

জবিতে ডিপ্রেশন ও আত্মহত্যা বিষয়ক সেমিনার অনুষ্ঠিত

ওমর ফারুক জিলন, জবি

প্রকাশিত: ০০:১৪, ১৭ অক্টোবর ২০২৫



ছবি: জনকৃষ্ণ

জগন্নাথ বিশ্ববিদ্যালয়ের (জবি)শাখা ছাত্রদলের আহায়ক সদস্য আবু
বকর খনের উদ্যোগে 'ডিপ্রেশন ও আত্মহত্যা প্রতিরোধ' বিষয়ক
সেমিনার অনুষ্ঠিত হয়েছে।

আজ বৃহস্পতিবার (১৬ অক্টোবর) বিশ্ববিদ্যালয়ের শহীদ সাজিদ
ভবনের গ্রাউন্ড ফ্লোরে সেমিনারটি অনুষ্ঠিত হয়।

সেমিনারে উদ্বোধনী বক্তব্যে প্রদান করেন শিক্ষক সমিতির সাধারণ
সম্পাদক অধ্যাপক ড. মোঃ রহিং উদ্দীন এবং সমাপনী বক্তা হিসেবে
উপস্থিত ছিলেন বাংলাদেশ জাতীয়তাবাদী কৃষকদল কেন্দ্রীয় কমিটির
যুগ্ম সাধারণ সম্পাদক ও বিএনপি মিডিয়া সেলের সদস্য মাহমুদ
হাবিব।

সেমিনারে মাহমুদা হাবিবা বলেন, আমাদের ২০ কোটি মানুষের দেশে
যেখানে সাধারণ স্বাস্থ্যসেবা পাওয়া দূরোহ ,সেখানে একজন
সাইকোলজিস্ট এর শরণাপন্ন হওয়া এতোটা সহজ নয়। এটি ব্যয়বহুল।
তাই আমাদের নিজেদেরকে, নিজের জায়গায় সতর্ক হতে হবে কিভাবে
ডিপ্রেশন থেকে বেরিয়ে আসা যায়। সর্বপ্রথম আমাদের কাছের বন্ধুদের
সাথে শেয়ার করতে হবে, তবেই আমরা এটি রিকোভার করতে পারবো।
এছাড়া আমাদের পাশের জনের খোঁজ খবর রাখতে হবে যেনো কোনো
কারণে সুইসাইডের মতো সাংঘাতিক মতো কোনো পদক্ষেপ না নেয়।

জগন্নাথ বিশ্ববিদ্যালয় শাখা ছাত্রদলের আহ্বায়ক সদস্য আবু বকর খান
বলেন, বাংলাদেশ জাতীয়তাবাদী ছাত্রদল জগন্নাথ বিশ্ববিদ্যালয় শাখা
সর্বদা শিক্ষার্থীবান্ধব, কাজের মাধ্যমে তারা নিজেদেরকে প্রমাণ করছে।

জবিতে একজন শিক্ষার্থী ভর্তি হওয়ার পর থেকেই হাজারো সমস্যা নিয়ে ডিপ্রেশনে ভোগে এবং শেষ পর্যন্ত আত্মহত্যার পথ বেছে নেয়। এধরনের প্রবণতা প্রতিরোধে আমার এই সেমিনার কার্যকরী ভূমিকা রাখবে বলে আশা করি। ভবিষ্যতে শিক্ষার্থীদের চাহিদা মোতাবেক এই রকম কাজ আরও করতে চাই এবং শিক্ষার্থী দের পাশে থাকতে চাই।

সেমিনারে উপস্থিত এক শিক্ষার্থী বলেন, আমরা পরিবার ছেড়ে এ শহরে অনেক কষ্টে দিন কাটাই, কিন্তু এখানে কাউকে সহজে আপন করে নিতে পারিনা, নানান জটিলতায় দিন কাটাতে হয় আমাদের। এ ধরণের সেমিনারের মাধ্যমে আমরা অনেক কিছু শিখতে পারি এবং ভুল সিদ্ধান্ত থেকে বেরিয়ে আসতে পারি। এমন শিক্ষাবান্ধব সেমিনার আমাদের জন্য খুবই হেল্পফুল। আমি চাইবো প্রতিটা রাজনৈতিক দল এমন শিক্ষার্থী বান্ধব কর্মসূচির আয়োজন ঘেন করে।

সেমিনারে আরো উপস্থিত ছিলেন সেশন এক্সপার্ট মো: বদিরুজ্জামান সুমন (ক্লিনিকাল সাইকোলোজিস্ট, প্যানেল সাইকোলোজিস্ট, নেক)। বিশেষ অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন শাখা ছাত্রদলের আহ্বায়ক মেহেদী হাসান হিমেল এবং সদস্য সচিব শামসুল আরেফিন।

আলীম