

SANJOG



কলঙ্ক

আর মানসিক স্বাস্থ্য

সরকারী উদ্যোগ আর নীতি বোঝা

স্টাডিটির উদ্দেশ্য

সংযোগ এখন অবধি যতগুলো স্টাডি করেছে, তাতে ট্র্যাফিকিং সারভাইভারদের উপর স্টিগমার প্রভাব কতটা সক্রিয় বা নিষ্ক্রিয়, সেই নিয়ে ডিউটি বেয়ারারদের ভূমিকা এবং জ্ঞান কতটা, সেই বিষয়গুলি বাদ পড়ে গেছিল। এর আগে সংযোগ, সারভাইভার এবং সোশ্যাল ওয়ার্কারদের সাথে অনুরূপ স্টাডি করেছিল। বর্তমান স্টাডিটা অনেকাংশে এই বোঝা এবং শেখাকে সম্পূর্ণতা দেওয়ার একটি উদ্যোগ।

এই স্টাডির ৩টি
প্রধান উদ্দেশ্য ছিল

- I. কলঙ্ক কাটানো আর পাচারের সারভাইভারদের, মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবার উন্নতি করার জন্য সরকারী উদ্যোগ/পরিকল্পনা/প্রকল্প যা যা আছে সেগুলো বোঝা
- II. এই প্রকল্পগুলো কতটা বাস্তবায়িত করা সম্ভব হয়েছে আর ডিউটি বেয়ারাররা এর প্রভাব কি উপলব্ধি করতে পেরেছেন।
- III. এই পরিকল্পনায় কতটা ফাঁক রয়েছে, সেটা বোঝা, যে প্রকল্পগুলো বর্তমানে রয়েছে সেগুলিকে ভালোভাবে বোঝা, সরকারী নীতি বানানোর ক্ষেত্রে দায়িত্বপ্রাপ্তদের প্রভাব বোঝা, আর তাদের এই নীতিগুলি সম্পর্কে মতামত জানা।

স্টাডিটির
ডিজাইন

সরকারের নানান স্তরের - পঞ্চায়েত/ব্লক, জেলা, আর রাজ্য - ২৬ জন দায়িত্বপ্রাপ্ত কর্মীদের সাথে ৪৫ মিনিট মতো সময়ের পার্সোনাল ইন্টারভিউ করা হয়।
বাংলা ভাষায় সাক্ষাৎকার নেওয়া হয় এবং ইংরেজিতে অনুবাদ করা হয়।
ইন্টারভিউতে পাওয়া উত্তরগুলির ভিত্তিতে থিম্যাটিক বিশ্লেষণ করা হয়।

স্টিগমা ও মানসিক স্বাস্থ্য নিয়ে ডিউটি বেয়ারারদের নিজস্ব ধারণা এবং জ্ঞান

স্টিগমা নিয়ে ডিউটি বেয়ারারদের নিজস্ব ধারণা এবং জ্ঞান

- I. সব উত্তরদাতা ডিউটি বেয়ারাররা মানেন যে কলঙ্ক সমাজের দ্বারা প্রচলিত, সমাজ থেকে তৈরী আর সমাজের মধ্যেই ছড়ানো হয়।
- II. সমস্ত ডিউটি বেয়ারাররাই মনে করেন যে স্টিগমার প্রভাব সারভাইভারদের উপর মানসিক প্রভাব পরে থাকে। স্টিগমার প্রভাবে সারভাইভারদের উপর ভীতি, নিজেকে দোষ দেওয়া এবং লজ্জা এবং উপহাসের ভয় জন্মায়।
- III. ডিউটি বেয়ারারদের কাছে স্টিগমা সহজাত ভাবে সারভাইভারদের ব্যাপারে সামাজিক দৃষ্টিভঙ্গি। উদ্ধার হওয়ার পরে বা পাচার হওয়ার পরে স্টিগমা একটি সামাজিক প্রতিক্রিয়া সারভাইভারদের প্রতি। সামাজিক আচরণ বিধি থেকে বোঝা যায়, ভাবে দেখা যায় পাচারের সমস্যাটা মোকাবিলা করার বদলে সারভাইভারের ওপরে বেশি মনোযোগ দেওয়া হয়।



মানসিক স্বাস্থ্য নিয়ে ডিউটি বেয়ারারদের নিজস্ব ধারণা এবং জ্ঞান

- I. ব্লক এবং পঞ্চায়েত লেভেল এর ডিউটি বেয়ারারদের মতে দারিদ্র্য, অপরাধ বোধ, নিজেকে দোষ দেওয়া, নিজের ইচ্ছার বিরুদ্ধে গর্ভবতী হয়ে যাওয়া এগুলি ট্র্যাফিকিং হওয়ার পাশাপাশি মানসিক স্বাস্থ্য খারাপ হওয়ার অন্যতম কারন।
- II. মানসিক স্বাস্থ্যের পরিষেবা বা ট্রিটমেন্টগুলিকে সমাজের সাথে একজন সারভাইভারকে অ্যাডজাস্ট করানোর পদ্ধতি হিসেবে ধরা হয়।

"স্টিগমা সত্যিই এই সমাজের একটি ব্যাধি। এটা চাপ বাড়ায়।"
- ব্লক স্তরের ডিউটি বেয়ারার

"মানসিক স্বাস্থ্য হচ্ছে যখন মানুষ সুখে শান্তিতে থাকে।"
- পঞ্চায়েত স্তরের ডিউটি বেয়ারার

"কলঙ্ক কমানো যেতে পারে যদি মানুষকে আরো বেশী আর্থিক সাহায্য করা যায়।"
- জেলা স্তরের ডিউটি বেয়ারার

ডিউটি বেয়ারারদের মানসিক স্বাস্থ্য এবং স্টিগমা নিয়ে ধারণা থেকে যে বিষয়গুলি আমরা বুঝতে পারি

১. সমাজ এবং কমিউনিটি যে সারভাইভারদের সুরক্ষা দিতে ব্যর্থ এবং তাদের রিহাবিলিটেশনেও তাদের সক্রিয় অবদান নেই সেই বিষয়ে একটা উদাসীনতা আছে ডিউটি বেয়ারারদের স্তরে।
২. কোথায় একটা ট্র্যাফিকিং-এর কমপ্লেক্স প্রসেস বোঝা নিয়ে ডিউটি বেয়ারারদের মধ্যে সমস্যা আছে এবং সেই কারনেই নিজেদের সামাজিক প্রেজুডিস এবং পক্ষপাতিত্বগুলো চিনতে একটা ইতস্ত বোধ আছে।
৩. কাউন্সেলিং-এ পেশাদারী কোন প্রশিক্ষণ নেই যা থেকে বোঝা যায় যে কাউন্সেলিং কতটা জরুরী মানসিক স্বাস্থ্যের জন্য তার ধারণা খুবই কম।
৪. স্টিগমাকে সর্বদা অন্য কিছু প্রভাব হিসেবেই দেখা হয়েছে যার ফলে স্টিগমা সংক্রান্ত নিজেদের কন্সট্রিকশন নিয়ে কোনো তেমন প্রতিফলন দেখা যায়নি।
৫. এরকম কোনো আলোচনা সামনে আসেনি যেখানে ডিউটি বেয়ারাররা তাদের মানসিক স্বাস্থ্য নিয়ে সীমিত জ্ঞান বা আরো বেশী জানতে চাওয়ার কৌতুহল প্রকাশ করেছেন।



স্টিগমা এবং মানসিক স্বাস্থ্য নিয়ে কাজ করার জন্য ডিউটি বেয়ারাররা নিজেরা ব্যক্তিগতভাবে যে উদ্যোগগুলি নিয়েছেন

- ক. ৩১% দায়িত্বপ্রাপ্তরা দাবী করেছেন যে তারা কমিউনিটি মিটিং-এর সময় সক্রিয়ভাবে সিবিওদের সাথে আলোচনা করেছেন।
- খ. ১৫% দায়িত্বপ্রাপ্তরা হয় শিশু সুরক্ষা পরিষেবা, নয় সাইকিয়াট্রি ডিপার্টমেন্টের মাধ্যমে কাউন্সেলিং-এর ব্যবস্থা করেছেন বলে দাবী করেছেন।
- গ. ৭৭% দায়িত্বপ্রাপ্তরা জানাচ্ছেন যে এনজিও-দের সাথে সহযোগিতা করেছেন বা এনজিও-দের সাথে সংযুক্ত হয়ে সার্ভিস দিয়েছেন।
- ঘ. ৫০% দায়িত্বপ্রাপ্তরা আপদকালীন পুনর্বাসন পরিষেবা আর সচেতনতামূলক উদ্যোগ আয়োজন করার দাবী করেছেন।

ডিউটি বেয়ারাররা নিজেদের ব্যক্তিগত উদ্যোগে নিম্নলিখিত সার্ভিসগুলি দেওয়ার চেষ্টা করেছেন বলে জানিয়েছেন

- ক. সার্ভাইভারদের পরিবারের লোকজনকে সাথে থেকে কিভাবে সার্ভাইভারদের দেখাশোনা করতে হয় এবং সমাজে নানান পরিস্থিতির মোকাবিলা করতে কিভাবে তাদের পাশে থাকতে হয় সেই বিষয়গুলিতে অবগত করানো।
- খ. কমিউনিটি সচেতনতা বৃদ্ধির প্রোগ্রামগুলিতে পার্টিসিপেট করা এবং কমিউনিটিতে ট্র্যাফিকিং নিয়ে সচেতনতা বৃদ্ধি করা।
- গ. মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবা, মূলত কাউন্সেলিং পরিষেবা দেওয়া, বিশেষ ক্ষেত্রে ১৮ অনুর্থ সার্ভাইভারদের জন্য ট্রমা কাউন্সেলিং-এর ব্যবস্থা করা।
- ঘ. সার্ভাইভারদের উৎসাহিত করা যাতে তারা সরকারী প্রকল্পের মাধ্যমে আর্থিক সাহায্য পায় এবং মানসিকভাবে ভালো বোধ করে।
- ঙ. সার্ভাইভারদের জন্য উপযুক্ত শুধুমাত্র সার্ভাইভারদের স্বনির্ভর গোষ্ঠী তৈরী করতে সাহায্য করা যাতে স্টিগমা মুক্ত পরিবেশে তারা স্বনির্ভর হতে পারে।
- চ. আপদকালীন পরিষেবা প্রদান, তাৎক্ষণিক পুনর্বাসন পরিষেবা দেওয়া, সার্ভাইভারদের এপ্লিকেশন সঠিক ডিউটি বেয়ারারদের কাছে পাঠাতে গাইড করা।

ডিউটি বেয়ারারদের মানসিক স্বাস্থ্য এবং স্টিগমা নিয়ে ধারণা এবং মোকাবিলা করার ব্যক্তিগত উদ্যোগ থেকে যে বিষয়গুলি আমরা বুঝতে পারি

- I. ডিউটি বেয়ারারদের মধ্যে সার্ভাইভারদের সাথে কতটা এবং কি কাজ করা দরকার সেটা নিয়ে ধারণা এবং প্র্যানিং খুব একটা স্পষ্ট নয়। ফলস্বরূপ ওনারা যে উদ্যোগগুলি নিচ্ছেন এবং তার প্রভাব যেরকম হচ্ছে বলে তাদের মনে হচ্ছে সেটা কিন্তু অনেক ক্ষেত্রেই মিলছে না।
- II. ডিউটি বেয়ারারদের মধ্যে কলঙ্ক আর মানসিক স্বাস্থ্যের ব্যাপারে ধারণা এবং কাজ করার অভিজ্ঞতা সীমিত। তাই কেবলমাত্র ডিউটি বেয়ারারদের অভিজ্ঞতার উপর ভরসা না করা শ্রেয়।
- III. মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবার সাথে যুক্ত ডিউটি বেয়ারারদের ছাড়া অন্যান্যদের কাউন্সেলিং-এ পেশাদারী কোন প্রশিক্ষণ নেই। ফলস্বরূপ কাউন্সেলিং পরিষেবা কি, সেটা কতটা জরুরী মানসিক স্বাস্থ্যের চিকিৎসার জন্য, অন্য আর কি কি পরিষেবা আছে তার ধারণা খুবই কম।
- IV. সার্ভাইভারদের মানসিক স্বাস্থ্য উন্নতি করার জন্য সিংহভাগ গুরুত্ব দেওয়া হয় আর্থিক সুরক্ষাকে। বঙ্ড একপেশে ভাবে ভাবা হয় আর্থিক সঙ্গতি থাকলেই মানসিক স্বাস্থ্য ঠিক থাকবে।
- V. ডিউটি বেয়ারার যে যেই ডিপার্টমেন্টে আছেন তাদের প্রচেষ্টাও সেই ডিপার্টমেন্ট কেন্দ্রিক। অন্য ডিপার্টমেন্টের সাথে একসাথে প্র্যান করা কিছু করার পরিকল্পনা এখনও হচ্ছেনা।
- VI. যে ডিউটি বেয়ারার অভিজ্ঞতা বেশী বা যারা উচ্চ পদে আছেন তাদের বিভিন্ন পরিকল্পনা কি কি আছে সেই সম্পর্কে জ্ঞানও বেশী।
- VII. এনজিওর সাথে যোগাযোগ করিয়ে দেওয়াকে সার্ভাইভারদের পরিষেবা নেওয়ার দিকে এগিয়ে দেওয়া হিসেবে গণ্য করা হচ্ছে। কিন্তু এক্ষেত্রে এনজিওরা কি পরিষেবা দিতে সামর্থ্য কিনা বা এই পরিষেবা দেওয়া তাদের এজিয়ারে পড়ে কি না সেটা ভাবা হচ্ছে না।
- VIII. পলিসি তৈরী করে মোকাবিলা করার ক্ষেত্রে তেমন কোনো উদ্যোগ নেওয়া হচ্ছে বলে বোঝা যায়নি।



যে যে ক্ষিম বা পরিকল্পনা উপলব্ধ রয়েছে স্টিগমা মোকাবিলা এবং মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নতি করানোর জন্য কাউন্সেলিং সার্ভিস দেওয়া, অর্থনৈতিক সাপোর্ট দেওয়া, আইনি সাপোর্ট দেওয়া, নিয়মিত সার্ভাইভারদের সাথে যোগাযোগ রাখা, সাথে থাকা।

ডিউটি বেয়ারাররা নিম্নলিখিত ক্ষিম বা পরিকল্পনা উপলব্ধ রয়েছে বলে জানিয়েছেন স্টিগমা মোকাবিলা এবং মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নতি করানোর জন্য যে যে প্রকল্পগুলি আছে

কন্যাশ্রী	রূপশ্রী	যুবশ্রী	স্বয়ংসিদ্ধ প্রকল্প	জাতীয় গ্রামীণ জীবিকা যোজনা প্রকল্প	শিশুদের ১০৯৮ হেল্পলাইন	এসসিপিসিআর হেল্পলাইন	মহিলাদের হেল্পলাইন নম্বর	জেলা মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবা
১	২	৩	৪	৫	৬	৭	৮	৯
উজ্জ্বলা প্রকল্প	সক্ষমতা বৃদ্ধি প্রকল্প	এস সি ও এস টি ভাতা	প্রাথমিক স্বাস্থ্য ব্যবস্থা	আর্থিক পুনর্বাসন প্রকল্প	ডিসিপিও-তে কাউন্সেলিং পরিষেবা	ঘর পোর্টাল	সংকল্প প্রকল্প	আইনি সাহায্য
১০	১১	১২	১৩	১৪	১৫	১৬	১৭	১৮

যা আমরা উপলব্ধি করলাম

- I. যে প্রকল্পগুলি এখন আছে সেগুলো মূলত জীবিকা, শিক্ষা আর কিছু স্বাস্থ্য পরিষেবা দিতে ব্যবহার করা হয়। মানসিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে কোন সুষ্ঠু নীতি বা প্রকল্প নেই।
- II. উত্তরগুলো থেকে বোঝা যাচ্ছে যে সব দপ্তরে সব প্রকল্পগুলির তথ্য নেই।
- III. এর থেকে বোঝা যাচ্ছে যে সার্ভাইভারদের মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবা পাওয়াটা দায়িত্বপ্রাপ্তদের ব্যক্তিগত বা আগের অভিজ্ঞতা বা জ্ঞানের ওপর নির্ভরশীল।

ব্যক্তিগত এবং সরকারী পলিসিগতভাবে উপলব্ধ বিভিন্ন উপায় অবলম্বন করে যে মানসিক স্বাস্থ্য এবং স্টিগমা নিয়ে কাজ করার চেষ্টা হয়েছে সেগুলির যে যে ফলাফল ডিউটি বেয়ারাররা প্রত্যক্ষ করেছেন

লব্ধ স্তরের ডিউটি বেয়ারাররা যে যে ফলাফলগুলি প্রত্যক্ষ করেছেন

১. অপ্রাপ্তবয়স্ক সার্ভাইভাররা শিক্ষা পাচ্ছেন, কলঙ্ক কমছে আর সমাজে স্বীকৃতি বাড়ছে।
২. আর্থিক অবস্থার উন্নতি আর সামাজিক সহানুভূতির ফলে কলঙ্ক আর অপবাদ দেওয়া কমছে।
৩. সার্ভাইভাররা এখন কম কলঙ্কিত বোধ করছেন ফলে সামাজিক কাজকর্ম আর যোগাযোগ বেড়েছে।
৪. হাসপাতালে মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবা পাওয়া সহজ হয়েছে।
৫. যে সার্ভাইভাররা নিজেদের সক্ষম বলে বোধ করছেন তারা কলঙ্ক প্রতিরোধের ব্যাপারে নেতৃত্ব দিচ্ছেন আর নতুন স্বনির্ভর গোষ্ঠী তৈরী হচ্ছে।
৬. মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নতি হয়েছে, আগের তুলনায় সার্ভাইভাররা ভালো সিদ্ধান্ত নিতে পারছেন।
৭. পুলিশের তরফ থেকে সহমর্মিতা দেখানো হয়েছে, তা সার্ভাইভারদের মানসিকভাবে শক্ত হাতে সাহায্য করেছে আর সুরক্ষিত বোধ করার অনুভূতি বাড়িয়েছে।



রাজ্য স্তরের ডিউটি বেয়ারাররা যে যে ফলাফলগুলি প্রত্যক্ষ করেছেন

১. ছোটোরা স্কুলে ফিরতে পেরেছে, পাচার হয়ে যাওয়া মহিলারা উদ্ধার হওয়ার পরে বিয়ে করতে পেরেছেন যাতে বোঝা যাচ্ছে যে সমাজে কলঙ্ক কমছে
২. সরকারী হাসপাতালে নিয়মিত কাউন্সেলিং আর সাহায্য এখন পাওয়া যাচ্ছে
৩. শিক্ষার ক্ষেত্রে সুযোগ বেড়েছে, আর্থিক স্বাবলম্বনের সুযোগ বেড়েছে এবং ফলস্বরূপ প্রগতির দিকে এগিয়ে যাওয়া বেড়েছে
৪. শিশু বিবাহ প্রতিরোধ আর পাচার বিরোধী প্রকল্পগুলোর মাধ্যমে কিশোর এবং যুবকদের মধ্যে কলঙ্কবোধ কমেছে আর সচেতনতা বেড়েছে
৫. শিশু সুরক্ষা কমিশন চেষ্টা করছে সরকারী হোমগুলিতে আরো স্বনির্ভর জীবিকার প্রশিক্ষণ দেওয়ার এবং এর ফলে সার্ভাইভারদের মানসিক স্বাস্থ্যের উন্নতি ঘটানোও কিছুটা সম্ভব হয়েছে
৬. জেলা শিশু সুরক্ষা ইউনিট আর এনজিওর সাথে নানান উদ্যোগে বিভিন্ন কাজ এগিয়ে চলেছে
৭. ডিউটি বেয়ারাররা এখন সচেতন হয়েছেন, সক্রিয়ভাবে সার্ভাইভারদের নানান অধিকার এবং প্রাপ্য যেমন জীবিকা, আইনী অধিকার আর শিক্ষার ব্যাপারে সাহায্য করছেন।

যা যা দেখা গেল এবং পর্যবেক্ষণ করলাম

১. ডিউটি বেয়ারারদের মধ্যে মানসিক আর কলঙ্কের ব্যাপারে সচেতনতা খুব কমঃ এর ফলে সার্ভাইভারদের মধ্যে মানসিক সমস্যা শনাক্ত করা আর চিকিৎসা করা হচ্ছে না।
২. দোষারোপ করাঃ কিছু ডিউটি বেয়ারারদের মধ্যে সমাজ এবং সরকারী ব্যবস্থাকে দোষ দেওয়ার প্রবণতা অনেকটা বেশী। এক্ষেত্রে ওনারা ওনাদের নিজেদের দায় এড়িয়ে গিয়ে থাকেন।
৩. এগিয়ে যাওয়া আটকে যাচ্ছেঃ সমাজ এবং সরকারী ব্যবস্থাকে দোষী ধরে থাকার ফলে সরকারী পলিসি বা নীতির বাস্তবায়ন অনেক ধীরে হচ্ছে।
৪. দায়িত্ব স্পষ্ট নয়ঃ কলঙ্কের বিরুদ্ধে লড়াই করার দায়িত্ব কার সেটা স্পষ্ট নয়। দায়িত্বপ্রাপ্তরা তাদের উপরের কর্তৃপক্ষ, এনজিও, সিবিও বা সরকারের পলিসির জন্য অপেক্ষা করছেন।
৫. আলোচনা এবং যোগাযোগ ঠিক করে হচ্ছে নাঃ উপযুক্ত কথাবার্তা এবং যোগাযোগ ঠিকভাবে হচ্ছে না, যাতে শিক্ষা, ভালো থাকা আর জীবিকার কাজে ব্যাঘাত ঘটছে।
৬. নির্দিষ্ট উদ্যোগ নেইঃ পাচারের সার্ভাইভারদের জন্য বা ট্রমা আর নির্যাতনের সার্ভাইভারদের জন্য নির্দিষ্ট মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবার উদ্যোগ নেই, যদিও এগুলোর জন্য সরকারী নীতি রয়েছে।
৭. প্রভাব মূল্যায়ন করা মুশকিলঃ ডিউটি বেয়ারারদের উদ্যোগে সার্ভাইভারদের মানসিক স্বাস্থ্য উন্নত করার প্রচেষ্টাগুলোর মূল্যায়ন করাটা কঠিন এবং জটিল বলে বোঝা গেছে।
৮. অভিজ্ঞতা আর সচেতনতার প্রভাবঃ ডিউটি বেয়ারারদের আগেকার কাজের অভিজ্ঞতা এবং সচেতনতা এই পদক্ষেপগুলোর ওপর প্রভাব ফেলে।
৯. তৃণমূল স্তরের কর্মীদের অংশগ্রহণ প্রয়োজনঃ সার্ভাইভারদের ভালোর জন্য তৃণমূল স্তরের কর্মীদের নীতি বানানোর ক্ষেত্রে অংশগ্রহণ করানোটা জরুরী।
১০. আর্থসামাজিক অবস্থা আর ব্যক্তিগত চিন্তা ভাবনাঃ আর্থসামাজিক অবস্থা আর ব্যক্তিগত চিন্তা ভাবনার প্রভাব সার্ভাইভারদের উপরে যেভাবে পড়ে সেটা নিয়ে কাজ করা দরকার।



এই স্টাডিটি করে ডিউটি বেয়ারারদের থেকে জেনে আমরা যা যা নিয়ে ফিরছি

১. ডিউটি বেয়ারারদের সার্ভাইভারদের মানসিক স্বাস্থ্য এবং তাদের সাহায্য করার ক্ষেত্রে ভূমিকার ব্যাপারে সচেতন করার জন্য নির্দিষ্ট সচেতনতা প্রকল্প বাস্তবায়িত করার প্রয়োজন আছে।
২. কলঙ্ক প্রতিরোধ করতে আর বাস্তব ভিত্তিক মানসিক স্বাস্থ্য বান্ধব নীতি বাস্তবায়িত করার জন্য সার্ভাইভার সাধারণ মানুষ দায়িত্বপ্রাপ্ত পরিকাঠামোগত ব্যবস্থা আর সরকারের মধ্যে একসাথে কাজ করা প্রয়োজন।
৩. সরকারী ব্যবস্থার মধ্যে যোগাযোগ বাড়ানো আর সঠিক তথ্য ভাগ করে নেওয়া বা বাড়ানো উচিত যাতে নীতি সম্পর্কিত তথ্য সব স্তরে পাওয়া যায়।
৪. সার্ভাইভারদের জন্য মানসিক স্বাস্থ্য এবং কলঙ্ক কমানোর জন্য নির্ধারিত প্রকল্প বানানো প্রয়োজন।
৫. সরকারী প্রকল্প আর নীতি উপযোগিতা বোঝার জন্য আর দায়িত্বপ্রাপ্তদের অংশগ্রহণ আর সচেতনতা বোঝার জন্য উপযুক্ত মূল্যায়ন ব্যবহার করা উচিত।
৭. প্রাথমিক স্তরে সরকারী কর্মচারী এবং সার্ভাইভারদের নীতি বানানোর সময় অংশীদার করা উচিত যাতে সার্ভাইভারদের প্রয়োজন অনুযায়ী নীতি তৈরী হয়।



আমাদের ভবিষ্যৎ পদক্ষেপ



১. প্রাথমিক স্তরে যে সমস্ত সংগঠন স্টিগমা নিয়ে কাজ করছেন এবং যেসব সার্ভাইভাররা স্টিগমার সম্মুখীন হয়ে থাকেন এবং যে ডিউটি বেয়ারাররা স্টিগমা এবং মেন্টাল হেল্থ নিয়ে প্রতিনিয়ত কাজ করছেন তাদের সাথে রিপোর্টটি শেয়ার করা।
২. সার্ভাইভার, সোশ্যাল ওয়ার্কার এবং ডিউটি বেয়ারারদের একত্রিত করা এবং এগিয়ে চলার পরিকল্পনা করা।