মনের কথা

মানসিক সমস্যা ও তার সমাধান

সাপ্তাহিক ২০০০ পত্রিকার পাঠক-পাঠিকাদের মানসিক সঙ্কট ও সমস্যার সমাধান দিচ্ছেন মানসিক রোগ বিশেষজ্ঞ

ডা. মেখলা সরকার

সহকারী অধ্যাপক

জাতীয় মানসিক স্বাস্থ্য ইনস্টিটিউট

আপনার প্রশ্ন সংক্ষিপ্ত আকারে সাপ্তাহিক ২০০০, ডেইলি স্টার সেন্টার ৬৪-৬৫ কাজী নজরুল ইসলাম অ্যাভিনিউ ঢাকা-১২০৫ এই ঠিকানায় পাঠিয়ে দিন newarticle2000@gmail.com

* আপনি চাইলে নাম-ঠিকানা গোপন রাখা হবে

প্রশ্ন : পুরুষ হলেও ধীরে ধীরে মেয়েদের পোশাক, অলঙ্কার ও কসমেটিক্সের প্রতি আমার প্রচণ্ড আকর্ষণ বাড়ছে। আমি এসব ভালবাসি। সমমনা দেশি ও বিদেশি কিছু মানুষের সঙ্গে আমি মিশেছি যারা পুরুষ হয়েও মেয়েদের পোশাক পরতে পছন্দ করে। আমিও একজন ক্রসড্রেসার যে মেয়েদের ড্রেস পরতে পছন্দ করে। পুরুষ হয়েও আমার অনুভূতি ও আবেগ বোধ করি মেয়েদের একান্ত ব্যবহৃত এই এক্সেসরিজের প্রতি। ব্যস এটুকুই। আমি কিন্তু গে নই। বহু মেয়েই আমার এ স্বভাবের কথা জানেন এবং তারা আমার সঙ্গে স্বাভাবিক বন্ধুত্ব বজায় রেখে চলেন। আমার ধারণা ক্রসড্রেসিং ক্ষতিকর নয়। আমি কিন্তু নারী হতে চাই না। শুধু নারীদের পোশাক ও প্রসাধনী– নেলপলিশ, লিপস্টিক, পায়েল ইত্যাদির প্রতি আকর্ষণ বোধ করি। আমি এখন কী করব? এখন এটা আমার জন্য বড় ইস্যু হয়ে উঠেছে। তাই আপনার পরামর্শ প্রয়োজন।

পায়েল খান (ছদ্মনাম), ঢাকা

উত্তর : হ্যাঁ, প্রশ্নের মাঝে আপনার তথ্য থেকেই মনে হচ্ছে আপনি একজন Cross dresser যিনি বিপরীত লিঙ্গের জামা-কাপড় পরতে বেশি ভালোবাসেন। আপনি ঠিকই ধরেছেন, Cross dresser-এর কথা এলে বেশ কয়েকটি প্রসঙ্গ সামনে চলে আসে। সমকামী-সমপ্রেমীদের মধ্যে Cross dressing দেখা যেতে পারে, যেমন– একজন Gay (পুরুষ সমকামী) অন্য একজন পুরুষকে আকর্ষণ করার জন্য মেয়েদের পোশাক পরতে পারে অথবা তার Sexual orientation তার community-তে identified হওয়ার জন্য। Cross dressing অনেক সময় ট্রান্সজেন্ডারদের (Transgender) মধ্যে দেখা যেতে পারে। সেক্ষেত্রে নারীরা তাদের শরীর পরিবর্তন করে পুরুষ হতে চায় এবং পুরুষরা নারীর শরীরে পরিবর্তিত হতে চায়। তারা মনে করে, তারা একটা ভুল শরীর নিয়ে জন্মগ্রহণ করেছে (Trapped in wrong body)। এছাড়া শুধু যৌন পরিতৃপ্ত (Sexual Gratification) নারীর জন্যও অনেকে Cross dressing করে। এদের বলা হয় Transvestic Fetishism. Cross dressing আবার উপরোল্লিখিত কারণ বা বিষয়গুলোর একটিও না-ও হতে পারে। অর্থাৎ কেউ কোনো নির্দিষ্ট কারণ ছাড়া শুধু ভালো লাগার জন্য বিপরীত লিঙ্গের জামা-কাপড় পরতে পারে। আপনি এই শেষ দলের অন্তর্ভুক্তই মনে হচ্ছে।

যদি সন্দেহ উঁকি দেয়, সেক্ষেত্রে সেটা মনের মধ্যে পুষে না রেখে সরাসরি জিজ্ঞাসা করুন...

কিন্তু যে বিষয়টি পরিষ্কার নয়, সেটা হলো আপনি আসলে ঠিক কী ব্যাপারে আমাদের কাছে সাহায্য চাচ্ছেন? আপনার বর্ণনা শুনে মনে হচ্ছে, Cross dressing নিয়ে আপনার মনে কোনো দ্বিধা বা অস্বস্তি নেই। আপনার বন্ধু-বান্ধবদের কাছেও এ বিষয়টি নিয়ে আপনি স্বচ্ছন্দ। এছাড়া Cross dressing নিয়ে আপনার ধারণাও পরিষ্কার। তাহলে কী কারণে আপনার জন্য এটা বড় ইস্যু হচ্ছে?

সমাজের বেশিরভাগ মানুষের কাছে এটি অগ্রহণযোগ্য হওয়ার কারণে আপনি নানা ধরনের অসুবিধার সম্মুখীন হতে পারেন। সেক্ষেত্রে আমি বলব, আপনি নিজের শিক্ষাগত ও পেশাগত অবস্থান শক্তিশালী বা মজবুত করার জন্য আরো মনোযোগী হোন। প্রচুর মানুষের সঙ্গে মিশুন, কথা বলুন, বন্ধুত্ব করুন যা আপনার সামাজিক দক্ষতা এবং সামাজিক অবস্থান উন্নত করতে সাহায্য করবে। আর এ সবকিছুই আপনার নিজস্বতা এবং পছন্দ নিয়েই সমাজের বৃহত্তর অংশের সঙ্গে খাপ খাওয়াতে সাহায্য করবে।

প্রশ্ন : আমার বয়স ৩২। ছয় বছর আগে আমার বিয়ে হয়েছিল, যা মাত্র দু সপ্তাহের মাথায় ভেঙে যায়। আজ দু বছর বিয়ে হয়েছে। যার সঙ্গে বিয়ে হয়েছে সে অনেকদিন ঘুরেছে আমার পেছনে। আমি তাকে পছন্দ করলেও তাকে বিয়ে করতে চাইনি, কেননা সে ছিল অবিবাহিত অথচ আমি ডিভোর্সী। কিন্তু সে ৩ বছর লেগে থেকে আমাকে বিয়ে করেছে। সবাইকে রাজি করিয়েই পারিবারিকভাবে বিয়েটা হয়। এখন সমস্যা হচ্ছে, সে দু বছর হয়ে গেলেও বাচ্চা নিতে চায় না। নানা টালবাহানা করছে। কী করতে পারি?

জাহানারা, চট্টগ্রাম

উত্তর : আপনি যেভাবে আপনার বর্তমান সমস্যার কথা বলতে গিয়ে পেছনের কথা টেনে আনলেন, তাতে যেন মনে হচ্ছে আপনি এ দুইয়ের মধ্যে এক ধরনের যোগসূত্র খুঁজতে যাচ্ছেন। এক্ষেত্রে আমি বলব, আপনার স্বামীর সন্তান না নিতে চাওয়ার বিষয়টির সঙ্গে প্রথমেই কোনো কিছুর নেতিবাচক যোগ না খোঁজাই ভালো। সন্তান নেয়াটাকে আপনি যেভাবে একটা আনন্দময় অভিজ্ঞতা হিসেবে দেখছেন, আপনার স্বামীর ক্ষেত্রে বিষয়টি এমন নাও হতে পারে। অর্থাৎ সন্তান নেয়াটা একটি বাড়তি চাপ ও দায়িত্ব হিসেবে তার কাছে মনে হতে পারে যা গ্রহণ করার মতো মানসিক প্রস্তুতি তার হয়তো নেই। সন্তান আপনার কাছে খুব কাঙ্ক্ষিত বলে এমন মানসিকতা বা ভীতি একটু 'অস্বাভাবিক' মনে হলেও এটা অনেকের মধ্যেই থাকতে পারে। সন্তানের বিষয়টি এড়িয়ে যাওয়ার মানে কিন্তু এই নয় যে, আপনার সঙ্গে দাম্পত্য সম্পর্কের দায়িত্ব নিয়ে তার দোদুল্যমানতা রয়েছে।

যা হোক, আপনার এই সমস্যা নিয়ে অহেতুক অন্যান্য নেতিবাচক চিন্তাকে প্রশ্রয় না দিয়ে সরাসরি তার সঙ্গে কথা বলুন। কোনো রকম অভিযোগ বা রাগারাগি না করে কেন তিনি এমন গুরুত্বপূর্ণ বিষয়টি এড়িয়ে যেতে চাইছেন, সেটি নরম সুরে জানতে চান এবং তার অবস্থান থেকে বোঝার চেষ্টা করুন। আর সন্তান না নিতে চাওয়ার কারণ হিসেবে যদি অন্য কোনো সন্দেহ উঁকি দেয়, সেক্ষেত্রে সেটা মনের মধ্যে পুষে না রেখে সরাসরি জিজ্ঞাসা করুন। তবে কোনো অবস্থাতেই এমনভাবে প্রশ্ন করবেন না, যা তাকে হেয় করে বা সরাসরি আক্রমণ করে।