

ইস্ট ওয়েস্ট ইউনিভার্সিটির শিক্ষার্থীদের মনোসামাজিক এবং মানসিক সুস্থতার জন্য পরামর্শক হিসেবে কাজ করবে মাইন্ডশেপার। এ জন্য চালু করা হয়েছে 'সোসিও সাইকি কন্সালটেশন সেন্টার'। আগামী ৬ মাস মাইন্ডশেপার এ সেন্টারের মাধ্যমে বিশ্ববিদ্যালয়টির শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য সেবা দেবে।

সোমবার এক সংবাদ বিজ্ঞপ্তিতে এ তথ্য জানায় মাইন্ডশেপার।

বর্তমান সময়ে মানুষের মধ্যে বিভিন্ন কারণে হতাশা, দুশ্চিন্তা ও মানসিক অশান্তি বেড়েছে। এসব সমস্যা সমাধান ও মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে উৎসাহ যোগাতে কাজ করছে মাইন্ডশেপার।

মাইন্ডশেপারের চেয়ারম্যান মোহাম্মদ শাহরিয়ার খান বলেন, 'আমরা যেন মাইন্ডফুলনেস চর্চার মাধ্যমে আমাদের স্ট্রেস কমাতে পারি এবং জীবন যাত্রার মান বাড়াতে পারি- সেটাই মাইন্ডশেপারের উদ্দেশ্য। ছাত্র-ছাত্রীদের কাউন্সেলিং সেবা প্রদান এবং পর্যবেক্ষণের মাধ্যমে তাদের মানসিক সুস্থতা নিশ্চিত করতে গুরুত্বপূর্ণ কাজ করছে মাইন্ডশেপার।'

এর আগে ইস্ট ওয়েস্ট ইউনিভার্সিটির শিক্ষার্থীদের মানসিক ও শারীরিক সুস্থতার জন্য গত ২৮ থেকে ৩১ আগস্ট চারদিনব্যাপী বিনামূল্যে একটি অনুষ্ঠানের আয়োজন করা হয়। ওই অনুষ্ঠানে 'শ্রেণিকক্ষে ইতিবাচক মনোবিজ্ঞানের অনুশীলন' এবং 'ফাংশনাল ফিটনেস ও লাইফস্টাইল ফর স্টুডেন্টস' শীর্ষক দুটি ওয়ার্কশপের আয়োজন করা হয়।

বিজ্ঞপ্তিতে বলা হয়, ওয়ার্কশপগুলোর ওপর পর্যবেক্ষণ করে জানা গেছে, শিক্ষার্থীদের মন এবং মানসিক স্বাস্থ্য বিকাশে কাউন্সেলিং প্রক্রিয়া খুবই গুরুত্বপূর্ণ এবং কার্যকরী।

সোসিও সাইকি কন্সালটেশন সেন্টারটির উদ্বোধনের সময় উপস্থিত ছিলেন, ইস্ট ওয়েস্ট ইউনিভার্সিটির ভাইস চ্যান্সেলর অধ্যাপক এম এম শাহিদুল হাসান, প্রো-ভিসি ড. মুহাম্মাদ জিয়াউলহক মামুন, রেজিস্টার মার্শফিকুর রাহমান, পরিচালক মোহাম্মাদ এখলাস উদ্দিন, মাইন্ডশেপারের ভাইস প্রেসিডেন্ট রাশিক জুলকার নাইন, ক্লিনিকেল অ্যান্ড কাউন্সেলিং সাইকোলজিস্ট শওমিক তাবাসসুম কথা এবং আদ্বিয়া খাতুন প্রমুখ।

