শিশুর বিকাশঃ পরিবেশের ভূমিকা (১)

সাদিয়া শারমিন ঊর্মি
মনোবিজ্ঞানী
বেগম ফজিলাতুন্নেছা মুজিব হল, ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয়

একটি শিশু যখন একটি পরিবারে জন্মগ্রহন করে তখন পরিবারের সবাই তাকে সাদরে গ্রহন করে নেয়। এরপর শিশুটি আস্তে আস্তে পরিবারের মধ্যে বড় হতে থাকে। এই পরিবারই হচ্ছে তার প্রথম শিক্ষা ক্ষেত্র যেখান থেকে শিশু নানা বিষয় শিখে থাকে অর্থাৎ পরিবারের সদস্যদের আচার-আচরণ, কথাবার্তা ইত্যাদি সে দেখে শিখে থাকে। যা পরবর্তীতে শিশুর আচরণের মাধ্যমে প্রকাশ পায়।

এখন দেখা যাক ভূমিষ্ঠ হওয়া শিশুটি তার পরিবারের মধ্যে কিভাবে বেড়ে উঠেছে। শিশু জন্মের পরে তার মা অথবা লালন-পালনকারী যিনি শিশুটির যত্ন নিচ্ছেন সে তাকে কোলে নিচ্ছে কিনা বা কাঁদলে কাছে গিয়ে তার অবস্থা দেখছে কিনা বা কাঁদলে কাছে গিয়ে তার গায়ে হাত বুলিয়ে দিচ্ছে কিনা? এসব কাজ বা আচরণের সঙ্গে বাচ্চা ও মা বা ঐ ব্যক্তির সঙ্গে একটি বন্ধন তৈরী হয় যা শিশুটির বেড়ে উঠা তথা বিকাশের জন্য খুবই গুরুত্বপূর্ণ (Bowlby,1980; Steinberg,1993) । বাচ্চার সঙ্গে মায়ের মধ্যকার সম্পর্ক কেমন সেটিও অনেক বেশি গুরুত্বপূর্ণ। যেমন- মা ও বাচ্চার মধ্যকার সম্পর্ক নিরাপত্তামূলক (Secured attachment) হয় তবে তা পরবর্তীতে বাচ্চার মধ্যে বাবা-মার সঙ্গে, ভাই-বোনের সঙ্গে, বন্ধুর সঙ্গে, আত্মীয়-স্বজনদের সঙ্গে ইত্যাদি সম্পর্কের ক্ষেত্রে ভাল সম্পর্ক তৈরী করতে পারে, আত্মবিশ্বাসী হয়, আত্মনির্ভরশীল হয়। তেমনিভাবে মা ও বাচ্চার মধ্যকার সম্পর্ক যদি অস্থিরতা বা উদ্বিগ্নতার (Anxiety attached) হয় তবে সেই বাচ্চার মধ্যে নানা রকম মানসিক সমস্যার সৃষ্টি হয় অর্থাৎ এক্ষেত্রে এসব বাচ্চারা বিভিন্ন সম্পর্ক তৈরী করতে পারে না ও তা ঠিক মত বজায় রাখতে পারে না (Tefi,1991)।

এছাড়াও বাবা-মায়ের শিশু পালনের ধরনও (Parenting Style) শিশুর উপর প্রভাব পড়ে থাকে। যেমন-যেসব বাবা-মায়েরা কতৃত্বপরায়ণ (Authoritarian), অর্থাৎ তারা তাদের বাচ্চাদেরকে সবসময় কড়া শাসনের মধ্যে রাখে, তাদের ইচ্ছাগুলি বাচ্চার উপর চাপিয়ে দিয়ে দেন, ভুল করলে শাস্তি দেন বা পেটান, পরবর্তীতে সেসব বাচ্চাদের মধ্যে ভয়-ভীতি বেশি কাজ করে, পরনির্ভরশীল হয় এবং আত্মবিশ্বাসের অভাব দেখা যায় (Darling,1993), যেসব বাচ্চারা বেশি শারীরিক নির্যাতনের বা শাস্তির শিকার হয় বাবা-মার কাছ থেকে তাদের মধ্যে মারামারি, ভাংচুর (Conduct problem) সমস্যা দেখা যায় (Olweus,1993)। এছাড়াও গবেষণায় দেখা গেছে যেসব বাবা-মায়েরা বাচ্চা পালনের ক্ষেত্রে মাঝে মাঝে খুবই উদাসীন, আবার মাঝে মাঝে খুবই কড়া শাসন করে (permissive) তাদের বাচ্চাদের মধ্যে যে কোন পরিবেশে মানিয়ে নিতে বা খাপ খাইয়ে নিতে(Adjustment problem) সমস্যা এবং তাদের মধ্যে বিষন্নতার (Depression) সমস্যা দেখা যায়।

বাবা-মায়ের খাপ খাওয়ানোর বা মানিয়ে নেয়ার সমস্যা যেমন-হতাশা, বিষন্নতা,অস্থিরতা,নেশাগ্রস্থ হওয়া ইত্যাদি থাকলে তা তাদের বাচ্চাদের মধ্যে মনোবৈজ্ঞানিক তথা নানা ধরনের মানসিক সমস্যা তৈরী করে থাকে (Goodyer,1995),বাবা ও মায়ের মধ্যে বৈবাহিক সম্পর্কের ক্ষেত্রে অসন্তুষ্টি, ঝগড়াবিবাদ ও অত্যাচার তথা শারীরিক নির্যাতন দেখলে ঐসব বাচ্চাদের মধ্যে আস্তে আস্তে মানসিক সমস্যা হবার পথ তৈরী হতে থাকে এবং পরবর্তীতে তারা নানা ধরনের মানসিক সমস্যায় ভোগে (Caspi, 1998)। কিছু কিছু পরিবারের ঘরের মধ্যকার পরিবেশ এমন ঝামেলাপূর্ণ যেমন-কোন কিছুতে নিয়ম শৃংখলা নেই (যেমন যে কেউ যখন খুশি ঘুম থেকে উঠছে, কেউ দেরিতে নাস্তা খাচ্ছে, কিছু হলে মারামারি, ঝগড়া বিবাদ করছে, কেউ কাউকে মানে না, কেউ কাউকে মান্য করছে না, যখন খুশি বাইরে যাচ্ছে, আসছে ইত্যাদি) এ ধরনের পরিবেশে যেসব শিশু বড় হচ্ছে তাদের অনেকের মধ্যে যোগাযোগের দক্ষতার অভাব (Lack of communication skills), সমস্যা সমাধানের দক্ষতার অভাব (Lack of problem solving skills), মারামারি বা ভাংচুর করার

সমস্যা (Conduct problem) দেখা যায়। কারণ হিসেবে পাওয়া গেছে যে, এ ধরনের পরিবার নানা ধরনের সমস্যায় জর্জরিত থাকে যার জন্য পরিবারের পরিবেশ সবসময় গণ্ডগোলপূর্ণ ও খুববেশি চাপের মধ্যে থাকে পরিবারের সদস্যরা, এবং ঐ পরিবারের ছোট বাচ্চারা নিরাপত্তাহীনতার মধ্যে থাকে (Herbert, 1990)|

অনেক পরিবারের মধ্যে দেখা যায় যে, বাবা-মায়ের মধ্যে সবসময় ঝগড়াবিবাদ ও মারামারি হয়ে থাকে, যা তাদের সন্তানরা শিখে থাকে। পরবর্তীতে বাচ্চারা তাদের মধ্যে মারামারিতে লিপ্ত হয় এবং তাদের ছোট ভাই-বোনদের ও মারধোর করে থাকে এবং তারা বাইরেও অন্যান্যদের সঙ্গেও মারামারি করে থাকে (Kazdin,1995) ।

গবেষণার মাধ্যমে পেয়েছেন যে, যেসব শিশুরা ছোট বেলায় বাবা অথবা মাকে হারিয়েছে অথবা বাবা মায়ের মধ্যে বিবাহ বিচ্ছেদ ঘটেছে সেসব বাচ্চাদের মধ্যে বিষন্নতা দেখা যায় এবং পরবর্তীতে এসব বাচ্চারা যখন আবারও কোন কিছু হারানোর অভিজ্ঞতা অর্জন করে তখন তাদের মধ্যে তীব্র মাত্রার বিষন্নতা দেখা যায় (Major depression)। ব্রায়ার (১৯৯৬) দেখেছেন যে যেসব বাচ্চারা অভিভাবকদের কাছ থেকে শারীরিক, আবেগীয় ও যৌন নির্যাতনের শিকার হয় তাদেও মধ্যে আবেগীয় সমস্যার সৃষ্টি হয় এবং তারা পরবর্তীতে আরও নির্যাতনের শিকার হয় ও অন্যান্যদেরকে নির্যাতন করে থাকে। এছাড়াও দেখা গেছে যে অনেক বাবা মা যারা বাচ্চাদের ছোটখাটো ভুলকে এমনভাবে তিরস্কার করেন যা বাচ্চাদেরকে মানসিকভাবে বিপর্যস্ত করে ফেলে এবং পরবর্তীতে বাচ্চাদের মধ্যে আবেগীয় সমস্যা তৈরী হয়ে থাকে। অন্যদিকে যেসব বাচ্চাদেরকে কম সময় দেন দেরীতে বিকাশ (শারিরীক, মানসিক ও জ্ঞানীয় বিকাশ) ঘটে থাকে।

বাচ্চাদের সঙ্গে অনেক কথা বললেও তা যদি হয় পরোক্ষ কিংবা অস্পষ্ট তবে বাচ্চারাও একইভাবে বড়দের সাথে যোগাযোগ করতে শিখে ফলে বাবা-মা এবং বাচ্চাদের মধ্যে কথাবার্তায় অনেক দূরত্ব তৈরী হয়ে যায়।যেমন-বাবা-মা বললেন কেউ যদি সত্য কথা বলত তাহলে বুঝতে পারতাম কি হয়েছে-এক্ষেত্রে বাবা-মা যদি বাচ্চাকে জিজ্ঞেস করেন সত্যি ঘটনাটি খুলে বলবার জন্যে তবেই বাচ্চা বিষয়টি বুঝতে পারবে ও বলতে পারবে এবং তাদের মধ্যে কোন ধরনের দূরত্ব থাকবে না।

বাচ্চা প্রতিপালনে বাবা-মায়েদের নির্দেশনা প্রদানের ক্ষেত্রে সামঞ্জস্যপূর্ণ হওয়াটা জরুরী। যেমন-বাচ্চা কোন একটা ভুল করার ফলে বাবা-মার বকুনি খেল কিন্তু পরবর্তীতে ঐ একই ভুলের জন্য বাবা-মা কোন কিছুই বলেননি ফলে বাচ্চা সঠিক এবং ভুল আচরণ সনাক্ত করতে দ্বিধান্বিত হয়ে পড়ে। কিছু পরিবারে দেখা যায় যে, বাবা-মা ঝগড়া-ঝাটি করে কথা বলা বন্ধ করে দিয়েছেন কিন্তু বাচ্চাকে দিয়ে পরোক্ষভাবে একে অপরের সঙ্গে যোগাযোগ রক্ষা করছেন। এতে করে বাচ্চা খুবই অস্বস্থিতে ভোগে এবং পরবর্তীতে তাদের মধ্যে আচরণগত সমস্যা দেখা দেয়। আবার চাকুরীসূত্রে বাবা কিংবা মায়ের দীর্ঘদিন দূরে থাকার ফলে বাচ্চাদের মধ্যে আচরণগত সমস্যা দেখা দিতে পারে। বাবা-মায়ের বদমেজাজ, অতিরিক্ত রাগ বাচ্চাদের উপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলে এবং বাচ্চাদের মধ্যেও রাগ জেদ করার প্রবণতা বেড়ে যায়।

যৌথ পরিবারে অনেক সময় দেখা যায় শিশুকে সবাই শাসন করে ফলে বাচ্চারা সবসময় একটা চাপের মধ্যে থাকে যা পরবর্তীতে মানসিক সমস্যার সৃষ্টি করতে পারে (Bradly,2002) । আবার একক পরিবারের সন্তানরা যথেষ্ট স্বাধীনতা পেলেও বাবা-মায়ের মনোযোগের একমাত্র কেন্দ্রবিন্দু হওয়ায় তীব্র চাপ অনুভব করে। সুতরাং একক কিংবা যৌথ উভয় অবস্থাতেই ভারসাম্যপূর্ণ অবস্থা শিশুর বিকাশের জন্য গুরুত্বপূর্ণ। অর্থনৈতিক সমস্যা, বাবা কিংবা মায়ের বেকারত্ব তাদের নিজেদের মধ্যে যেমন দ্বন্ধ বাড়িয়ে দেয়, তারা শিশুদেও উপর শারিরীক ও মানসিক নির্যাতনের কারণ হয়ে দাড়ান। যা তাদের বাচ্চাদের মধ্যে আবেগীয় ও আচরণগত সমস্যার সৃষ্টি করে থাকে।

উপরোক্ত আলোচনা থেকে দেখা যাচ্ছে যে, ঘরের পরিবেশ যদি সন্তানের বেড়ে উঠার অনুকুলে না থাকে তবে তা সন্তানের মধ্যে মানসিক সমস্যার সৃষ্টি করতে পারে। শিশুদের শারিরীক ও মানসিক সুস্থতা নিশ্চিত করার দায়িত্ব বাবা-মা এবং পরিবারের সকল সদস্যদের উপর বর্তায়। বাবা-মায়ের সচেতনতা, বন্ধুত্বপূর্ণ আচরণ, বাচ্চাকে গুণগত সময় প্রদান এক্ষেত্রে ইতিবাচক পরিবর্তনে সহায়ক ভুমিকা পালন করবে।