

একটি ছেলে ভুলানো গল্প ও অতঃপর.....

টিয়ার বয়স পাঁচ বছর। নার্সারীতে পড়ে। বাবা-মা দু'জনই চাকুরী করেন। সারাদিনই তারা ব্যস্ত। সারাদিন স্কুল, প্রাইভেট পড়া এসব নিয়ে বড় ভাইয়েরও ব্যস্ততার শেষ নেই। স্কুল বাদে বাকী সময়টার বেশিরভাগই টিয়ার কাঁটে বাসার বুয়ার সাথে। বুয়া টিয়াকে শান্ত রাখার জন্য প্রায়ই বিভিন্ন ধরনের গল্প শোনায়। তার মধ্যে রাজা-রাণী থেকে ভূত-পেঙ্গুঁর গল্প কিছুই বাদ যায় না। টিয়ার সারাক্ষণই একই কথা- "মা কখন আসবে?" "এখনও আসছে না কেন?" " ভাইয়া আমার সাথে খেলে না"- এরকম নানা বায়না আর অভিযোগ শুনে শুনে বুয়ার কান ঝালাপালা হয়ে যায়। প্রায়ই বুয়া টিয়াকে শান্ত করার জন্য বলে- "টিয়া আমাকে জ্বালাবে না, তাহলে যুজুবুড়ী এসে বস্তায় ভরে নিয়ে যাবে।" এ কথা শোনার সাথে সাথে সে ভয়ে চুপ হয়ে যায়। দিনের শেষে ক্লাস্ট বাবা-মার কাছে কোন বায়না ধরলে

সমস্যার ধরণ, কারণ ও রোগীর অবস্থার পরিপ্রেক্ষিতে একজন স্পীচ এণ্ড ল্যাঙ্গুয়েজ থেরাপিস্ট নির্ধারণ করেন তাকে কিভাবে চিকিৎসা সেবা প্রদান করা হবে

দুঃশিক্ষিতা এবং আতংকে থাকে। রাতে ঘুমের মধ্যে দুঃস্বপ্ন দেখে, অসহ্য মাথাব্যথা হচ্ছে। সবকিছু এলোমেলো

তারাও বলেন- "যাও বুয়ার সাথে খেলা কর, এখন বিরক্ত করো না।" একদিন দুঃস্থির জন্য টিয়াকে মা অনেক বকা দিলেন, দুটো চড়ও দিলেন। টিয়া কাঁদতে কাঁদতে বুয়ার কাছে গেলে বুয়া বুয়া নিজের কাছে নিয়ে স্বান্তনার ছলে টিয়াকে বলল- "এ তোমার আসল মা না, তোমার সৎ মা। তোমারে রাস্তা থেকে কুড়িয়ে আনছে। আপন মা হইলে কি এইরকম করত?" টিয়ার মার উপর বুয়ারও একটা চাপা ফ্লোভ এবং বিরক্তি ছিল। কারণ কিছুদিন আগে সামান্য একটা ভুলের জন্য টিয়ার মা তাকে প্রচণ্ড বকা দিয়েছিল। হতে পারে সেই ফ্লোভ থেকেও একথা সে টিয়াকে বলতে পারে। এই কথা শোনার পর টিয়ার কি জানি হল- সারাক্ষণই মাকে আকড়ে থাকতে চায়, চুপচাপ কি জানি চিন্তা করে, আর মাঝে মাঝে মাকে কাছে ডেকে বলে "বল মা তুমি শুধুই আমার মা, আর কারও না।" কিন্তু কোনদিনই বুয়ার কাছ থেকে শোনা কথাটা কাউকে সে বলেনি। টিয়া মাকে আগের মত বিরক্ত করে না। বাবা-মা টিয়ার এই পরিবর্তনকে স্বাভাবিক ভাবেই নিল। কিন্তু ১১-১২ বছর বয়স থেকে টিয়ার আচরণে একটি ব্যাপক পরিবর্তন দেখা দিল। একটুতেই রেগে যায়, লেখাপড়ায় মন নেই, পরিবারের কাউকেই সহ্য করতে পারে না, কারো সাথে মিশতে চায় না, ভাংচুর করে। তার সবচেয়ে বেশি রাগ এবং অভিযোগ মার প্রতি। মা এত বছর তার সাথে কি কি খারাপ আচরণ করেছে, কিভাবে তাকে অবহেলা করেছে সেইসব অতীতের কথা তুলে মাকে অনবরত দোষারোপ করতে থাকে। এই সব আচরণ সহ্য করতে না পেরে মা একদিন বলেছিল- "তুমি পাগলের মত করছ কেন?" তারপর থেকে তার বিশ্বাস আরো দৃঢ় হল। তার মনে হল-

"নিশ্চয়ই এ আমার সৎ মা, আপন মা কোনদিন সন্তানকে পাগল হলেও পাগল বলে না।" এরপর থেকে সে মার প্রতি আরো আক্রমণাত্মক হয়ে উঠল এবং সারাক্ষণই বলা শুরু করল- "মা ডাকলে আমার শান্তি লাগে না, এই সৎ মার কাছ থেকে আমি অনেক দূরে চলে যাব।" মা যতই বোঝান আমি তোমার আসল মা, কিছুতেই সে তা মানতে চায় না।

ছোটবেলায় বুয়ার কাছ থেকে শোনা গল্পটা ধীরে ধীরে তার মধ্যে এমনভাবে বিশ্বাসে রূপ নিয়েছে যা থেকে টিয়া বের হতে পারেনি। দীর্ঘদিন ধরে সে একটি চাপা কষ্ট সহ্য করছিল। ধীরে ধীরে এই চাপা কষ্টের সাথে যখন বয়ঃসন্ধিক্ষণের শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তন এবং লেখাপড়ার চাপ বেড়েছে তখন তার মধ্যে আবার আগের নিরাপত্তাহীনতার রাগ, ফ্লোভ ফিরে এসেছে। সারাক্ষণই সে একটা

হয়ে যাচ্ছে। মনে হয়- "আমি মরে গেলেই সব সমস্যার সমাধান, বাবা-মাকে আর পাগল মেয়ের পরিচয় দিতে হবে না।" এই গল্প টিয়াকে ছোটবেলা থেকেই আত্ম পরিচয় নিয়ে একটি সংকটে রেখেছে যার তীব্র প্রকাশ ঘটেছে বয়ঃসন্ধিক্ষণে।

আমাদের মধ্যে অনেকেই আছি যারা ছোটবেলায় এই ধরনের গল্প শুনে বড় হয়েছি বা মুক্কব্বীরা ঠাট্টা করে বলেছে- "তোমার নাকটা চ্যান্টা, বাবা-মার মত তোমার নাক হয়নি, তুমি তো তাহলে চাইনীজ..... অন্য দেশ থেকে তোমাকে নিয়ে এসেছে বা ডাস্টবিন থেকে কুঁড়িয়ে এনেছে।" এগুলোকে আমরা ঠাট্টা বলে উড়িয়ে দিয়েছি। কিন্তু অনেক শিশুই আছে যারা টিয়ার মত সংবেদনশীল, যারা বাস্তব কারণেই বাবা-মার যথেষ্ট মনোযোগ ও আদর থেকে বঞ্চিত। এ ধরনের গল্প তাদেরকে আত্ম-পরিচয় নিয়ে সংশয়ে ফেলে দিতে পারে। যা পরবর্তীতে তার ব্যক্তিত্ব এবং আচরণে নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে। সে হয়ে ওঠে একজন দ্বিধাগ্রস্ত, সংকটাপন্ন এবং নেতিবাচক মানুষ। বাবা-মার পাশাপাশি শিশুদের প্রতিপালনে যারা নিয়োজিত আছেন তাদের সবাইকে সজাগ ও সতর্ক হতে হবে যেন- "ছেলে ভুলানো গল্পগুলো যেন শিশুদের অস্তিত্বকেই ভুলিয়ে না দেয়, ব্যক্তিত্বকে ভঙ্গুর করে না দেয়।" একটি শিশুর শারীরিক ও মানসিক পরিপূর্ণ বিকাশই নিশ্চিত করে একটি সুস্থ জাতি।

সালমা পারভীন (ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিস্ট), স্বত্বকালীন শিক্ষক, চিকিৎসা মনোবিজ্ঞান বিভাগ, ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়

- ❖ ধূম না হওয়া ও ধূম বেশি হওয়া উভয়ই মানসিক সমস্যা
- ❖ বেশিরভাগ যৌন সমস্যার সমাধান মানসিক সেবার মাধ্যমে সম্ভব
- ❖ আত্মবিশ্বাস পরীক্ষা ওঠান, আত্মমায়ার নার্ভাস অনুভূতি, এক্ষেত্রে সাহায্যের জন্য রয়েছে, চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানীরা