের আলোকে, "নারীর প্রতি সহিংসতা" শব্দটির অর্থ হচ্ছে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার যে কোনো কাজ বা কাজের হুমকি যার ফলে নারীরা শারীরিক, যৌন বা মানসিক ক্ষতি, স্বাধীনতাহরণ, নির্বিচারে বঞ্চনার শিকার হতে পারে, হোক তা প্রকাশ্যে বা ব্যক্তিগত জীবনে।

ধারা ৪: রাষ্ট্রের উচিত নারীর প্রতি সহিংসতার নিন্দা করা এবং কোন প্রথা, নিয়ম বা ধর্মের দোহাই দিয়ে নারী নির্যাতন নির্মূলে রাষ্ট্রের দায়বদ্ধতাকে এড়ানো যাবেনা। রাষ্ট্রের সমস্ত উপযুক্ত উপায়গুলোকে পর্যবেক্ষণ করে যত দ্রুত সম্ভব সহিংসতা দূর করার নীতিমালা অনুসরণ করা উচিত।

32

জাতীয় আইন ও অঙ্গীকার

- ২০১৪ সালে বাংলাদেশ অঙ্গীকার করেছে যে ২০৪১ সালের মধ্যে দেশে বাল্যবিবাহ বন্ধ হবে
- দন্ডবিধির একাধিক ধারায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ক্ষেত্রে বিশেষ ধরনের কঠোর শাস্তির বিধান রয়েছে, যার মধ্যে রয়েছে অ্যাসিড হামলা, যৌতুকের জন্য নারী হত্যা, এবং শিশুর লালন পালন অস্বীকার করা।
- বাংলাদেশ জাতিসংঘের বিশেষ ঘোষণাপত্রে এবং নারীর প্রতি সহিংসতার বিরুদ্ধে ICPD সহ বিভিন্ন আন্তর্জাতিক কনভেনশনে স্বাক্ষরকারীদের মধ্যে রয়েছে
- স্ত্রীর বয়স ১৩ বছরের নিচে না হলে বৈবাহিক ধর্ষণ আইনী মামলা থেকে রেহাই পেয়ে যায়।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ২ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ৩৩

33

মডিউল ২ । অধিবেশন ২

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঝুঁকি বিশ্লেষণ

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- মানব জীবনচক্রে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা কীভাবে প্রভাব ফেলে তা জানতে পারবেন এবং যোগসূত্র চিহ্নিত করতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা নিতে আসা গ্রহীতাদের বাচনিক এবং অবাচনিক অংগভঙ্গি দেখে সনাক্ত করতে পারবেন কারা জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার জন্য অধিকতর ঝুঁকিতে আছে।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ২ । অধিবেশন ২ । স্লাইড ৩৪

34

জীবন চক্র পদ্ধতি
০ - ২ বছর
৪ - ১০ বছর
কৈশোর (১০-১৪ বছর)
কৈশোর (১৫-১৯ বছর)
সদ্য বিবাহিত দম্পতি
গর্ভবতী নারী
প্রসবোত্তর দম্পতি
একটি সম্পূর্ণ পরিবার
পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ
মডিউল ২ | অধিবেশন ২ | স্লাইড ৩৫

35

জীবন চক্রে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা
০ - ২ বছর
৪ - ১০ বছর
কৈশোর (১০-১৪ বছর)
কৈশোর (১৫-১৯ বছর)
• পড়াশোনা করতে না দেয়া
• শিশু শ্রম; শিশু পতিতাবৃত্তি
• শারিরীক নির্যাতন; অবহেলা
• যৌন নির্যাতন; শ্লীলতাহানি
• ভাইবোনের দ্বারা গালিগালাজ
• পিতামাতার পছন্দে জোরপূর্বক বিয়ে, সেবা পেতে বাধা দেয়া
সদ্য বিবাহিত দম্পতি
• জোরপূর্বক যৌন হয়রানি, ধর্ষণ, যৌন স্বাস্থ্য: যৌনতা এবং যৌন আকাঙ্খার উপর নিয়ন্ত্রণ; পতিতাবৃত্তিতে বাধা করা; সাইবার হয়রানি; অন্যান্য সহিংসতা: হয়রানি, প্রকাশ্যে অশ্লীলতা: বর্ধিত পরিবার, শিক্ষক, কোচ, সহকর্মীদের দ্বারা যৌন হয়রানি।
• ছেলে সন্তানের চাহিদা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে বাধা, যৌন নির্যাতন, চলাচলের সীমাবদ্ধতা, সন্তান জন্মদানে সক্ষমতা প্রমাণের জন্য জবরদস্তি
গর্ভবতী নারী
গর্ভকালীন সহিংসতা, অন্তরঙ্গ সঙ্গী/স্বামী দ্বারা সহিংসতা, সেবা পেতে বাধা, সন্তান নেওয়ার জন্য জোর করা, মাসিক নিয়ন্ত্রণের জন্য জোর করা
প্রসবোত্তর দম্পতি
একটি সম্পূর্ণ পরিবার
• অন্তরঙ্গ সঙ্গী/স্বামী দ্বারা
• সহিংসতার সেবা পেতে বাধা
• যৌন নির্যাতন
পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ
মডিউল ২ | অধিবেশন ২ | স্লাইড ৩৬

36

জীবনচক্রে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার প্রভাব

- **মানসিক স্বাস্থ্যের প্রভাব:** যেমন, বিষন্নতা, উদ্বেগ, ফ্ল্যাশব্যাক, ড্রাগের ব্যবহার, আত্মহত্যার প্রবনতা
- **যৌন এবং প্রজনন স্বাস্থ্যের উপর প্রভাব:** যেমন, অনিচ্ছাকৃত গর্ভধারণ, এইচআইভি, যৌনবাহিত রোগ, জরায়ু ক্যান্সার, গর্ভপাত, শিশু শ্রম, মৃত সন্তান প্রসব
- **শারীরিক প্রভাব:** যেমন, হাড়ভাঙা, আঘাত, রক্তপাত, অপুষ্টি, মৃত্যু
- **সামাজিক প্রভাব:** যেমন- স্কুলে পড়তে না পারা, বেকার জীবন, একাকীত্ব, সমাজে তেমন কোন অবদান রাখতে না পারা, দারিদ্রতা।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

37

অন্তরঙ্গ সঙ্গীর দ্বারা সহিংসতার মুখোমুখি নারীদের মাঝে:

বিষন্নতা অনুভব করার আশঙ্কা **দ্বিগুণ**

কম ওজনের শিশুর জন্মের আশঙ্কা **১৬%** বেশি

ক্ল্যামাইডিয়া, গনোরিয়া এবং এইচআইভি হওয়ার আশঙ্কা **১.৫ গুণ** বেশি

নারী হত্যার **৩৮%** তাদের অন্তরঙ্গ সঙ্গীদের দ্বারা সংঘটিত হয়েছে

সূত্র: বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা, *Caring for women subjected to violence: a WHO curriculum for training health-care providers, revised edition* (Geneva: 2021).

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

38

যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা কেমন হতে পারে?

- প্রসব পরবর্তী পরিবার পরিকল্পনা সেবা নেওয়ার ক্ষেত্রে একজন মা তার শাশুড়ীর সামনে এই সেবা সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করতে পারেন না
- ফলো আপের জন্য আগত একজন পরিবার পরিকল্পনা গ্রহীতা আসেন যার মুখে বা কব্জিতে আঘাতের দাগ থাকতে পারে
- একজন কিশোরীকে তার মা গর্ভপাতের (এমআর) জন্য নিয়ে আসেন কিন্তু কিশোরী এ ব্যাপারে কথা বলতে পারেনা
- একজন গ্রহীতা জিজ্ঞাসা করেন যে এমন কোনো পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি আছে কিনা যা তার স্বামী জানতে পারবে না বা ফেলে দিতে পারবে না
- একজন আইইউডি গ্রহীতা যিনি পদ্ধতি গ্রহণের পর বাড়িতে যাওয়ার পরপরই খোলার জন্য ফিরে আসে

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার প্রকারভেদে প্রত্যেকের জন্য আলাদা। এটি প্রকাশের জন্য কখনই জোর করা যাবেনা বা কখনই অনুমান করে নেয়া যাবেনা যে এই সহিংসতাকে সে উপেক্ষা করে বা তার এটা সহ্য হয়ে গেছে

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ । অধিবেশন ২ । স্লাইড ৩৯

39

মডিউল ২ । অধিবেশন ৩

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধে ও সচেতনতায় পুরুষের সম্পৃক্ততা

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধে পুরুষের সম্পৃক্ততার স্পষ্ট ধারণা, সুবিধা, অসুবিধা, বাধা ও সফলতা সম্পর্কে জানতে পারবেন

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ । অধিবেশন ৩ । স্লাইড ৪০

40

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রতিরোধে পুরুষের সম্পৃক্ততা

"ব্যবহারকারী, সহায়তাকারী এবং পরিবর্তনের অংশীদার হিসাবে পুরুষ ও ছেলেদের সম্পৃক্ত করলে স্বাস্থ্য ও কল্যাণে ভালো ফল নিয়ে আসে। আরও বিশেষভাবে, পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য প্রকল্পে পুরুষদের জড়িত করে অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভধারণ কমাতে, মাতৃস্বাস্থ্যের উন্নতি, যৌন সংক্রমণ (STIs) এবং HIV/AIDS কমাতে সফলতা এসেছে।"

সূত্র: Breakthrough ACTION

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ — মডিউল ২ । অধিবেশন ৩ । স্লাইড ৪১

41

নারীদের পরিবার পরিকল্পনা, যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার উন্নয়নে পুরুষদের ভূমিকা

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ — মডিউল ২ । অধিবেশন ৩ । স্লাইড ৪২

42

যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার রক্ষায় পুরুষের সম্পৃক্ততার সুবিধা

- পুরুষের সম্পৃক্ততা যৌন সংক্রমণ, এইচআইভি ও এইডস-এর বিস্তার কমাতে পারে
- পুরুষের সম্পৃক্ততা নারী ও শিশুদের স্বাস্থ্যের উপর পুরুষের ঝুঁকিপূর্ণ যৌন আচরণের প্রভাব কমাতে পারে
- অধিকাংশ ক্ষেত্রে স্বামীরা পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণের অনুমোদন দেন
- পুরুষরা এমন সিদ্ধান্ত নেয় যা নারী ও পুরুষদের স্বাস্থ্যকে প্রভাবিত করে।
- যৌন আচরণ, প্রজনন সিদ্ধান্ত গ্রহণ ও প্রজনন স্বাস্থ্যকে প্রভাবিত করে এরকম বিষয়ে পুরুষরা সচেতনতা বৃদ্ধিতে কাজ করতে পারে।
- পুরুষের সম্পৃক্ততা নারীদের চাহিদা মেটাতে সহায়তা করতে পারে।
- এটি প্রজনন স্বাস্থ্যের উন্নয়নে পুরুষদের সুযোগ দেয় এবং তারা একটি ভূমিকা পালন করতে পারে
- ব্যক্তি হিসাবে ইচ্ছা অনুযায়ী পরিবার গঠন করতে এবং বাচ্চা নেওয়ার সময় ও ব্যবধান থেকে পুরুষরা লাভবান হয়
- পরিবারের সদস্য হিসাবে পুরুষরা তাদের স্ত্রী ও সন্তানদের যত্ন নেওয়ার দায়িত্বকে সম্মান করে যখন পরিবারের জন্য নিরাপদ মনে করে ও সুস্থ থাকে
- কমিউনিটির নেতা ও নীতিনির্ধারক হিসাবে পুরুষরা পরিবার পরিকল্পনা এবং গর্ভাবস্থার আদর্শ সময় ও ব্যবধানকে উৎসাহিত করে শক্তিশালী ও সমৃদ্ধশালী কমিউনিটি তৈরিতে সহায়তা করে।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

43

যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার রক্ষায় পুরুষের সম্পৃক্ততার ঝুঁকি

- সন্তান জন্মদান এবং স্বাস্থ্যগত বিভিন্ন সিদ্ধান্তের উপর ক্ষমতা ভারসাম্যহীন হয়
- মানবসম্পদ, উপকরণ ও গ্রহীতার সময় ইত্যাদি সীমাবদ্ধতার মধ্যে পুরুষদের প্রতি মনোযোগ বেড়ে যেতে পারে। এর ফলে মাঠ পর্যায়ে নারীদের কাছ থেকে এবং মেয়ে-কেন্দ্রিক সেবার ক্ষেত্রে অনিচ্ছাকৃতভাবে সুযোগ সুবিধাগুলো চলে যেতে পারে।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

44

পরিবার পরিকল্পনায় পুরুষদের সম্পৃক্ত করতে যা জানা প্রয়োজন

- পরিবার পরিকল্পনায় পুরুষদের সম্পৃক্ত হওয়ার বিষয়টি তার ব্যক্তিগত
- নিজস্ব ধারনাগুলোর যাচাই করা
- ক্ষমতার দৌরাত্ম্য বা অপপ্রয়োগ কি এই বিষয়টি বোঝা
- ভাল বা খারাপ যে কোনো কিছুতেই পুরুষরা জড়িত থাকতে পারে এই বাস্তবতাকে মানা
- পুরুষদের জন্য সেবার অপ্রতুলতা আছে, তবুও অনেকে স্নেহশীল পিতা এবং সহায়ক সঙ্গী/স্বামী হতে আগ্রহী
- পুরুষরা তাদের নিজস্ব অধিকারের ভিত্তিতেই পরিবার পরিকল্পনার গ্রহীতা এবং ব্যবহারকারী
- স্বাস্থ্যসেবা থেকে পুরুষদের আলাদা গণনা করা উচিত নয়
- সেবা প্রদানকারীদের সামাজিক রীতিনীতি সম্পর্কেও ভাবা
- পুরুষরা উপস্থিত না থাকলেও তাদের সম্পৃক্ত করা
- পুরুষরা যেখানেই থাকুক তাদেরকে সম্পৃক্ত করা বা আলোচনায় আনা
- পুরুষরা পরিবার পরিকল্পনায় ইতিবাচকভাবে অংশগ্রহণ করতে পারে
- পরিবার পরিকল্পনায় পুরুষদের ইতিবাচক অংশগ্রহণ, নারী ও পরিবারের জন্য কল্যাণকর

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

45

নিরাপদ মাতৃত্ব, যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং অধিকার অর্জনে

পুরুষরা অনেক গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে, কিন্তু তাদের সিদ্ধান্ত ও কাজ যখন ভিন্নতা তৈরি করে তা হলো

- গর্ভাবস্থায়
- প্রসবকালীন সময়ে
- প্রসব পরবর্তী সময়ে

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

46

পুরুষ: যৌন ও প্রজনন সুস্বাস্থ্যের সঙ্গী ও সমর্থক

- পুরুষদের সম্পৃক্ত করা একটি কার্যকরী কৌশল। **হ্যাঁ / না**
- যৌন দায়িত্বে পুরুষদের উৎসাহিত করা। **হ্যাঁ / না**
- সঙ্গীদের পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি গ্রহণে পুরুষদের সমর্থন থাকা। **হ্যাঁ / না**
- দম্পতিদের প্রজনন স্বাস্থ্যের যত্ন নেওয়া। **হ্যাঁ / না**
- পুরুষরা সকল সিদ্ধান্তে প্রভাবশালী ভূমিকা পালন করে। **হ্যাঁ / না**
- পুরুষরাও আজকাল পরিবার পরিকল্পনায় ধারনার চেয়ে বেশি আগ্রহী। **হ্যাঁ / না**
- পুরুষদের জন্য নির্দেশিত কাউন্সেলিং এবং সেবাসমুহ প্রয়োজন। **হ্যাঁ / না**
- পুরুষদেরকে ক্ষমতার ভারসাম্য বোঝানো এবং প্রভাবিত করা গুরুত্বপূর্ণ। **হ্যাঁ / না**
- যে দম্পতিদের মধ্যে বোঝাপড়া ভালো থাকে তারা আরও ভাল সিদ্ধান্তে পৌঁছায়। **হ্যাঁ / না**

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ | অধিবেশন ৩ | স্লাইড ৪৭

47

মডিউল ২ | অধিবেশন ৪

কৈশোরকালীন যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য এবং পরিবার পরিকল্পনা সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষণার্থীরা

- বয়ঃসন্ধিতে থাকা কিশোরদের যৌন, প্রজনন স্বাস্থ্য ও এর অধিকার এবং পরিবার পরিকল্পনায় জেন্ডার প্রাসঙ্গিকতা, বাল্যবিবাহ ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার প্রভাব সম্পর্কে জানবেন এবং দেশের আইন কীভাবে তা মোকবেলা করতে পারে তা জানবেন
- দেশে যৌন ও প্রজনন সংক্রান্ত আইন প্রয়োগ করে কীভাবে জোরপূর্বক বিবাহ রোধ করা যায় তা বলতে পারবেন।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ | অধিবেশন ৪ | স্লাইড ৪৮

48

প্রাথমিক ধারণা

কিশোর, তরুণ বা যুবকদের মধ্যে বাল্য বিবাহ, যৌন এবং প্রজনন স্বাস্থ্য ও অধিকার

বিভিন্ন সংজ্ঞা

কিশোর (Adolescent): ১০ - ১৯ বছর

তরুণ (Young): ১০ - ২৪ বছর

যুব (Youth): ১৫ - ২৪ বছর

জোরপূর্বক বাল্য বিবাহ- Child, Early, and Forced Marriage and Unions (CEFMU)

বাল্যবিবাহ হল এমন কোন বিবাহ যেখানে ছেলে মেয়ের মধ্যে একজনের বয়স ১৮ বছরের কম। জোরপূর্বক বিবাহ এবং সহবাস এমন অবস্থাকে বোঝায় যেখানে একটি পক্ষ সম্মতি দেয়নি-- তাদের বয়স যাই হোক না কেন। জোরপূর্বক বিবাহ শব্দটি আনুষ্ঠানিক, আইনি বিবাহ এবং সেইসাথে অনানুষ্ঠানিক মিলন ও সহবাস উভয়ই অন্তর্ভুক্ত করে।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ২

49

তরুনদের জন্য যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা

- পরিবার পরিকল্পনার পদ্ধতির সম্পূর্ণ তথ্য এবং জরুরী সরবরাহের ব্যবস্থা
- পরিবার পরিকল্পনা, গর্ভাবস্থা সংক্রান্ত, যৌনবাহিত সংক্রমণ, এইচআইভি/এইডস এবং প্রজনন তন্ত্রের সংক্রমণ (RTI) প্রতিরোধ ও চিকিৎসা বিষয়ক পরামর্শ ও তথ্য সেবা
- প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের জন্য মৌলিক সরঞ্জাম (যেমনঃ পরিবার পরিকল্পনা, প্রসবপূর্ব যত্ন, প্রজননতন্ত্রের সংক্রমণ এর জন্য পরীক্ষাগার);
- মানসিক স্বাস্থ্য, পুষ্টি, যৌন নির্যাতন এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সাথে জড়িত সেবা পাওয়ার সুযোগ
- বিশেষ চাহিদা সম্পন্ন তরুণদের চাহিদা মেটানোর ব্যবস্থা; এবং
- রেফারেল সিস্টেম

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ২ | অধিবেশন ৪

50

বাল্যবিবাহের ধারণা

বিডিএইচএস রিপোর্ট ২০২২ অনুযায়ী, ২০-২৪ বছর বয়সী নারীাদের মধ্যে ৫০ শতাংশ ১৮ বছর বয়সের আগে বিয়ে হয়েছে, এবং ২০-২৪ বছর বয়সী নারীদের প্রায় এক-চতুর্থাংশের বেশি (২৭%) ১৬ বছর বয়সের আগে বিয়ে হয়েছে।

বাংলাদেশ বাল্য বিবাহ নিরোধ আইন, ২০১৭ (CMRA) যা বৃটিশ আইন-১৯২৯ এর পরিবর্তে প্রবর্তিত হয় এবং ১৮ বছর বয়সের আগে নারীদের এবং ছেলেদের ২১ বছরের আগে বিয়েকে বাল্যবিবাহ হিসাবে চিহ্নিত করা হয়। এটি আনুষ্ঠানিক বা অনানুষ্ঠানিক সকল বিবাহকেই বোঝায় যেখানে ছেলে-মেয়ের বয়স ২১ এবং ১৮ বছরের নীচে।

দেশের বাল্যবিবাহ পরিস্থিতি মোকাবেলায় বাংলাদেশের মাননীয় প্রধানমন্ত্রী ২০১৪ সালের জুলাই মাসে গার্লস সামিট এ অঙ্গীকার করেছিলেন:

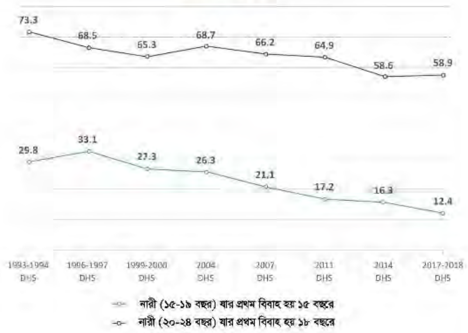
- ২০১৪ সালের শেষ নাগাদ একটি জাতীয় কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করা (যা ২০১৮ সালে প্রস্তুত হয়)
- বাল্যবিবাহ নিয়ন্ত্রণ আইন ১৯২৯ সংশোধন (যা ২০১৭ সালে সংশোধিত);
- ১৫ বছরের কম বয়সীদের বিবাহ বন্ধ এবং ২০২১ সালের মধ্যে ১৮ বছরের কম বয়সীদের এক তৃতীয়াংশের বাল্যবিবাহ হ্রাস করা; এবং
- ২০৪১ সালের মধ্যে দেশ থেকে বাল্যবিবাহ নির্মূল করা

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ । অধিবেশন ৪ । স্লাইড ৫১

51

নারীদের (%) প্রথম বিবাহকালে তাদের বয়স ১৮ ছিলো এমন শীর্ষ দশটি দেশ

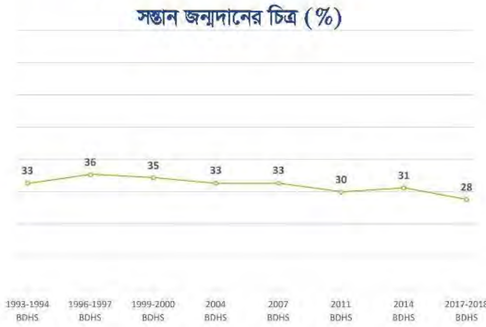
বাংলাদেশে বাল্যবিবাহের চিত্র (শতাংশ) ১৯৯৩-২০১৭



পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ । অধিবেশন ৪ । স্লাইড ৫২

52

বাংলাদেশে ১৫-১৯ বছর বয়সী নারীদের সন্তান জন্মদানের চিত্র (%)



কিশোরী মায়েদের সন্তান গ্রহণ করার কারনসমূহ

- সামাজিক কুসংস্কার এবং দারিদ্র্য
- সন্তান জন্মদান স্ত্রী ও স্বামীর সামাজিক মূল্য বৃদ্ধি করতে পারে
- নারীদের ক্ষমতায়ন / স্বতন্ত্র পরিচয়ের অভাব
- কিশোরী নারীদের অপূর্ণ চাহিদা / পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহারে বাধা
- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার সম্পর্কে ভুল ধারণা
- পারিবারিক ও সামাজিক চাপ / নিরাপত্তাহীনতা
- বিবাহবহির্ভূত সম্পর্ক এবং/অথবা অবিশ্বাস

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ । অধিবেশন ৪ । স্লাইড ৫৩

53

কিশোর-কিশোরী ও যুবকদের জন্যে যৌন, প্রজনন স্বাস্থ্য ও অধিকার-এর সেবা চাহিদার তালিকা

সেবার ধরন	প্রায় সবসময়	মাঝে মাঝে	তেমন নয়	জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা, কোন প্রভাব ফেলছে কি?
১. অপুষ্টি				
২. সাধারণ স্বাস্থ্য সমস্যা				
৩. মাসিকের সমস্যা				
৪. মানসিক স্বাস্থ্য সমস্যা (বিষণ্ণতা)				
৫. গর্ভনিরোধক				
৬. জরুরি গর্ভনিরোধক, গর্ভপাত				
৭. যৌন সংক্রমণ				
৮. আসক্তিপূর্ণ আচরণ				
৯. দুর্ঘটনা এবং সহিংসতা				
১০. যৌন নির্যাতন				

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ২ । অধিবেশন ৪ । স্লাইড ৫৪

54

কেস স্টোরি ৬-৮: মিনা, পারভীন, খাদিজা

দলগত কাজ: প্লেনারি

- কেস-স্টোরির সাথে সম্পর্কিত মূল বিষয়গুলো খুজে বের করা
- পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন, প্রজনন স্বাস্থ্যকেন্দ্রে প্রথমে কীভাবে কেস সনাক্ত করা হয়?
- জেন্ডার ও জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সংক্রান্ত কী প্রাসঙ্গিকতা পরিলক্ষিত হয়
- কেসটি সমাধান করার জন্য বিবেচ্য বিষয়গুলো কী কী?
- কী শিখন অর্জন হলো?

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

55

মূল্যবোধ স্পষ্টকরণ

নিজের ইচ্ছেমত ভোট দিন

- কোন সঠিক উত্তর নেই
- কেন আপনি এটা বিশ্বাস করেন, এটা বলার জন্য প্রস্তুতি নিন
- ক্ষমতার প্রভাব, মূল্যবোধ, ও বিশ্বাস এসবই জটিল

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

56

মূল অর্জনসমূহ

- জেন্ডার সামাজিকভাবে আরোপিত এবং প্রত্যেককে অভ্যাস, মূল্যবোধ, পক্ষপাত ও অনুমান করার ক্ষমতা দেয়
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বাংলাদেশে প্রতি ৩ জনের মধ্যে ২ জন নারীর উপর প্রভাব ফেলে, পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার অর্জনের উপর উল্লেখযোগ্য প্রভাব ফেলে।
- জীবনের সকল স্তরের এবং সকল বয়সের মানুষ জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার অভিজ্ঞতা আছে
- প্রজনন প্রক্রিয়ার সাথে জড়িত যে কোন জবরদস্তিকে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বলা যায়
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা হলো এমন কিছু যা পুরুষ ও নারীরা একসাথে মিলে নিরসন করতে পারে এবং করা উচিত

57

কোন প্রশ্ন?

58

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

—দ্বিতীয় দিন—

পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর

1

সবাইকে স্বাগতম

আজকের উদ্দেশ্য

- পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবার আওতায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাকে সেবা দানের দক্ষতা বৃদ্ধি করা, তাদের সাথে মন খুলে কথা বলা এবং রেফার করার ব্যবস্থা করা।
- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার কেস রেকর্ডিং, রিপোর্টিং ও রেফারেল পদ্ধতি সম্পর্কে জ্ঞান ও দক্ষতা বৃদ্ধি করা ।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

স্লাইড ২

2

মডিউল ৩

পরিবার পরিকল্পনা এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

স্লাইড ৩

3

মডিউল ৩ । অধিবেশন ১

পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা

- সাধারণ কাউন্সেলিং এবং জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কাউন্সেলিং-এর মধ্যে পার্থক্য কী তা জানতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে যে সকল গ্রহীতা অন্তরঙ্গ সংগী/ স্বামী কর্তৃক সহিংসতার মুখোমুখি হন তাদের কী সুবিধা বা অসুবিধা হতে পারে তা বলতে পারবেন
- গ্রহীতা কেন্দ্রিক কাউন্সেলিং-এর ক্ষেত্রে কার্যকর শ্রবণ কী তা দেখাতে পারবেন

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ৩ । অধিবেশন ক। স্লাইড ৪

4

কাউন্সেলিং সম্পর্কে ধারণা

- কাউন্সেলিং হলো সেবা গ্রহীতা এবং সেবা প্রদানকারীর মধ্যে একটি দ্বিমুখী আলোচনা বা যোগাযোগ পদ্ধতি।
- এটি একটি আন্তঃব্যক্তিক যোগাযোগ প্রক্রিয়া যা সেবা গ্রহীতা ও একজন কাউন্সেলরের মধ্যে উন্মুক্ত আলোচনার মধ্য দিয়ে সেবা গ্রহীতাকে সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সহায়তা করে। কাউন্সেলর সাধারণত প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত হয়ে থাকেন এবং নীতি নৈতিকতা মেনে চলেন।
- কাউন্সেলিং কথা বলার একটি প্রক্রিয়া যা সেবাদানকারী এবং সেবা গ্রহনকারীর মধ্যে পারস্পরিক আলাপ-আলোচনা বা যোগাযোগ করার পদ্ধতি, যার উদ্দেশ্য হলো কাউন্সেলিং গ্রহণকারীর সুবিধা, সমস্যা সমাধান, রেফারাল এবং সিদ্ধান্ত গ্রহণে সহায়তা করা।
- কাউন্সেলিং এক ধরনের দ্বিপাক্ষিক সহানুভূতিশীল, সহজ ও নৈতিকতা ভিত্তিক সম্পর্ক তৈরি করে। এখানে ব্যক্তিগত সিদ্ধান্ত চাপিয়ে দেয়ার কোন অবকাশ নেই।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

5

গ্রহীতা-কেন্দ্রিক কাউন্সেলিংয়ের নীতি

- গোপনীয়তা - কথা বলার জন্য একটি উপযুক্ত স্থান নিশ্চিত করা যাতে বাইরে থেকে শোনা ও দেখা না যায়
- পর্যাপ্ত সময় নেয়া
- গ্রহীতা যে বিষয়ে সেবা নিতে আসে সে সম্পর্কিত গোপনীয়তা বজায় রাখা
- একটি সহায়ক পরিবেশে আলোচনা করা
- গ্রহীতার কি প্রয়োজন তা জানা এবং সে অনুযায়ী আলোচনা করা
- সহজবোধ্য রাখা - এমন শব্দ ব্যবহার করা যাতে মানুষ সহজে বুঝতে পারে, টেকনিক্যাল শব্দ ব্যবহার না করা
- সুনির্দিষ্ট তথ্য দেওয়া - খুব বেশি তথ্য দিয়ে বিভ্রান্তি সৃষ্টি না করা
- সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ নির্দেশাবলী বারবার বলা
- পোস্টার এবং ফ্লিপ চার্ট ইত্যাদির মত উপকরণ (যা হাতের কাছে আছে) ব্যবহার করা
- সেবাগ্রহীতার প্রতিক্রিয়া জানার চেষ্টা করা

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

6

মনোযোগ দিয়ে শোনার মাধ্যমে কাউন্সেলিং

যে বিষয়গুলো লক্ষ্যণীয়:

- আগ্রহ প্রকাশ জন্যে চোখে চোখ রেখে কথা বলা (যতক্ষণ পর্যন্ত এটি আপনার পরিবেশে সামাজিকভাবে গ্রহণযোগ্য)
- উন্মুক্ত প্রশ্ন করা, যা সেবা গ্রহীতাদের নিজেদেরকে প্রকাশ করার সুযোগ করে দেয়;
- বুঝতে পারছে কিনা পরীক্ষা করা (প্যারাফ্রেজিং / সমার্থক বাক্য দ্বারা বুঝিয়ে বলা)।
- এমন শব্দ ও অঙ্গভঙ্গি ব্যবহার করুন যেন সেবা গ্রহীতার প্রতি আপনার আগ্রহ প্রকাশ করে এবং কথোপকথনকে এগিয়ে নিয়ে যায়, কিন্তু সেবা গ্রহীতাকে অকারণে বাধা দেওয়া এড়িয়ে চলতে হবে
- এমন স্বরে কথা বলতে হবে যেন সেবা গ্রহীতা আগ্রহ দেখায়
- ঘটনার শোনা এবং তার অনুভূতি বোঝার চেষ্টা করতে হবে
- কথা বলার সময় নোট নেয়া বন্ধ রাখা বা সীমিত রাখা এবং গ্রহীতার সাথে বেশি বেশি মৌখিকভাবে যোগাযোগ করা

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

7

মনোযোগ দিয়ে শোনার মাধ্যমে কাউন্সেলিং

যে বিষয়গুলো থেকে বিরত থাকা দরকার :

- সেবা গ্রহীতাকে অযথা বাধা দেয়া
- সেবা গ্রহীতার বাক্য শেষ করতে না দেয়া
- নিজের ব্যক্তিগত চিন্তা নিয়ে সময় ব্যয় করা

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

8

পরিবার পরিকল্পনা সেবার কাউন্সেলিং-এ GATHER

G Greet
A Ask
T Tell
H Help
E Explain
R Return

- Greet- গ্রহীতাকে আন্তরিকভাবে স্বাগত জানান।
- Ask- তাদের পরিবার পরিকল্পনার চাহিদা, এবং আর কোনো সমস্যা অথবা নিরাপত্তার অভাব আছে কিনা জিজ্ঞাসা করা।
- Tell- তাদের বিভিন্ন পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি সম্পর্কে বলা। কোন পদ্ধতিতে কী ধরণের সমস্যা হতে পারে এবং স্বামী/পরিবারের কতটুকু অংশগ্রহণ দরকার সে সম্পর্কে বলা।
- Help- বিভিন্ন পদ্ধতি সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করা।
- Explain- পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতি ব্যবহার সম্পর্কে বুঝিয়ে বলা।
- Return- আবার কবে আসতে হবে সে সময় নির্ধারণ করা। গ্রহীতাকে পরবর্তীতে যোগাযোগের জন্য তাদের পছন্দের পদ্ধতি কী তা জিজ্ঞাসা করুন এবং ফোনে মেসেজ পাঠাতে বা ফোন কল করার জন্য সম্মতি নিন। জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবা এবং রেফারেল সুবিধা সম্পর্কে তথ্য জানান।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ৩ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ৯

9

পরিবার পরিকল্পনা কাউন্সেলিংয়ে আইপিভি/প্রজনন বিষয়ক জবরদস্তি

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার সহিংসতা কারিকুলাম থেকে নেওয়া হয়েছে

পদ্ধতি	সুবিধা	অসুবিধা	মন্তব্য
গর্ভনিরোধক ইনজেকশন	• ত্বকে কোন চিহ্ন থাকে না • মজুত করতে হয় না	• দুই- এবং তিন-মাস মেয়াদী ধরণে প্রায়ই সময়ের পরে মাসিক বন্ধ হয়ে যায় • ধরণের উপর নির্ভর করে প্রতি এক, দুই বা তিন মাসে আরেকটি ইনজেকশন প্রয়োজন হয়	• আপনি কি উদ্বিগ্ন যে আপনার সঙ্গী আপনার মাসিকের পরিস্থিতি অনুসরণ করতে পারে? • আপনি কি মনে করেন আপনি নিশ্চিতভাবে পুনরায় ইনজেকশন নেওয়ার জন্য যেতে পারবেন?
ইমপ্ল্যান্ট	• বছরব্যাপী ভাল কাজ করে • সাধারণত কোনো ফলো-আপের প্রয়োজন হয় না • মজুত করতে হয় না	• কখনও কখনও অনুভব করা যায় এবং বাহুর চামড়ার নিচে দেখা যায় • মাসিকে দাগ বা পরিবর্তন হতে পারে (প্রায়ই তিন মাস পরে উন্নতি হয়)	• আপনি কি উদ্বিগ্ন যে আপনার সঙ্গী আপনার মাসিকের পরিস্থিতি অনুসরণ করতে পারে?
কপার বা এলএনজি আইইউডি	• জরায়ুতে দৃষ্টিগোচর হয় না • কপার আইইউডি কমপক্ষে ১২ বছর ধরে এবং এলএনজি আইইউডি ৩-৫ বছরের জন্য ভাল কাজ করে; • সাধারণত কোনো ফলো-আপের প্রয়োজন হয় না • মজুত করতে হয় না	• কপার আইইউডি প্রায়ই মাসিক প্রবাহ বাড়ায় • হরমোনাল আইইউডি পিরিয়ডকে হালকা বা বন্ধ করতে পারে • নারীদের যদি যৌনবাহিত সংক্রমণ থাকে বা উচ্চ সংক্রমন ঝুঁকি থাকলে সতর্কতা অবলম্বন করতে হয় • সঙ্গী জরায়ুমুখে সুতার প্রান্ত অনুভব করতে পারেন	• আপনি কি উদ্বিগ্ন যে আপনার সঙ্গী আপনার মাসিকের পরিস্থিতি অনুসরণ করতে পারে? • আপনি কি মনে করেন আপনার যৌনবাহিত সংক্রমণ আছে বা সংক্রমন ঝুঁকি আছে?
বড়ি	• ত্বকে কোন চিহ্ন থাকে না • মাসিকের রক্তপাতের উপর সামান্য প্রভাব	• প্রতিদিন খেতে হয় • বড়ি/প্যাকেট অবশ্যই নিরাপদ স্থানে রাখতে হয়	• আপনার কি বাড়ীতে বড়ি রাখার কোন নিরাপদ জায়গা আছে?

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ৩ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ১০

10

GATHER দক্ষতা অনুশীলন : রোল প্লে ১-৩

যারা পর্যবেক্ষক তারা নিম্নলিখিত বিষয়ের উপর মতামত দিবেন:

- সেবা প্রদানকারী কি ধাপগুলি অনুসরণ করেছেন এবং সক্রিয় শ্রবণ করেছেন?
- সেবা প্রদানকারী কিউ কার্ড ব্যবহার করে পদ্ধতি নির্বাচন করেছেন?
- সেবা প্রদানকারী কি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক কাউন্সেলিং করেছেন এবং এ সম্পর্কিত তথ্য দিয়েছেন?

যারা গ্রহীতা তারা নিম্নলিখিত বিষয়ের উপর মতামত দিবেন:

- তারা শুনতে শুনতে কী মনে করেছিলেন? কেন অথবা কেন নয়?
- সেবা প্রদানকারী কি সহায়ক ছিল?
- গ্রহীতাকে সহজতর করার জন্য সেবা প্রদানকারী আর কী করতে পারতেন?

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ৩ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ১১

11

মডিউল ৩ । অধিবেশন ২

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রকাশ করার প্রেক্ষিতে সেবা প্রদানকারীর প্রতিক্রিয়া

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা

- প্রাথমিক মনোসামাজিক সহায়তার উদ্দেশ্য ও মূল্য ব্যাখ্যা করতে পারবেন
- পরিবার পরিকল্পনা সেবার ক্ষেত্রে গুণগত মান বজায় রেখে প্রতিউত্তর দেওয়ার বিষয়টা বুঝতে পারবেন
- তাৎক্ষনিকভাবে পরিবার পরিকল্পনা ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানের ক্ষেত্রে লাইভ [LIV(ES)] পদ্ধতির প্রথম তিনটি ধাপ সম্পর্কে দক্ষতা অর্জন করবেন

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ মডিউল ৩ । অধিবেশন ২ । স্লাইড ১২

12

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা প্রকাশ করার প্রেক্ষিতে সেবাপ্রদানকারীর প্রতিক্রিয়া

পরিবার পরিকল্পনা এবং প্রজনন স্বাস্থ্য সেবাদানকারী হিসেবে আপনি হতে পারেন সেই ব্যাক্তি যার কাছে সেবা গ্রহীতা প্রথমবারের মতো তার কষ্টের কথা বলার সুযোগ পেয়েছে। এক্ষেত্রে আপনার মতামত এবং প্রতিক্রিয়া জরুরি।

মনে রাখবেন:

- যিনি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি হয়েছেন এটা কখনোই তার দোষ নয়
- প্রত্যেকেরই নিরাপদ থাকার এবং নিরাপদে আছে এটা ভাবার অধিকার আছে
- আপনার নিজের এলাকায় সেবা পাওয়া এবং সহায়তা পাওয়ার সুযোগ আছে।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ | মডিউল ৩ | অধিবেশন ২ | স্লাইড ১৩

13

LIV(ES)

শুনুন, জিজ্ঞাসা করুন, যাচাই করুন, নিরাপত্তা প্রদান ও সমর্থন করুন

নারীদের প্রতি সহিংসতায় তাৎক্ষনিক সহায়তা এবং প্রতিরোধমূলক স্বাস্থ্যসেবা ব্যবস্থায় সেবা প্রদান নিশ্চিত করার জন্য বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা LIVES পকেট কার্ড তৈরি করেছে।

কাউন্সেলিং প্রক্রিয়ার জন্য লাইভ/(LIVES) মানে কি?

- Listen – **শুনুন** - সহানুভূতি সহকারে শুনুন, পক্ষপাতিত্ব ব্যতিত
- Inquire – **জিজ্ঞাসা করুন**- গ্রহীতার চাহিদা ও উদ্বেগ মূল্যায়ন করুন এবং সে অনুযায়ী ব্যবস্থা নিন - সেটা হতে পারে মানসিকভাবে, সামাজিকভাবে এবং হাতে কলমে
- Validate – **যাচাই করুন** - আপনি সেবাগ্রহীতাকে দেখান যে তার কথা/বিষয় বুঝেছেন এবং বিশ্বাস করেন

মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা

- Enhance Safety – **নিরাপত্তা নিশ্চিত করুন** - সেবা গ্রহীতাকে/ সেবা প্রদানকারীকে ক্ষতি থেকে কীভাবে রক্ষা করা যায় তা আলোচনা করুন
- Support – **সহায়তা/সাহায্য** - সামাজিক সহায়তাসহ সেবাগ্রহীতাকে উপযুক্ত তথ্য এবং সেবা প্রদান করতে সহায়তা করুন।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ | মডিউল ৩ | অধিবেশন ২ | স্লাইড ১৪

14

LIV(ES) ধাপ	প্রতিউত্তরের উদাহরণ
L - শুনুন	• আমি আপনাকে শুনতে পাচ্ছি • আমি আপনাকে শুনছি • যদি আপনি আমাকে আরো কিছু থাকে বলুন, আমাদের কাছে সময় আছে
I – জিজ্ঞাসা করুন	• আমি কীভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারি? • আপনার সঙ্গী জানলে কি আপনার নিরাপত্তা বিঘ্নিত হবে? • আপনি কেমন অনুভব করছেন? আপনি কি কষ্টে বা সমস্যায় আছেন?
V - যাচাই করুন	• এটা অবশ্যই খুব কঠিন ছিল • আমি খুবই দুঃখিত যে আপনার সাথে এটি ঘটেছে • এটি আপনার প্রাপ্য নয় • আমাকে বলার জন্য ধন্যবাদ • দুঃখজনকভাবে, এটি অনেক নারীর সাথে ঘটে। আপনি একা নন

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ | মডিউল ৩ । অধিবেশন ২ । স্লাইড ১৫

15

LIV(ES) দক্ষতা অনুশীলন : রোল প্লে ৪-৬

রোল-প্লে নির্দেশনা

১) আপনাদের ৩ জনের গ্রুপে ভাগ করা হবে। প্রত্যেকের গ্রহীতা সেবা প্রদানকারী এবং পর্যবেক্ষক হওয়ার সুযোগ থাকবে।
২) আপনাকে দেওয়া কিউ কার্ডগুলি ব্যবহার করবেন। LIVES প্রথম লাইনের প্রতিক্রিয়ার প্রাথমিক ধাপগুলি ব্যবহার করে অনুশীলন করার জন্য "সেবাদানকারীর" ৫ মিনিট সময় পাবেন।
৩) মতামত দিন:
- শুধু শোনা এবং "পরামর্শ" বা সমাধান দেওয়া যাবে না
- সেবা প্রদানকারী কি সাহায্য করেছে যা সহায়ক ছিল?
- সেবা প্রদানকারী ভিন্নভাবে কি করতে পারতেন?

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ | মডিউল ৩ । অধিবেশন ২ । স্লাইড ১৬

16

ঝুঁকি চিহ্নিতকরণ

পরিবার পরিকল্পনা সেবাপ্রদানকারী হিসাবে বেশিরভাগ ক্ষেত্রে আপনার জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সাথে সম্পৃক্ত সেবা দেওয়া উচিত নয়। অনেক গ্রহীতা আপনার দেওয়া রেফারেলগুলিতে নাও যেতে পারে। নিম্নলিখিত লক্ষণগুলি দেখে আপনি বুঝতে পারবেন যে, আপনার গ্রহীতা তাৎক্ষণিক বিপদে পড়েছে। আপনি যদি এই লক্ষণগুলি বা আচরণগুলি দেখতে পান, আপনি একজন বিশেষজ্ঞ সহকর্মীকে জানাতে পারেন এবং তার কক্ষে কথা বলতে পারেন:

- গ্রহীতা আপনাকে যদি বলে যে সে ভয় পাচ্ছে: সে বাড়ি ফিরে গেলে তাকে হত্যা করা হবে
- গ্রহীতার সাথে যদি কোনো সঙ্গী বা পরিবারের সদস্য থাকে এবং তিনি তার গ্রহীতার প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার অনুমতি না দেয়
- ১৩ বছরের কম বয়সী একটি শিশু এমআর বা জরুরী গর্ভনিরোধক চাইছে

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ৩ । অধিবেশন ২ । স্লাইড ১৭

17

মডিউল ৩ । অধিবেশন ৩

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসিতা সম্পর্কিত সেবা ও রেফারেল

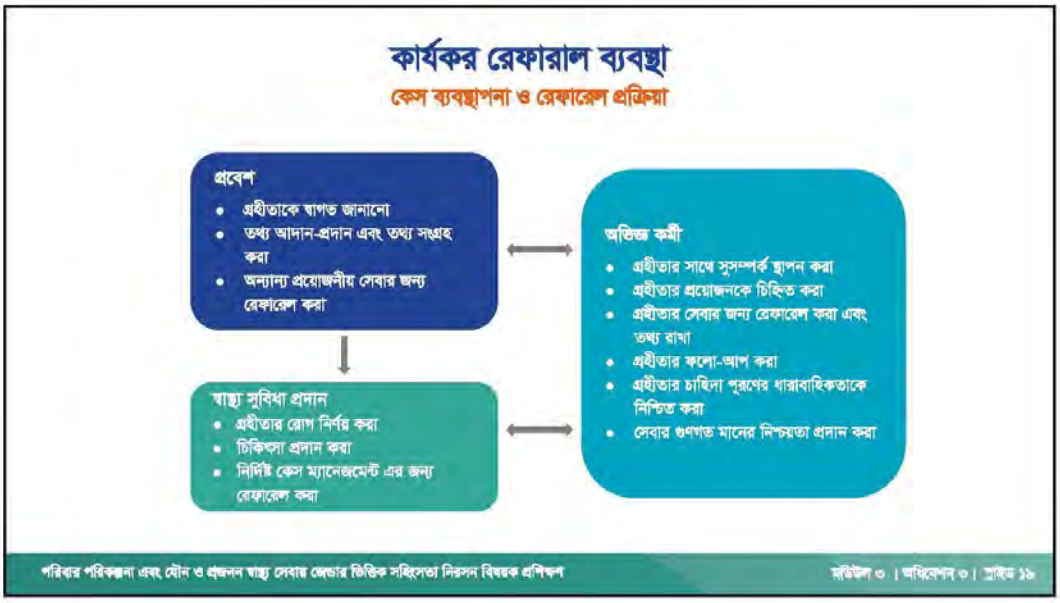
অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা

পরিবার পরিকল্পনা সেবা এবং যৌন, প্রজনন স্বাস্থ্য সম্পর্কিত জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতায় সমন্বিত কার্যকর রেফারেল ব্যবস্থা কখন ও কীভাবে করবেন তা বুঝতে পারবেন।

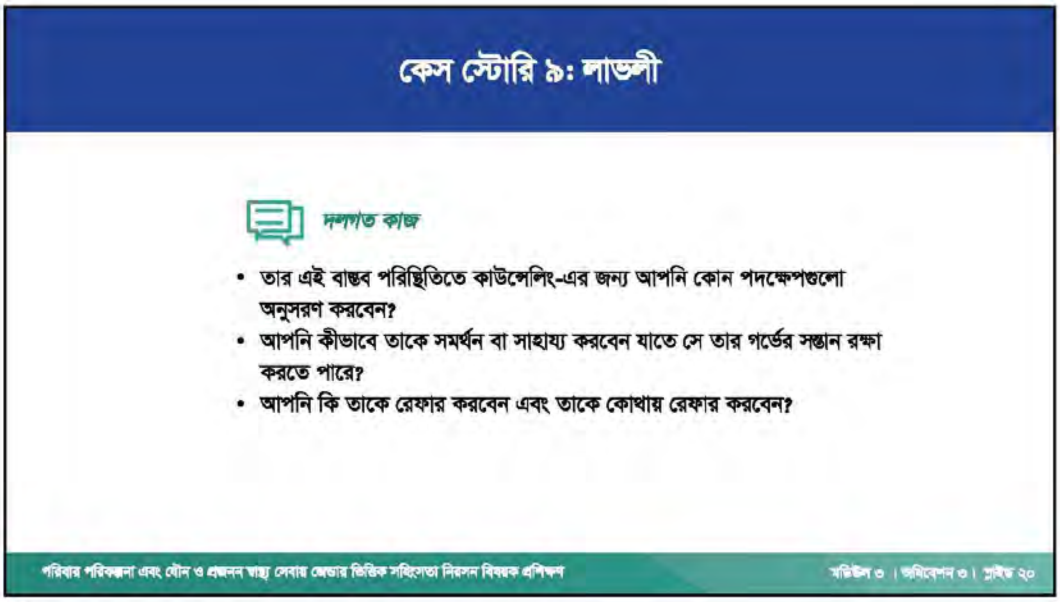
পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ৩ । অধিবেশন ৩ । স্লাইড ১৮

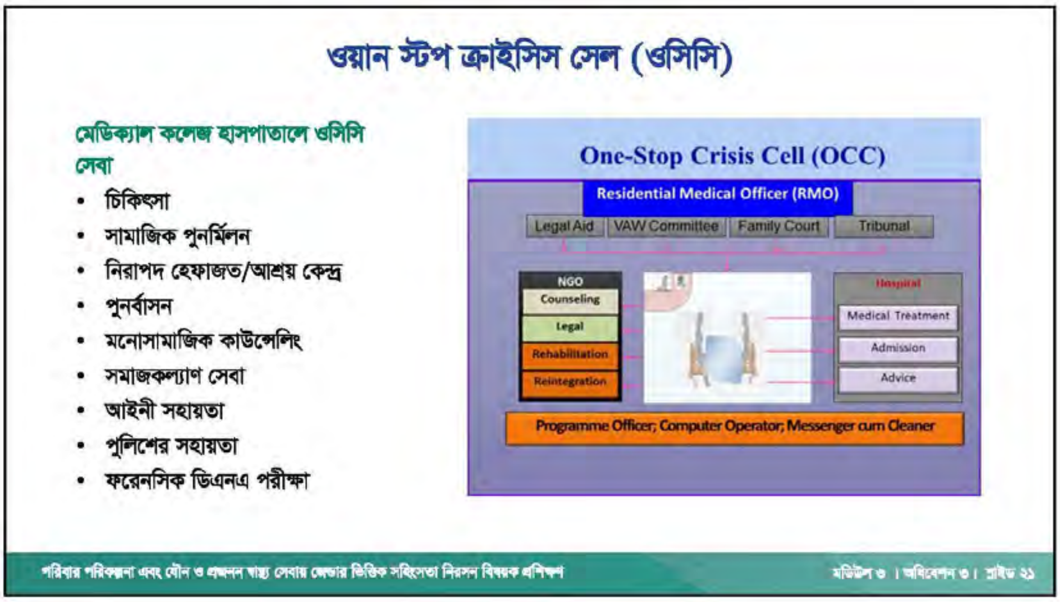
18


কার্যকর রেফারাল ব্যবস্থা
কেস ব্যবস্থাপনা ও রেফারেল প্রক্রিয়া
প্রবেশ
• গ্রহীতাকে স্বাগত জানানো
• তথ্য আদান-প্রদান এবং তথ্য সংগ্রহ করা
• অন্যান্য প্রয়োজনীয় সেবার জন্য রেফারেল করা
স্বাস্থ্য সুবিধা প্রদান
• গ্রহীতার রোগ নির্ণয় করা
• চিকিৎসা প্রদান করা
• নির্দিষ্ট কেস ম্যানেজমেন্ট এর জন্য রেফারেল করা
অভিজ্ঞ কর্মী
• গ্রহীতার সাথে সুসম্পর্ক স্থাপন করা
• গ্রহীতার প্রয়োজনকে চিহ্নিত করা
• গ্রহীতার সেবার জন্য রেফারেল করা এবং তথ্য রাখা
• গ্রহীতার ফলো-আপ করা
• গ্রহীতার চাহিদা পূরণের ধারাবাহিকতাকে নিশ্চিত করা
• সেবার গুণগত মানের নিশ্চয়তা প্রদান করা
পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ
মডিউল ৩ | অধিবেশন ৩ | স্লাইড ১৯

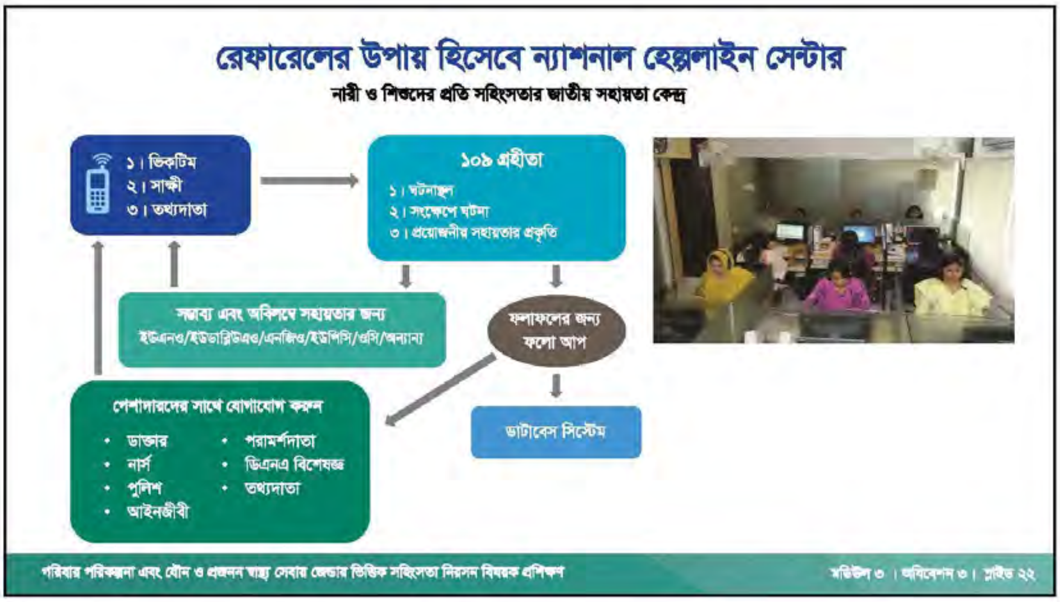
19


কেস স্টোরি ৯: লাভলী
দলগত কাজ
• তার এই বাস্তব পরিস্থিতিতে কাউন্সেলিং-এর জন্য আপনি কোন পদক্ষেপগুলো অনুসরণ করবেন?
• আপনি কীভাবে তাকে সমর্থন বা সাহায্য করবেন যাতে সে তার গর্ভের সন্তান রক্ষা করতে পারে?
• আপনি কি তাকে রেফার করবেন এবং তাকে কোথায় রেফার করবেন?
পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ
মডিউল ৩ | অধিবেশন ৩ | স্লাইড ২০

20


ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেল (ওসিসি)
মেডিক্যাল কলেজ হাসপাতালে ওসিসি সেবা
• চিকিৎসা
• সামাজিক পুনর্মিলন
• নিরাপদ হেফাজত/আশ্রয় কেন্দ্র
• পুনর্বাসন
• মনোসামাজিক কাউন্সেলিং
• সমাজকল্যাণ সেবা
• আইনী সহায়তা
• পুলিশের সহায়তা
• ফরেনসিক ডিএনএ পরীক্ষা
One-Stop Crisis Cell (OCC)
Residential Medical Officer (RMO)
Legal Aid
VAW Committee
Family Court
Tribunal
NGO
Counseling
Legal
Rehabilitation
Reintegration
Medical Treatment
Admission
Advice
Programme Officer; Computer Operator; Messenger cum Cleaner
পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ
মডিউল ৩ । অধিবেশন ৩ । স্লাইড ২১

21


রেফারেলের উপায় হিসেবে ন্যাশনাল হেল্পলাইন সেন্টার
নারী ও শিশুদের প্রতি সহিংসতার জাতীয় সহায়তা কেন্দ্র
১। ভিকটিম
২। সাক্ষী
৩। তথ্যদাতা
১০৯ গ্রহীতা
১। ঘটনাস্থল
২। সংক্ষেপে ঘটনা
৩। প্রয়োজনীয় সহায়তার প্রকৃতি
সম্ভাব্য এবং অবিলম্বে সহায়তার জন্য
ইউএনও/ইউডাব্লিউএও/এনজিও/ইউপিসি/ওসি/অন্যান্য
ফলাফলের জন্য ফলো আপ
পেশাদারদের সাথে যোগাযোগ করুন
• ডাক্তার
• নার্স
• পুলিশ
• আইনজীবী
• পরামর্শদাতা
• ডিএনএ বিশেষজ্ঞ
• তথ্যদাতা
ডাটাবেস সিস্টেম
পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ
মডিউল ৩ । অধিবেশন ৩ । স্লাইড ২২

22

বাংলাদেশে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার রেফারেল কেন্দ্র/সেবা কেন্দ্রের অবস্থান

- ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার (ওসিসি), এমসিএইচ
- ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেল (ওসিসি), জেলা
- ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেল (ওসিসি), উপজেলা
- ন্যাশনাল ট্রমা কাউন্সেলিং সেল (এনটিসিসি)
- ন্যাশনাল ফরেনসিক ডিএনএ প্রোফাইলিং ল্যাবরেটরি
- নারী ও শিশুদের প্রতি সহিংসতার জন্য জাতীয় হেল্পলাইন কেন্দ্র
- রিজিওনাল ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টার (এনটিসিসি)

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ — মডিউল ৩ । অধিবেশন ৩ । স্লাইড ২৩

23

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা এবং বাল্যবিবাহ প্রতিরোধের জন্য সহায়তা

১৬৭৬৭	পরিবার পরিকল্পনা অধিদপ্তর এর "সুখী পরিবার" কল সেন্টার নম্বর	কল সেন্টারটি পরিবার পরিকল্পনা, এমসিএইচ এবং পুষ্টি সম্পর্কিত যেকোন তথ্যের জন্য সপ্তাহে ৭ দিন ২৪ ঘন্টা চালু থাকে
৩৩৩	জাতীয় হটলাইন নম্বর	কোভিড -১৯ থেকে শুরু করে বাল্যবিবাহ এবং যৌন হয়রানির ক্ষেত্রে কোন সামাজিক সমস্যার জন্য তাৎক্ষণিক প্রতিবেদন বা সাহায্যের জন্য জাতীয় সহায়তা কেন্দ্রের নম্বর
১০৯২১	নারীর প্রতি সহিংসতার জন্য জাতীয় সহায়তা কেন্দ্রের নম্বর	ক্ষতিগ্রস্তদের অবিলম্বে সেবা এবং সংশ্লিষ্ট সংস্থার সাথে যোগাযোগ: ডাক্তার, পরামর্শদাতা, আইনজীবী, ডিএনএ বিশেষজ্ঞ, পুলিশ কর্মকর্তা
১০৯৮	নারীর ও শিশুর প্রতি সহিংসতার জন্য জাতীয় সহায়তা কেন্দ্রের নম্বর	মাল্টি সেক্টরাল রেফারেল/সুপারিশ এবং সাইকোসোশাল সাপোর্ট; এটি দেশব্যাপী প্রচারিত প্রধান হেল্পলাইন নম্বর, যা সারা দেশ জুড়ে লক্ষ লক্ষ শিশুর জন্য আশার বাণী। এটি বছরে ৩৬৫ দিন ২৪ ঘণ্টা শিশুদের জন্য বিনামূল্যে জরুরি সাহায্য ও প্রয়োজনীয় ফোন সহায়তা দিয়ে থাকে।
৯৯৯	বাংলাদেশ এর জাতীয় জরুরি সেবার নম্বর	৯৯৯ ন্যাশনাল ইমার্জেন্সি সার্ভিস হলো একটি কেন্দ্রীয় কল সেন্টার। এটি সপ্তাহে ৭ দিন ২৪ ঘন্টা চালু থাকা ইমার্জেন্সি সাপোর্ট যা দেশের যে কোন সীমান্তের নাগরিককে জরুরি অবস্থায় সাহায্য পাওয়ার জন্য পুলিশ, ফায়ার সার্ভিস এবং অ্যাম্বুলেন্সের মতো জরুরি সেবাদানকারী দলের সাথে সরাসরি যোগাযোগ করাতে সহায়তা করে

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ — মডিউল ৩ । অধিবেশন ৩ । স্লাইড ২৪

24

কোথায় অভিযোগ করবেন

অনেকগুলো কেন্দ্র আছে যেখানে আমরা অভিযোগ জানাতে পারি:

- ওয়ান স্টপ ক্রাইসিস সেন্টার/সেল (ওসিসি)
- ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টার
- ফরেনসিক ডিএনএ ল্যাবরেটরি
- নারীর বিরুদ্ধে সহিংসতার জন্য জাতীয় সহায়তা হেল্প লাইন
- আইনি সহায়তা কেন্দ্র
- আইনানুগ ব্যবস্থা কেন্দ্র/থানা
- সামাজিক সহায়তা কেন্দ্র/পুনর্বাসন কেন্দ্র
- নিরাপদ আশ্রয়স্থল
- পুনর্বাসন কেন্দ্র

25

জাতীয় ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টার

জাতীয় ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টারের উদ্দেশ্য

- এনটিসিসি, ওসিসি এবং সেফ হোমে নারী ও শিশুদের প্রতি সহিংসতার জন্য মানসিক কাউন্সেলিং সহায়তা প্রদান করা
- মানবসম্পদ উন্নয়নের জন্য বিভিন্ন ধরণের মানসিক কাউন্সেলিং প্রশিক্ষণ পরিচালনা করা
- মানুষের মানসিকতা পরিবর্তনের জন্য সচেতনতা বাড়ানোর জন্য কর্মসূচির আয়োজন করা
- সংগঠন, সামাজিক সংস্থাদের মধ্যে যারা এ বিষয় নিয়ে কাজ করে তাদের মধ্যে শক্তিশালী নেটওয়ার্ক স্থাপন করা

মনোসামাজিক কাউন্সেলিং সেবা

জাতীয় ট্রমা কাউন্সেলিং সেন্টার (এনটিসিসি) নারী ও শিশুদের প্রতি সহিংসতার জন্য সম্পূর্ণরূপে বিনা মূল্যে মানসিক কাউন্সেলিং সহায়তা প্রদান করে। এনটিসিসি বিভিন্ন ধরণের কাউন্সেলিং সহায়তার সুযোগ দেয়:

- ব্যক্তিগত কাউন্সেলিং
- ব্যক্তিগত টেলি- কাউন্সেলিং
- দম্পতি কাউন্সেলিং
- পারিবারিক কাউন্সেলিং
- দলীয় কাউন্সেলিং
- অনলাইন কাউন্সেলিং

26

সেবাকন্দ্রে ভিতরে রেফারেল বনাম অন্যান্য সেবাকেন্দ্রে রেফারেল সুবিধা

সেবাকেন্দ্রের ভিতরে রেফারাল সুবিধা

সেবাকেন্দ্রে একটি জরুরি বিভাগ, জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিশেষজ্ঞ, এবং/অথবা অন্যান্য প্রয়োজনীয় সেবা থাকে

গ্রহীতা আইনি রেফারেল পায় না, শুধুমাত্র চিকিৎসা সহায়তা পায়।

অন্য সেবা কেন্দ্রে রেফারাল সুবিধা

সম্পূর্ণ কেস ম্যানেজমেন্ট এবং একটি ওসিসি সেলের সুবিধা থাকে

পরিবার পরিকল্পনা সেবাকেন্দ্রে নিম্নলিখিত সুবিধা নেই:

- জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার বিষয়ে বিশেষজ্ঞ
- চিকিৎসার জন্য প্রয়োজনীয় সরঞ্জামাদী
- গ্রহীতার গোপনীয়তা রক্ষা করার মত ব্যবস্থা।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

27

রোল প্লে - ৭: রেফারেল এর বর্ণনা

আসুন আমরা আরও ভালোভাবে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি হয়েছেন এমন গ্রহীতার জন্য রেফারেল সিস্টেম যে কখনো কখনো সমস্যার সৃষ্টি করে তা আরো ভালোভাবে বোঝার চেষ্টা করি। আমরা তাদের জন্য সমানুভূতি অর্জন করি যেন রেফারেল পদ্ধতিকে আরো ভালোভাবে কাজে লাগাতে পারি।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

28

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা রেকর্ডিং এবং রিপোর্ট তৈরি করার করার ফরম ও নিয়ম

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার রেফারেল স্লিপ

গ্রহীতা নম্বর (নথি থেকে) :
গ্রহীতার নাম (ঐচ্ছিক):
বয়স :
জেন্ডার:
তাৎক্ষণিক ব্যবস্থাপনা (প্রাথমিক চিকিৎসা):
রেফারেলের কারন:
রেফারেলের স্থান :
তারিখ:

সূত্র: পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ | মডিউল ৩ | অধিবেশন ৩ | স্লাইড ২৯

29

কেস স্টোরি ৯ : লাভলী

লাভলী বেগমের (ছদ্মনাম) বয়স মাত্র ১৬ বছর। তার বাবা-মা তাকে কাছের এক পরিচিতের সাথে বিয়ে দেওয়ার ব্যবস্থা করেছিলেন, কিন্তু তার এক লোভী চাচাতো ভাই তাকে অপহরণ করে এবং বিবাহ করে। সে তার বাবা-মায়ের বাড়িতে পালিয়ে আসার চেষ্টা করলে তার চাচাতো ভাই তাকে পরিবারের সকলের থেকে আলাদা করে রখে। গর্ভবতী হওয়ার কয়েক মাস পর থেকে তার স্বামী প্রতিদিন তাকে নির্যাতন ও গালিগালাজ শুরু করে। তার স্বামী তাকে অমানবিক নির্যাতন করে এবং একটি সবজি কাটার ছুরি দিয়ে তার আঙ্গুল কেটে দেয়, যার জন্য তাকে ১৬টি সেলাই নিতে হয়েছিল। গর্ভাবস্থা অব্যাহত রাখার জন্য তার পিতামাতার বাড়িতে ফিরে যেতে এবং তার পড়াশুনা আবার শুরু করার জন্য সাহায্য পেতে সে ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্রে এসেছিল। কিন্তু এই পরিস্থিতিতে তার গর্ভাবস্থা অব্যাহত রাখা এবং সন্তানকে রক্ষার জন্য সে বেশ অসহায় হয়ে পরে।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ | মডিউল ৩ | অধিবেশন ৩ | স্লাইড ৩০

30

মডিউল ৪
জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঘটনা রেকর্ডিং, ডকুমেন্টেশন ও রিপোর্টিং

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ৪ । স্লাইড ৩১

31

মডিউল ৪ । অধিবেশন ১

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার আইনগত দিক, গোপনীয়তা বজায় ও রিপোর্টিং

অধিবেশন শেষে প্রশিক্ষনার্থীরা

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার ঘটনার আইনগত দিক সম্পর্কে জানতে পারবেন, কেস চিহ্নিত করা, এই সম্পর্কে প্রয়োজনে রিপোর্টিং করা, প্রাথমিক সেবা ও রেফারেল-এর ব্যবস্থা সম্পর্কে জানতে পারবেন।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ৪ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ৩২

32

আইনগত দিক (Legality) মানে কী

আইনগত দিক দেশের একটি আইনের ধারা বা চুক্তি যা আদালতের আদেশের ভিত্তিতে বৈধতা প্রাপ্ত বা দেশের আইনের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ যার প্রয়োগে কোনো ব্যাক্তি ক্ষমতাপ্রাপ্ত হয়।

আইনী সহায়তা বলতে আইনি তথ্য ও পরামর্শ থেকে শুরু করে আদালতে একজন আইনের পেশাজীবী বা প্রতিনিধি দ্বারা অনেক ধরণের আইনী সেবাকে বুঝায়।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ৪ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ৩৩

33

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর জন্য জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার সাথে সম্পর্কিত আইনী দিকসমূহ

- সেবা প্রদানকারী জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সেবার তথ্য রিপোর্ট করতে বাধ্য নন। শুধুমাত্র সেবা গ্রহীতার অনুমতি সাপেক্ষে সেবাদনকারী আইনী সহায়তার জন্য তথ্য দিতে পারেন
- নির্যাতনে আলামত লিপিবদ্ধ হলে সেবা গ্রহীতার সেটি আইনী সহায়তার জন্য ব্যবহার করতে পারবেন
- রেফারাল কেন্দ্রগুলিতে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সেবাসমূহ থাকা আইনীভাবে বাধ্যতামূলক না হলেও এটি নৈতিকভাবে থাকা দরকার।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

মডিউল ৪ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ৩৪

34

জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক তথ্য লিপিবদ্ধকরণ

রিপোর্টে যা অন্তর্ভুক্ত থাকবে

- মৌলিক জনসংখ্যার তথ্য
- সম্মতির ঘোষণা
- ইতিহাস
- সহিংসতার তথ্য
- শারীরিক পরীক্ষার ফলাফল
- পরীক্ষা ও ফলাফল
- চিকিৎসা পরিকল্পনা, ওষুধ দেওয়া বা পরামর্শ দানরেফারেল প্রদান করা হয়েছে এমন তথ্য
- রেফারেল কেন্দ্রে ব্যবহারের জন্য সাংকেতিক কোড
- গ্রহীতার শেয়ার করা তথ্য
- সেবা প্রদানকারীর পর্যবেক্ষণ

- আলাদা ফর্ম ব্যবহার করা
- সেবা গ্রহীতার গোপনীয়তা রক্ষা করবার জন্য সাধারণ রুগীর রেজিস্টার ব্যবহার না করা
- তথ্য লিপিবদ্ধ সম্পূর্ণ হলে সেটি তালাবদ্ধ জায়গায় রাখা
- মোট ৩টি জায়গায় তথ্য লিপিবদ্ধ করা
    - সেবা গ্রহীতার গোপনীয় ফর্ম
    - রেফারাল স্লিপ
    - সেবাকেন্দ্রের রিপোর্ট

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ — মডিউল ৪ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ৩৫

35

সেবা কেন্দ্রের জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা সেবাসমূহের রেজিস্টার খাতা

পরিদর্শনের তারিখ	ঘটনার তারিখ	গ্রহীতা নং	লিঙ্গ	গ্রহীতার বয়স	সহিংসতার ধরন						অপরাধী (সম্পর্ক)	ব্যবস্থাপনা			ফলোআপ	মন্তব্য
					শারীরিক	মানসিক	আবেগজনিত	অর্থনৈতিক	শিক্ষাগত	অন্যান্য		চিকিৎসা (প্রাথমিক চিকিৎসা)	কাউন্সেলিং	রেফারাল	রেফারাল সম্পন্ন	পুলিশকে জানানো হয়েছে

সূত্র: পাথফাইন্ডার ইন্টারন্যাশনাল

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ — মডিউল ৪ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ৩৬

36

কেস স্টোরি ১০ : আকলিমা

নমুনা রেফারেল এবং এই রেকর্ড ফর্ম ব্যবহার করে আকলিমার গল্পের তথ্যের উপর ভিত্তি করে প্রয়োজনীয় কাগজপত্র তৈরি করুন।

দলগত কাজ

- ফর্মের সবচেয়ে কঠিন অংশ কি পূরণ করতে হয়েছিল?
- আপনি কি মনে করেন যে আপনি যেকোনো দিন কাজের সময় এটি করতে সক্ষম হবেন?
- ফর্মগুলির একটি নির্দিষ্ট অংশ কীভাবে পূরণ করবেন সে সম্পর্কে আপনার কি কোনো প্রশ্ন আছে?

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ৪ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ৩৭

37

মডিউল ৫
সমাপ্তি অধিবেশন

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ   মডিউল ৫ | স্লাইড ৩৮

38

মূল বার্তা

✓যৌন ও প্রজনন এবং পরিবার পরিবার পরিকল্পনা সেবা প্রদানকারীদের নারী ও কিশোরীদের প্রতি জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা বিষয়ক সেবাদানে একটি গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রয়েছে।

✓জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাদের কাউন্সেলিং, মনোসামাজিক প্রাথমিক সহায়তা এবং একটি রেফারেল চেইন যথাযথভাবে প্রতিষ্ঠা করতে পারলে জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতার মুখোমুখি গ্রহীতাদের সেবায় উল্লেখযোগ্য প্রভাব ফেলতে পারে।

✓নিরাপদ, গোপনীয় রিপোর্টিং, জেন্ডার-ভিত্তিক সহিংসতার ব্যাপকতা এবং ঘটনার ডকুমেন্টেশনে পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন এবং সেবা প্রদানকারীদের গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রয়েছে।

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ | মডিউল ৫ | অধিবেশন ১ | স্লাইড ৩৯

39

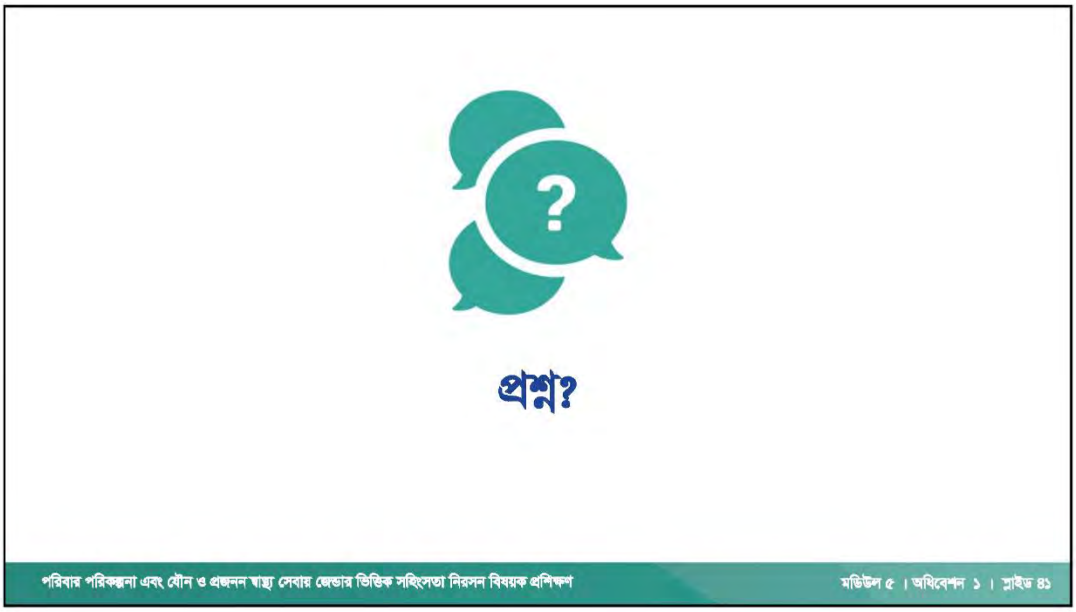
সমাপ্তি

এই প্রশিক্ষণে আপনার তিনটি চূড়ান্ত ধাপ রয়েছে:

- আপনার ব্যক্তিগত কর্ম পরিকল্পনা
- প্রশিক্ষণ পরবর্তী মূল্যায়ণ
- দক্ষতা মূল্যায়ন

পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ | মডিউল ৫ | অধিবেশন [illegible] | স্লাইড [illegible]

40


?
প্রশ্ন?
পরিবার পরিকল্পনা এবং যৌন ও প্রজনন স্বাস্থ্য সেবায় জেন্ডার ভিত্তিক সহিংসতা নিরসন বিষয়ক প্রশিক্ষণ
মডিউল ৫ । অধিবেশন ১ । স্লাইড ৪১

41

ধন্যবাদ!
USAID
আমেরিকার জনগণের পক্ষ থেকে
সুখী জীবন
PATHFINDER

42

USAID
আমেরিকার জনগণের পক্ষ থেকে

সুখী জীবন
সবার জন্য পরিবার পরিকল্পনা

PATHFINDER