



CAREER COUNSELLING HANDBOOK

হাতবুক ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং



হ্যান্ডবুক ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং



রানা প্রাজা ধসে ক্ষতিগ্রস্ত শ্রমিকদের স্বাভাবিক কর্মজীবনে
পুনর্বাসনের উদ্দেশ্যে এই সহায়িকাটি প্রণীত

সহযোগী

সম্পাদনা ও পর্যালোচনা

এ. আর. আমান

একেএম মাসুম-উল-আলম

সংকলন ও রচনা

মো. শহিদুল্লাহ

সৈকত শুভ্র আইচ

শুভময় হক

অনুবাদ

ফাহিমদা আফরোজ

প্রকাশকাল

২০১৬

অলংকরণ ও মুদ্রণ

রেডলাইন

প্রকাশনা

একশনএইড বাংলাদেশ

বাসা ০৮, রোড ১৩৬, গুলশান ১, ঢাকা ১২১২

আইএসবিএন

৯৭৮-৯৮৪-৩৪-১০৮২-৫

সূচিপত্র

মুখবন্ধ

প্রথম ভাগ: ভূমিকা

১.১ ভূমিকা

০৬

দ্বিতীয় ভাগ: রানা প্রাজার শ্রমিকদের জন্য কর্মজীবন বিষয়ক দিক নির্দেশনা

২.১ পটভূমি

০৭

২.২ ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং বলতে কি বুঝি

০৮

২.৩ রানাপ্রাজা শ্রমিকদের জন্য ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং-এর প্রয়োজনীয়তা

০৯

তৃতীয় ভাগ: চাকুরি ও ব্যবসা বিষয়ক কাউন্সিলিং

৩.১ চাকুরি বিষয়ক কাউন্সেলিং

১০

৩.২ ব্যবসার জন্য কাউন্সেলিং

১১

৩.২.১ ব্যবসার ধারণা ও সুযোগ সুবিধা

১১

৩.২.২ সঠিক ব্যবসা বাছাইয়ের ক্ষেত্রে প্রয়োজনীয় দক্ষতা ও দৃষ্টিভঙ্গি

১২

হ্যান্ডআউট: ১ জিরো থেকে হিরো

১২

৩.২.৩ ব্যবসার পদক্ষেপসমূহ

১৩

৩.২.৪ ব্যবসায় করণীয় ও বর্জনীয় কাজসমূহ

১৪

৩.২.৫ আর্থিক লেনদেন বিষয়ক জ্ঞান

১৫

৩.২.৬ সম্পদ ব্যবস্থাপনা

১৭

৩.২.৭ আপনি কোথায় সাহায্য পাবেন

১৮

চতুর্থ ভাগ: পেশা উন্নয়নে দক্ষতা উন্নয়ন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

৪.১ রানাপ্রাজা শ্রমিকদের দক্ষতা বৃদ্ধি প্রশিক্ষণ

১৯

৪.২ শিল্প ক্ষেত্রে দক্ষতা উন্নয়নের গুরুত্ব

১৯

৪.৩ বিভিন্ন ধরনের দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণ

২০

৪.৪ রানাপ্রাজা শ্রমিকদের উপযোগী প্রশিক্ষণ

২০

পঞ্চম ভাগ: মনোসামাজিক সেবা, প্রতিবন্ধিতা এবং কর্মসংস্থান

৫.১ ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং-এ মনোসামাজিক সেবার প্রয়োজনীয়তা

২১

হ্যান্ডআউট: ২ দুর্ঘটনা পরবর্তী আঘাত ও মনোচিকিৎসকের ভূমিকা

২১

প্রসঙ্গ কথা

২০১৩ সালে এপ্রিল মাসে রানাপ্রাজা ধসে ১,১০৬ জন মারা যান, যাদের অধিকাংশই পোষাক শ্রমিক। যারা জীবিত ফিরে এসেছিলেন, তাদের মধ্যে বেশিরভাগ শ্রমিক কাজে ফিরে যেতে চায়নি অথবা উচ্চ ভবনে কাজ করতে চায়নি। এই মানুষগুলোর জন্য খুব দ্রুত নতুন কর্মসংস্থানের ব্যবস্থা করা বা আত্ম-কর্মসংস্থানের ব্যবস্থা করা অত্যন্ত জরুরী হয়ে পড়ে।

রানাপ্রাজা দুর্ঘটনার পর কানাডা, নেদারল্যান্ড এবং যুক্তরাজ্যের সহায়তায় আন্তর্জাতিক শ্রমিক সংস্থা (আইএলও) একশনএইড-এর সাথে ১১৯ জন শ্রমিককে কর্মসংস্থানের দিকনির্দেশনা বিষয়ক কাউন্সেলিং সহায়তা প্রদান করে। এই কাউন্সেলিং তাদের সমাজে পুনঃপ্রতিষ্ঠিত হতে সাহায্য করে।

বেঁচে যাওয়া শ্রমিক যারা ভয়াবহ ঘটনায় ও কর্মসংস্থান সন্ধানে মানসিকভাবে বিপর্যস্ত হয়ে পড়েন তাদের সাথে কাজ করার অভিজ্ঞতা নিয়ে এই ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং হ্যান্ডবুকটি তৈরি করা হয়। রানাপ্রাজা একটি ভয়াবহ ঘটনা, কিন্তু এরকম আরো অনেক ছোট ছোট দুর্ঘটনা প্রতিনিয়ত ঘটছে। আমি মনে করি, এই প্রকাশনা ছোট বড় যে কোন ধরনের দুর্ঘটনায় বেঁচে যাওয়াদের জন্য সহায়ক হবে। আমি বিশ্বাস করি, সামনের দিনগুলোতে এই হ্যান্ডবুকটি এসব দুর্ঘটনা কবলিত নারী পুরুষদের জীবনমান উন্নয়নের জন্য গুরুত্বপূর্ণ অবদান রাখবে।

শ্রীনিবাস বি রেড্ডি

কান্ট্রি ডিরেক্টর, আইএলও বাংলাদেশ



মুখবন্ধ

রানা প্রাজা ভবন ধস বাংলাদেশে শিল্প দুর্ঘটনার ইতিহাসে একটি ট্রাজিক অধ্যায়। শুধু ভবন ধস আর প্রাণহানীর ব্যাপকতার দিক থেকেই নয়, বরং ক্রমবিকাশমান গার্মেন্টস সেক্টরের জাতীয় ও আন্তর্জাতিক প্রেক্ষিতেও এর গুরুত্ব শতগুণ বাড়িয়ে দিয়েছে। এ বিপর্যয়ের মানবিক দিক সত্যিকারভাবে প্রকাশ পায় এক একটি পরিবারের ক্ষয়ক্ষতি আর বিপদাপন্নতার চিত্রে। বেঁচে যাওয়া শ্রমিকরা ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছেন নানাভাবে। তবে একটা ক্ষেত্রে রানা প্রাজার সকল কর্মীদের একই রকম ক্ষতি হয়েছে— এদের সকলেই কর্মসংস্থান হারিয়েছেন। এ শ্রমিকদের অনেকেই এক একটি পরিবারের প্রধান, এমনকি একমাত্র উপার্জনকারী। ভবন ধসের পরে অনেকের কর্মসংস্থান হলেও বেশিরভাগই এখনো আগের জীবনে ফিরতে পারেননি। অনেকের আর কারখানায় গিয়ে কাজ করার মত মানসিক শক্তি নেই, মনোবল ভেঙ্গে গেছে। বেঁচে থাকার জন্য জীবিকার সংস্থানই এখন তাদের কাছে মুখ্য। অনেক পরিবারই প্রাপ্ত আর্থিক সহায়তার উপর ভর করে পার করেছেন বিগত কয়েক মাস। উপরন্তু ঋণের বোঝায় ভারাক্রান্ত বহু পরিবার।

ক্ষতিগ্রস্ত শ্রমিকদের অধিকাংশই দরিদ্র নারী, যাদের পক্ষে চাইলেই কোনো চাকুরী বা ব্যবসা করা সহজ নয়। যেহেতু তারা মূলত গার্মেন্টস শিল্পের কাজে দক্ষ, অন্যান্য কাজের দক্ষতা তাদের নাই, ফলে তাদের ব্যাপকভাবে অন্যান্য ক্ষেত্রে কর্মসংস্থানের ব্যবস্থা করাও কঠিন। এই অবস্থায় তারা পেশা নির্বাচন নিয়ে দ্বিধা-দ্বন্দ্ব রয়েছে। সিদ্ধান্ত গ্রহণে আত্মবিশ্বাসের অভাব পরিলক্ষিত হচ্ছিল। যার ফলে ক্রমেই তাদের কর্মজীবন অনিশ্চিত হয়ে পড়তে থাকে। এজন্য কর্মক্ষেত্রে চাহিদা অনুযায়ী তাদের প্রস্তুত করে তোলার জন্য দক্ষতা বৃদ্ধির উদ্যোগ গ্রহণ ও প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা গ্রহণ করার প্রয়োজন অনুভূত হয়। পাশাপাশি, স্বনির্ভরতা অর্জনে ক্ষুদ্র ব্যবসার মত আয়বৃদ্ধিমূলক কাজে তাদের যুক্ত হওয়ার সুযোগ প্রদানের ব্যবস্থা নেয়া হয়।

ক্ষতিগ্রস্ত শ্রমিকদের পুনর্বাসন ও তাদের কাজে ফিরিয়ে আনার লক্ষ্যে ২০১৪ সালে আন্তর্জাতিক শ্রম সংস্থার সহযোগিতায় একশনএইড বাংলাদেশ একটি সমন্বিত উদ্যোগ গ্রহণ করে। ‘সেশিও-ইকোনোমিক রিইনটিগ্রেশন এন্ড রিহ্যাবিলিটেশন ফর সারভাইভার্স উইথ ডিজ্যাবিলিটিজ অব রানা প্রাজা ডিসাস্টার’ প্রকল্পের আওতায় ক্ষতিগ্রস্ত শ্রমিকদের জীবন-জীবিকা সম্পর্কিত সমস্যাগুলো চিহ্নিত করা এবং তাদেরকে কর্মজীবন বিষয়ক দিক নির্দেশনা দেওয়ার পদক্ষেপ গ্রহণ করা হয়। এই দিক নির্দেশনার অংশ হিসেবে একটি হ্যান্ডবুক প্রণয়ন করা হয়েছে যা শুধু রানা প্রাজা বিপর্যয়ে ক্ষতিগ্রস্ত শ্রমিকই নয়, শিল্প কারখানার শ্রমিকদের বেকারত্ব, কর্মসংস্থানহীনতা এবং কর্মক্ষেত্রে নানামুখী সমস্যা মোকাবেলায় সহায়ক হলে আমাদের এই প্রচেষ্টা সার্থক হবে।

ফারাহ কবির

কান্ট্রি ডিরেক্টর, একশনএইড বাংলাদেশ

১.১ ভূমিকা

বাংলাদেশ ২৪ শে এপ্রিল ২০১৩ তার ইতিহাসের ভয়াবহতম মানব সৃষ্ট শিল্প দুর্ঘটনা প্রত্যক্ষ করেছে। এই দিনে ধসে পড়ে সাভারে অবস্থিত ৮তলা বিশিষ্ট শিল্প ভবন ‘রানা প্রাজা’, যার ৫টি তলায় পোশাক কারখানা ও একটিতে বাণিজ্যিক ব্যাংক ও মার্কেট ছিল। টানা ৩ সপ্তাহ পর ১৪ মে ২০১৩ সালে উদ্ধার কাজ পরিচালনা শেষে ২৪৩৮^১ জন শ্রমিককে জীবিত উদ্ধার করা সম্ভব হয়েছিল। এই ঘটনার পরিস্থিতিতে এগারোশোর বেশি পরিবার তাদের পরিবারের উপার্জনকারী সদস্যকে হারায় এবং অন্যদিকে উদ্ধারকৃত শ্রমিকরাও বিভিন্ন শারিরীক, মানসিক ও আর্থ-সামাজিক সমস্যাসহ অসংখ্য সমস্যার সম্মুখীন হয়। এই অবস্থায় তারা আবার পোশাক কারখানায় পূর্বের পেশায় ফিরে যাবে কিনা, সাভারে থাকবে না বাড়ি চলে যাবে, চাকুরিই করবে না ব্যবসা-বাণিজ্য করবে এসব বিভিন্ন বিষয় নিয়ে দ্বিধা-দ্বন্দ্বে ভুগছিল। ব্যক্তিগত অথবা পারিবারিক পর্যায়ে যে কোন সিদ্ধান্ত নিতেই তারা ব্যর্থ হচ্ছিল। বাস্তব পরিস্থিতিটা তাদের কাছে ঠিক স্পষ্ট হচ্ছিল না। আচার-আচরণ, কথা-বার্তা ও চাকুরির প্রশ্ন-উত্তর পর্বেও তাদের মধ্যে পরিষ্কারভাবে আত্মবিশ্বাসের অভাব পরিলক্ষিত হচ্ছিল। যার ফলে ক্রমেই তাদের কর্মজীবন অনিশ্চিত হয়ে পড়তে থাকে।

উপরোক্তিত নানাবিধ সমস্যায় জর্জরিত রানা প্রাজা দুর্ঘটনায় আহত শ্রমিকদের সমস্যাগুলো চিহ্নিত করার লক্ষ্যেই তাদেরকে কর্মজীবন বিষয়ক দিক নির্দেশনা দেওয়ার পদক্ষেপ গ্রহণ করা হয়। এই পদ্ধতির মাধ্যমে তাদের আর্থ-সামাজিক অবস্থা, দক্ষতা ও ক্ষমতা, পেশাগত চাহিদা ও জীবিকার ধরণ নিরূপণ করা হয় এবং সেই অনুযায়ী পেশা বাছাইয়ের সিদ্ধান্ত গ্রহণে সুনির্দিষ্ট পদ্ধতি অবলম্বনের মাধ্যমে দিক নির্দেশনা দেয়া হয়।

১.২ হ্যান্ডবুক তৈরির উদ্দেশ্য

এই হ্যান্ডবুকটি সেই সকল শিল্প কারখানার শ্রমিকদের উদ্দেশ্যে তৈরি যারা বেকারত্ব, কর্মসংস্থানহীনতা এবং কর্মক্ষেত্রে নানামুখী অসুবিধার সম্মুখীন হচ্ছে। বইটি মূলত উন্নয়নমূলক কাজের সাথে জড়িত ব্যক্তিদের ব্যবহার উপযোগী করে লেখা হয়েছে।

১.৩ হ্যান্ডবুকটি যাদের উদ্দেশ্যে তৈরি

এই বইটি মূলত সেই সকল উন্নয়নমূলক কাজের সাথে জড়িত ব্যক্তিদের উদ্দেশ্যে প্রণয়ন করা হয়েছে যারা উল্লিখিত সমস্যা চিহ্নিতকরণের সাথে জড়িত আছেন অথবা হবেন।

1. Disaster Management Information Centre, Ministry of Disaster Management and Relief: Situation Report on Building Collapse at Savar, Dhaka. Transmission Date: April 24 to May 14, 2013. The total number includes Reshma who was rescued alive on the 17th day of the operation.

রানা প্রাজার শ্রমিকদের জন্য কর্মজীবন বিষয়ক দিক নির্দেশনা

২.১ পটভূমি

বাংলাদেশে তৈরি পোশাক শিল্পের গত কয়েক দশকের উন্নয়নের ফলে বাংলাদেশ বিশ্বের দ্বিতীয় বৃহত্তম রপ্তানীকারক দেশে পরিণত হয়েছে। তৈরি পোশাক খাত বাংলাদেশের অর্থনীতি ও দেশের উন্নয়নের মূল চালিকা শক্তিতে পরিণত হয়েছে। তৈরি পোশাক খাত থেকে প্রায় ২৪.৫ বিলিয়ন মার্কিন ডলার (২০১৩-১৪) রপ্তানি হয় যা দেশের মোট রপ্তানি আয়ের ৮০ ভাগ এবং প্রায় ৪.২ মিলিয়ন শ্রমিক এখানে কাজ করে যার ৮০^২ শতাংশই মহিলা। বাংলাদেশের তৈরি পোশাক খাত মূলত ‘ডেমোগ্রাফিক ডিভিডেন্ট’ ভিত্তিক। বিপুল সংখ্যক তরুণ এই কাজের সাথে যুক্ত হচ্ছে কারণ প্রতি বছর প্রায় দুই মিলিয়নের মত নতুন জায়গা তৈরি হয়। শ্রমিকদের একটা বড় অংশ গ্রাম থেকে শহরে স্থানান্তরিত হয়ে আসে। সাম্প্রতিক বছরগুলোতে ঢাকা শহরে কর্মসংস্থানের সুযোগ বহু শ্রমিককে বিশেষত মহিলা শ্রমিককে গ্রাম থেকে শহরে টেনে এনেছে। যদিও এই শ্রমিকদের অধিকাংশই তুলনামূলক কম দক্ষতা সম্পন্ন এবং অস্বচ্ছল পরিবার থেকে আসার ফলে বিশেষত নারী শ্রমিকরা নানাবিধ বঞ্চনার শিকার হন। তবে একথাও ঠিক যে পোশাক কারখানায় কর্মসংস্থানের ফলে এই সকল শ্রমিকদের আয়-রোজগারের সুযোগ হচ্ছে যার মাধ্যমে ক্ষমতায়ন হচ্ছে। গবেষণায় দেখা গেছে শ্রমিকদের একটা বড়

অংশ বেকার অবস্থা থেকে অথবা গার্মেন্টস শিল্পে কোন পূর্ব অভিজ্ঞতা ছাড়াই পোশাক কারখানায় কর্মজীবন শুরু করেন। অপ্রাতিষ্ঠানিক কিছু নেটওয়ার্ক তাদেরকে গার্মেন্টসে ঢুকতে সহায়তা করে এবং অধিকাংশ নারী শ্রমিকরাই কোন প্রাতিষ্ঠানিক ট্রেনিং ছাড়াই মূলত সহায়তাকারী হিসাবে কাজ করার মাধ্যমে হাতে-কলমে কাজ শেখেন। এই শিল্পে শ্রমিকদের দক্ষতা উন্নয়নের জন্য প্রাতিষ্ঠানিক প্রশিক্ষণের কোন সুযোগ নেই বললেই চলে এবং তাদের ক্যারিয়ার গঠন বা দক্ষতা উন্নয়নেরও কোন সম্ভাবনা এখানে নেই। এই বিষয়টি অনেকাংশে প্রাতিষ্ঠানিক শিক্ষা এবং বেতন বৃদ্ধি ও পদোন্নতির সাথে জড়িত। এমন অনেক উদাহরণ আছে যেখানে শ্রমিকদের মধ্যম পর্যায়ের শ্রমিক হিসাবে পদোন্নতি হয়েছে। যদিও এখানে কারখানার মধ্যে পদোন্নতির কথা বলা হয়েছে, বেশির ভাগ শ্রমিকই ১০ থেকে ১৫ বছর এমনকি ২০ বছর কাজ করার পরও খুব সামান্য বেতন পান। তাদের মধ্যে সঠিক পেশাদারি মনোভাব, দক্ষতার উন্নয়নের প্রয়োজনীয়তা এবং সঠিক কর্মস্থান বাছাই সম্পর্কিত জ্ঞানের অভাব আছে। কর্মজীবন বিষয়ক দিক নির্দেশনা এক্ষেত্রে একটি গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে। অপরপক্ষে, অন্যান্য শিল্প খাতেও ক্যারিয়ার উন্নয়নের সুযোগ রয়েছে। ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং বাস্তবসম্মত উপায়ে সিদ্ধান্ত নিতে সহায়তা করে।

2. http://www.ilo.org/dhaka/Whatwedo/Projects/WCMS_240343/lang-en/index.htm

২.২ ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং বলতে কি বুঝি?

ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং এমন একটি পদ্ধতি যেটা একটি ব্যক্তিকে তার সক্ষমতা ও সম্ভাবনাগুলোকে বুঝতে সাহায্য করে এবং শিক্ষা, চাকুরি ও দৈনন্দিন জীবনে সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে সাহায্য করে। এটা কোন ব্যক্তিকে বাস্তবতার সাথে তাল মিলিয়ে বিশ্লেষণী চিন্তা ভাবনা করতে সাহায্য করে যা সঠিক বিচার বিবেচনা করে উপযুক্ত সিদ্ধান্ত নিতে, দূর দৃষ্টি বিবেচনা করে পদক্ষেপ নিতে এবং সমস্যা সমাধানের মানসিকতা বিকাশ করতে সাহায্য করে। ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং কোন ব্যক্তিকে শুধু কর্মজীবনের সিদ্ধান্ত নিতেই সাহায্য করে না, এটা একই সাথে সেই সকল দক্ষতা বিষয়ে আনুষঙ্গিক জ্ঞান ও তথ্য প্রদান করে যা তাকে নিয়মতান্ত্রিক জীবন-যাপনে সাহায্য করে।

ক্যারিয়ার বিষয়ক দিক নির্দেশনা রানা প্রাজার

শ্রমিকদের ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে কারণ এটি তাদেরকে ভবিষ্যতের লক্ষ্য নির্ধারণ ও যুক্তিসঙ্গতভাবে পেশা নির্বাচনে সহায়তা করে। যাদের কোন ভবিষ্যৎ পরিকল্পনা নেই তাদের জন্য ক্যারিয়ার নির্দেশিকা অতি প্রয়োজনীয়। কারণ চাকুরির সুযোগসমূহ ও নিজের দক্ষতা বিষয়ে স্পষ্ট ধারণা থাকলে যে কোন ব্যক্তি সফলভাবে তার কর্মজীবনের পরিকল্পনা করতে পারবেন।

ক্যারিয়ার গঠন বলতে শুধু সঠিক সময়ে গুরুত্বপূর্ণ সিদ্ধান্ত গ্রহণ ও পেশা বাছাইকেই বুঝায় না। এটি একটি জীবনব্যাপী প্রক্রিয়া; অর্থাৎ, জীবনের যে কোন সময়ে একজন ব্যক্তি পরিবর্তিত হতে পারে, পরিস্থিতি পরিবর্তিত হতে পারে এবং এই সকল পরিবর্তনের সাথে তাল মিলিয়ে তাকে কর্মজীবনে ও ব্যক্তি জীবনে সঠিক সিদ্ধান্ত গ্রহণ করতে হবে। অনেকগুলো বিষয় আছে যেগুলো ক্যারিয়ার



গঠনে গুরুত্বপূর্ণ প্রভাব ফেলতে পারে যেমন: নিজস্ব আগ্রহ, ক্ষমতা, মূল্যবোধ, ব্যক্তিত্ব, শিক্ষার বিষয়, দক্ষতা ও যোগ্যতা, পারিপার্শ্বিকতা ইত্যাদি।

২.৩ রানা প্রাজার শ্রমিকদের জন্য ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং এর প্রয়োজনীয়তা

দুর্ঘটনার ফলে রানা প্রাজার প্রত্যেকটি শ্রমিক যেই সমস্যার সম্মুখীন হন তা হল ‘আকস্মিক বেকারত্ব’। যার পরিপ্রেক্ষিতে তাদের স্বাভাবিক জীবনযাত্রায় বিঘ্ন ঘটে। উদ্ভারকৃত শ্রমিক ও মৃত শ্রমিকদের পরিবারের লোকজন বিভিন্ন আর্থ-সামাজিক টানা পোড়নের শিকার হন। এসকল বেকার শ্রমিক ও মৃত শ্রমিকদের উপর নির্ভরশীল সদস্যদের (যেমন: শিশু, বয়স্ক ব্যক্তি, প্রতিবন্ধী ব্যক্তি, গর্ভবতী মহিলা) দুর্দশা আমাদের নজরে আসে। রানা প্রাজা দুর্ঘটনার পর শ্রমিকরা তাদের জীবন-জীবিকা বিষয়ক সঠিক সিদ্ধান্ত নিতে ব্যর্থ হচ্ছিলেন, তারা বিভিন্ন ধরনের মনোসামাজিক সমস্যা ও শারিরীক সমস্যা এমনকি প্রতিবন্ধিতার সম্মুখীন হন। এ কারণেই নিম্নলিখিত কারণসমূহের জন্য রানা প্রাজার শ্রমিকদের ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং প্রয়োজন:

১. পরিবর্তীত প্রেক্ষাপটে ক্যারিয়ার নির্ধারণ;
২. সম্ভাব্য ও বিকল্প জীবিকা বিষয়ক পরিচিতি;
৩. বিশেষত: চাকুরি অথবা ব্যবসার মধ্যে সঠিক বিকল্প জীবিকা নির্বাচনে সহায়তা।

শ্রমিকদের অনুপ্রাণিত করতে ও বর্তমান প্রেক্ষাপট অনুযায়ী সঠিক ক্যারিয়ার দিক-নির্দেশনা প্রদান করতে এবং চাকুরি অথবা ব্যবসার মধ্যে সঠিক পছন্দ বাছাইয়ের ক্ষেত্রে ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং খুবই গুরুত্বপূর্ণ। বিশেষ করে, শ্রমিকদের বিভিন্ন ক্যারিয়ার বিষয়ক সুযোগ-সুবিধা জানাতে,

সুযোগগুলোর গুরুত্ব বুঝতে, বিভিন্ন প্রতিযোগিতামূলক পরিস্থিতি বুঝতে এবং জীবনের লক্ষ্য নির্ধারণ করতে ও কাঙ্ক্ষিত লক্ষ্যে পৌঁছানোর উপায় জানতে এর গুরুত্ব অপারিসমীম।

পদ্ধতি: সহায়কগণ (ফ্যাসিলিটের) অংশগ্রহণকারীদের নিজেদের মধ্যে তাদের বর্তমান পরিস্থিতি অনুধাবন, নিজেদের দক্ষতা ও ক্ষমতা পর্যালোচনা, নিজেদের সবল ও দুর্বল দিকগুলোর বিশ্লেষণ বিষয়ক আলোচনায় অংশগ্রহণ করাবেন। সহায়কগণ আলোচনার মাধ্যমে অংশগ্রহণকারীদের সমস্যা চিহ্নিত করতে সাহায্য করবেন ও সমস্যার সমাধান বিষয়ে তাদের মতামত পর্যালোচনা করবেন। সহায়কগণ তাদের আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলে পুনরায় ক্যারিয়ার গড়তে ও পরিবর্তীত প্রেক্ষাপটে ক্যারিয়ার নির্ধারণ করতে সহায়তা করবেন। ক্যারিয়ার ওয়ার্কশপের মূল আলোচ্য বিষয়বস্তুও আলোচনা করা হবে। সেশনগুলোতে দলীয় কাজ ও অংশগ্রহণ প্রক্রিয়াগুলো কাজে লাগানো হবে।

রানা প্রাজার শ্রমিকদের প্রেক্ষাপট ও সমস্যা বিবেচনা করে এই হ্যান্ডবুকটি তৈরি করা হয়েছে। বইটি পাঁচটি মূল অংশে সাজানো হয়েছে।

- ১ম অংশ: সূচনামূলক অধ্যায়
- ২য় অংশ: ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং বিষয়ক মৌলিক তথ্য ও ধারণা
- ৩য় অংশ: চাকুরি ও ব্যবসার সাথে সম্পৃক্ত বিষয়ভিত্তিক কাউন্সেলিং
- ৪র্থ অংশ: দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণ বিষয়ে আলোচনা
- ৫ম অংশ: মনোসামাজিক সমস্যা ও প্রতিবন্ধিতার মত ক্রস কাটিং বিষয়ের উপর তথ্য প্রদান

চাকুরি ও ব্যবসা বিষয়ক কাউন্সেলিং

৩.১ চাকুরি বিষয়ক কাউন্সেলিং

[নিজের উপর বিশ্বাস রাখুন এবং চাকুরিতে নিযুক্ত হন]

উদ্দেশ্য: শ্রমিকদের নিজস্ব দক্ষতা ও ক্ষমতা বিষয়ে আত্মবিশ্বাস গঠনের মাধ্যমে পরিবর্তিত প্রেক্ষাপটে চাকুরিতে নিযুক্ত হতে সহায়তা প্রদান করা।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি:

আত্ম পর্যালোচনা

চাকুরিতে নিযুক্ত হওয়ার প্রথম শর্ত হিসেবে নিজের উপর বিশ্বাস স্থাপন করতে হবে এবং সকল জড়তা অপসারণ করতে হবে। আপনার ভিতরে ক্ষমতা ও দক্ষতা আছে। আপনার ব্যক্তিগত শক্তি ও ইতিবাচক কাজের অভ্যাস আছে। রানা প্রাজার ট্রাজেডির ফলে

প্রতিবন্ধিতার শিকার শ্রমিকদের যারা আছেন, আপনারাও অনেক কিছু করতে পারেন। আপনি নিজেকে জিজ্ঞেস করতে পারেন আপনি কি করতে চান, আপনি চাকুরিদাতাকে কি দিতে পারবেন এবং বিনিময়ে আপনি কি পেতে চান।

প্রত্যেকটা মানুষই একে অপরের থেকে আলাদা এবং তাদের প্রত্যেকেরই আলাদা আগ্রহ ও প্রতিভা আছে। চাকুরি খোঁজা শুরু করার আগে তাই নিজের চাহিদা, ক্ষমতা ও দক্ষতাকে বোঝা জরুরী।

এখানে আগ্রহ বলতে আপনি যা করতে পছন্দ করেন তাকে বুঝায়।

ক্ষমতা হল আপনার মধ্যকার প্রতিভা। এটা



এমন কিছু গুণাবলী যা আপনি সহজে শিখতে পারেন অথবা ভালভাবে করতে পারেন।

আর দক্ষতা হল এমন কিছু গুণাবলী যা আপনি কাজের মাধ্যমে অর্জন করেছেন।

অনুশীলন: নিজের সম্পর্কে জানা

রানা প্রাজা দুর্ঘটনার পর পরিবর্তিত প্রেক্ষাপটে চাকুরি খোঁজার সময় নিজের আগ্রহ, ক্ষমতা ও দক্ষতা জানা থাকলে তা আপনাদের সুবিধা মত চাকুরি খুঁজতে সাহায্য করবে। কোন বিষয়ে আপনার আগ্রহ, ক্ষমতা ও দক্ষতা আছে তা বিভিন্ন উপায়ে পরিমাপ করা যায়। এর মধ্যে নিজেকে মূল্যায়ন করার সবচেয়ে সহজ উপায় হল আপনার জীবনের অর্জিত অভিজ্ঞতা সম্পর্কে চিন্তা করা। নিম্নে ব্যাখ্যা করা হল:

- একটি কাগজ নিয়ে তিনটি কলাম টানুন। কলাম তিনটির উপরে লিখুন ‘আমার আগ্রহ’, ‘আমার ক্ষমতা’ ও ‘আমার দক্ষতা’। এরপর কলাম তিনটি যতদূর সম্ভব লিখে ভরিয়ে ফেলুন। এরপর নিচের প্রশ্নগুলো নিজেকে করুন-

• আমার আগ্রহ

আমি কোন বিষয়টা নিয়ে বেশি চিন্তা করি? যদি আমি কোন চাকুরি করতে চাই তাহলে সেটি কী হবে?

• আমার ক্ষমতা

আমার কি কি গুণাবলী আছে? কোন জিনিসটা আমি সহজে করতে অথবা শিখতে পারি?

• আমার দক্ষতা

আমি কি কি শিখেছি? পূর্বের চাকুরি থেকে আমি কি কি শিখেছি? কি ধরনের মেশিন/যন্ত্রপাতি আমি চালাতে জানি? কোন বিশেষ ট্রেনিংটি আমার আছে?

নিজেকে মূল্যায়ন করার পর আপনি নিজের

সম্পর্কে আরও ভালভাবে জানতে পারবেন। এখন আপনি চাকুরি খোঁজা শুরু করতে পারেন। আপনাকে সাহায্য করতে পারে এমন কারো কাছে (এনজিও, আত্মীয় ও বন্ধু-বান্ধব) এবং আপনার সেস্টরে কর্মরত পরিচিত কারও কাছে চাকুরি খুঁজে দেওয়ার জন্য সাহায্য চাইতে পারেন। আপনি নিজের পূর্ব অভিজ্ঞতাকে কাজে লাগিয়েও চাকুরির সন্ধান করতে পারেন ও নিয়োগ পেতে পারেন।

পদ্ধতি: বর্ণনা প্রদান, প্রশ্ন-উত্তর

৩.২ ব্যবসার জন্য কাউন্সেলিং

৩.২.১ ব্যবসার ধারণা ও সুযোগ-সুবিধা

উদ্দেশ্য: এই অংশের আলোচনার মূল উদ্দেশ্য হল ব্যবসার সুযোগ-সুবিধা ও আনুষঙ্গিক বিষয়বস্তুগুলো তুলে ধরা।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি

- ধারণা
- ব্যবসার সুবিধা
- প্রতিবন্ধিতা ও ব্যবসা

ব্যবসা করার অর্থ হল নিজের মত করে কিছু শুরু করা। এখানে স্বাধীনতা ও সুবিধা আছে। প্রতিবন্ধী শ্রমিকরা অন্যান্য কর্মক্ষেত্রে প্রতিবন্ধকতা ও বিশেষ সুযোগ সুবিধা না থাকার কারণে ব্যবসা করতে অধিক স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করেন। দেখা গেছে যে পিডব্লিউডি (elaboration) প্রতিবন্ধীদের মধ্যে ৬৬% ব্যবসায়, ১৭% বেসরকারি প্রতিষ্ঠানে এবং ৫% ও ১২% যথাক্রমে সরকারি ও অন্যান্য প্রতিষ্ঠানে নিযুক্ত আছেন।

ব্যবসার ক্ষেত্রে এক টাকা থেকে লক্ষ টাকা আয় করে ‘জিরো থেকে হিরো’ হওয়া সম্ভব। কিন্তু এটা এত সহজ নয়; এতে প্রচুর বিনিয়োগ

প্রয়োজন এবং সেই সাথে ঝুঁকিও রয়েছে। ব্যবসায়ী উদ্যোগ নিতে হলে প্রয়োজন প্রাণপন চেষ্টা, নিয়মতান্ত্রিক পদ্ধতি অনুসরণ ও কাজের দক্ষতা।

- দরদাম
- সম্পদ সমাবেশীকরণ ও ব্যবস্থাপনা
- সিদ্ধান্ত গ্রহণ

পদ্ধতি: দলীয় ভিত্তিক কাজ এবং প্রশ্ন-উত্তর

২. উপযুক্ত ব্যবসা নির্ধারণ ও বাছাই। যেমন:

- টেইলরিং
- ব্লক-বাটিক

চাকুরি ও ব্যবসার মধ্যে কিছু তুলনামূলক সুবিধা ও অসুবিধা তুলে ধরা হল:

সুবিধা/অসুবিধা	চাকুরি	ব্যবসা
সুবিধা	• নিশ্চিত আয়ের উৎস • শিশুদের শিক্ষার নিশ্চয়তা • পরিবারের লোকজনের চিন্তামুক্ত জীবন	• ব্যবসায় স্বাধীনতা, পরিবর্তনশীলতা ও স্বকীয়তা রয়েছে • অধিক লাভের সুযোগ আছে • উচ্চ শিক্ষার প্রয়োজন নেই
অসুবিধা	• পেশাগত ঝুঁকি • পরিবারকে পর্যাপ্ত সময় দিতে না পারা • ঝুঁকিপূর্ণ কাজে নিযুক্ত হওয়ার সম্ভাবনা	• মূলধনের প্রয়োজনীয়তা • লোকসান হওয়ার সম্ভাবনা • প্রচুর সময়ের প্রয়োজনীয়তা

৩.২.২ সঠিক ব্যবসা বাছাইয়ের ক্ষেত্রে প্রয়োজনীয় দক্ষতা ও দৃষ্টিভঙ্গি

উদ্দেশ্য: উপযুক্ত ব্যবসা বাছাই ও সঠিকভাবে ব্যবসা পরিচালনার জন্য অংশগ্রহণকারীদের ব্যবসায়িক দক্ষতা ও দৃষ্টিভঙ্গির শিক্ষা দেওয়া।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি

১. ব্যবসায়িক দক্ষতা ও দৃষ্টিভঙ্গি
২. উপযুক্ত ব্যবসা নির্ধারণ ও বাছাই

১. ব্যবসায়িক দক্ষতা ও দৃষ্টিভঙ্গি

- দূরদর্শিতা
- আত্মবিশ্বাস
- ধৈর্য
- সংকল্প
- সততা
- ঘুরে দাঁড়ানোর ক্ষমতা

- মুদির দোকান
- গরু পালন
- হাঁস মুরগী পালন
- প্রসাধনী পণ্য/গার্মেন্টস আইটেম বিক্রি

হ্যান্ড আউট ১: জিরো থেকে হিরো®

আলহাজ্জ আনওয়ার হোসেন

আনওয়ার গ্রুপ অব ইন্ডাস্ট্রিজ এর প্রতিষ্ঠাতা ও চেয়ারম্যান আলহাজ্জ আনওয়ার হোসেন, বাংলাদেশের অন্যতম সফল ব্যবসায়ী যিনি তার মেধা ও জ্ঞানের সঠিক প্রয়োগের ফলেই সফলতা অর্জন করেছেন। তিনি ১৯৫৩ সালে ১৫ বছর বয়সে মাত্র ৪৮০ টাকা মূলধন নিয়ে ব্যবসা শুরু করেন। বর্তমানে তিনি দেশের অন্যতম স্বনামধন্য সফল ব্যবসায়ী ও

অনুপ্রেরণীয় ব্যক্তিত্ব।

আলহাজ্জ আনওয়ার হোসেন ১৯৫৩ সালে পুরান ঢাকার ‘চকবাজার’ এলাকায় মাত্র ৯৬ বর্গফুটের মধ্যে ‘আনওয়ার ক্লথ স্টোর’ নামক একটি দোকান দিয়েছিলেন এবং এখান থেকেই ১৯৬৮ সালে তখনকার বাজারে ‘মালা শাড়ি’ নামের একটি ভিনু ধারার পণ্য বাজারজাত করেছিলেন যা তার প্রতিষ্ঠান আনওয়ার সিল্ক মিলসেই তৈরি হত। শাড়ি যেকোন বাঙালী বিয়ের অনুষ্ঠানের অপরিহার্য অংশ হওয়ায়, ‘মালা শাড়ি’ তখনকার মহিলাদের মধ্যে খুব আলোড়ন ফেলেছিল। এই বিশাল সফলতার পর আনওয়ার হোসেনকে আর ফিরে তাকাতে হয়নি। এরপর একের পর এক তার সাহসী পদক্ষেপ ও নতুনত্বের বৈচিত্র্য ধারা তার শৈশবের সফলতার স্বপ্নকে বাস্তবতার দ্বারে নিয়ে যায়। তার এই যাত্রা মোটেও সহজ ছিল না, প্রতিযোগিতামূলক ব্যবসা অঙ্গনে সফল হতে তাকে বহু বাধা বিপত্তির সম্মুখীন হতে হয়েছে। কিন্তু তিনি তার মেধা, আত্মবিশ্বাস ও প্রজ্ঞার বলে এ সকল বাধা বিপত্তিকে পরাস্ত

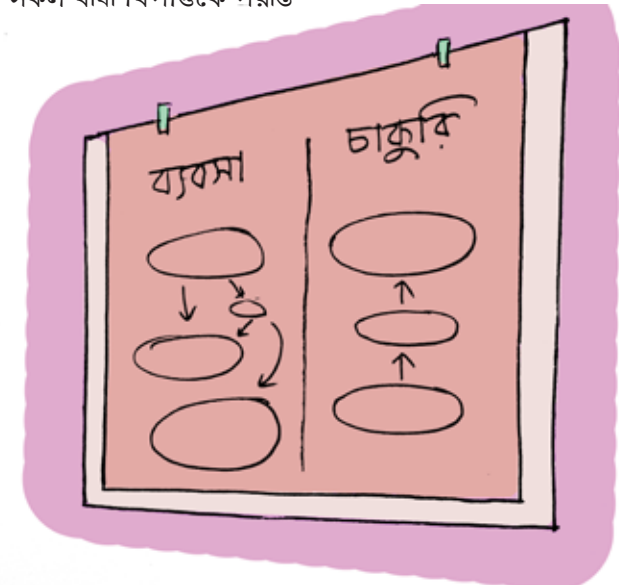
করেছেন এবং একটি গ্রুপ অব ইন্ডাস্ট্রিজ প্রতিষ্ঠা করেছেন। বর্তমানে সারা দেশে আনওয়ার গ্রুপের ২৮টি বড় প্রতিষ্ঠান আছে এবং প্রায় ৪০ হাজারের মত লোক প্রত্যক্ষভাবে ও দশ লক্ষেরও বেশি উপকারভোগী পরোক্ষভাবে কোম্পানির সাথে যুক্ত আছে। আলহাজ্জ আনওয়ার হোসেন বেসরকারি খাতে ব্যাংক, বীমা এবং মোবাইল টেলিকম ব্যবসার অন্যতম নীতি নির্ধারক হিসাবে ভূমিকা রেখেছেন।

পদ্ধতি: দলীয় ভিত্তিক কাজ, চরিত্রে অভিনয় করা এবং প্রশ্ন-উত্তর

৩.২.৩ ব্যবসার পদক্ষেপসমূহ

উদ্দেশ্য: কিভাবে একটি সফল ব্যবসা শুরু করা যায় সেই বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের একটি ধারণা প্রদান করা।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি



একটি ব্যবসা পরিচালনার জন্য পরিকল্পনা অনুযায়ী চলাটা অপরিহার্য। একটি সুগঠিত কর্মপরিকল্পনা যেকোন উদ্যোক্তা/ব্যবসায়ীকে ধীরে ধীরে তার লক্ষ্য অর্জনে সহযোগীতা করে। যদিও মূলধন ও সম্পদ ব্যবসা শুরু করার জন্য অপরিহার্য, কিন্তু এটাই মৌলিক উপাদান নয়। কোন ব্যক্তি যদি কোন রকম

ধাপ ৪: ছাড়পত্র গ্রহণ

ধাপ ৫: ব্যবসার স্থান নির্বাচন

ধাপ ৬: ট্রেড লাইসেন্স ও অন্যান্য কাগজপত্র

ধাপ ৭: ব্যাংক অ্যাকাউন্ট এবং ব্যবসার জন্য টিন (TIN)

পদ্ধতি: বর্ণনা প্রদান, প্রশ্ন-উত্তর

ব্যবসায় করণীয় কাজ সমূহ

- ব্যবসায় পর্যাপ্ত পরিমাণ অর্থ বিনিয়োগ করতে পারবেন কিনা ভেবে নিন।
- ব্যবসা করার জন্য আপনার প্রয়োজনীয় জ্ঞান ও দৃষ্টিভঙ্গি আছে কিনা সেই বিষয়ে চিন্তা ভাবনা করুন।
- কী ধরনের ব্যবসা আপনি করতে চান তা নিয়ে গভীরভাবে চিন্তা করুন।
- সঞ্চয়ের খুব অল্প অংশ বিনিয়োগ করুন যাতে লোকসান হলেও দেউলিয়া না হতে হয়।
- ব্যবসা বিষয়ক একটি বিস্তারিত পরিকল্পনা করুন ধাপে ধাপে প্রতিটা পদক্ষেপের জন্য পরিকল্পনা করুন।
- একজন বিশৃঙ্খল পরামর্শদাতা অথবা একটি সহায়ক দল গঠন করুন যারা আপনাকে ব্যবসা বিষয়ক সহযোগিতা ও সঠিক উপদেশ দিতে পারবে।
- অন্যান্য ব্যবসায়ীদের সাথে, বিশেষ করে যারা আপনার মত একই রকম ব্যবসা করছে তাদের সাথে যোগাযোগ স্থাপন করুন।
- লক্ষ্য পূরণ হলে দলকে পুরস্কৃত করুন।

ব্যবসায় বর্জনীয় কাজসমূহ

- একই ব্যবসায় অধিক বিনিয়োগ অনেক সময় ঝুঁকিপূর্ণ হতে পারে।
- অন্যদের উপর অত্যাধিক নির্ভর না করে নিজের সমস্যা নিজে থেকেই সমাধানের চেষ্টা করতে হবে।
- অতি লোভে তাঁতি নষ্ট করা যাবে না।
- গ্রাহক বা অন্য কাউকে ঠকানো যাবে না।
- অন্যদের অন্ধভাবে বিশ্বাস করা যাবে না। কাউকে বিশ্বাস করার পূর্বে তার সম্পর্কে ভালভাবে জেনে নিতে হবে।
- লোকসান নিয়ে খুব বেশি চিন্তা করা যাবে না। বরং ব্যর্থ হলে তা থেকে কিভাবে বেরিয়ে আসা যাবে সেই চিন্তা করতে হবে।
- এমন কোন প্রতিশ্রুতি দিবেন না যা রাখতে পারবেন না।

পরিকল্পনা ছাড়াই ব্যবসা শুরু করেন তাহলে সেখানে তার বিনিয়োগের জন্য ঝুঁকি তৈরি হবে।

ব্যবসায় যুক্ত হওয়ার পদক্ষেপ সমূহ:

ধাপ ১: প্রথমে সিদ্ধান্ত গ্রহণ

ধাপ ২: ব্যবসার প্রকারভেদ (ট্রেডিং এবং উৎপাদন)– নির্ধারণ ও বাছাই

ধাপ ৩: এক মালিকানা/যৌথ মালিকানা/কোম্পানী

৩.২.৪: ব্যবসায় করণীয় ও বর্জনীয় কাজসমূহ

উদ্দেশ্য: ব্যবসায় প্রয়োজনীয় দৃষ্টিভঙ্গি, দক্ষতা ও জ্ঞান বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের সচেতন করা।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি

ব্যবসায় করণীয় ও বর্জনীয় কাজ সমূহ

পদ্ধতি: বর্ণনা প্রদান, দলীয় ভিত্তিক কাজ, প্রশ্ন-উত্তর।

ব্যবসা চালানোর ধাপসমূহ:

ট্রেডিং এর ধাপসমূহ

- ক. কি ধরনের পণ্য বিক্রয় করবেন অথবা কি ধরনের সেবা প্রদান করবেন তা নির্ধারণ করা।
- খ. উৎপাদনকারী অথবা পাইকারী বিক্রেতা যাদের পণ্য বিক্রয় করতে চান তাদের সাথে যোগাযোগ স্থাপন।
- গ. বিক্রয় প্রক্রিয়া এবং মূল বিষয়গুলো বুঝে নেয়া।
- ঘ. মূল্য নির্ধারণ ও প্রচারণামূলক কর্মকাণ্ডগুলো বুঝে নেয়া।
- ঙ. ব্যবসা পরিচালনার মূল উপাদানগুলো সনাক্তকরণ ও উৎসসমূহ চিহ্নিতকরণ।
- চ. পণ্য বিক্রয়ের প্রস্তুতি গ্রহণ
- ছ. মানব সম্পদ ব্যবস্থাপনা
- জ. পণ্য মজুতকরণ
- ঝ. বিক্রয় ও বাজারজাতকরণ

উৎপাদনের ধাপসমূহ

- ক. কোন পণ্যটি বাজারজাত করবেন তা নির্ধারণ করা।
- খ. মূল পণ্যগুলো বিষয়ে বিস্তারিত জানা।
- গ. সামগ্রিক প্রক্রিয়ার পরিকল্পনা।
- ঘ. সম্পদসমূহের প্রাপ্যতা ও উৎস সনাক্তকরণ।
- ঙ. উৎপাদনকারী ইউনিট প্রতিষ্ঠা করা (মানব সম্পদ, আর্থিক সম্পদ, বস্তু সম্পদ, দোকান ব্যবস্থা করা)।
- চ. বাস্তবায়ন পদক্ষেপ ও প্রক্রিয়ার পরিকল্পনা করা।
- ছ. পণ্যের উৎপাদন।
- জ. উৎপাদনকৃত পণ্য মজুত।
- ঝ. পণ্য বিক্রয় ও বাজারজাতকরণ।

৩.২.৫ আর্থিক লেনদেন বিষয়ক জ্ঞান (ব্যবসার সাথে সম্পৃক্ত লেনদেন বিষয়ক ধারণা)

উদ্দেশ্য: ব্যবসায় আর্থিক লেনদেন বিষয়ক দক্ষতা থাকার গুরুত্ব অংশগ্রহণকারীদের অনুধাবন করানো।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি

বিষয়বস্তু: অংশগ্রহণকারীদের লেনদেনের হিসাব লিখে রাখা, আর্থিক পূর্বাভাস, বাজেট তৈরি ও অর্থ সঞ্চয়ের গুরুত্ব বুঝাতে হবে। এছাড়াও নিম্নলিখিত বিষয়গুলোর প্রতিও দৃষ্টি দিতে হবে–

- টাকা ও মূল্যবান সম্পদ নিরাপদ স্থানে রাখা;
- ব্যক্তিগত আয়-ব্যয়ের হিসাব রাখা;
- ব্যক্তিগত সঞ্চয়;
- জীবনে আর্থিক সততার গুরুত্ব;
- অসং ব্যক্তিকে এড়িয়ে চলা ও দ্রুত বড়লোক হওয়ার ইচ্ছা ত্যাগ করা।

পদ্ধতি: অভিনয় করে দেখানো ও প্রশ্ন-উত্তর ব্যবসা বিষয়ক নিম্নলিখিত জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা

● লাভ-ক্ষতি

যে ব্যবসায় ক্রমাগত লোকসান হচ্ছে তা ব্যর্থতার দিকে এগোবে। যদি ব্যবসা লাভজনক না হয়, এটা পুরো মূলধনই শেষ করে দেবে। এজন্য নিয়মিত লাভ-ক্ষতির হিসাব রাখা জরুরি।

● মূলধন

ব্যবসায় মূলধন বলতে সেই অর্থকে বোঝায় যা কোন ব্যক্তি তার আয়, সঞ্চয়, ব্যাংক ঋণ বা অন্যান্য উৎস থেকে সংগ্রহ করে ব্যবসা প্রতিষ্ঠার জন্য বিনিয়োগ করে। যখন কোন ব্যাংক অথবা ক্ষুদ্রঋণ প্রতিষ্ঠান থেকে ঋণ নেয়া হয়, তখন ঋণের টাকা নিয়মিত কিস্তিতে পরিশোধ করার জন্য অথবা সুদ প্রদান করার জন্য সঠিকভাবে পরিকল্পনা করা প্রয়োজন।

• ব্যয়

ব্যবসা পরিচালনার জন্য সম্পদের প্রয়োজন। আর এসকল সম্পদ ক্রয় করতে হবে ব্যবসার ধরণ বুঝে। এই ধরণের আর্থিক লেনদেনকেই ব্যয় বলে। সব ধরণের ব্যয়ের হিসাবের রেকর্ড রাখতে হবে এবং আয়ের থেকে ব্যয় যেন কোনভাবেই বেশি না হয় সেই দিকে লক্ষ্য রাখতে হবে।

• সম্পদ ও দায়ভার

সম্পদ মূলত দুই প্রকার: সুনির্দিষ্ট সম্পদ ও পরিবর্তনশীল সম্পদ। সুনির্দিষ্ট সম্পদ হল দালান অথবা মেশিনের মত বড় স্থাবর সম্পদ যা স্থানান্তরিত করা যায় না। পরিবর্তনশীল সম্পদ হল নগদ অর্থ, আসবাবপত্র ও ছোটখাট যন্ত্রপাতির মত জিনিস। আর দায়ভার হল কোন ব্যক্তি বা প্রতিষ্ঠানের দ্বারা গৃহিত ঋণ অথবা দেনা। উদ্যোক্তাকে সবসময় এটা নিশ্চিত করতে হবে যেন সম্পদের মাত্রা দায়ভারের মাত্রা থেকে বেশী হয়।

• অপচয়

সম্পদকে অদক্ষভাবে ব্যবহার করলে তা অপচয় হওয়ার সম্ভাবনা থাকে; যা তার লাভ ও ব্যবসা বৃদ্ধির সম্ভাবনাকে কমিয়ে দেয় ও ক্ষতি হওয়ার সম্ভাবনাকে বাড়িয়ে দেয়। তাই বিষয়টাকে গুরুত্বের সাথে বিবেচনা করে যথাযথ পরিকল্পনা করতে হবে।

• ব্যাংক/বিকাশ

ব্যাংক হল এমন একটি সংস্থা যেখানে কোন ব্যক্তি অথবা প্রতিষ্ঠান অ্যাকাউন্ট খুলতে পারে এবং অর্থ সঞ্চয় করতে পারে। বর্তমানে বিকাশের মাধ্যমেও অ্যাকাউন্ট খোলা যায়। এই প্রতিষ্ঠানগুলো আপনার জমা টাকা থেকে আপনাকে সুদ প্রদান করবে, আপনার সঞ্চয়কে রক্ষা করবে ও সেই সাথে ব্যবসার লেনদেন সহজ করে দেবে। আজকাল, ব্যাংক ও আর্থিক প্রতিষ্ঠানগুলো বিভিন্ন ধরনের বিনিয়োগ ও বীমা সুবিধা দিচ্ছে, যা ব্যবসায়ীদের তাদের ব্যবসা বৃদ্ধিতে সহায়তা করছে।



• ঋণগ্রহণের উপযোগিতা ও মাধ্যম

এখানে অনেক সরকারি ও বেসরকারি প্রতিষ্ঠান আছে যারা ক্ষুদ্র উদ্যোক্তাদের ঋণ প্রদান করে। যদি আপনার ব্যবসাটি লাভজনক হয় তাহলে ঋণ নিলে সমস্যা হবে না। যারা আপনাকে ঋণ দেবে তারা আপনার ব্যবসায়ীক কর্মকাণ্ডকে চোখে চোখে রাখবে। আপনাকে ঋণ গ্রহণের জন্য উপযোগী হতে হবে। ঋণ গ্রহণের পূর্বে আপনাকে পর্যাপ্ত সিকিউরিটি দিতে হবে ও প্রয়োজনীয় কাগজপত্র প্রদান করতে হবে।

• ঋণ পরিশোধ ও শাস্তি

এনজিও, ব্যাংক বা সরকারি প্রতিষ্ঠান থেকে ঋণ নেয়া অর্থ নির্দিষ্ট সময়সীমার মধ্যে পরিশোধ করতে হবে। ঋণ পরিশোধে ভুল হলে তা ব্যবসার সুনাম নষ্ট করবে ও ভবিষ্যতে ঋণ নিতে অসুবিধা হবে। ঋণ কিস্তি সময় মত পরিশোধ না করা শাস্তিযোগ্য অপরাধ। তাই ঋণ গ্রহণের পূর্বে কিভাবে তা পরিশোধ করবেন তা পরিকল্পনা করে রাখতে হবে।

৩.২.৬ সম্পদ ব্যবস্থাপনা

উদ্দেশ্য: কিভাবে সম্পদ সাবধানে পরিচালনা করা যায় ও কিভাবে সর্বোত্তম ব্যবহার নিশ্চিত করা যায় সেই বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের ধারণা দেয়া।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি: কিভাবে সম্পদের সুষ্ঠু ও সর্বোত্তম ব্যবহার নিশ্চিত করা যায় সে বিষয়ে ধারণা থাকাটা খুবই জরুরী। মূলত ব্যবসায় চার ধরণের সম্পদ ব্যবহার করা হয়:

- ক. অর্থ সম্পদ
- খ. শ্রম সম্পদ
- গ. ভূমি সম্পদ
- ঘ. বস্তু সম্পদ

সম্পদ পরিকল্পনা: ব্যবসা চালাতে হলে উপরোল্লিখিত সম্পদগুলো পর্যাপ্ত পরিমাণে থাকতে হবে। স্ব-চালিত ব্যবসার ক্ষেত্রে সঠিক সম্পদ বণ্টন পরিকল্পনা করা প্রয়োজন। এই পরিকল্পনার জন্য নিম্ন বর্ণিত পদক্ষেপগুলো বিবেচনা করা উচিত:

- ব্যবসা পরিচালনার জন্য কী পরিমাণ অর্থের প্রয়োজন;
- বড় দাগে বিভিন্ন খাতের জন্য অর্থ বরাদ্দ রাখা;
- ব্যবসা পরিচালনার জন্য কতজন লোকের দরকার তা নির্ধারণ করা;
- ব্যবসা প্রতিষ্ঠার জন্য ঠিক কতটুকু জায়গার প্রয়োজন তা নির্ধারণ করা;
- ব্যবসা চালানোর জন্য কতটুকু মালামাল (কাঁচা, আধা-পাকা ও পাকা মালামাল) ক্রয় করা প্রয়োজন তা নির্ধারণ করা;
- ব্যবসা অথবা এন্টারপ্রাইজ পরিচালনার জন্য বিভিন্ন ধরণের পণ্য বা সেবা নির্ধারণ করা;
- ব্যবসা চালানোর জন্য প্রয়োজনীয় জ্ঞান ও তথ্য সংগ্রহ।

সম্পদ নির্ধারণ ও সমাবেশীকরণ

- পৃথক দাতা অথবা প্রতিষ্ঠান (ব্যাংক, ক্ষুদ্রঋণ দাতা প্রতিষ্ঠান, সরকারি সংস্থা, অন্যান্য প্রতিষ্ঠান ইত্যাদি) অর্থ প্রদানে সহায়তা করবে;
- অর্থের জন্য বিভিন্ন প্রতিষ্ঠানের সাথে যোগাযোগ করতে হবে;
- লোক ঠিক করে দিতে পারে এমন ব্যক্তির সাথে যোগাযোগ করতে হবে;
- দাম, গুণগতমান ও যাতায়াত সুবিধা প্রদানকারী এমন সংস্থার সাথে যোগাযোগ করতে হবে যারা শ্রমিক, মালামাল ও



অন্যান্য পণ্য সরবরাহ করতে পারবে;

- আকার, চারপাশের পরিবেশ ও সুযোগ-সুবিধা দেখে স্থান নির্বাচন করতে হবে।

ঋণ প্রাপ্তির সম্ভাব্য খাতগুলো নিম্নে বর্ণনা করা হল

- ক্ষুদ্র-উদ্যোক্তার জন্য বিভিন্ন এনজিও ক্ষুদ্র ঋণ প্রদান করে;
- বাণিজ্যিক ব্যাংক;
- এমআইডিএস;
- ব্র্যাক ব্যাংক;
- বাংলাদেশ কৃষি ব্যাংক;
- বেসিক ব্যাংক;
- দাতা সংস্থা যেমন: রানা প্রাজা দাতা সংস্থা।

পদ্ধতি: অংশগ্রহণমূলক ব্যবস্থা, পাওয়ার পয়েন্ট উপস্থাপন, বিবরণ প্রদান, দলীয় কাজ, একক কাজ এবং প্রশ্ন উত্তর

৩.২.৭ আপনি কোথায় সাহায্য পাবেন

উদ্দেশ্য: ক্ষুদ্র উদ্যোক্তাদের সহযোগিতায় যে সকল সংস্থা নিয়োজিত আছে তাদের সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের জানানো।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি

- ক্ষুদ্র উদ্যোক্তাদের উন্নয়ন সহযোগিতায় যে সকল সংস্থা নিয়োজিত আছে তাদের তালিকা ক. এসএমই ফাউন্ডেশন;
- খ. ইনিশিয়েটিভ অব স্মল এন্ড কটেজ ইন্ডাস্ট্রিজ ট্রেনিং ইনস্টিটিউট;
- গ. বাংলাদেশ কাউন্সিল অব সায়েন্টিফিক এন্ড ইন্ডাস্ট্রিয়াল রিসার্চ;
- ঘ. বাংলাদেশ স্মল এন্ড কটেজ ইন্ডাস্ট্রিজ কর্পোরেশন;
- ঙ. মাইক্রো এন্টারপ্রাইজ ডেভেলপমেন্ট অ্যাসিস্ট্যান্স সার্ভিসেস;
- চ. ক্ষুদ্র-উদ্যোক্তাদের ক্ষুদ্র ঋণ প্রদানকারী এনজিও।

পেশা উন্নয়নে দক্ষতা উন্নয়ন বিষয়ক প্রশিক্ষণ

৪.১ রানা প্রাজা শ্রমিকদের দক্ষতা বৃদ্ধি প্রশিক্ষণ

রানা প্রাজা শ্রমিকদের বিভিন্ন দক্ষতা, ধারণা ও অভিজ্ঞতা পোশাক শিল্পের মধ্যেই সীমাবদ্ধ। পোশাক শিল্পে পেশাগত দিক থেকে এগুলো খুবই গুরুত্বপূর্ণ। কিন্তু, বিকল্প জীবিকা অথবা অন্যান্য ক্ষেত্রে পেশাগতভাবে উন্নতি করতে হলে পোশাক শিল্প ছাড়াও বিভিন্ন বিষয়ে দক্ষতা ও পারদর্শিতা থাকতে হয়। দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণ পেশাগত উন্নয়নের জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ কৌশল। রানা প্রাজা দুর্যোগের পরে অনেক ভুক্তভোগীই গার্মেন্টসের চাকরিতে ফেরত যাওয়ার অবস্থায় ছিল না। আবার অনেকে ফিরতেও চাচ্ছিল না। বরং তারা

অন্যান্য ক্ষেত্রে কাজ খুঁজছিল যেমন নিজেই কিছু করা বা বিকল্প জীবিকা খুঁজে বের করা। এর প্রেক্ষিতেই, দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণ তাদের জন্য অপরিহার্য ছিল।

৪.২ শিল্প ক্ষেত্রে দক্ষতা উন্নয়নের গুরুত্ব

রানা প্রাজার শ্রমিকদের পুনঃজীবিকায়নের জন্য দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণ অপরিহার্য। এই প্রশিক্ষণের মূল লক্ষ্য হল প্রশিক্ষণার্থীদের দক্ষতা ও সক্ষমতা বৃদ্ধি যাতে তারা পুনরায় কাজে ফিরতে পারে। দুর্ঘটনায় বেঁচে যাওয়া মানুষদের দক্ষতা বৃদ্ধির ক্ষেত্রে কিছু বিষয় ভেবে দেখা দরকার, যেমন বিভিন্ন ক্ষেত্রে কাজে ফিরে যাওয়ার জন্য তাদেরকে সক্ষম



করে তোলা এবং বিভিন্ন কর্মসংস্থান ও আত্ম-কর্মসংস্থান বিষয়ক সুযোগ সম্পর্কে অবহিত করা ইত্যাদি। এই বিষয়গুলো দক্ষতা বৃদ্ধির ক্ষেত্রে খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

৪.৩ বিভিন্ন ধরনের দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণ

সাধারণত দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণটি বিভিন্ন ধরনের দক্ষতা বৃদ্ধির জন্য দেয়া হয়ে থাকে। এর মধ্যে উল্লেখযোগ্য কয়েকটি হল: পোশাক তৈরি ও টেইলরিং, ব্রক-বুটিক, টাই-ডাই, স্ক্রীন প্রিন্ট, পরিচর্যা, খাদ্য প্রক্রিয়াকরণ, হস্ত নির্মিত পণ্য তৈরি, দোকান ব্যবস্থাপনা ইত্যাদি। বৃত্তিমূলক ও কারিগরি প্রশিক্ষণ দক্ষতা বৃদ্ধির জন্য বেশ উপযোগী। এর মধ্যে গাড়ি চালানো ও অটো-মেকানিক্স, কম্পিউটার প্রশিক্ষণ, সাধারণ বৈদ্যুতিক কাজ বিষয়ক প্রশিক্ষণ, গ্রাফিক্স ডিজাইন ইত্যাদি অন্তর্ভুক্ত। এছাড়া আরও কিছু বিষয়ে দক্ষতা উন্নয়ন

প্রশিক্ষণ আছে যেমন ক্ষুদ্র ব্যবসা ও বাণিজ্যিক উন্নয়ন বিষয়ক প্রশিক্ষণ।

৪.৪ রানা প্রাজার শ্রমিকদের উপযোগী প্রশিক্ষণ

রানা প্রাজার শ্রমিকদের জন্য টেইলরিং, ব্রক-বুটিক, টাই-ডাই মোটামুটি যথোপযুক্ত কারণ এসকল বিষয়ে তাদের পরিচিতি আছে। মোটামুটি সব শ্রমিকই এই ধরনের কোর্সে স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করে। এই বিষয়গুলো শিখতে ও এই সম্পর্কিত কাজ পেতে তাদের সুবিধা হয়। গাড়ি চালানো ও কম্পিউটার কোর্সও তাদের জন্য সুবিধাজনক। এই কোর্সগুলো তাদের গাড়ি ও কম্পিউটার চালানো বিষয়ে দক্ষতা বৃদ্ধি করে এই সম্পর্কিত কাজে যুক্ত হতে সহায়তা করে। ক্ষুদ্র ব্যবসা ও বাণিজ্যিক উন্নয়ন বিষয়ক প্রশিক্ষণ তাদের ব্যবসা বিষয়ে ধারণা দেয় ও ব্যবসা প্রতিষ্ঠা করতে সাহায্য করে।



মনোসামাজিক সেবা, প্রতিবন্ধিতা এবং কর্মসংস্থান

৫.১ ক্যারিয়ার কাউন্সেলিং এ মনোসামাজিক সেবার প্রয়োজনীয়তা

উদ্দেশ্য: এই অংশের মূল উদ্দেশ্য হল শ্রমিকদের কাউন্সেলিং এর প্রয়োজনীয়তা তুলে ধরা ও কর্মজীবন শুরু করতে তাদেরকে আত্মনির্ভরশীল করে গড়ে তোলা।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি

- দুর্ভোগের ফলে মনোসামাজিক সমস্যা সৃষ্টির কারণ, অনুসর্গ চিহ্নিতকরণ এবং মনোসামাজিক চিকিৎসার ভূমিকা।
- পুনরায় কর্মজীবন শুরু করতে কিভাবে শ্রমিকদের আত্মনির্ভরশীল করে গড়ে তোলা যায়।

দুর্ভোগের ফলে মনোসামাজিক সমস্যা সৃষ্টির কারণ, অনুসর্গ চিহ্নিতকরণ এবং মনোসামাজিক চিকিৎসার ভূমিকা

আপনি যে সকল সমস্যার কথা বললেন, ট্রমার কারণে, আপনার মত অনেক মানুষই দুর্ঘটনার পর এই ধরনের সমস্যার সম্মুখীন হন। আমরা একে বলি দুর্ঘটনা পরবর্তী আঘাত, অর্থাৎ আপনি যে ভয়াবহ দুর্ঘটনাটির সম্মুখীন হয়েছিলেন তার ফলে আপনার মধ্যে বিভিন্ন ধরনের ভয় ও দৃষ্টিভঙ্গি কাজ করেছে। এর পেছনে মূল কারণ হচ্ছে, আঘাত পাওয়ার পরবর্তী সময়ে আপনি মনে করছেন ঐ জিনিসটি আপনার চারপাশে থাকলে পুনরায় আপনার ক্ষতির সম্ভাবনা রয়েছে ও পরবর্তীতে অন্যান্য জিনিস থেকেও পুনরায় ক্ষতিগ্রস্ত হওয়ার ভয় আপনার ভিতরে প্রবেশ করেছে। আঘাতের চিহ্ন স্মৃতিতে বসে যাওয়াটা অনেক মানুষের ক্ষেত্রেই ঘটে থাকে, যা নিয়ে তারা দুঃস্বপ্ন দেখে এমনকি ঘটনাটার কথা মনে পড়লেও খারাপ অনুভব করে। যেকোন

মানুষই বড় দুর্ঘটনার পর ভেঙে পড়ে কারণ তারা সর্বক্ষণ দুর্ঘটনার পুনরাবৃত্তি হওয়ার আশঙ্কায় থাকে। এই সব কিছুই সাধারণ ও বোধগম্য প্রক্রিয়া যা আপনাকে চারপাশের জগত সম্পর্কে সতর্ক করে। আপনি যে পরিস্থিতির সম্মুখীন হয়েছিলেন তা অনেকের সাথেই ঘটে থাকে। সেশন পরিচালনার জন্য হ্যান্ড আউট-২ দেখুন।

হ্যান্ড আউট-২: দুর্ঘটনা পরবর্তী আঘাত ও মনোচিকিৎসকের ভূমিকা
দুর্ঘটনা পরবর্তী আঘাতসমূহের উপসর্গ সবার ক্ষেত্রেই প্রায় একই হয়। কিন্তু আঘাতের পর নিজের উপর এই ধরনের চাপ দীর্ঘসময় বয়ে বেড়ানোর কোন অর্থই হয় না। তবে আপনার শরীর ও মন তা মানতে চাইবে না। কিন্তু এই স্বাভাবিক প্রতিক্রিয়া আপনার বর্তমান সমস্যার জন্য দায়ী। চলুন প্রতিক্রিয়াগুলো নিয়ে একটু চিন্তা করি ও এর কারণ সমূহ খুঁজে বের করি।

পদ্ধতি: নিচের তিনটি মনোসামাজিক সমস্যা এবং তার থেরাপির উপর সংক্ষিপ্ত আলোচনা করুন।

- ক. ইতিবাচক ও নেতিবাচক চিন্তা করুন;
- খ. সমস্যা এড়িয়ে যাওয়া ও এর দীর্ঘায়িত প্রভাব নিয়ে ভাবুন;
- গ. বিশ্বাসের উপর আঘাতের প্রতিক্রিয়া নিয়ে আলোচনা করুন।

প্রথমত, খারাপ স্মৃতিচারণ ও দুঃস্বপ্ন দেখা মানসিক আঘাতের প্রথম উপসর্গ যা দেখলে বুঝা যায় যে আঘাতের প্রভাব এখনও রয়েছে। যখন কোন ব্যক্তি ট্রমার মধ্য দিয়ে যায় তখন তাদের মন স্বয়ংক্রিয়ভাবে এটি প্রক্রিয়া করার চেষ্টা করে। তথাপি, এই প্রক্রিয়াটি প্রায়ই এত

পীড়াদায়ক হয়ে উঠে যে সে এই ঘটনাকে এড়িয়ে যাওয়ার চেষ্টা করে। দুর্ভাগ্যজনকভাবে, এর অর্থ ট্রমা কখনই প্রক্রিয়াকৃত হয় না এবং এটা আপনাকে স্মৃতি ও দুঃস্বপ্নের মাধ্যমে পীড়া দিতে থাকবে। আরো খারাপ হবে যখন আপনি এটা নিয়ে যত চিন্তা না করে থাকতে চাইবেন, এটা ততই আপনার মাথায় ফিরে ফিরে আসবে।

আমরা আপনাকে যেটা করতে সাহায্য করবো তা হল এই সকল স্মৃতিকে প্রক্রিয়া করা। চিকিৎসার মাধ্যমে আপনি এই স্মৃতিগুলো নিয়ন্ত্রণ করা শিখতে পারবেন যতক্ষণ না এই স্মৃতিগুলো কোন বড় আঘাতের রূপ নিচ্ছে।

দ্বিতীয়ত, এটাও জানা খুব জরুরী যে কেন এই স্মৃতিগুলো আপনাকে বিরক্ত করে। এটা স্বাভাবিকভাবেই বোঝা যাচ্ছে যে আপনি সেই সকল বিষয়বস্তুকেই এড়িয়ে চলেন যা আপনাকে আঘাতের স্মৃতি মনে করিয়ে দেয়। কিন্তু দুর্ভাগ্যক্রমে এর ফলে শুধু দুঃশ্চিন্তাই বাড়বে। এই ধরনের জিনিস থেকে যে আর ক্ষতির সম্ভাবনা নেই তা আপনার শরীর মন কখনই বুঝতে পারবে না এবং আপনার অস্থিরতা বাড়তেই থাকবে। চিকিৎসার মাধ্যমে আমরা আপনার শরীরকে বুঝতে শেখাবো যে এসব জিনিস আর ক্ষতিকর নয়। আমরা ধীরে ধীরে আপনার ভয়ের জিনিসটাকে বার বার আপনার সামনে তুলে ধরব এবং এর থেকে আপনি বুঝতে পারবেন যে জিনিসটা আপনাকে আর ক্ষতি করছে না। ধীরে ধীরে আপনার শরীর এটাকে বুঝতে পারবে এবং আপনি আপনার ভয় কাটিয়ে জিনিসটাকে স্বাভাবিকভাবে গ্রহণ করতে পারবেন।

সর্বশেষ, আপনি যে দুর্ঘটনাটির মোকাবেলা করেছিলেন তা আপনার জন্য মোটেও স্বাভাবিক ছিল না, কিন্তু এর পরিপ্রেক্ষিতে আপনি নিজের সম্পর্কে ও আশেপাশের জগত সম্পর্কে যে ভয়টা পুষে রেখেছিলেন তা আপনার অজান্তেই সময়ের বিবর্তনে ঠিক হয়ে

যাবে। মানসিক আঘাতের শিকার ব্যক্তিরা জগতের সবকিছুকেই বিপজ্জনক মনে করেন ও সব মানুষকেই অবিশ্বাসের চোখে দেখেন এবং তারা মনে করেন যে এই সমস্যা থেকে তারা কোনদিনও বেরোতে পারবেন না। অনেকেই মনে করেন যে এই দুর্ঘটনার পিছনে কোন না কোন ভাবে তারা নিজেরাই দায়ী ও এই মানসিক যন্ত্রণাটা তাদের সেই পাপের সাজা। এই ধরনের চিন্তাধারা তাদেরকে আরো দুঃশ্চিন্তাগ্রস্ত করে ফেলে ও এক ধরনের হীণমন্যতায় ভোগে। আপনাকে পূর্বের অবস্থায় ফিরিয়ে আনতে এই নতুন চিন্তাধারাগুলো সাহায্য করবে।

কর্মজীবনে ফিরিয়ে আনতে কিভাবে শ্রমিকদের আত্মবিশ্বাসী করে গড়ে তুলতে হবে

পদ্ধতি: অংশগ্রহণকারীদের চারটি দলে ভাগ করুন। দলগুলোকে বলুন একটি গানের চারটি ভিন্ন অংশ গাওয়ার জন্য। এতে করে তাদের মধ্যে নিজেদের দলের প্রতি দলীয় মনোভাব ও অন্য দলের প্রতি প্রতিযোগিতায়পূর্ণ মনোভাব গড়ে উঠবে এবং তারা নিজেদের দলের মধ্যে সমন্বয় বজায় রাখার চেষ্টা করবে। এই অংশের পর তাদের সাথে কিভাবে সুস্থ জীবন যাপন করা যায় এবং চাকুরি ও ব্যবসার জন্য কী ধরনের দক্ষতা ও ট্রেনিং এর প্রয়োজন হয় তা আলোচনা করুন।

৫.২ প্রতিবন্ধিতা ও কর্মসংস্থান

উদ্দেশ্য: প্রতিবন্ধিতা ও কর্মসংস্থান এবং প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের অর্থ উপার্জনমূলক কর্মকাণ্ডে অংশগ্রহণ বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের অবহিত করা।

বিষয়বস্তু ও পদ্ধতি

- প্রতিবন্ধিতা বিষয়ক ধারণা
- প্রতিবন্ধিতা ও কর্মসংস্থান
- প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের অর্থ উপার্জনমূলক কর্মকাণ্ডে অংশগ্রহণ

প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের এখন আর করুণার চোখে দেখা হয় না; বরং তাদেরকে এমন ব্যক্তি হিসাবে দেখা হয় যাদের ট্রেনিং ও কর্মসংস্থানের অধিকার আছে। সঠিক পদ্ধতির অবলম্বন ও উপযুক্ত ট্রেনিংয়ের মাধ্যমে একজন প্রতিবন্ধী ব্যক্তিও মূল্যবান কর্মীতে পরিণত হতে পারে। যেসব নিয়োগকর্তারা প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের নিয়োগ দিয়েছেন তাদের সংরক্ষিত পারফরমেন্স, উৎপাদনশীলতা ও নিরাপত্তা রেকর্ড খেঁটে এর প্রমাণ পাওয়া গেছে।

প্রতিবন্ধিতা বলতে বুঝি?

‘মেডিকেল মডেলের’ দৃষ্টান্ত অনুযায়ী প্রতিবন্ধিতা, অসুস্থতা, আঘাত ও শারীরিক অসুবিধাজনিত এমন একটি অবস্থা যার পরিপ্রেক্ষিতে ঐ ব্যক্তির পেশাদার চিকিৎসক দ্বারা সঠিক চিকিৎসার প্রয়োজন। এই মডেল অনুযায়ী, প্রতিবন্ধিতা ঠিক করতে অথবা কমাতে মেডিকেল অথবা অন্যান্য চিকিৎসা ব্যবস্থা নেয়া জরুরী। অন্যদিকে, ‘প্রতিবন্ধিতার সামাজিক মডেল’ প্রতিবন্ধিতাকে সমাজ সৃষ্ট সমস্যা বলে মনে করে যার জন্য কোনভাবেই ব্যক্তি দায়ী না। সামাজিক মডেল অনুযায়ী, যেহেতু সমস্যাটি সামাজিক কাঠামোগত প্রতিবন্ধিতা অবাস্তব পরিবেশের দ্বারা সৃষ্ট সেহেতু এ ক্ষেত্রে রাজনৈতিক হস্তক্ষেপ থাকা প্রয়োজন। প্রতিবন্ধিতা বিষয়ক তৃতীয় আরেকটি মডেল আছে যা উপরের দুটি মডেলের মধ্যে সমন্বয় সাধন করেছে। এই মডেলটিকে বায়ো-সাইকো-সোশ্যাল মডেল বলা যায়। এটি মেডিকেল, মানসিক ও সামাজিক পরিপ্রেক্ষিত সমন্বয়ে তৈরি। জাতীয় ও আন্তর্জাতিক পর্যায়ে বহু জায়গায় প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের কাজের অধিকার বিষয়ে বলা হয়েছে। বাংলাদেশী সংবিধানের অনুচ্ছেদ নং- ১৯ (১), অনুচ্ছেদ নং- ১৯ (২), অনুচ্ছেদ নং- ২০ (১), অনুচ্ছেদ নং- ১৫, অনুচ্ছেদ নং- ২৯ (১), অনুচ্ছেদ নং- ২৯ (২) অনুযায়ী প্রতিবন্ধী ব্যক্তির প্রশিক্ষণ ও

কর্মসংস্থানের সমান অধিকার রয়েছে। ১৯-০৫-২০০৭ তারিখে বাংলাদেশ জাতিসংঘ কনভেনশনে প্রতিবন্ধী ব্যক্তির অধিকার (UNCRPD) বিষয়ে চুক্তিবদ্ধ হয় এবং ৩০-১১-২০০৭ তারিখে তা অনুমোদিত হয়। CRPD এর অনুচ্ছেদ নং ২৭ এ প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের কাজের সমান অধিকারের কথা বলা হয়েছে। বাংলাদেশ সরকার প্রতিবন্ধী ব্যক্তির অধিকার ও সুরক্ষা আইন ২০১৩ প্রণয়ন করেছে। এর অনুচ্ছেদ নং ৩৫ এবং তফসিল ১০ এ বলা হয়েছে প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের কাজের সমান অধিকার রয়েছে। সকল জাতীয় ও আন্তর্জাতিক অঙ্গীকার/বাধ্যবাধকতা ও বাংলাদেশের জাতীয় সংবিধানের আওতায় ১৯৯৫ সালে বাংলাদেশ সরকার প্রতিবন্ধিতার উপর জাতীয় নীতিমালা তৈরি করেন এবং ২০০৬ সালের ২৪ শে সেপ্টেম্বর একটি জাতীয় কর্মপরিকল্পনা প্রণয়ন করেন।

এমন অনেক প্রতিষ্ঠান আছে যারা প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের দক্ষতা উন্নয়ন প্রশিক্ষণের ব্যবস্থা করে ও কাজের সুযোগ তৈরি করে দেয়। যারা চাকুরি খুঁজছেন তাদের জন্য বিভিন্ন সরকারি ও বেসরকারি সংস্থা প্রতিবন্ধিতা ও কর্মসংস্থান বিষয়ক বিস্তারিত তথ্য প্রদান করে। এই ধরনের সংগঠনগুলো প্রতিবন্ধী ব্যক্তির উপযোগী কাজের সুযোগ তৈরি করতে বিভিন্ন নিয়োগকর্তা ও সেবা প্রদানকারী সংস্থার সাথে কাজ করে। এসব সংগঠনগুলো প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের চাকুরি ও ব্যবসার জন্য যে সকল দক্ষতার প্রয়োজন তা উন্নয়নে সাহায্য করে। এমনও অনেক সংগঠন আছে যারা চাকুরী সন্ধানী প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের প্রশিক্ষণ ও ক্যারিয়ার গাইডেন্স প্রদান করছে এবং কাজে প্রবেশের জন্য নিয়োগকারীদের সাথে যোগাযোগ করিয়ে দিচ্ছে।

পদ্ধতি: অংশগ্রহণমূলক পদ্ধতি, উপস্থাপনা, বর্ণনা প্রদান।

HANDBOOK

CAREER COUNSELING



This handbook is developed for rehabilitation of
Rana Plaza survivors into regular work

Editor
A. R. Aaman
AKM Masum Ul Alam

Drafting
Md. Shahid Ullah
Saikat Shuvro Aich
Shubhomoy Haque

Translation
Fahmida Afrose

Published in
2016

Print & Design
redline

Published by
ActionAid Bangladesh

Copyleft
ActionAid Bangladesh

ISBN
978-984-34-1082-5

Supported by

Table of Content

1. Section I: Introduction	06
1.1 Background	
1.2 Purpose of the handbook	
1.3 Who is this handbook for?	
2. Section II: Career counseling for Rana Plaza survivors	07
2.1 Context	
2.2 What is career counseling?	
2.3 Career counselling for Rana Plaza survivors	
3. Section III: Counseling for wage employment and self-employment	10
3.1 Counseling for wage employment	
3.2 Counseling for self employment	
3.2.1 Concept and advantages	
3.2.2 Attitude and skills and choosing right job	
Hand Out 1: Zero to Hero	
3.2.3 Steps in self employment	
3.2.4: 'Do's and don'ts' for self employment	
3.2.5: Financial literacy (basic financial concepts related with self-employment)	
3.2.6: Resource management	
3.2.7: From where you will get support?	
4. Section IV: Skill training for career development	18
4.1 Skill training for Rana Plaza survivors	
4.2 Importance of skill training in industrial work	
4.3 Options of skill training	
4.4 Suitable training for Rana Plaza survivors	
5. Section V: Psychosocial support, disability and employment	20
5.1 The needs of psychosocial support in career counseling	
Hand Out 2: Post -traumatic stress and role of psychotherapy	
5.2 Disability and employment	

MESSAGE

The collapse of Rana Plaza in April 2013 led to the deaths of some 1,136 people, most of whom were garment workers.

For those who survived the collapse, many understandably did not wish to return to work in the garment sector or in high-rise buildings. For these men and women it was imperative to provide support to help them find either wage or self-employment as quickly as possible.

In the aftermath of Rana Plaza the International Labour Organization with the support of Canada, the Netherlands and the United Kingdom worked with ActionAid to provide career guidance counselling to 119 survivors. This has helped them in their reintegration to society.

Through the experience of working with these survivors many lessons have been learned. This handbook on Career Counselling has therefore been developed to share practical guidelines for those working with survivors of traumatic incidents to find employment.

While Rana Plaza was a huge disaster, small-scale accidents and events happen on a regular basis. I sincerely hope that this publications and the practical steps, knowledge and exercises in it can be put to good use with survivors of any such incident, large or small. I am confident that it will make a valuable contribution to improving the lives of many men and women for years to come.

Srinivas B Reddy
Country Director
ILO Bangladesh

PREFACE

Rana Plaza building collapse was a deadly incident in the history of industrial sector in Bangladesh. Not only for a multi-storied building collapse and casualty, but also the national and international context of the fast growing garment sector that made it significant. The real humanitarian aspect of this incident has been illustrated in the loss and vulnerability of each and every families. The survivors experienced various challenges and vulnerabilities. A common loss for all of them was- loss of livelihood and income. Many of these unfortunate workers are the main decision-makers and wage-earners of their families. Though many of them have been employed, majority of them are struggling to resume normal life. They are not confident enough to return to the factories. Livelihood has become their prime concern. Many families of these workers managed their household expenses through the monetary support they had received after the tragic incident. A lot of families are burdened with debts.

Majority of the survivors are poor women, who cannot change their jobs or shift to a business easily. Since they are mainly skilled in garment factory-related works, scoping extensive employment of these workers became challenging. Following the disastrous incident, they are confused in selecting livelihood or career options. Lack of confidence was a common problem of these workers. As a result, the livelihood and future of these workers became uncertain. In order to address these challenges and cope more effectively with the workplaces, enabling the workers with required skill and skill development training were felt necessary. Besides, initiative was taken to engage them in self-employment and other income generating activities.

In 2014, ActionAid Bangladesh, with support from International Labour Organization (ILO), undertook a comprehensive initiative for the rehabilitation and reintegration of the Rana Plaza survivors. Under the 'Socio Economic Reintegration and Rehabilitation for survivors with disabilities of Rana Plaza Disaster' project, steps were taken to identify the challenges of the survivors and to provide them with career guidance. As a part of this, a handbook has been developed which will be helpful to address unemployment and many other problems and challenges of the workers engaged in the industries in Bangladesh.

Farah Kabir
Country Director
ActionAid Bangladesh

INTRODUCTION

1.1 Background

Bangladesh has witnessed its worst human-made industrial disaster ever on the 24th of April 2013. The eight storied commercial building 'Rana Plaza', which housed five ready-made garment (RMG) factories, a commercial bank and a market, collapsed in Savar, Dhaka. After the end of a three-week rescue operation on 14 May 2013, 2,438 workers were rescued alive. As a result of the deadly incident, the more than 11 hundred families lost their wage-earner members, while the survivors experienced various physical, mental and socio-economic vulnerabilities. Following the devastating incident, the survivors were faced with numerous challenges. In terms of resuming work, most of them were in confusion whether they will return to RMG factories or other jobs. There were other confusions, like: whether they will stay in Savar or return to their village, whether will be further engaged in wage-employment or be engaged in self-employment. During this period, they were not able to making decision properly, both for personal and family issues. Most of them failed to set logical relation between the reality and decision made. Lack of confidence was observed in almost all the survivors, which was prominently reflected on

their attitude, speech, interactions and responses to the question on work and employment. All these were like shade-lights in their career vision.

In order to address these challenges faced by the survivors, the Career Guidance intervention was launched for the survivors. This intervention systematically assessed their socio-economic status, skill and capacity, employability, livelihood choice and offered structured guidance for making career decision. It was intervened in both individual and group level.

1.2 Purpose of the handbook

This handbook intends to provide a guideline for career counseling for workers in the industrial settings, particularly who are challenged with unemployment, loss of income and maladjustment with work station. It is designed in a simple style so that the development practitioner can use/apply it for professional purpose.

1.3 Who is the handbook for?

This handbook is mainly designed for the development professionals and practitioners who are engaged or will be engaged in addressing relevant problems.

CAREER COUNSELING FOR RANA PLAZA SURVIVORS

2.1 Context

Ready-Made Garment industry of Bangladesh has grown over the last few decades to become the second largest exporter in the world. The RMG sector has become a key driver of the Bangladesh economy and the nation's development. RMG exports totaled US\$24.5 billion (2013-14) accounting for over 80% of the country's export earnings and employing some 4.2 million workers, 80% of whom are women. The RMG factories in Bangladesh run on a 'demographic dividend'. Huge numbers of young people are entering the workforce, with roughly two million new jobs required every year. The majority of workers are migrated from rural to urban areas. The greater employment opportunities in Dhaka city, led to more migration of workers in recent years, especially for women. Although majority of these workers are in general functionally low-skill and come from landless families, women workers appear to be more disadvantaged. Obviously employment in RMG factories opened up earning opportunity for these workers and promoted empowerment. It's found that majority of the workers were unemployed or had no previous work experience in garment industries, before they started their career in the factories. Informal

networks play a significant role in getting access to the factories and most of the women workers learn the work in an informal way after starting work, particularly as helpers. The institutional scope for skill development for RMG sector workers is almost absent and there is no discussion about the career development or skill development in the sector like RMG. The issue is mostly related with formal education and also with better earning and promotion in job. There are many examples of workers, who have been promoted as mid-level-staff of the factories. Although these refer to career development within the industry, most of the workers remain low-paid employees even after passing 10 to 15 or even 20 years in the factories. They lack proper career realization, the necessity of skill development and shifting to better factories. Career counseling plays a vital role here. On the other hand, there are also opportunities to develop career in other sectors/industries. Career counseling can help make the decisions in a realistic manner.

2.2. What is Career Counseling?

Career Counseling is a process that helps a person understand her/his ability and potentials and also helps in better realization to make proper decisions related to educational, professional and

daily life. It enables the person to think around and understand the reality more analytically, to make the appropriate decisions applying proper judgment, to take initiatives with a longer vision and to develop a problem-solving mentality. Career counseling is not limited to help someone making the job-related decisions, it also provides relevant knowledge and shares information on skills that are required to lead a systematic life.

Career guidance plays a very important role for the survivors, as it helps in setting future goals and choosing careers reasonably. Career guidance is needed who did not plan for their future. Having a clear understanding of career opportunities and own interests/skills, a person can plan his/her career successfully.

Career development is more than just deciding on a major thing and what job s/he wants to get in a certain time. It is indeed a lifelong process, meaning that throughout the life, a person may be changed, situations may be changed, and the person must make proper career and life decisions accordingly, meeting the requirements of time. There are a number of factors that influence career development, such as: personal interests, abilities, values, personality, educational background, skills and competencies, circumstances etc.

2.3 Why Career Counseling for Rana Plaza Survivors?

The 'common loss' experienced by all the Rana Plaza survivors is - 'loss of income'. It refers to their unexpected detachment from a regular means of living. This



situation led the survivors and families of the deceased to various socio-economic vulnerabilities. It has drawn our attention to the affected people- how the unemployed workers and dependents (including children, elderly persons, persons with disabilities, pregnant women) of the unfortunate deceased workers have been passing their days. After Rana Plaza disaster, the survivors were unable to make proper decisions around their livelihoods; they were facing different types of psychosocial problems and physical injuries as well as disabilities. Hence, career counselling is necessary for Rana Plaza survivors for the following reasons:

1. Realizing their career in the changed context;
2. Orientation with prospective and alternative livelihood options;
3. Help in choosing appropriate livelihood option; particularly wage employment or self-employment;

Career counselling is important for the survivors to inspire and guide them for choosing a career that best fit to them in the current context and support the survivors to make proper decision towards wage employment and self-employment. It is important, particularly to make survivors realize different career opportunities, to support the survivors during the procedure to realize those careers, to manage different competitive situation and to make them understand the importance of having a goal and to find out ways/means to achieve the desired goal.

Methods: Facilitator may engage participants to discuss among themselves on their present situation in a view to realizing themselves, assessing their skills and capacities, analyzing their strength and weakness. Facilitator will explore ways- how the participants think to resolve their career problems, address challenges. S/he will support them to develop self-confidence to restart their career and to make a career plan in the changed context. The session plan and contents of the workshop will also be discussed. Group work and participatory process will be utilized in the sessions.

Considering the context and problems of Rana Plaza survivors this handbook has been prepared. This handbook is arranged in five parts.

Part 1 is the introductory section.

Part 2 starts with the basic information and ideas about career counseling.

Part 3 presents the issues related with counseling for wage employment and self-employment.

Part 4 describes about skill development training.

Part 5 provides information on cross cutting issues like psychosocial problems and disability.

COUNSELING FOR WAGE EMPLOYMENT AND SELF EMPLOYMENT

3.1 Counseling for wage employment

[Believe in yourself and getting employed]

Objective: To help the survivors to develop confidence about abilities and skills and the ways on how to get an employment in a changed context

Contents and Methods:

Assessing yourself

To get an employment at first you have to believe in yourself and just have to remove your inertia. You have skills and abilities. You have personal strengths and positive work habits. For persons with disability caused by Rana Plaza disaster, you also have many things to offer. You need to ask yourself what you want to do, what you can offer to an employer and what you expect in return. Everyone is unique and has different

things they like to do and different talents. Before starting your job search in the changed context, it is important to explore your different interests, abilities and skills.

An interest is something you like or prefer to do.

An ability is a talent. It is something you learn easily or do well.

A skill is something you have learned to do.

Exercise: Learning About Yourself

Knowing your interests, abilities and skills will help you to set a job goal that is suited to you in the changed context after Rana Plaza disaster. One way to identify your interests, abilities and skills is to take tests that measure them. An easy way to assess yourself is to think about your life experiences. Here is what to do.



- On a piece of paper, make three columns. Label them “My interest”, “My Abilities” and “My Skills”. Fill in the columns as fully as you can. Use the following list of questions to help you.
- My Interest**
What do I think about? If I could have any job, what would be?
- My Abilities**
What are my talents? What do I find easy to do or learn?
- My Skills**
What I have learned? What have I learned from my previous job? What equipment/machine do I operate or use? What special training have I had?

After assessing yourself, you have learned about yourself. Now it's time to search a job. Ask your supporters (NGOs, relatives and friends) and known person in your sector to help you to get a job. You also have experience on how to get job, utilize it and get employed.
Methods: Lecture Method and question Answer.

3.2 Counseling for self-employment

3.2.1 Concept and advantages

Objective: The objective of the session is to discuss about the advantage of self-employment and its requirements

Contents and Methods

- Concept
- Advantages of Self Employment
- Disability and Self Employment

Self-employment involves running one's own business. It has freedom and flexibility. Persons with disability prefer self-employment due to inaccessibility and other workplace related barriers. It has been found that among the PWD, self-employed is 66%, non-government sector 17%, followed by 5% and 12% respectively government and others respectively.

There is opportunity in self-employment to become 'Zero to Hero', to earn millions from a penny. But it is not an easy job; it requires significant investment and risk. A self-employment venture requires a tremendous amount of effort, discipline

Advantage/Disadvantage	Wage Employment	Self-Employment
Advantage	- Ensured monthly salary - Education of children is ensured - Family members will live in a tension free life	- It has freedom, flexibility and independence - Has opportunity to earn more - Does not required higher education.
Disadvantage	- Has to work in a building like Rana plaza - Will not have enough time for the family. - May be recruited in a risky job	- It requires high capital - Risk of loss - It requires lots of time

and efficiency.

The comparative advantages and disadvantages between wage employment and self-employment are mentioned below

Methods: Group work and question answer.

3.2.2 Attitude and Skills and Choosing right job

Objective: To enable the participants to learn about the business attitude and skills required for self-employment and identification of suitable business/IGA

Contents and Methods

- Attitude and Skills for Self Employment
- Identification and Choosing of Self Employment

- Attitude and Skills
 - Foresight
 - Self-belief
 - Patience
 - Determination
 - Integrity
 - Ability to bounce back
 - Negotiation

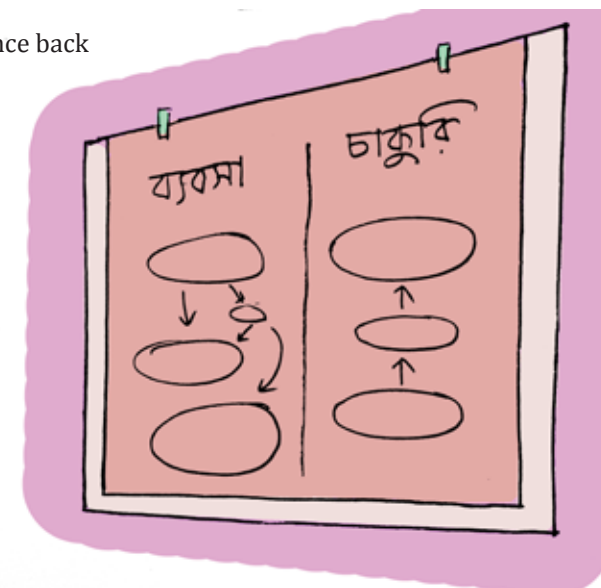
- Resource mobilization and management
- Decision making

2. Identification and Choosing of Self Employment

- Tailoring
- Block-batik
- Grocery shop
- Cow rearing
- Poultry
- Selling cosmetics products/garment items

Hand Out 1: Zero to Hero
Alhaj Anwar Hossain
Chairman, Anwar Group of Industries
Alhaj Anwar Hossain, Founder and Chairman of Anwar Group is one of the business icons in Bangladesh who is doing activities solely by his merit and wisdom. He started business with a capital of only Taka 480 when he was only 15 years old in the year of 1953. Now he is a renowned business mentor and an inspirational figure of the country.

Al-haj Anwar Hossain established “Anwar Cloth Store” in 1953 at today's



Steps to run a business

Steps in Trading

- i. Decide on the products or types of products or services to be sold
- ii. Make contact with the manufacturing company or whole-seller whose products to be marketed
- iii. Understand the sales process and key aspects
- iv. Understand the pricing and promotion aspects
- v. Resources to run the process-identification and sourcing process
- vi. Setting up the sales unit
- vii. Arranging the human resources
- viii. Storage the products
- ix. Sales and Marketing

Steps in Manufacturing

- i. Decide on the product to be manufactured
- ii. Understand the core product and the technical details
- iii. Plan the overall process
- iv. Resources-identification, availability and sources
- v. Setting up the manufacturing unit (Arranging for human resources, financial resources, material resources, store)
- vi. Implementation-planning and implementation of the process
- vii. Product manufacture
- viii. Storage of Manufacture
- ix. Sales and marketing products

old part of Dhaka 'Chalk Bazar' which was a only 96 square feet store and that led him to introduce one of the most well-thought product in the market of that time named "Mala Saree" which he introduced in 1968 from his venture 'Anwar Silk Mills.' Mala Saree conquered the name and fame in the women community of that time as it was the part and parcel of any wedding ceremony in Bangladesh. After this successful venture, he did not need to look back any more. One by one bold initiatives with full of innovation and experienced thoughts, he moves forward with his wider dreams and desires that he put in his mind in his very childhood. It was not an easy journey, he had to face various challenges to be successful in the competitive business arena. Due to his self confidence, merit and wisdom he successfully has overcome these challenges and established a group of industries. At present, Anwar Group has 28 large industries throughout the country and around 80 thousand people

are directly being employed in these companies and have more than a million of secondary beneficiaries. Al-haj Anwar Hossain is one of the pioneers of policy maker to establish Bank, Insurance and Mobile Telecom businesses in private sector in Bangladesh.

Methods: Group work, role play and question answer

3.2.3 Steps in self employment

Objective: To enable the participants on how to start IGA/business.

Contents and Methods

A plan is indispensable to run a business. A proper working plan helps entrepreneurs/ businessmen to achieve his or her target gradually. Capital and assets may be essential for starting business, but it is not the prime factor. If anyone starts business without proper plan and guidance, there would be a major risk for his investment.

Steps to be self-employed while starting business

- Step 1: Taking decision first
- Step 2: Types of business (trading and manufacturing) –identification and choosing
- Step 3: Sole proprietorship/joint venture/company
- Step 4: Name Clearance
- Step 5: Location of business
- Step 6: Trade license and other documents
- Step 7: Bank account and business TIN

Methods: Lecture Method, question and answer

3.2.4 'Do's and don'ts' of self employment

Objective: To aware the participants about the attitudes, skills and knowledge required in self-employment

Contents and methods

'Dos and Don'ts' of Self Employment

Methods: Group work, lecture method, question and answer

3.2.5 Financial literacy (Basic Financial Concepts related with self-employment)

Objective: To enable participants to comprehend the importance of financial literacy skills in self-employment

Contents and Methods

Contents: Participants need to understand the importance of keeping basic financial records, financial forecasting, budgeting and saving money for difficult times. Beyond this they need to take care the following issues in their life.

- Physical safekeeping of money or valuables
- Ability to manage personal

Dos of Self Employment

- Consider whether you will be able to access sufficient capital to invest in a business
- Reflect whether you have the right attitude and knowledge required to do business
- Be clear about the type of business that you wish to run and think deeply
- Invest only a small part of savings such as its loss sets back only a short period of time but does not wipe out life
- Have a detailed business plan; have step by step action plan for key stages/processes
- Try to identify a mentor, or a support team of trusted people, who can support the business and advise you
- Network with others, particularly those involved in running similar business
- Reward the team on achievement of goals

Don'ts' of Self Employment

- Invest too much of your money into one business; this can be very risky
- Depend too much on others. Entrepreneurs should learn to solve their own problem
- Be too greedy and take shortcuts
- Cheat customers or others in business
- Trust others blindly. Get to know a person before deciding whether to trust them
- Worry too much about failure. Instead try to improve your attitudes, skills and knowledge levels, so that you can cope more easily with any failures along the way
- Make promises which cannot be kept

- finance-Income vs. Expenses
- Personal savings
- Importance of financial integrity in life
- Avoiding con men and 'get rich quick' schemes

Methods: Role play and question answer

Knowledge needed on the following related to self-employment

- Profit/ losses
A business that continually makes losses will eventually fail. If business does not make profits, it eats up on the capital of the self-employed. You have to calculate regularly the profit and losses of the enterprise.
- Capital
Capital is the money invested by the self-employed person to set up the business, this money can come from the earnings, savings or loans from banks or other funding sources. When a loan is taken from a bank or micro-finance

institution, repayments need to be planned for and interest needs to be paid.

- Expenses
Resources are needed to run a business or a self-employment venture. These resources have to be purchased based on business requirements. Any monetary transaction that results in such a purchase is called as an expense. The business expenses should be recorded and kept under control, and should always be less than the income generated by the business.

- Assets and liabilities
Assets are of two types: fixed and variable assets. Fixed assets are material things like building and machine which are of an immovable nature. Variable assets are material things like 'Cash in hand' and bank, furniture, fixtures and equipment. Any debt and or loan taken by person or firm can be termed as liability. An entrepreneur should always



try to ensure that asset levels are higher than liability levels.

- Wastage
Inefficient handling of resources makes wastage; which reduces the chance of profitability, expansion of business and increases the chance of loss making in business. These need to be taken and have for proper planning on it.

- Banks/bKash
Banks are institutes where you can open your personal or business accounts and save your money. You also can open account in Bkash. These will provide interest against these savings, safeguard your savings and also will make easy for business transaction. Nowadays, bank and financial institutes provide various investment and insurance options, which help and support the entrepreneurs to expand their enterprise.

- Loans-eligibilities and sourcing:
There are different government and non-government institutes providing loans for micro enterprise development. Loan is not problem for a viable a business plan; if your venture is profitable. The loan providers will follow you; it is their business. You have to acquire eligibility and it is mostly the viability of your enterprise. For taking loan, you have to provide adequate security and necessary documents.

- Loan-repayments and penalty: Loans taken from NGOs, banks or government institutions have to be repaid within agreed timeframe. Defaulting on loan payments can damage business reputation and make it difficult to secure loans in future. Non - payment of loan installment will be penalized. Before receiving the loan, there should have planning on how to repay the loans.

3.2.6 Resource management

Objective: To enable the participants on

how to manage resources carefully, and how to ensure optimum utilization of these resources.

Contents and Methods: It is necessary to learn how to manage resources carefully and ensure the optimum utilization of resources. The business resources are four types:

- Financial Resources
- Human Resources
- Spatial Resources
- Material Resources

Resource Planning: To run an enterprise smoothly, these four resources should be available in the required quantities. For any self-employment business, it is necessary to plan for the right resources required to run the business. The plan should consider the following:

- The amount of finance (financial resources) required to manage the business
- The allocation of finance for different type of expenses and the various heads under which they falls
- The number of people (human resources) required to run the business
- The amount of space required to run the enterprise or business
- The quantities of different material resources (raw, semi-finished and finished material) required to run the enterprise or business
- The different type of products or services required to run the enterprise or business; and
- The knowledge and information required to run the enterprise or business

Identification and mobilization of resources

- The individual donors or institutions (banks, micro-finance institutions, Government agencies, other organizations etc.) that can help with accessing funds
- Meeting or contact with different



- sources for finance
- The right individuals who can provide access to human resources
 - Making contact with different vendors of human, special, material resources regarding the terms of pricing, quality and transportation
 - The right kind of space based on size, cost, neighborhood, amenities, accessibility etc

The Probable sources of loans are mentioned below

- NGO providing micro finance for micro enterprise
- Commercial banks
- MIDAS
- BRAC bank
- Bangladesh Krishi Bank
- BASIC Bank
- Donor fund like Rana Plaza Trust Fund

Methods: Participatory approach, Power point presentation, Lecture method, Group work, Individual work, and Question Answer

3.2.7: From where you will get support?

Objective: To inform the participants about the organizations providing support for development of micro enterprise

Contents and Methods

List of organizations providing support for entrepreneurship development

- SME Foundation: www.smef.org.bd
- Initiative of Small and Cottage Industries Training Institute (SCITI): www.sciti-sme.gov.bd
- Bangladesh Council of Scientific & Industrial Research (BCSIR)
- Bangladesh Small and Cottage Industries Corporation (BSCIC)
- Micro Enterprise Development Assistance Services (MIDS)
- NGOs providing loan and support to micro enterprise

Methods: Lecture Method and Question Answer

SKILL TRAINING FOR CAREER DEVELOPMENT

4.1 Skill training for Rana Plaza survivors

Most of the survivors have skill, knowledge and experience in different areas, but limited to garment jobs. These are very important for developing career in garment sector. But, generating alternative livelihood or developing career in other sectors require skills and competencies in various areas beyond garments. Skill development training is a very important component for career development. Following the Rana Plaza disaster, many of the survivors were unable or unwilling to return to garment factory jobs. Rather, they were seeking opportunities in other sectors, in self

employment and alternative livelihood options. Therefore, skill development training was essential for them.

4.2 Importance of skill training in industry

Skills development training is vital for the reintegration of the Rana Plaza survivors. Usually it focuses on developing the skill and capacity of the trainees towards their livelihood reintegration. In order to develop skills of the survivors, to enable them to return to work in different sectors and to link the survivors with different employment and self-employment opportunities, skill



development training plays a very important role.

4.3 Options of skill training

There are multiple training options for skill development. Skill development training includes courses on dress making and tailoring, block-boutique, tie-dye, screen print, nursing, food processing, making handmade products, shop management etc. Vocational and technical training courses are also useful for skill development. It includes courses on driving cum auto-mechanics, computer training and general electrician, graphics design etc. There are more training options, such as: small business and entrepreneurship development training.

4.4 Suitable training for Rana Plaza

survivors

The training courses on dress making and tailoring, block-boutique, tie-dye are relevant for the survivors of Rana Plaza since they have at least orientation with these skills. Most of the survivors feel these courses comfortable. These are the easier courses for learning and also easier to develop income generating activities. Driving and computer courses are also suitable for the participants. These courses can equip the participants in different skills and help develop their capacities to undertake career in driving and computer-application-oriented jobs. Small Business and Entrepreneurship Development training provides orientation to the participants around small-business and entrepreneurship development and prepares them for self-employment.



PSYCHOSOCIAL SUPPORT, DISABILITY AND EMPLOYMENT

5.1 The needs of psychosocial support in career counseling

Objective: The objective of this session is to explore the needs of counseling for survivors and strengthen their self confidence to start their career.

Contents and Methods

- Discussion about psychosocial problems caused by disaster, its symptoms and role of psychosocial therapy;
- How to develop confidence among the survivors to start their career

Discussion about psychosocial problems caused by disaster, its symptoms and role of psychosocial therapy

Following a trauma, people often experience the sorts of problems you have told me about. We call this Post Traumatic Stress (PTS); it means that after you have been through a traumatic experience you tend to feel very scared, on edge, and uncertain about things. This happens because when you go through a trauma you can learn that things around you can be harmful and you tend to be on the lookout for other things that might hurt you again. It is common for people to have upsetting memories of their trauma, to dream about it, and to feel very distressed when they are reminded of it. People can get very upset after a trauma because they are on the alert for harmful things to happen again. These

are all common and understandable responses to an event that has taught you to be wary of things around you. I want you to understand that all the sorts of problems that you are having are very common considering what you have been through. For facilitation of session, see the hand-out 2

Hand Out 2: Post-traumatic stress and role of psychotherapy

Post-traumatic stress symptoms are normal and common after the disaster. The problem is that you don't really need these stress reactions anymore because the trauma is over. However your body and mind think that you still do. These normal responses actually contribute to your current problems. Let's go through each reaction and think about how this happens.

Methods: Discuss briefly on the following three psychosocial problems and the rationale for cognitive therapy

- Thought-positive and negative;
- Cognitive avoidance and its prolonged effects;
- Discuss the effects of trauma on beliefs

First, intrusive memories and nightmares are a sign that the trauma is "unfinished business". When people go through a trauma, their mind automatically tries to process it. However, this process is often so distressing that the person tries to avoid

thinking about it. Unfortunately, this means the trauma never gets processed, and it keeps on bothering you through dreams and memories. Even worse, the more you try and avoid thinking about it, the more they come back to you.

What we need to do then, is to help your mind process these memories. In treatment, you will learn to expose yourself to the memories of the trauma in a controlled manner until these memories no longer cause overwhelming distress.

Secondly, it is also important to understand why this arousal is still bothering you. It is understandable that you try to avoid anything that reminds you of the trauma, because they trigger off the symptoms of physical arousal. Unfortunately though, this avoidance actually worsens the anxiety. Your body never gets to learn that these things no longer signal danger, and your anxiety gets reinforced over and over again. In therapy, we will be teaching your body that these situations are safe. We do this by gradually confronting these situations, and staying there long enough that you learn that nothing bad will happen. As your body learns this, your anxiety reduces and these tasks get easier and easier.

Lastly, having experienced a traumatic event that was out of your normal experience, the way you view yourself and the world in general would necessarily change, perhaps without your being aware of it. Trauma survivors often perceive the world as dangerous, other people as untrustworthy, and themselves as incapable of coping with their reactions and daily stress.

Survivors may also believe that they are in some way at fault for the event and that they deserve to be traumatised. These thoughts can lead a person to feeling more anxious, and pretty bad and down about themselves. To help you get back to feeling like you did before the trauma, we need to have a look at these new thoughts and beliefs and check out how realistic and helpful they are.

How to develop confidence among the survivors to start their career

Methods: Divide the participants into four groups. Assign the groups to sing four different portions of a song. It will make them emotional; they will feel necessity of cooperation among the group members, competition with other groups and coordination among the group members. After that discuss about how to live better life and what basic skill and training needed for wage employment or self employment.

5.2 Disability and employment

Objective: To inform the participants about disability and employment and also about Income Generating Activities (IGA) for persons with disability (PWD)

Contents and Methods

- Concept of disability
- Disability and employment
- PWD and IGA

People with disabilities are no longer viewed as requiring protection and care; they are seen as individual who have rights, including right to access training and employment. With a systematic preparation and appropriate training, a

PWD can become a valued member at the workforce. This has been proven in different times and observed by different employers who hire people with disabilities and keep track of their overall performances, productivity and safety records.

What is disability?

The Medical Model views disability as a feature of the person, directly caused by disease, trauma or other health condition, which requires medical care provided in the form of individual treatment by professionals. Disability, on this model, calls for medical or other treatment or intervention, to 'correct' or 'reduce' the problem with the individual. The Social Model of disability, on the other hand, sees disability as a socially created problem and not at all an attribute of an individual. On the social model, disability demands a political response, since the problem is created by an unaccommodating physical environment brought about by attitudes and other features of the social environment. The third model of disability that synthesizes what is true in the medical and social models. This more useful model of disability might be called the Bio-Psycho-Social model. It is based on integration of medical, psychological and social perspectives. The right to meaningful work for PWD is guaranteed in a no. of national and international instruments. According to the Bangladesh constitution: Article no-19 (1), Article no-19 (2), Article no-20 (1), Article no-15, Article no- 29(1), Article no- 29(2) the persons with disabilities has the equal right to training and employment. The UN Convention on the

Rights of Persons with Disabilities (UNCRPD) was signed by Bangladesh on 09.05.2007 and ratified on 30.11.2007. The Article 27 of CRPD also recognized the right of persons with disabilities to work, on an equal basis with others. Government of Bangladesh enacted the new law name Disability Rights and Protection Act 2013. According to the Article 35 and Tafshil 10 persons with disabilities has the right to get employment. In accordance with all national and international commitments/obligations, and under the purview of the National Constitution, the Bangladeshi government developed a National Policy on Disability in 1995 and government formulated a National Action Plan on 24 September 2006.

There are institutions/organizations working for providing skill development training and job placement support to the PWD. Government agencies and development organizations share and provide a wide range of resources and information on disability and employment for job seekers. These organizations also work with employers and service providers to create descent work opportunities. These organizations help persons with disabilities across the country to gain skills they need to enter employment or start their own business. There are organizations which provide training and career guidance for disabled job seekers and create links with employers to support people with disabilities to enter the world of work.

Method followed in session:
Participatory approach, presentation, Lecture method.