

শিশুর স্কুল-ফোবিয়ার কারণ ও করণীয়

বা বা-মায়ের স্বপ্ন তার সন্তান, তার ছোট সোনামণি একদিন বড় হবে। জানে-ভগ্নে দেশের দশজনের একজন হবে। উজ্জ্বল করবে বাবা-মায়ের মুখ। তাদের বুক ভরে যাবে সন্তান গর্বে। ছোট সোনামণি বাবা-মা-আত্মীয়স্বজন-পরিবারের সবার আদর-সোহাগ নিয়ে গুটি গুটি পায়ে এগিয়ে গেল কয়েকটি বছর। সোনামণির বয়স এখন চার শেষ হয়ে গেল। বাবা-মা নিজেদের স্বপ্ন আর সন্তানের ভবিষ্যতের চিন্তায় বসলেন আলোচনায়। ঠিক হলো, এ বছরই তাদের বাবুকে ভর্তি করিয়ে দেবেন একটা স্কুলে। অবশ্যই প্রে গ্রুপে, অন্তত স্কুলে যাতায়াতের অভ্যাসটা হোক। সেই কথা সেই কাজ। আলোচনা চললো বন্ধু-বান্ধব, আত্মীয়স্বজন সবার সাথে— কোন স্কুল ভাল, কোথায় দিলে ভাল হয়। এবার

কাজী শাহনাজ

নিজেরাই বেরিয়ে পড়লেন কোথায় কোন স্কুল ভাল তার খোঁজে। স্কুলে যাঠ আছে কিনা, পরিবেশ ভাল কিনা সব জানতে হবে। স্কুলতো পেলেন কিন্তু ভর্তি করাবেন কি করে? সিট যে নেই! ভর্তি তো দারুণ সমস্যা। যাই হোক অনেক ছুটাছুটি করে, অনেক কঠ-খড় পুড়িয়ে, গলদ ঘরম হয়ে পরিসরই স্কুলে ভর্তি করিয়ে দিলেন আপনার সন্তানটিকে। নিশ্চিত হলেন, যাক বাবা ভাল একটা স্কুলে ভর্তি করা গেল। জামা, জুতা, ব্যাগ সব কেনা হলো। আজ বাবুর প্রথম স্কুলে যাওয়ার দিন। বাবুও খুব খুশি মনে ড্রেস পড়লো। সবাইকে বলল আমি আজ স্কুলে যাচ্ছি। যেন সে কোন



মজার জায়গায় বেড়াতে যাচ্ছে। বাবা কিংবা মা সাথে করে নিয়ে গেলেন স্কুলে। গেটের কাছে ছেড়ে দিলেন আয়ার কাছে অথবা নিজেই বেঞ্চে বসিয়ে দিয়ে আদর করে চলে আসতে যাবেন তখনই হয়তো সে আপনাকে আঁকড়ে ধরবে, “আমি স্কুলে থাকব না। আমি তোমার সাথে যাব।” অথবা জেদ করবে, “তুমি আমার সাথে বসে থাক।” অনেক বুঝিয়ে শুনিয়ে চকলেট, আইসক্রিম কিনে দেয়ার প্রতিশ্রুতি দিয়ে ছেলের কান্না-কান্নে নিয়ে চলে এলেন অথবা শিক্ষকের অনুমতি নিয়ে প্রথম দিন বসে রইলেন স্কুলেই বাচ্চর সাথে। পরের দিন বাবু আর কিছুতেই স্কুলে যাবে না। চিংকার, কান্নাকাটি। মন ভেঙ্গে গেল বাবা-মার। এত কষ্ট করে স্কুলে ভর্তি করালেন অথচ ও স্কুলে যেতে চায় না। কুসংস্কার থেকে তাবলেন বোধহয় এ ছেলের পড়াশুনার প্রতি আগ্রহ হবে না। ভয়ে বুক কেঁপে উঠল। তবে কি সব স্বপ্ন ভেঙ্গে যাবে? বকাবকি শুরু করলেন ছোট শিশুটিকে, “কেন স্কুলে যাবে না, সবাইতো যায়, তোমাকেও যেতে হবে।” শুধু নিজের কথা চিন্তা করলেন, আপনার সন্তানের ভালর জন্যই সব করছেন। আপনি যেমন

করবেন সন্তানকে সেই ভাবেই চলতে হবে। ভেবে দেখলেন না আপনার ছোট শিশুটিরও মনে একটা নিজস্ব জগত আছে। সেই জগতে আছে ওর নিজস্ব আনন্দ, কল্পনা, ভয় সবকিছু। এতদিন সে ছিল তার নিজস্ব গতিতে। বাবা-মা, আত্মীয়স্বজন সবার আদরে অতিরিক্ত সুরক্ষিত আবহাওয়ায়। এই সুরক্ষা থেকে বাইরের জগতে প্রথম প্রবেশ ঘটে স্কুলেই। এই সুরক্ষা বা নিরাপত্তা হারানোর ভয়— থেকে জন নেম স্কুলের প্রতি ভয়। অথবা যে শিশুটির খেলার সাথী শুধু তার মা-মণিটি অর্থাৎ সে শিশুটির অন্য কোন শিশুর সাথে খেলার অভিজ্ঞতা নেই বা খুব একটা কারণ সাথে মেশেনি সে তখন স্কুলে নতুন পরিবেশে নতুন মানুষের সাথে সহজে মিশতে পারে না। নিজেকে অসহায় মনে করে। অথবা মনে করে এই বুঝি সে মামণির কাছে থেকে আলাদা হয়ে গেল। এইসব কারণেও স্কুলের প্রতি তার অনীহা বা বিরক্তি দেখা দিতে পারে। বাবা-মা যদি শিশুটিকে অবুঝের মতো বকাবকা করে জোর করে স্কুলে পাঠান তবে হয়তো স্কুলের প্রতি একটা স্থায়ী অনীহা তার শিশু মনে গড়ে উঠতে পারে।

শিশুর এই সময়টিতে বাবা-মার উচিত অহেতুক দৃষ্টিভঙ্গি না করে আস্তে আস্তে সচেতনভাবে স্কুলের প্রতি সন্তানের ভয়টা কাটিয়ে দেয়া। যেমন শিক্ষকের সাথে পরিচয় করিয়ে দেয়া। তার কোন অসুবিধা হলে শিশুকে সে জানাতে পারবে এমন প্রতিশ্রুতি দেয়া। শিক্ষকের প্রসংগে কথা। স্কুলের প্রসংগে কথা। তার বন্ধুদের কথা জিজ্ঞাসা করা। বাড়িতে ক্লাসের কয়েক জন বাচ্চাকে এনে বন্ধুত্ব করিয়ে দেয়া।

আবার অনেক ক্ষেত্রে দীর্ঘ ছুটির পর বা অসুস্থতার কারণে বাড়িতে কিছুদিন থাকার পরে স্কুলে ফিরে যাওয়ার সময় স্কুল ফোবিয়া দেখা দিতে পারে। এইসব ক্ষেত্রে বাবা-মায়ের উচিত দৃঢ় নিশ্চিতভাবে বাচ্চটিকে স্কুলে যেতে বাধ্য করা। প্রায় অনেক বাচ্চা পেটে ব্যাথা অভিযোগ দিয়ে স্কুলে যেতে চায় না। পেটের ব্যাথা ইত্যাদি অভিযোগ একেবারেই গ্রাহ্য করবেন না। তবে অবশ্যই একবার ডাক্তার দেখিয়ে নেবেন। নিজের শিশুকে ক্রন্দনরত অবস্থায় বাইরের কারও কাছে ছেড়ে আসতে মন বিচলিত হতেই পারে। কিন্তু সেই মন ধারাপ ভাব মুখে আনবেন না।

অনেক পিতামাতা আছেন যারা বাচ্চা খুব ভাল রেজাল্ট করলে প্রমোশন করিয়ে আরও উপরের ক্লাসে উঠিয়ে দেন। হয়তো দেখা যায় উপরের ক্লাসে উঠে সে তেমন ভাল রেজাল্ট করতে পারছে না। তখনও স্কুলে যাওয়ার প্রতি তার অনীহা দেখা দিতে পারে। কারণ পড়াশুনার ব্যাপারেও গ্রহণ করার ক্ষমতা একেক বয়সে একেক রকম।

পিতামাতার ট্রান্সফার জবের জন্য বার বার শিশুর স্কুল পাল্টালে বিভিন্ন পরিবেশে খাপ খাওয়াতে তার অসুবিধা হয়। তখন তার স্কুলে যেতে ভাল লাগে না। দেখা দেয় স্কুল ফোবিয়া।

বাবা-মার অতিরিক্ত আশাও শিশুর জন্য ক্ষতিকর। পিতামাতা যদি নিজেদের আশা অনুযায়ী শিশুর ওপর তার ক্ষমতার অতিরিক্ত চাপ দেন, তবে সে তা পূরণ করতে না পারলে অসহায় বোধ করে। অসহায় বোধ করে। স্কুলের পড়াশুনা তার কাছে বিরক্তিকর হয়ে ওঠে। বাবা-মার মনে রাখা উচিত একজনই ক্লাসে ফাস্ট হয়। সবাই এক সাথে ক্লাসে প্রথম হয় না।

তাছাড়া যেসব পরিবার ভিত্তির্ব অথবা সব সময়ই বাবা-মার মধ্যে কলহ লেগে থাকে, সেসব পরিবারের সন্তানরা সবদিক থেকেই হীনমন্যতায় ভোগে। সবকিছু থেকে নিজেকে গুটিয়ে রাখার প্রবণতা থেকে স্কুলেও যেতে চায় না।

আমাদের দেশের জন্য আর একটি বড় সমস্যা হলো, আমরা স্কুলে শিশুর মনকে আকৃষ্ট করার মতো কোন পরিবেশ দিতে পারি না বা পড়ার মধ্যেও যে আনন্দ আছে— তা দিতে পারি না।

এছাড়াও আরও অনেক অনেক কারণ থাকতে পারে শিশুর স্কুল ফোরিয়ার। আমাদের উচিত আমাদের সন্তানটির স্কুলে না যাওয়ার মূল সমস্যাটি খুঁজে বের করা। স্কুলে পাঠাবার সময় কান্নাকাটি করলেই ওকে বকাবকি করবেন না বা উত্তেজিত হবেন না। স্বাভাবিকভাবেই ওকে স্কুলে পাঠান, যেন কিছুই হয়নি। ক্রমশঃ এর স্কুলে যাওয়া স্বাভাবিক হয়ে যাবে।

রেড ল্যান্ড স্কুলের প্রে গ্রুপের ছাত্র সাবিকের কিছু স্কুলে যেতে খুব ভাল লাগে, কারণ বাসায় ওর একা একা ভাল লাগে না। কিন্তু স্কুলে আছে মজার মজার খেলনা আর অনেক বন্ধু।

দীন হেরাভ ইন্টারন্যাশনাল স্কুলে নার্সারিতে গড়ে তানজিন। ওর কিছু স্কুলে যেতে ভাল লাগে না। ওর স্কুলেও অনেক মজার মজার খেলনা আছে তবুও ভাল লাগে না, কারণ ওরা অনেককণ ধরে রাখে আর আমু কেন ওর কাছে থাকে না। ওর আমু দেশে, বাইরে পিএইচডি করতে গেছে ওকে রেখে। এসবই মামুলি ব্যাপার। কিন্তু সমাধান হতে পারে যেভাবে বলেছি সেইভাবে। অত্যন্ত মনস্তাত্ত্বিকদের সে রকমই ধারণা।