

Main hook and intro:

[আমরা আপনাকে কি খেয়াল করেছেন বাংলাদেশের অফিসগুলোতে অন্যান্য সবার চেয়ার একরকম কিন্তু বসদের চেয়ার থাকে একটু বড়সড় এবং বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই সেই চেয়ারে উপর একটা টাওয়াল বিছানো থাকে। কিন্তু সেই টাওয়ালটার কাজ কি আদৌ কি আপনি জানেন?

মনে হতে পারে এই টাওয়াল হয়তো বস একটু আরাম করে বসবে তাই দেয়া কিন্তু ঘটনা সেরকমটা না। এটা একটা কর্পোরেট ফিউডালিজম এর নির্দেশন যা শুরু হয়েছিল ব্রিটিশ আমলে। ইংরেজদের দপ্তরে কাজ করা বাঙালি অফিসাররা তখন মাথায় প্রচুর তেল দিত যার কারণে তাদের অফিসের চেয়ারে তেল লেগে লেগে নষ্ট হয়ে পড়ত যার কারণে ইংরেজরা বুদ্ধি দেয় টাওয়াল ব্যবহারের সেই থেকে বড় অফিসারদের চেয়ারে টাওয়াল দেয়ার প্রচলন শুরু।

ইংরেজরা আমাদের মধ্যে যেই দাসত্বের মেন্টালিটি ঢুকিয়ে দিয়ে গেছে তার প্রভাব এখনো আমরা খুবই স্বপ্ত ভাবে বাংলাদেশের জব মার্কেটে দেখতে পাই। আগে শোষণ করত ইংরেজ বাবু জমিদাররা এখন শোষণ করছে কোম্পানির মালিক, ম্যানেজার, সিইওরা। সময়ের সাথে শুধু পদবীর নামটাই বদলেছে কিন্তু শোষণ করছে এদেশের মানুষকে ঠিক আগের মতোই অমানবিকভাবে। কিন্তু এই যুগের মর্ডান Exploitation বা শোষণ নিয়ে কারোই কোনো সাড়া শব্দ নেই।]

Declaration of the topic:

[আর তাই নজর আজকে কড়া নজর দিবে বাংলাদেশের বর্তমান জব মার্কেট ও কর্পোরেট Exploitation নিয়ে যেখানে অল্প বেতন কিভাবে মানুষকে গরু খাটানি খাটাচ্ছে এদেশের কম্পানিগুলো। নজর সমস্যার সাথে সমাধান আলোচনারও চেষ্টা করে আর তাই আপনাদের জন্য এই Exploitation থেকে বের হওয়ার একটা এক্সিট প্ল্যান।

“The 3E Plan”]

Hook for retaining attention:

[তার আগে বলুন তো আপনি কি আপনার বর্তমান বেতন নিয়ে সন্তুষ্ট? আমরা জানি উত্তর না হবার সম্ভবনাটাই বেশি।]

Main Script:

[প্রথমেই চলেন দেখে আসি বাংলাদেশের জব মার্কেটে কিভাবে ভয়াবহ Exploitation চলছে।

ফারহান ইফতেখারের নামের একজন Software Engineer এর বলা এই কথা গুলো খুব ভালোভাবে শুনুন। এরপর নজর কিছু গুরুত্বপূর্ণ বিষয় সেখান থেকে এনালাইসিস করে আপনাদের কাছে তুলে ধরবো।

“আমি সকাল ৮টা থেকে সন্ধ্যা ৬টা পর্যন্ত কাজ করি। আমার কম্পানির work culture অনেক টক্সিক, আমাদের ছুটির দিনেও কাজ করতে হয় যদি Assign করা Task শেষ না হয়। আমি Constantly burned Out থাকি কারণ আমাকে Assign করা কাজগুলো অনেকসময় সিনিয়রদের লেভেলের হয় আর তাই সেই Task শেষ করতে হিমশিম খাওয়া লাগে এবং কাজের বাইরেও অনেক সময় দিতে হয় আমার”

এবার আসি ঘটনার এনালাইসিস এ। একটা মানুষ তার প্রতিদিনের জীবনের ১০ঘন্টা ব্যয় করছে অফিসে। এটা তো শুধু অফিস টাইম। এরপর যাতায়াত যে সময় নষ্ট হয় সেটা কি হবে?

বাংলাদেশের ট্রাফিকের কথা তো সবাই জানেন। ধরে নিলাম আরো ২ঘন্টা সময় তার যাওয়া আসায় ব্যয় হয়। তাহলে ১২ ঘন্টা!!

১২ঘন্টা সময় দিচ্ছে একটা মানুষ প্রতিদিন তার অফিসে। ফারহানের তাহলে ব্যক্তিগত জীবন, খাওয়া, গোসল, ঘুমের সময়টা কোথায়??

আইন কি বলে চলেন শুনে আসি।

বাংলাদেশ শ্রম আইন আইন ২০০৬ অনুযায়ী ১৮ বছরের উপরোক্ত যেকোন মানুষ প্রতিদিন ৮ ঘন্টা কাজ করতে পারবে এবং সপ্তাহে মোট ৪৮ ঘন্টা কাজ করতে পারবে। এর উপর যেকোন ধরনের অফিসিয়াল কাজ করানো হলেই সেটাকে ওভারটাইম হিসেবে ধরতে হবে। এবং ওভারটাইমের ঘন্টাপ্রতি বেতন মূল বেতনের থেকে বেশি হতে হবে। মানে সহজভাবে বললে আপনার বেতন যদি ঘন্টায় হিসাব করে ১০০ টাকা হলো তাহলে ওভারটাইম করলে সেটা অবশ্যই ১০০টাকার বেশি হতে হবে।

বাস্তবতা কি আপ্যারাই নিজেদের অভিজ্ঞতা থেকে আমাদের কমেন্ট করে জানান। আপনার অফিস কি ৮ ঘন্টার আইন মানছে নাকি তার থেকেও বেশি সময় আটকে রাখছে। আসলে আটকে রাখার কিছু নাই এটাই যেন এখন নরমাল হয়ে গেছে এদেশের কর্পোরেট কালচারে।

রিপোর্টে দেখানো তথ্য অনুযায়ী ৫০% বাংলাদেশের মানুষ Legal Working Hour এর থেকে বেশি কাজ করছে।

এরপর আসা যাক ফারহানের কেইস স্টাডির ২য় পার্টে

ফারহানকে ১০ঘন্টা তো কাজ করায়ই সেই সাথে অতিরিক্ত কাজের বোঝা চাপিয়ে দেয় তার উপর যা ফিলআপ করতে তার ছুটির দিনেও কাজ করা লাগে।

কিছুদিন আগে ভারতে Anna Sebastian নামের ২৬ বয়সের এক তরুণী অতিরিক্ত কাজের প্রেসারে স্ট্রোক করে মারা যান। সেখানে Anna মাত্র ৬মাস হয়েছে সেই কম্পানিতে জয়েন করেছিল। এই ৬মাসেই তার উপর অতিরিক্ত কাজের প্রেসার দিয়ে দেয়া হয়। শুধু অফিসিয়াল কাজ তো আছেই তার বাইরেও ম্যানেজাররা তাকে মৌখিকভাবে বিভিন্ন কাজ ধরিয়ে দিত এবং কাজের চাপে এনার রাত জাগা লাগত, ছুটির দিনেও কাজ করা লাগতো। Proper বিশ্রাম করার সুযোগই ছিল না।

ফলাফল স্ট্রোক!!

মাত্র ২৬ বছর বয়সেই একটা মেয়ের ক্যারিয়ার শুরুর আগেই কর্পোরেটের Toxic Culture এর বলি হয়ে যায়। আরোও দুঃখজনক ব্যাপার এনার মৃত্যুর পর এনাকে দেখতেও কেউ আসে নাই সেই অফিসের।

কারণ কর্পোরেটের কাছে আপনার জীবনের মূল্য “শূন্য”

এনার এই ঘটনা নিয়ে ইন্ডিয়ায় Dhruv Rathee সহ বেশ কিছু Youtuber টেক্সিক কর্পোরেট কালচারের বিরুদ্ধে আওয়াজ উঠায় কিন্তু বাংলাদেশে অবস্থা যে আরো ভয়াবহ বাংলাদেশের পক্ষে কেউ আওয়াজ উঠাচ্ছে না।

ফারহান এনার মতো হাজার হাজার ছেলে মেয়ে Corporate এর Toxicity তে পড়ে নিজের জীবনের balance হারিয়ে ফেলছে।

খোজ নিয়ে দেখেন কতো মানুষ শুধুমাত্র ইদের দিনটা ছুটি পায় পরেরদিন থেকেই কাজে ফিরে যেতে হয়। পরিবারের সাথে একটু সময় কাটানোর সুযোগ নেই। কতটা পাশবিক এই কালচার!

বেতনের কথা বলাটা তো রীতিমতো লজ্জার ব্যাপার বাংলাদেশে। সবাই জানে বাংলাদেশের লেবার চিপ বা সস্তা। কিন্তু এতটাই সস্তা যে আপনাকে ভাবতে বাধ্য করাবে।

এই সার্কুলার টা দেখেন। একটা শপে মানুষ নিবে ১০ঘন্টা কাজ করাবে আর বেতন? বেতন মাত্র ১২ থেকে ১৭ হাজার। এখানে একটা ড্রিক খাটায় কম্পানির। বেতনের ম্যাক্সিমাম রেঞ্জটা সব সময় বেশি করে ধরে যাতে কেউ সমালোচনা করতে না পারে। কিন্তু বাস্তবে মিনিমামটাই অফার করে। যেমন এখানেই ১২হাজারই দিবে। মানে বেতনটা কম কিন্তু গরু খাটানি ঠিকই ১০০ তে ১০০। আরকেটা উদাহরণ Sales and marketing এ যারা কাজ করছে তাদের একদম করুণ দশা এই দেশে। টার্গেট ফিলাপের টেনশন ২৪ঘন্টাই তাদের মাথায় ঘুরপাক খেতে থাক ১ বিন্দুও শান্তি নেই। খুবই আনরিয়েলিস্টিক টার্গেট দেয়া হয় আর এই টার্গেট ফিলাপ করার জন্য কি পরিমাণ অমানবিক প্রেশার দেয়া হয় তাদের শুধু কয়েকটা ভিডিও দেখলেই বুঝতে পারবেন (Videos from resources)।

তারপর আছে ফেভারিটিজম ও নেপোটিজম। আপনার কম্পানির এমডি স্যার তার শালা, দুলাভাই, ভাতিজা সবাইকে চাকরিতে ঢুকাবে এবার যোগ্যতা থাকুক আর না থাকুক। বিভিন্ন গুরুত্বপূর্ণ পজিশনে তাদের বসায় রাখবে। আপনার যোগ্যতা ও মেধা থাকার পরেও আপনি সেই পজিশনগুলোতে যেতে পারবেন না। আপনার থেকে কম জানা, কম দক্ষ লোক আপনাকে কাজ শেখাবে। খুবই দুঃখজনক ব্যাপার।

কর্পোরেটের আসল স্কিল হচ্ছে পা চাটার স্কিল। কাজের স্কিল দিয়ে কিছু হয়না। যে যতো ভালো তার বস বা ম্যানেজারের পা চাটার স্কিল অর্জন করবে তার প্রমোশন তত দ্রুত হবে। এবার আপনি সততার সাথে কাজ করে জীবন দিয়ে ফেলেন। কিছু যায় আসেনা কারো। কি কিছু কি ভুল বলা হচ্ছে?

এই কর্পোরেট টক্সিসিটি নিয়ে কি কেউ মানুশিক ও শারীরিকভাবে সুস্থ থাকতে পারে?

The Business Standard এর রিপোর্ট অনুযায়ী অতিরিক্ত সময় কাজ করার কারণে ২০১৬ সালে ২৩হাজার ১৮২ জন মানুষ স্ট্রোক এবং হার্ট অ্যাটাকে মারা গেছে এবং বাংলাদেশে এই মৃত্যুর হার পুরো South Asia তে সর্বোচ্চ।

২০২৫ সালে এসে এই নাম্বারটা কতটা বেশি বেড়েছে তা খুব সহজেই আন্দাজ করা যায়।

World Health Organisation এর একজন ডাইরেক্টর ডা. মারিয়ে নেয়রা বলছেন, “সপ্তাহে ৫৫ ঘন্টার বেশি কাজ করলে তা মারাত্মক স্বাস্থ্য ঝুঁকি তৈরি করে।”

৩৫% স্ট্রোকের সম্ভাবনা বাড়ায়, ১৭% ঝুঁকি বাড়ায় হার্ট এটাকের।

অতিরিক্ত সময় কাজের ফলে এই অল্প বয়সী ছেলে মেয়েদের মধ্যে Back Pain এর সমস্যা রীতিমতো মহামারি আকার ধারণ করেছে।

আর মেন্টাল হেলথের কথা তো যত বলা যায় তত কম।

Burnout, Depression, Anxiety, Panic Attack ইত্যাদির সম্মুখীন কম বেশি সবাই। ভাগ্য ভালো থাকলে আপনি হয়তো অফিস থেকে সিক লিভ পেয়েও যেতে পারেন কিন্তু আপনার মানুশিক স্বাস্থ্যের অবনির জন্য কিন্তু কোন ছুটি দিবেনা কেউই। অথচ বেশিরভাগ মানুশিক সমস্যার Root Cause এই অফিসগুলোই।

আপনার বুঝতে হবে এই কর্পোরেটগুলো আসলে আপনাকে একটা ভয়াবহ লুপের মধ্যে ফেলে দিচ্ছে। কিভাবে তা মনোযোগ দিয়ে শুনুন এবং বুঝুন। উনারা খুব ভালো করেই যানে বাংলাদেশের চাকরির একটা তীব্র সংকট আছে। রিপোর্টে দেখা যায় শিক্ষিত Young দের মধ্যে বেকারত্বের হার ২০১৩ সাল এ ৯.৭% থেকে বেড়ে ২০২২ এ এসে ২৭.৪% হয়ে গেছে। তার মানে ৩গুণ হারে বেড়েছে বেকারত্ব। আর ঠিক এটাকে পুজি করেই কর্পোরেটরা কম বেতনে গরু খাটানো খাটিয়ে নিচ্ছে employee দেরকে। কেউ প্রতিবাদ করবে সেই সুযোগ কোথায়? কারণ বাজারে তো চাকরির তীব্র সংকট আর অনেক বেশি কম্পিটিশন। তাই কেউ মুখও খুলতে পারছে না।

আবার কেউ যে চাকরির পাশাপাশি তার স্কিল বাড়িয়ে better opportunity খুঁজে সেই পথও অনেকটা কঠিন করে রেখেছে এই দস্যু কর্পোরেটগুলো। ১২ ঘন্টা থাটখাটনি করে অতিরিক্ত কাজের প্রেশার মাথায় নিয়ে কারও আর সময় কিংবা মোটিভেশন কিছুই থাকে না। তাই বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই এই লুপে পড়ে কর্পোরেটদের দাসত্ব করেই পার হয়ে যাচ্ছে বেশিরভাগের জীবন।

কিন্তু মনে আছে নজর আপনাকে বলেছিল এই লুপ থেকে Exit এর একটা প্ল্যান দিবে?

“The 3E Plan” - Evaluate , Empower and Exit.

চলেই এই প্ল্যানটা আলোচনা করে ফেলি ।

প্রথম E হচ্ছে Evaluate বা মূল্যায়ন

আপনি প্রথমেই আপনার অবস্থা Evaluate করুন। আপনি Overworked, Underpaid কিংবা Disrespected কিনা। যদি তাই হয় তাহলে এগুলোকে নরমালাইজ করবেন না কারণ এটা আপনার জন্য হেলদি না। আপনাকে এক্সিটের পরিকল্পনা শুরু করতে হবে।

আর এর জন্য নিজেকে Empower করতে হবে।

আস্তে আস্তে টাকা জমানো শুরু করে দিন। যত ছোট এমআইউই হোক না কেন জমাতে শুরু করুন। এটা আপনাকে একটা সাহস একটা ব্যাকাপ দিবে। আস্তে আস্তে শুরু করে দিন skills অর্জন করে Self Development এর। এমন কিছু নেই যা এখন এই যুগে এসে আপনি ইন্টারনেট থেকে শিখতে পারবেন না। একটু কষ্ট হলেও নিজেকে পুশ করুন কারণ মনে রাখতে হবে আমাদের End goal হচ্ছে আমাদের টক্সিসিটি থেকে Exit নিতেই হবে।

এর পর ফাইনালি Exit.

স্কিলস শিখুন, একটা এক্সিটের Roadmap তৈরি করে ফেলুন যে আমি এটা এটা করলে আরও ভালো কোথাও জয়েন করতে পারব। সেই লক্ষ্যে একটু একটু করে কাজ করুন। বেশি বেশি Networking করুন। অনেক ভালো ভালো opportunity আপনাকে আপনার networking ই এনে দিবে। সিভি আপডেট করুন। এপ্লাই করতে থাকুন।

এই 3E Plan কিন্তু ১ মাসের কোন প্লান না । এটা একটা long term plan এবং নিজের উপর একটা Long Term Investment. কারণ এভাবে আগালে আপনার পরবর্তীতে চাকরি হারানো নিয়ে ভয় থাকবে না। নিজের স্কিলের উপর আত্মবিশ্বাস থাকবে আপনি নিজেই একটা কিছু শুরু করে দেবারও সাহস করতে পারবেন।

Outro:

[আপনারার সবাই হয়তো জানেন নজরের মূল মোটো হচ্ছে Repair Bangladesh. আর তাই বাংলাদেশ Repairing এর জন্য বাংলাদেশকে এই টক্সিক work culture থেকে মুক্ত করতে হবে। যে সকল company তে এই ধরনের toxic culture এর চর্চা হয় কমেন্ট বক্সে তাদের নাম জানিয়ে তাদের মুখোশ উন্মোচন করে দিন। ভিডিও ভালো লাগলে অবশ্যই সাবসক্রাইব করবেন যা পরবর্তীতে আমাদের আরোও ভালো রিসার্চ ও এনালাইসিস করতে উতসাহ যোগাবে। সে পর্যন্ত ভাল থাকবে।

Let's Repair Bangladesh Together.]]