শিশু বিকাশ ও পারিবারিক পরিবেশ

ইউনিট
৬

ভূমিকা

শিশুকে সমাজের উপযুক্ত করে গড়ে তোলা পারিবারের অন্যতম একটি কাজ। জন্ম থেকে শুরু করে জীবনের প্রথম পাঁচ বছর একটি শিশুর পরিপূর্ণ বিকাশের ক্ষেত্রে মূলভিত্তি রচনা করে। এ সময়ে দ্রুত গতিতে শারীরিক বৃদ্ধির পাশাপাশি তার আচরণগত পরিবর্তন ঘটতে থাকে। সব পরিবারই তাদের শিশুদের ভালোবাসে। কিন্তু অনেকের মধ্যে শিশু প্রতিপালন বিষয়ে ভ্রান্ত ধারণা থাকে বা কীভাবে তাকে সহায়ক পরিবেশ দিতে হবে-এ সম্পর্কে সঠিক তথ্য জানা থাকে না। শৈশবে যদি পরিবারের সদস্যদের সাথে সুসম্পর্কের ভিত্তি তৈরি হয়, তাহলে ভবিষ্যতেও শিশু তার মা-বাবা, ভাই-বোন, পরিবারের অন্যান্য সদস্যকে বন্ধু হিসেবে ভাবতে শেখে।

ইউনিট সমাপ্তির সময়	**ইউনিট সমাপ্তির সর্বোচ্চ সময় ২ সপ্তাহ**

এ ইউনিটের পাঠসমূহ

পাঠ- ৬.১ : মা-বাবার সাথে শিশুর বন্ধন
পাঠ- ৬.২ : শিশুর বিকাশে পারিবারিক সম্পর্কের গুরুত্ব
পাঠ- ৬.৩ : শিশু পরিচালনার নীতি

পাঠ-৬.১ মা-বাবার সাথে শিশুর বন্ধন

উদ্দেশ্য

এ পাঠ শেষে আপনি–

- শিশুর সাথে মা-বাবার বন্ধন তৈরির পদক্ষেপগুলো বর্ণনা করতে পারবেন।

মানব শিশুর জীবনের প্রথম পাঁচ বছরের যত্ন ও পরিচর্যা পরবর্তী জীবনের ভিত্তি তৈরি করে। এ সময়ের শারীরিক যত্ন এবং পরিবারের বা তার চারপাশের ব্যক্তিদের ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ, উষ্ণ সাড়া তাকে নতুন নতুন দক্ষতা অর্জনে সহায়তা করে। যে শিশু জীবনের প্রথম বছরগুলোতে তার বিকাশের জন্য সহায়ক পরিবেশ পায়, সে শিশুটি অন্যদের চেয়ে বেশি বুদ্ধিমান, সামাজিক ও সুস্বাস্থ্যের অধিকারী হয়। তার সামাজিক দক্ষতা, ভাষার দক্ষতা, সৃজনশীলতা ও আত্মবিশ্বাস প্রভৃতির বিকাশ ঘটে যা পরবর্তী জীবনে তাকে সুখী ও সুন্দর থাকতে সহায়তা করে। গবেষণায় দেখা গেছে, বাবা-মা ও সন্তানের মধ্যে স্নেহ-মমতার বন্ধন সন্তানকে নিরাপত্তা দেয়, তাতে শিশু আস্থাবান ও বিশ্বস্ত হয়ে ওঠে। অন্যদিকে সন্তানের প্রতি বাবা-মার অবহেলা, অনাদর বা অতিরিক্ত দমননীতির প্রভাবে সন্তান আস্থাহীন ও অন্তর্মুখী হয়।

শিশুর সাথে বন্ধন তৈরির পদক্ষেপ

শিশুর সাথে বন্ধন গড়ে তোলার ক্ষেত্রে মা-ই হচ্ছেন প্রথম এবং সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ ব্যক্তি। সাম্প্রতিক বিভিন্ন গবেষণায় স্পষ্ট হয়েছে যে, মা ও নবজাতকের মধ্যে জন্মের এক ঘন্টা ও প্রথম কয়েকদিনের সান্নিধ্য উভয়ের মাঝে গভীর বন্ধন গড়ে তোলে। ক্রমে শিশু মায়ের উপর নির্ভর করতে শেখে, মাকে কাছে পেতে চায়, অশান্তি বা ভয়-ভীতিতে মাকে অবলম্বন করে। শিশুর সাথে বন্ধন তৈরিতে নিচের বিষয়গুলো গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে।

১। শিশুকে মায়ের দুধ দেয়া

- জন্মের পরপরই সুস্থ নবজাতককে উষ্ণ রাখার জন্য মায়ের পেট ও বুকে রাখা হয়। প্রকৃতির নিয়ম অনুযায়ী শিশুর জন্য মায়ের দুধ সর্বোৎকৃষ্ট খাদ্য।
- শিশুর প্রথম খাবার হিসেবে শালদুধ বা কলোস্ট্রাম শিশুর প্রথম টিকা হিসাবে কাজ করে। শালদুধ এন্টিবডি ও প্রতিরক্ষামূলক প্রোটিনসমৃদ্ধ হওয়ায় শিশুর বহু রোগ সংক্রমণ প্রতিরোধ করে।
- শিশু জন্মের প্রথম ৩-৫ দিন শালদুধ অল্প মাত্রায় আসে। তবে এ পরিমাণই নবজাতকের শারীরিক সুরক্ষার জন্য যথেষ্ট। শালদুধ শিশুর পরিপাচক অন্ত্রসমূহকে উদ্দীপিত করে। যার ফলে অন্ত্র থেকে দ্রুত মিকোনিয়াম (শিশুর প্রথম মল) পরিষ্কার হয়। এ অবস্থা জন্ডিস সৃষ্টিকারী জীবাণু শরীর থেকে বের হয়ে যেতে সাহায্য করে।
- শিশু মায়ের স্তন মুখে নেয়া ও চোষার ফলে মায়ের শরীরে অক্সিটোসিন নামক হরমোন নির্গত হয়। এতে মা শান্ত, অবসাদমুক্ত বোধ করেন এবং শিশুর সাথে মায়ের ভালোবাসার বন্ধন দৃঢ় হয়।
- শিশু জীবনের প্রথম ছয় মাস শুধুমাত্র মায়ের দুধ এবং ছয় মাস পর থেকে ২ বছর পর্যন্ত বাড়তি খাবারের সাথে মায়ের দুধ দেয়া চলতে থাকে।
- মায়ের দুধে রোগ জীবাণু প্রবেশের ভয় থাকে না, এ দুধের উত্তাপ শরীরের তাপমাত্রা অনুযায়ী থাকে বলে একে ঠান্ডা বা গরম করতে হয় না।
- শিশুকে বুকের দুধ দিতে হলে ধৈর্য ও মানসিক প্রস্তুতির প্রয়োজন। কারণ, মানসিক অশান্তি, স্বাস্থ্যহীনতা, রোগাক্রান্ত অবস্থা বা উত্তেজিত পরিস্থিতিতে শিশুকে দুধ দিলে মায়ের দুধ কমে যাবে, শিশুর মধ্যেও অতৃপ্তি আসবে।
- মায়েরা সন্তানদের সাথে এই যোগাযোগে আনন্দবোধ করেন এবং এভাবে তাদের মধ্যে বন্ধনের প্রক্রিয়া শুরু হয়।

শিশুর সাথে বন্ধন তৈরিতে বাবার পরোক্ষ ভূমিকা: শিশুকে বুকের দুধ খাওয়ানোর সহায়ক পরিবেশ তৈরিতে পরিবারে বাবার ভূমিকা সবেচেয়ে বেশি থাকে। তিনি বিভিন্নভাবে স্তন্যদানকারী মাকে সাহায্য করেন। যেমন–

- গর্ভাবস্থা থেকে স্তন্যদানকারী মায়ের খাদ্য চাহিদা বৃদ্ধি পায়। তাই প্রতিদিন বাড়তি খাবারের ব্যবস্থা করতে পারেন।
- মা ও শিশুকে বেশি সময় একত্রে রাখার সুযোগ সৃষ্টি করেন।
- গৃহস্থালীর প্রয়োজনীয় কাজে মাকে সহায়তা করেন।
- পরিবারে বড় শিশু থাকলে তার যত্ন নিতে মাকে সাহায্য করেন।
- স্তন্যদানকারী মায়ের প্রতি সাহানুভূতিশীল আচরণ করেন।

২। শিশুর কান্নায় সাড়া দেয়া

ভাষা বিকাশের আগে সাধারণত শিশুরা কান্না দিয়েই তাদের চাহিদা ও অসুবিধাগুলো প্রকাশ করে। অতি শৈশবের শিশু সাধারণত ক্ষুধা এবং যেকোনো ধরনের শারীরিক অসুবিধা এ দু'টি কারণে কাঁদে। ক্ষুধায় শিশুকে খাবার দেয়া এবং শারীরিক অসুবিধা দূর করার জন্য ব্যবস্থা করা দরকার। যেমন– শিশুকে ভেজা বিছানায় না রাখা, মলমূত্র ঠিকমতো পরিষ্কার করা, পেট ব্যথায় উপযুক্ত ব্যবস্থা গ্রহণ ইত্যাদি কাজগুলো শিশুকে আরাম দেয়। শিশু যদি আরামে ঘুমাতে পারে, কান্নায় যদি তাড়াতাড়ি মা-বাবার সাড়া পায় (তাকে কোলে তুলে নেয়া), তাহলে মা-বাবার প্রতি শিশুর বিশ্বাস ও আস্থার সম্পর্ক গড়ে ওঠে। যখন শিশুর অসুবিধাগুলো সময়মতো দূর করা হয় না অথবা শিশু কোনো কারণে আরাম পায় না তখন তার মধ্যে অবিশ্বাস ও অনাস্থার অনুভূতি জন্মাতে থাকে। বাবা-মায়ের আদর, যত্ন, স্নেহ-ভালোবাসার অভাবে একটি শিশুর মধ্যে মা-বাবার প্রতি অনাস্থার পাশাপাশি পরিবেশ সম্পর্কেও অনাস্থা ও নিরাপত্তাহীনতা এবং হতাশার জন্ম দেয়।

৩। শিশুকে কাছে নিয়ে ঘুমানো

আরামের ব্যাঘাত না হলে এবং ক্ষুধা না লাগলে সদ্যপ্রসূত শিশু দিনে-রাতে প্রায় ২০ ঘন্টাই ঘুমায়। দিনের বেলার মতো রাতেও শিশুকে বিভিন্ন ধরনের চাহিদা পূরণ করতে হয়। জীবনের প্রথম কয়েকটি বছর শিশুকে কাছে নিয়ে ঘুমানো জরুরি। ফলে মা রাতে শিশুর চাহিদা ভালোভাবে বুঝতে পারেন এবং মায়ের দুধ খাওয়ানো সহজ হয়। শিশু যাতে অবাধে সারা রাতে ঘুমাতে পারে, তার ব্যবস্থা করা দরকার। অতিরিক্ত ক্ষুধা না লাগলে রাতে শিশুকে ঘুম থেকে না তোলাই ভালো। এছাড়া রাতে শিশুর আশেপাশে মা-বাবার উপস্থিতি শিশুর জন্য একটি নিরাপদ পরিবেশ তৈরি করে। স্কুলে যাওয়ার পূর্ববর্তী সময় পর্যন্ত এটা খুবই সাধারণ ঘটনা।

৪। শিশুকে পর্যাপ্ত সময় দেয়া

শিশুর সাথে মা-বাবার বন্ধন তৈরির অন্যতম উপায় হলো শিশুকে পর্যাপ্ত সময় ও সঙ্গ দেয়া। শিশুরা সাধারণত খাদ্য ও নানা ধরনের শরীরবৃত্তীয় কাজে মায়ের উপর নির্ভরশীল থাকে। তবে মল-মূত্র ত্যাগের প্রশিক্ষণ, খাওয়ার অভ্যাস ও অন্যান্য স্বাস্থ্যবিধি পালনে শিশুর প্রতি বাবা-মার হস্তক্ষেপ শিশুর বয়স বৃদ্ধির সাথে সাথে কমে যায়। শিশুর কাজে বাবার সহায়ক ভূমিকা থাকলে মায়ের উপর নির্ভরশীলতা কমে এবং বাবার সাথে আসক্তি তৈরি হয়। শিশুকে পর্যাপ্ত সময় দেয়ার ক্ষেত্রগুলো হলো–

- শিশুর সাথে খেলা করা, গান, ছড়া, গল্প বলা- যা শিশুর সামাজিক ও বুদ্ধিবৃত্তীয় বিকাশ ঘটায়।
- শিশুকে বাইরে নিয়ে যাওয়া - এ থেকে শিশু বাইরের অভিজ্ঞতা অর্জন করে।
- পারিবারিক কাজে শিশুকে সাথে নেওয়া যেমন- বাগানে পানি দেওয়া, ঘর পরিষ্কারের কাজ ইত্যাদি, - এতে শিশুর নিজের দক্ষতা সম্পর্কে আস্থা আসে।

শৈশবে মা-বাবা শিশুকে যত বেশি সময় দেবে এবং আদর স্নেহ করবে তাদের বন্ধন ততই দৃঢ় হবে। এ বন্ধন পরবর্তী জীবনে মা-বাবার সাথে সন্তানের সুসম্পর্ক বজায় রাখতে সাহায্য করবে।

শিক্ষার্থীর কাজ	মায়ের দুধের গুণাগুণ উল্লেখ করে একটি প্রতিবেদন তৈরি করুন।

সারাংশ

শিশুর জীবনে প্রথম কয়েক বছরের যত্ন ও পরিচর্যা তার পরবর্তী জীবনের ভিত্তি তৈরি করে। ছোট শিশুকে বেশি কাছে রাখা, তাকে আদর-স্নেহ করা ইত্যাদি বিষয়গুলো শিশুর সাথে মা বাবার বন্ধনকে মজবুত করে।

পাঠোত্তর মূল্যায়ন-৬.১

সঠিক উত্তরের পাশে টিক ($\surd$) চিহ্ন দিন।

১। মায়ের বুকের প্রথম দুধকে কী বলা হয়?
- ক) শালদুধ বা কলোস্ট্রাম
- খ) তরল দুধ
- গ) স্যালাইন
- ঘ) কার্বোহাইড্রেট

২। অক্সিটোসিন কী?
- ক) কোষ
- খ) হরমোন
- গ) এন্টিবডি
- ঘ) শিশুর প্রথম মল

পাঠ-৬.২ শিশুর বিকাশে পারিবারিক সম্পর্কের গুরুত্ব

উদ্দেশ্য

এ পাঠ শেষে আপনি–

- শিশুর সাথে পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের সম্পর্ক গড়ে তোলার নিয়ামকসমূহ বর্ণনা করতে পারবেন;
- পরিবারে ভাই-বোনের সম্পর্ক উন্নয়নের উপায়গুলো বর্ণনা করতে পারবেন;
- যেসব আচরণ পারিবারিক সম্পর্ক উন্নয়নে ক্ষতিকর হয় তা বর্ণনা করতে পারবেন;
- বিভিন্ন ধরনের পারিবারিক বিপর্যয়ের ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

শিশুকে সমাজের উপযুক্ত করে গড়ে তোলা পরিবারের অন্যতম একটি কাজ। শিশুর প্রথম পরিবেশ হচ্ছে তার পরিবার। পারিবারিক সম্পর্ক অর্থাৎ মা-বাবা, সন্তান এবং ভাই-বোনের সম্পর্ক যেটাই হোক না কেন, শিশুর জীবনে এর প্রভাব অপরিসীম। জন্ম গ্রহণের পর শিশুর সাথে পরিবারের একটি সম্পর্ক গড়ে ওঠে। শিশুর সাথে পরিবারের সদস্যদের বা পরিবারিক সম্পর্ক গড়ে তোলার কয়েকটি নিয়ামক রয়েছে। এগুলো হলো–

১। **মায়ের সাথে সম্পর্ক:** জন্মের ৭/৮ মাস বয়সের মধ্যে শিশুরা মা-বাবা কিংবা পরিচর্যাকারীর সাথে সম্পর্ক তৈরি করে। এ বয়সের কোনো শিশুকে পর্যবেক্ষণ করলে দেখা যায়, তারা বাবা-মার মনোযোগ পাওয়ার জন্য বিশেষ চেষ্টা করে। মা যখন শিশুর ঘরে প্রবেশ করে তখন শিশু খুশি হয়ে ওঠে। মা কোলে তুলে নিলে সে তার মুখে হাত দেয়, চুল নাড়াচাড়া করে। শিশু ভয় পেলে মায়ের কোলে আশ্রয় নেয়। জন্ম গ্রহণের পরপরই শিশুর সাথে মায়ের সম্পর্ক তৈরি হতে থাকে। মায়ের কোমল স্পর্শ, স্নেহ, হাসি, ভালোবাসা সবই শিশুর সাথে গভীর সম্পর্ক গড়ে তোলে।

২। **বাবার সাথে সম্পর্ক:** গবেষকরা দেখেছেন বাবার সাথে শিশুর ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক তার বিকাশে ইতিবাচক ভূমিকা রাখে। শিশুর লালন পালনে বাবার ভূমিকা মায়ের তুলনায় কোনো অংশেই কম নয়। বরং কখনও কখনও শিশুর বুদ্ধিবৃত্তিক, সামাজিক ও আবেগীয় বিকাশে মায়ের চেয়েও বাবা বেশি শক্তিশালী ভূমিকা রাখে। যে পরিবারে বাবা শিশুকে পর্যাপ্ত সময় দেন, শিশু লালন পালনে স্নেহপূর্ণভাবে অংশ নেন সে পরিবারের শিশুর মধ্যে আচরণগত সমস্যা কম হয়। এমনকি বাবার অংশগ্রহণ, শিশুর কৈশোরের মাদকাসক্তি বা অপরাধমূলক কাজ প্রতিরোধে সহায়তা করে।

৩। **মা-বাবার নিজেদের মধ্যে সম্পর্ক:** কেবল সন্তানের সাথে মা-বাবার ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক তৈরি করলেই হবে না, মা বাবার নিজেদের মধ্যেও সম্পর্ক সুখের হতে হবে। কারণ সুখী মা-বাবার সন্তানেরাও সুখী থাকে। মা-বাবার মধ্যে যখন সুসম্পর্কের অভাব থাকে তখন শিশু প্রতিপালনে তাদের মনোযোগ থাকে না। ফলে শিশুর বিকাশ ক্ষতিগ্রস্ত হয়। একটি শিশুকে পর্যাপ্ত খাদ্য দেয়া সত্ত্বেও তার যথাযথ পরিচর্যা না হলে, পর্যাপ্ত ভালোবাসা, মনোযোগ ও উদ্দীপনা পাওয়া অপর একটি শিশুর তুলনায় তার মস্তিষ্কের বিকাশ কম হয়।

৪। **পরিবারের অন্য সদস্যদের সাথে সম্পর্ক:** আমাদের দেশে যৌথ পরিবার প্রথায় একটি পরিবারে আরও অনেক সদস্য থাকেন যারা শিশুর লালন-পালনে বাবা-মাকে সহযোগিতা করে থাকেন। বিশেষ করে কর্মজীবী মা এর ক্ষেত্রে শিশুর যত্নে পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের ভূমিকা অনেক বেশি থাকে। যখন কেউ শিশুটিকে শুধুমাত্র পাহারা দিয়ে রাখেন শিশুর কথা শোনা, তার সাথে খেলা করেন না সেক্ষেত্রে শিশুর সাথে সেই সদস্যের নিবিড় সম্পর্ক গড়ে ওঠে না।

৫। **ভাই-বোনের সাথে সম্পর্ক:** ভাই-বোনের সাথে পারস্পরিক খারাপ সম্পর্ক একটি শিশুর আত্মধারণাকে বিঘ্নিত করে। ভাই-বোন শিশুটিকে যেভাবে মূল্যায়ন করে অর্থাৎ ভালো বা মন্দ বলে, নিজের প্রতি শিশুটির সে ধারণাই প্রতিষ্ঠিত হয়। বড় ভাই-বোনকে অনুসরণ করে শিশু ভালো বা খারাপ আচরণ শেখে। ভাই-বোনের সান্নিধ্যে শিশু নিরাপত্তা পায়। আবার ভবিষ্যত জীবনে দলগতভাবে মেলামেশার অভিজ্ঞতা অর্জন করে। মা-বাবার পাশাপাশি পরিবারে ভাই-বোন এর মধ্যে ভালো সম্পর্ক শিশুর সুষ্ঠু বিকাশের জন্য প্রয়োজন। পরিবারে ভাই-বোনের সঙ্গে সুসম্পর্ক বজায় থাকলে উভয়েরই সাহচর্যে তাদের সময় আনন্দময় হয়ে ওঠে।

যেসব আচরণ পারিবারিক সম্পর্ক উন্নয়ন করে

- ভাই-বোনের জন্য স্নেহ-মমতা।
- ভাই-বোনের সাথে খেলাধুলা করা, ভাগাভাগি করা, সাহায্য করার ইচ্ছা থাকা।
- ভাই-বোনের মধ্যে কাউকে আদর্শ মনে করা।

যেসব আচরণ পারিবারিক সম্পর্কে ক্ষতিকর প্রভাব ফেলে

- একে অন্যের সাহচর্য এড়িয়ে যাওয়া।
- ভাগাভাগি বা সাহায্য না করার ইচ্ছা।
- একে অন্যের প্রতি আগ্রাসী মনোভাব, তর্ক করা, ঝগড়া করা।
- ক্ষ্যাপানো, মারধোর করা, জিনিসপত্র নষ্ট করা।
- মা-বাবার দৃষ্টি আকর্ষণ করা, নালিশ করা, পক্ষপাতিত্ব করা ইত্যাদি।
- অনেক সময় মা-বাবার পক্ষপাতিত্ব ভাই-বোনের সম্পর্কের অবনতি ঘটায়।

৬। **পরিবারে বয়স্ক ব্যক্তির সাথে সম্পর্ক:** বাবা-মা ছাড়া দাদা-দাদি, নানা, নানি, চাচা, ফুফুরা পরিবারের আন্তঃসম্পর্ককে প্রভাবিত করে। তারা শিশুদেরকে আদর-ভালোবাসা, সঙ্গ দেন। শিশুর সাথে পরিবারে সকলের ভাব বিনিময় তার জীবনের প্রথম বছরগুলোর জন্য অতি প্রয়োজনীয়, তাছাড়া পারস্পরিক সম্পর্কের ভিত্তিতেই শিশুর মস্তিষ্কের বিকাশ ঘটে। শৈশবের সুসম্পর্কের ভিত্তির ওপরই ভবিষ্যতের সম্পর্ক নির্ভর করে।

পারিবারিক বিপর্যয়

প্রত্যেক পরিবারে পারিবারিক জীবনচক্রে কোনো না কোনো সময়ে দুর্যোগ, দুর্ঘটনা পরিবারকে বিপর্যস্ত ও সংকটময় করে। পরিবারের অস্তিত্ব তখনই সুদৃঢ় হয়, যখন সদস্যরা ঐ সংকট মোকাবেলাতে একত্রিত হয়ে নতুন পরিস্থিতিতে খাপ খাওয়াতে সচেষ্ট হয়। এতে পারস্পরিক বন্ধন সুদৃঢ় হয়। কোনো দুর্যোগ বা দুর্ঘটনা পরিবারের মধ্যে একতা, পরস্পর নির্ভরতা, বিশ্বাস বা সমঝোতায় ভাঙ্গন সৃষ্টি করলে, পরিবারে সত্যিকারভাবে সংকট দেখা দেয়। এ অবস্থা পরিবারকে বিপর্যস্ত করে।

শ্রেণিকরণ: উৎস অনুযায়ী সংকট বা বিপর্যয়কে দুই ভাগে ভাগ করা যায়।

(ক) পরিবার বহির্ভূত বিপর্যয়: প্রাকৃতিক দুর্যোগ, যুদ্ধ, দুর্ঘটনা, রোগাক্রান্ত বা বিকলাঙ্গ শিশুর জন্ম, মৃত্যু ইত্যাদি।

(খ) পরিবারের মধ্যে হতে সৃষ্ট বিপর্যয়: দীর্ঘকাল বেকারত্ব, মায়ের চাকরিতে যোগদান, পরিবারের কর্তার বদলি, জেলে আটক, বিবাহ-বিচ্ছেদ, মদ্যপান, আত্মঘাতী বা আত্মহত্যা ইত্যাদি।

১। **বেকারত্ব:** বেকারত্বের প্রভাব নিম্নবিত্তদের মধ্যে ততটা প্রকট আকার ধারণ করে না। এর কারণ বেশির ভাগ সময় তাদের জীবিকা নির্বাহ অনিয়মিত ও দৈনিক হয়ে থাকে। মধ্যবিত্ত বা উচ্চবিত্ত পরিবারে বেকারত্বের প্রভাবে যদি জীবনযাত্রার মান নিম্নমুখী হতে থাকে তাহলে পরিবারের মধ্যে হতাশা, সম্পর্কের অবনতি, অনিশ্চয়তা প্রভৃতি সৃষ্টি করতে পারে। বাবার বেকারত্বে ছেলেমেয়েদের অসামাজিক, অন্তর্মুখী, অসহায় ও লজ্জাবোধ করতে দেখা গেছে।

২। **দীর্ঘদিনের অসুস্থতা:** পরিবারের কোনো সদস্যের দীর্ঘদিনের অসুস্থতা পরিবারের মধ্যে বিশৃঙ্খলা, অর্থনৈতিক ও মানসিক চাপ সৃষ্টি করে। তবে এটাও দেখা গেছে, স্কুলগামী ছেলেমেয়েরা বাবা মায়ের অসুস্থতায় তাড়াতাড়ি মানসিক পরিণতি লাভ করে এবং নতুন করে পরিবারের ছোট-খাট দায়িত্বভার গ্রহণ করতে আগ্রহী হয়। ছোট শিশুরা বাবা-মায়ের সুস্থ সঙ্গ থেকে বঞ্চিত হয়। পরিবারে শিশু যখন দীর্ঘদিন ধরে অসুস্থতায় ভোগে তখন তার অসুস্থতাকে কেন্দ্র করে পরিবারের মধ্যে দ্বন্দ্ব, দোষারোপ ও হতাশার সৃষ্টি করে। তবে দৈহিক দিক দিয়ে শিশু যত বেশি অসুস্থ হয়, তত বেশি তার মধ্যে হতাশা ও মনোসামাজিক সমস্যা দেখা দেয়।

৩। **পরিবার ত্যাগ:** পরিবার ত্যাগ দু'ভাবে হতে পারে স্বেচ্ছায় এবং চাকরিগত কারণে। পরিবারের অর্থনৈতিক চাপ বহনে অক্ষমতা, বেকারত্ব, স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে সম্পর্কের অবনতি ও দ্বন্দ্ব প্রভৃতি কারণে গৃহকর্তাকে স্বেচ্ছায় পরিবার ত্যাগ করতে দেখা যায়। এতে ছেলে মেয়েরা নানারকম মানসিক উদ্বেগ ও দ্বন্দ্বে ভোগে এবং উপস্থিত বাবা-মাকে দোষারোপ করে। চাকরিগত কারণে, বদলি বা বাবার অনুপস্থিতি পরিবারকে নতুন করে বিপর্যয়ে ফেলে।

৪। **বিবাহ-বিচ্ছেদ:** দৈহিক নির্যাতন, ভরণপোষণে অক্ষমতা, দ্বিতীয় বিবাহ, পরিবার ত্যাগ, পারিবারিক কলহ, মতের অমিল, অবৈধ সম্পর্ক, মদ্যপান, তর্কাতর্কি, পরিবার পরিচালনায় কর্তৃত্ব, মানসিক ক্ষোভ ও উত্তেজনা প্রভৃতি কারণে

বৈবাহিক সম্পর্কে ভাঙ্গন আসে। যে কারণেই হোক না কেন, শিশুর উপর বিচ্ছেদের প্রতিক্রিয়া বেশ খারাপ হয়। শিশুরা বিচ্ছেদের জন্য মানসিকভাবে প্রস্তুত থাকে না বলে তাদের মধ্যে হতাশা, দ্বন্দ্ব, ক্ষুধামান্দ্য, পড়াশোনায় অমনোযোগ, ঘুমের ব্যাঘাত, বিছানা ভেজানো প্রভৃতি লক্ষণ দেখা দেয়। প্রায় সব শিশুই পরিবারের ভাঙ্গনে অনুতপ্ত হয়। স্কুলগামী শিশুরা বন্ধু বান্ধবের ঠাট্টা মশকরা এড়াবার জন্য ঘরকুনো, অন্তর্মুখী হয়ে ওঠে।

৫। **মৃত্যুঘটিত বিপর্যয়:** বাবা-মায়ের মধ্যে কারোর আকস্মিক বা অকাল মৃত্যুতে পরিবারে সংকটের সৃষ্টি হয়। পরিবারে উপার্জনক্ষম কর্তার মৃত্যুতে আর্থিক সংকট প্রকট হয়। সেসব পরিবারে লেখাপড়ারত ছেলেমেয়ে থাকলে তাদের ভরনপোষণ বহনের চাপ বৃদ্ধি পায়। গবেষণায় দেখা গেছে, বাবার চেয়ে মায়ের মৃত্যুতে সন্তানের ওপর খারাপ প্রতিক্রিয়া বেশি পড়ে। মায়ের প্রতি আসক্ত শিশু মা হারিয়ে দিশেহারা, হতাশাগ্রস্থ ও আস্থাহীন হয়ে পড়ে। মা হারানো এসব শিশুর দৈহিক বর্ধন বাঁধাপ্রাপ্ত এবং এরা অন্যান্য পরিবারের শিশুর চাইতে অনেক দিক দিয়ে পিছিয়ে পড়ে।

পারিবারিক বিপর্যয় রোধে করণীয়

পারিবারিক বিপর্যয় রোধে পরিবারের মধ্যে সহযোগিতা ও সমঝোতার সম্পর্ক বজায় রাখতে হবে। এ ধরনের বিপর্যয় রোধে পরিবারে বাবা-মা ও অন্যান্য সদস্যরা একত্রিত হয়ে বিপর্যয় মোকাবেলা করলে সমস্যা অনেকখানি কমে যায়। সবার সঙ্গে সুসম্পর্ক বজায় রাখার লক্ষ্যে ব্যক্তিগত বুদ্ধিমত্তা, কৌশল ও ইতিবাচক মনোভাব বজায় রাখা দরকার। পারিবারিক বিপর্যয় রোধে করণীয় বিষয়সমূহ হলো–

১। স্বামী স্ত্রীর মধ্যে খাপ খাওয়ানো ও সমঝোতার মনোভাব বৃদ্ধি করতে হবে।
২। স্বামী স্ত্রী উভয়ের মানসিক পরিপক্কতার মধ্যে মিল থাকা দরকার।
৩। পরিবারের সবার মধ্যে সহযোগিতা, সহমর্মিতা, সদিচ্ছা ও সমঝোতার সম্পর্ক বজায় রাখতে হবে।
৪। পরিবার উন্নয়নে ছেলেমেয়েদের মধ্যে মানসিক পরিণতিসহ দায়িত্ববোধ, স্নেহ-মমতা গড়ে তোলা প্রয়োজন।
৫। পারিবারিক সম্পর্ক উন্নয়নে স্বামী-স্ত্রীর ব্যক্তিগত বুদ্ধিমত্তা, কৌশল ও ইতিবাচক মনোভাব বজায় রাখা প্রয়োজন।
৬। পরিবারে ঝামেলা, সমস্যা বা বিপর্যয় হলে স্বামী-স্ত্রী নিজেদের মধ্যে তা মিটিয়ে ফেলবে, ছেলে মেয়ে বড় থাকলে তাদের সাথে আলাপ-আলোচনা করবেন।

শিক্ষার্থীর কাজ	পরিবারের বিপর্যয় রোধে আপনার করণীয় বিষয়গুলো উল্লেখ করুন।

সারাংশ

প্রতিটি শিশুর জন্য একটি পরিবারের প্রয়োজন হয়। সেখানে সে আদর, ভালোবাসা, নিরাপত্তা, বিশ্বস্ততা পায় এবং তার মৌলিক চাহিদাকে পূরণ করা হয়। শিশুর সাথে পরিবারের সব সদস্যের সুসম্পর্কের উপর তার সুষ্ঠু বিকাশ নির্ভর করে। সম্পর্কের অবনতি বা পারিবারিক বিভিন্ন বিপর্যয় শিশুর বিকাশকে ক্ষতিগ্রস্থ করে।

পাঠোত্তর মূল্যায়ন-৬.২

সঠিক উত্তরের পাশে টিক (√) চিহ্ন দিন।

১। বাবার দীর্ঘদিনের অসুস্থতায় ছেলেমেয়েরা–
i. স্বাভাবিকভাবে বিকশিত হতে পারে না।
ii. ভীত ও হতাশাগ্রস্থ হয়ে পড়ে।
iii. স্নেহ থেকে বঞ্চিত হয়।
নিচের কোনটি সঠিক?
ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

২। পরিবারে বাবা-মার পাশাপাশি ভাই-বোনদের সাথে সুসম্পর্ক শিশুর কী ধরনের পরিবর্তন হয়?
ক) শিশুর সুষ্ঠু-স্বাভাবিক বিকাশ সাধন করে খ) শিশুর আত্মধারণাকে বিঘ্নিত করে
গ) মস্তিষ্কের বিকাশ ব্যাহত হয় ঘ) শিশুরা মাদকাসক্তি বা অপরাধমূলক কাজে জড়িয়ে পড়ে

পাঠ-৬.৩ শিশু পরিচালনার নীতি

উদ্দেশ্য

এ পাঠ শেষে আপনি–

- শিশুর মনোস্তাত্ত্বিক চাহিদা ব্যাখ্যা করতে পারবেন;
- শিশু পরিচালনায় শৃঙ্খলার প্রভাব ব্যাখ্যা করতে পারবেন।

সুষ্ঠু ব্যক্তিত্ব বিকাশে শিশু পরিচালনা পরিবর্তনশীল সমাজে আজ বিশেষভাবে উপলব্ধি করা হচ্ছে। জন্মের পর পরই শিশু ও বাবা-মা, বিশেষ করে মায়ের সাথে শিশুর সম্পর্ক গড়ে উঠে। বাবা-মার আচরণ শিশুর ব্যক্তিত্বকে প্রভাবিত করে। বাবা-মার অনাদরে বা অবহেলায় একটি শিশু বিমর্ষ ও হতাশাগ্রস্থ, অমিশুকী, অন্তর্মুখী হতে পারে। আজকের দ্রুত পরিবর্তনশীল সমাজে শিশু পরিচালনায় গণতান্ত্রিক মনোভাব এবং সমঝোতাপূর্ণ সম্পর্কের যথেষ্ট প্রয়োজন আছে। শিশু পরিচালনায় শিশু শাসনের ক্ষেত্রে 'তুমি-র' পরিবর্তে 'আমি' শব্দের ব্যবহারের সুফল সম্পর্কে জানা গেছে। "তুমি এটা করো না, তুমি খুব দুষ্ট" এভাবে বলার চেয়ে "এত শব্দে আমি ঘুমাতে পারছি না, ওভাবে মারলে আমি ব্যথা পাই." বললে শিশু যেমন তার আচরণের ফল বুঝতে পারবে, তেমনি বড়রাও তাদের অসুবিধার কথা প্রকাশ করতে পারবে। একটি ২-৪ বছরের শিশুর পক্ষে এটি বোধগম্য হবে।

শিশু পরিচালনার উল্লেখযোগ্য কয়েকটি নীতি

সঠিক শিশু পরিচালনায় কিছু নিয়ম বা নীতি মানতে হয় যা সব শিশুর বেলায় প্রযোজ্য। যেমন–

১। **একই বিষয়ে সর্বদা অভিন্ন প্রতিক্রিয়া প্রদর্শন:** শিশু পরিচালনায় বাবা-মা যে নীতি বা আদর্শ অনুসরণ করবেন তা যেন অটল থাকে। অর্থাৎ কোনো বিষয়ে বা ঘটনায় একদিন এক রকম প্রতিক্রিয়া করবেন আবার অন্যদিন অন্যরকম প্রতিক্রিয়া দেখাবেন তা ঠিক নয়। একই বিষয়ে অভিন্ন নীতি ও মনোভাবের ফলে শিশু বাবা-মার প্রতি শ্রদ্ধা, বিশ্বাস ও সম্মান করতে শিখবে এবং ক্রমে নিজেও আদর্শবাদী হতে শিখবে।

২। **ইতিবাচক নির্দেশনা প্রদান:** শিশু যেন জানতে পারে কী নিয়ম পালন করা আবশ্যক। শিশুকে 'না', 'দাঁড়াও', 'করবে না' –এ ধরনের নির্দেশ বাদ দেওয়া উচিত। 'দৌড়াবে না' বলার চেয়ে 'হাঁটলে ভালো হয়' বলা উচিত।

৩। **শিশুর বয়স ও স্তর অনুযায়ী পরিচালনা:** শিশুর পরিপক্কতা বা পরিণতি অনুযায়ী পরিচালনার নীতি প্রয়োগ করতে হবে। ছোট ছেলেমেয়েদের যেভাবে পরিচালনা করা যায়, যৌবনপ্রাপ্ত ছেলেমেয়েদের সেভাবে পরিচালনা করা যায় না। কিশোর কিশোরীদের বেলায় একটু বেশি স্বাধীনতার প্রয়োজন হয়।

৪। **নিজেদের অনুসরণীয় আদর্শ হিসেবে উপস্থাপন:** শিশুর চোখে বাবা মাই হচ্ছেন আদর্শের প্রতিরূপ। তাই শিশুর মধ্যে ন্যায়নীতি বোধ উন্মেষ ঘটাতে চাইলে নিজেদের ন্যায় নীতিতে অটল থাকতে হবে। আবার শিশুর মধ্যে সামাজিকতার বৈশিষ্ট্য আনতে চাইলে নিজেদেরকে সামাজিক হতে হবে। মা-বাবার সততা শিশুদের মধ্যে প্রতিফলিত হয়। কারণ তারা মা-বাবাকেই অনুসরণ করে ও আদর্শ মনে করে।

৫। **মানসিক চাহিদা পূরণ:** শিশুকে সুষ্ঠুভাবে পরিচালনা করার জন্য তাদের মানসিক চাহিদা পূরণ করা দরকার। শিশুর মাসনিক চাহিদা পূরণ করার জন্য Hurlock তিনটি 'A' এর কথা বলেছেন। যেমন–

A - Achievement - সাফল্য
A - Acceptance - স্বীকৃতি
A - Affection - স্নেহ

শিশু কোনো কাজ ঠিক মতো করতে পারলে তাকে স্বীকৃতি দেয়া উচিত। এতে শিশু খুশি হয় এবং তার আত্মমর্যাদা বাড়ে। কোনো কাজ ঠিক মতো না করতে পারলে তাকে বোঝানো এবং সাহায্য করা উচিত। শিশুকে কাজে অংশগ্রহণ করানো খুবই তাৎপর্যপূর্ণ। পারিবারিক বা দলগত কাজে শিশুকে অন্তর্ভুক্ত করা এবং বয়স অনুযায়ী দায়িত্ব দিলে সে নিজেকে দায়িত্বশীল মনে করে। শিশুর প্রতি স্নেহ, মায়া, মমতা প্রকাশ করলে শিশুও পরিবারের অন্যদের মায়া করতে শেখে।

৬। **শিশু পরিচালনায় শৃঙ্খলার প্রভাবঃ** শিশু পরিচালনায় discipline বা শৃঙ্খলা একটি উল্লেখযোগ্য অংশ। পরিবারে ও বাইরে শিশুকে আদব-কায়দা ও নিয়ম-নীতিতে অভ্যস্ত করানোর জন্য discipline বা শৃঙ্খলার প্রয়োজন আছে। এতে ৩টি আবশ্যকীয় উপাদান আছে। যেমন-

i. সন্তান ও বাবা-মার মধ্যে সমঝোতামূলক, সমতাপূর্ণ এবং ইতিবাচক সম্পর্ক থাকবে।
ii. কাঙ্খিত আচরণ প্রদর্শনের জন্য উপযুক্ত পুরস্কারের ব্যবস্থা থাকবে।
iii. অনাকাঙ্খিত, অসামাজিক ও অন্যায় আচরণের জন্য সাময়িকভাবে শাস্তি প্রদান ও পুরস্কার দেয়া স্থগিত করা হবে।

৭। **শিশুকে শাস্তি না দেয়াঃ** ছেলেমেয়ের অসামাজিক আচরণকে সংশোধনের জন্য শারীরিক শাস্তি বা মারধোর করার প্রবণতাকে সমর্থন করা হয় না। কারণ–

- ছোট ছেলেমেয়েকে মারধোর করা ভালো না, কারণ তারা এর মর্ম উপলব্ধি করতে পারে না।
- ঘন ঘন মারধোর করা হলে ছেলেমেয়ের মধ্যে আগ্রাসী মনোভাব, বিরোধিতা করা এবং অনেক সময় বাবা মার সাথে মারামারি ঘটতে পারে।
- মার খাওয়া ছেলেমেয়েরা বড় হয়ে নিজের সন্তানদেরও মারধোর করে এবং পরিবারে অশান্তি ডেকে আনে। শিশু পরিচালনায় এর ব্যবহার এড়িয়ে যাওয়া যুক্তিযুক্ত।
- মারধোর শিশুর সুষ্ঠু আত্মনিয়ন্ত্রণ গঠনে প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে।

শিক্ষার্থীর কাজ	১। শিশু পরিচালনায় বাবা মার আচরণ অনুসরণীয় হওয়া দরকার, বর্ণনা করুন। ২। শিশুকে পরিচালনা করার জন্য কয়েকটি নেতিবাচক বাক্য ইতিবাচকভাবে রূপান্তর করুন।

সারাংশ

সুষ্ঠু পরিচালনার মাধ্যমে শিশুকে উপযুক্তভাবে গড়ে তোলা যায়। এজন্য শিশুর সামনে ভালো আচরণ উপস্থাপন করা দরকার। শিশুকে কথায় কথায় শাস্তি না দিয়ে ইতিবাচকভাবে তাকে নির্দেশনা দিতে হবে। যাতে শিশুর মধ্যে আস্থা ও নিরাপত্তাবোধ তৈরি হয়।

পাঠোত্তর মূল্যায়ন-৬.৩

সঠিক উত্তরের পাশে টিক ($\surd$) চিহ্ন দিন।

১। শিশুর জন্য নিয়মনীতি কেমন হওয়া উচিত?
ক) সুনির্দিষ্ট হওয়া উচিত
খ) খাম খেয়ালী হওয়া উচিত
গ) একেক সময় একক নিয়ম
ঘ) কোনো নিয়ম-নীতি না থাকা

২। শিশুর সামনে কী ধরনের আচরণ উপস্থাপন করা উচিত?
ক) ভয়ঙ্কর রূপ প্রকাশ করা উচিত
খ) অনুকরণীয় আদর্শ আচরণ উপস্থাপন করা উচিত
গ) খেলোয়ার সুলভ আচরণ করা উচিত
ঘ) নেতৃত্বের আচরণ উপস্থাপন করা উচিত

চূড়ান্ত মূল্যায়ন

সৃজনশীল প্রশ্ন

১। সিরাজ সাহেব ও স্ত্রীর মাঝে ছোট-খাট বিষয় নিয়ে প্রায়ই কথা কাটাকাটি হয়। তাদের ৫ বছরের একটি মেয়ে সন্তান আছে। একদিন কথা কাটাকাটির মুহূর্তে তাদের ৫ বছরের সন্তান লিমা মায়ের সাথে খেলা করার ইচ্ছা প্রকাশ করে। মায়ের কাছে সাড়া না পেয়ে সে বাবার কাছে বাইরে বেড়াতে যাবার বায়না ধরে। বাবা তাকে ধমক দিয়ে ঘর থেকে বের করে দেন। বিষয়টি খেয়াল করে তার চাচা তাকে গল্প শোনাবার কথা বলে কাছে ডেকে নেন। এমন ঘটনা লিমাদের পরিবারে প্রায়ই ঘটে। এতে করে চাচার সাথে লিমার বেশ ভালো সম্পর্ক গড়ে ওঠে।

ক) শিশুকে পর্যাপ্ত সময় দেবার জন্য করণীয় বিষয়গুলো কী?

খ) পরিবারে বাবা মার সাথে সুসম্পর্ক উন্নয়নের উপায়গুলো ব্যাখ্যা করুন।

গ) লিমার পরিবারিক পরিবেশ তার যথাযথ বিকাশের অন্তরায় - বিশ্লেষণ করুন।

ঘ) লিমার বিকাশের ক্ষেত্রে ঐ পরিবারে চাচার ভূমিকা ব্যাখ্যা করুন।

সংক্ষিপ্ত প্রশ্ন

১। শাল দুধের উপকারিতা বুঝিয়ে লিখুন।

২। শিশুর সাথে বন্ধন তৈরির পদক্ষেপগুলো কী কী?

৩। পরিবারে ভাই-বোনের সম্পর্ক উন্নয়নের উপায়গুলো উল্লেখ করুন।

৪। শিশু পরিচালনার নীতিগুলো উল্লেখ করুন।

রচনামূলক প্রশ্ন

১। শিশুকে পর্যাপ্ত সময় দেবার জন্য করণীয় বিষয়গুলো বর্ণনা করুন।

২। ভাই বোনের সম্পর্ক কীভাবে পারিবারিক সম্পর্ককে প্রভাবিত করে ব্যাখ্যা করুন।

৩। পারিবারিক বিপর্যয় কী? পারিবারিক বিপর্যয় রোধে করণীয় বিষয়গুলো বর্ণনা করুন।

৪। শিশু পরিচালনার নীতিগুলো উল্লেখ করুন এবং শিশুর মনোস্তাত্ত্বিক চাহিদা ব্যাখ্যা করুন।

উত্তরমালা

পাঠোত্তর মূল্যায়ন- ৬.১ : ১। ক ২। খ

পাঠোত্তর মূল্যায়ন- ৬.২ : ১। ঘ ২। ক

পাঠোত্তর মূল্যায়ন- ৬.৩ : ১। ক ২। খ