

# যুগান্তর

প্রিন্ট: ১০ মার্চ ২০২৬, ০১:২০ পিএম

শিক্ষাঙ্গন

## সব শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে ১ দিনের ‘মেডিটেশনের’ নির্দেশনা

Advertisement

আরও দেখুন

⊕ বিমানবন্দর লাউঞ্জ অ্যাক্সেস

⊕ আন্তর্জাতিক ভ্রমণ বীমা

⊕ বিজ্ঞাপন স্থান

⊕ অনলাইন কনভার্টার সরঞ্জাম

⊕ রোজা ও ইফতারের ক্যালেন্ডার



যুগান্তর প্রতিবেদন

প্রকাশ: ০৯ মার্চ ২০২৬, ১১:৫৯ পিএম



# মাউশি

মাধ্যমিক ও উচ্চশিক্ষা অধিদপ্তর

ফাইল ছবি।

শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের জন্য ১০টি নির্দেশনা দিয়েছে শিক্ষা মন্ত্রণালয়ের মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের (মাউশি)। তাদের আওতাধীন সব শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের জন্য এ নির্দেশনা দেওয়া হয়েছে। এর মধ্যে এক দিন সব শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে 'বৈজ্ঞানিক লাইফস্টাইল ডেভেলপমেন্ট এবং মানসিক স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রম' অনুযায়ী শিক্ষক ও শিক্ষার্থীদের জন্য এক দিনের প্রশিক্ষণ কার্যক্রমের আয়োজন করবে। অর্থাৎ সব শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে এক দিনের জন্য মেডিটেশনের আয়োজন করতে বলা হয়েছে।

সম্প্রতি মাউশির এক নির্দেশনা থেকে এ তথ্য জানা গেছে। মাউশির ওই স্মারকে মোট ১০টি নির্দেশনা দেওয়া হয়ে।

মাউশির পরিচালক (মাধ্যমিক) অধ্যাপক ড. খান মইনুদ্দিন আল মাহমুদ সোহেল স্বাক্ষরিত বিজ্ঞপ্তিতে বলা হয়েছে, শিক্ষা মন্ত্রণালয়ের মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা বিভাগ, সরকারি মাধ্যমিক-১ শাখা হতে বেসরকারি সংস্থা কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন কর্তৃক প্রস্তুতকৃত 'বৈজ্ঞানিক লাইফস্টাইল ডেভেলপমেন্ট এবং মানসিক স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রম' সংক্রান্ত ম্যানুয়ালের ভিত্তিতে পরিকল্পনা

অনুযায়ী মাধ্যমিক ও উচ্চ শিক্ষা অধিদপ্তরের আওতাধীন সব শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান (স্কুল ও কলেজ)-  
এর শিক্ষক ও শিক্ষার্থীদের জন্য সমঝোতা স্মারকের মাধ্যমে বিনা মূল্যে এক দিনের প্রশিক্ষণ  
সম্পাদনের জন্য নির্দেশনা প্রদান করা হয়েছে।

১. প্রশিক্ষণ কার্যক্রমের শিরোনাম : শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে 'বৈজ্ঞানিক লাইফস্টাইল ডেভেলপমেন্ট  
এবং মানসিক স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রম'

২. শিক্ষা মন্ত্রণালয়ের নির্দেশনা অনুযায়ী মাউশি ও কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশনের মধ্যে স্বাক্ষরিত  
সমঝোতা স্মারক অনুযায়ী মাধ্যমিক ও উচ্চশিক্ষা অধিদপ্তরের অধীন মাধ্যমিক পর্যায়ের সব  
শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান প্রশিক্ষণ কার্যক্রমটি নিজ নিজ ভেন্যুতে বিনা মূল্যে বাস্তবায়ন করবে।

৩. শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের প্রধানেরা কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশনের নিবন্ধিত ও নির্ধারিত স্বেচ্ছাসেবী  
প্রশিক্ষকদের সঙ্গে আলোচনা সাপেক্ষে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে 'বৈজ্ঞানিক লাইফস্টাইল ডেভেলপমেন্ট  
এবং মানসিক স্বাস্থ্যসেবা কার্যক্রম' অনুযায়ী শিক্ষক ও শিক্ষার্থীদের জন্য এক দিনের প্রশিক্ষণ  
কার্যক্রমের আয়োজন করবেন।

৪. প্রশিক্ষণ-পরবর্তী দৈনিক অনুশীলন কার্যক্রম নিয়মিত বাস্তবায়ন নিশ্চিত করার জন্য প্রশিক্ষণ  
ম্যানুয়ালের পরিশিষ্ট-২(গ)-এর 'বাস্তবায়ন ও মনিটরিং নির্দেশনা' অনুসারে নিজ নিজ  
শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান একটি মনিটরিং পুল গঠন করবে।

৫. ম্যানুয়ালের পরিশিষ্ট-২-এ অন্তর্ভুক্ত পরিচালনা ও বাস্তবায়ন গাইডলাইনের কাউন্সেলিং সেবা  
প্রদানসহ অবশিষ্ট নির্দেশনাগুলো শিক্ষার্থীদের দৈনিক অনুশীলন কার্যক্রমের সঙ্গে প্রয়োজন  
অনুসারে বাস্তবায়িত হবে।

৬. প্রশিক্ষণ ম্যানুয়ালের পরিশিষ্ট-২ ও ৪-এ বর্ণিত নীতিমালা অনুসারে নিজ নিজ  
শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের মনিটরিং পুল তাদের কার্যক্রম পরিচালনা করবে। মনিটরিং পুলের কার্যাবলি  
প্রশিক্ষণ ম্যানুয়াল এবং পরিচালনা ও বাস্তবায়ন গাইডলাইনের মধ্যে সীমাবদ্ধ থাকবে। এর  
বাইরের কোনো কার্যক্রমের সঙ্গে কোনো অবস্থাতেই সম্পৃক্ত হওয়া যাবে না।

৭. নিজ নিজ শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের মনিটরিং পুল প্রতিবছর নতুন ভর্তি হওয়া শিক্ষার্থীদের প্রশিক্ষণ প্রদানের ব্যবস্থা করবে। প্রশিক্ষণে অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা বেশি হলে আলোচনা সাপেক্ষে ব্যাচ আকারে প্রশিক্ষণ প্রদান করা যেতে পারে।

৮. অসংক্রামক রোগ প্রতিরোধ ও মানসিক স্বাস্থ্য সুরক্ষা এবং অভিভাবকদের এই প্রশিক্ষণ সম্পর্কে অবহিতকরণের অংশ হিসেবে কোনো শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান প্রয়োজন মনে করলে ম্যানুয়ালের পরিশিষ্ট-৪(১)(৩) অনুযায়ী প্রয়োজনবোধে শিক্ষার্থীদের অভিভাবকদের প্রশিক্ষণের আওতায় এনে কার্যক্রমের সঙ্গে সম্পৃক্ত করা যেতে পারে।

৯. প্রতিষ্ঠানপ্রধানেরা সংশ্লিষ্ট অঞ্চল/জেলা/থানা/উপজেলার সংশ্লিষ্ট শিক্ষা কর্মকর্তাদের প্রত্যক্ষ সহযোগিতায় কার্যক্রমটি বাস্তবায়ন করবেন। সংশ্লিষ্ট কর্মকর্তারা সমঝোতা স্মারকের অংশ হিসেবে নিজ নিজ অবস্থান থেকে প্রশিক্ষণ কার্যক্রমটির বাস্তবায়ন সমন্বয় করবেন। তা ছাড়া প্রতিষ্ঠানপ্রধানেরা প্রশিক্ষণসংক্রান্ত গুরুত্বপূর্ণ কোনো বিষয়ে প্রয়োজনে কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশনের কেন্দ্রীয় প্রশিক্ষণ কার্যক্রমের কো-অর্ডিনেটর (মানসিক স্বাস্থ্য, শিক্ষা ও প্রশিক্ষণ) সাইকোলজিস্ট (যোগাযোগ : ০১৮৯২০০৯৯১৪ ও ই-মেইল:

(totalfitness@quantummethod.org.bd) এর সঙ্গে যোগাযোগ করতে পারবেন।

১০. প্রশিক্ষণ কার্যক্রমটি বাস্তবায়নে এবং প্রশিক্ষণপরবর্তী দৈনিক অনুশীলন কার্যক্রমের মনিটরিং পুলের সদস্য হিসেবে বাংলাদেশ স্কাউটস (স্কাউটস—স্কুল পর্যায়ে ও রোভার স্কাউটস—কলেজ পর্যায়ে) সদস্যরা স্বেচ্ছাসেবক হিসেবে সম্পৃক্ত থাকবেন।