

নম্রতা রায় অথৈয়ের সেন্স ডিফেন্স প্রশিক্ষণ গ্রহণ পরবর্তী পরিবর্তন....

নম্রতা রায় অথৈ মঙ্গলকোট মাধ্যমিক বিদ্যালয়ের ৯ম শ্রেণির একজন শিক্ষার্থী। তিনি রিইবের হোপ প্রকল্পের শিক্ষার্থী ফোরামের একজন নিয়মিত ও আগ্রহী অংশগ্রহণকারী। অথৈয়ের বাড়ি থেকে স্কুলের দূরত্ব প্রায় ১৩ কিলোমিটার। প্রতিদিন তিনি ভ্যানযোগে একা স্কুলে যাতায়াত করেন। সকালে কোচিং ধরার জন্য তাকে খুব ভোরে বাড়ি থেকে বের হতে হয়। পথে কয়েকটি নির্জন স্থান থাকায় তিনি প্রায়ই ভয় ও অস্বস্তির মধ্যে থাকতেন। বিশেষ করে কিছু ভ্যানচালক ও পথচারী বখাটে যুবকদের ইভটিজিং, অশালীন মন্তব্য ও অঙ্গভঙ্গির ফলে তার মধ্যে ভয়, অস্বস্তি এবং মানসিক নিরাপত্তাহীনতা কাজ করতো।

রিইব হোপ প্রকল্পের আওতায় আয়োজিত ০৭ দিনব্যাপী দ্বন্দ্ব-সংবেদনশীল আত্মরক্ষামূলক (সেন্স ডিফেন্স) প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণের পর অথৈয়ের মধ্যে দৃশ্যমান পরিবর্তন আসে। প্রশিক্ষণের মাধ্যমে তিনি নিজের নিরাপত্তা বিষয়ে সচেতন হন এবং আত্মরক্ষার বিভিন্ন কৌশল শিখে আত্মবিশ্বাসী হয়ে ওঠেন। এখন ইভটিজিং বা অযাচিত মন্তব্যের মুখে পড়লে তিনি আর চুপ থাকেন না বরং দৃঢ় কণ্ঠে প্রতিবাদ জানান এবং প্রয়োজনে প্রতিহত করতেও জানেন। প্রশিক্ষণ গ্রহণের মাধ্যমে অথৈ উপলব্ধি করতে শিখেছেন যে নিজের নিরাপত্তা নিশ্চিত করা তার একটি মৌলিক অধিকার। বর্তমানে তিনি এতটাই আত্মবিশ্বাসী যে যেকোনো ঝুঁকিপূর্ণ পরিস্থিতিতে অন্তত ১-২ জনের কাছ থেকে নিজের সুরক্ষা নিশ্চিত করতে সক্ষম বলে মনে করেন। পাশাপাশি, জনসমাগমপূর্ণ স্থানে অস্বস্তিকর পরিস্থিতির সম্মুখীন হলে সেন্স ডিফেন্স কৌশল প্রয়োগ করে নিরাপদ দূরত্বে সরে যাওয়ার সক্ষমতাও তিনি অর্জন করেছেন। অথৈ এখন শুধু নিজেই সচেতন নন, তিনি তার বন্ধুদের মধ্যেও সেন্স ডিফেন্স কৌশল শিখন বিনিময় করছেন। তিনি তার বাসার আশপাশে বয়সে ছোট ও বড় মিলিয়ে প্রায় ১৫ জন ছেলে ও মেয়েকে নিয়ে একটি গ্রুপ গঠন করেছেন, যারা নিজেদের নিরাপত্তা নিশ্চিত করার পাশাপাশি এলাকায় গ্রুপের কোনো সদস্য ইভটিজিংয়ের শিকার হলে তা প্রতিরোধ এবং প্রয়োজনে প্রতিহত করার দায়িত্ব পালন করবে। অথৈয়ের এই ইতিবাচক পরিবর্তন তার পরিবারকেও প্রভাবিত করেছে। পরিবারে মেয়েদের নিরাপত্তা ও আত্মরক্ষার গুরুত্ব নিয়ে আলোচনা ও সচেতনতা বৃদ্ধি পেয়েছে। প্রশিক্ষণের ফলে তার মধ্যে নেতৃত্বগুণ ও দায়িত্ববোধ গড়ে উঠেছে এবং তিনি অন্য মেয়েদের পাশে দাড়াতেও উৎসাহিত হচ্ছেন।

নম্রতা রায় অথৈয়ের এই যাত্রা প্রমাণ করে যে, সঠিক প্রশিক্ষণ ও সহায়তা পেলে মেয়ে শিক্ষার্থীরা নিজেদের নিরাপত্তা বিষয়ে আত্মবিশ্বাসী ও সাহসী হয়ে উঠতে পারে। রিইব হোপ প্রকল্পের এমন

উদ্যোগ মেয়ে শিক্ষার্থীদের জন্য একটি নিরাপদ, সচেতন ও ক্ষমতায়িত ভবিষ্যৎ গড়ে তুলতে কাজ করে চলেছে....

