

# 'মানসিক চাপ নিয়ন্ত্রণে দক্ষতা অর্জন করতে হবে'

ঢাবি প্রতিবেদক

১৪ সেপ্টেম্বর ২০২৩, ০৮:৩৬ পিএম



বক্তব্য দিচ্ছেন ঢাবি উপাচার্য অধ্যাপক ড. মো. আখতারুজ্জামান। ছবি:  
আমাদের সময়

মানসিক চাপ ও বিষণ্নতা নিয়ন্ত্রণে শিক্ষার্থীদের দক্ষতা অর্জন করতে হবে বলে  
জানিয়েছেন করেছেন ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়ের (ঢাবি) উপাচার্য অধ্যাপক ড. মো.  
আখতারুজ্জামান।

আজ বৃহস্পতিবার বিশ্ব আত্মহত্যা প্রতিরোধ দিবস উপলক্ষে ঢাবির নবাব নওয়াব  
আলী চৌধুরী সিনেট ভবনে আয়োজিত এক সেমিনারে প্রধান অতিথির বক্তব্যে  
তিনি এ কথা বলেন। ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয় ছাত্র-নির্দেশনা ও পরামর্শদান দপ্তর এবং  
ঢাকা ইউনিভার্সিটি অ্যালামনাই অ্যাসোসিয়েশন ঘোষভাবে এই সেমিনারের  
আয়োজন করে। সেমিনারের প্রতিপাদ্য ছিল 'কর্মের মাধ্যমে আশা তৈরি করি:  
আত্মহনন থেকে দূরে থাকি'।

মানসিক স্বাস্থ্যসেবা নিশ্চিত করতে সামাজিক দায়বদ্ধতা বৃদ্ধি করার উপর  
গুরুত্বারোপ করে উপাচার্য আখতারুজ্জামান বলেন, 'আর্থিক সংকটসহ সব  
ধরনের প্রতিকূলতা মোকাবিলা করে শিক্ষার্থীদের দক্ষ মানবসম্পদ হিসেবে গড়ে  
উঠতে হবে। মানসিক চাপ ও বিষণ্নতা দূর করতে একে অপরের পাশে দাঁড়াতে

হবে। সমাজের অবহেলিত, বঞ্চিত ও হতাশাগ্রস্ত মানুষকে সমাজ ও কর্মের মধ্যে সম্পৃক্ত করতে হবে।'

মানসিক সুরক্ষা প্রদানের জন্য ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ সর্বদা শিক্ষার্থীদের পাশে থাকবে বলেও উল্লেখ করেন উপাচার্য।

ঢাকা ইউনিভার্সিটি অ্যালামনাই অ্যাসোসিয়েশনের সভাপতি আনোয়ার-উল-আলম চৌধুরীর সভাপতিত্বে সেমিনারে অ্যাসোসিয়েশনের সাবেক মহাসচিব রঞ্জন কর্মকার এবং মাধ্যমিক ও উচ্চশিক্ষা অধিদপ্তরের পরিচালক অধ্যাপক ড. এ কিউ এম শফিউল আজম বিশেষ অতিথি হিসেবে বক্তব্য দেন।

মূল প্রবন্ধ উপস্থাপন করেন জাতীয় মানসিক স্বাস্থ্য ইনসিটিউটের সহযোগী অধ্যাপক ড. হেলাল উদ্দিন আহমেদ। আলোচনায় অংশ নেন ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয় এডুকেশনাল অ্যান্ড কাউন্সেলিং সাইকোলজি বিভাগের অধ্যাপক ড. শাহীন ইসলাম এবং ক্লিনিক্যাল সাইকোলজি বিভাগের অধ্যাপক ড. মুহাম্মদ কামরুজ্জামান মজুমদার। স্বাগত বক্তব্য দেন ছাত্র-নির্দেশনা ও পরামর্শদান দপ্তরের পরিচালক অধ্যাপক ড. মেহজাবীন হক।