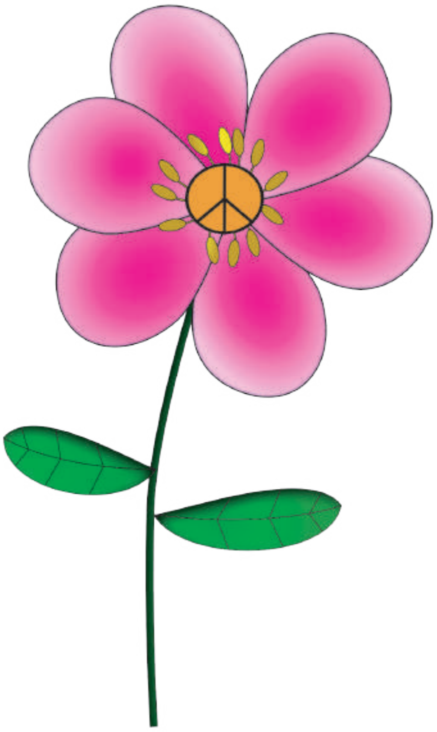
সুরক্ষা শিক্ষা

পঞ্চম শ্রেণি



রচনায়

আনোয়ারুল হক

সম্পাদনায়

মোঃ শাহজাহান

অঙ্কনে

সুদর্শন বাছার

সুজাউল আবেদীন কিষান

প্রণয়নে

ব্রেকিং দ্য সাইলেন্স

কারিগরি সহায়তায়

জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড

European Union

ব্রেকিং দ্য সাইলেন্স

Save the Children

প্রকাশক

ব্রেকিং দ্য সাইলেন্স
১০/১৪ ইকবাল রোড
মোহাম্মদপুর, ঢাকা-১২০৭
ফোন : ৮১২৯৯২৬, হটলাইন : ০১৭৭৮২৪৯২৭৭
E-mail: btsbd94@yahoo.com
Web: www.breakingthesilencebd.org

অর্থায়নে

ইউরোপিয়ান ইউনিয়ন

সহযোগিতায়

সেভ দ্য চিলড্রেন

অঙ্কন ও ডিজাইন

সুদর্শন বাছার
সুজাউল আবেদীন কিষান

সূচিপত্র

অধ্যায়ের নাম	পৃষ্ঠা
প্রথম অধ্যায়	১
দ্বিতীয় অধ্যায়	১৮
তৃতীয় অধ্যায়	২৭

প্রথম অধ্যায়

শিশুর বৃদ্ধি ও বিকাশ

শিশুর বৃদ্ধি ও বিকাশ ধাপে ধাপে হয়। শিশু মাতৃগর্ভে আসার পর থেকেই শিশুর বৃদ্ধি ও বিকাশ শুরু হয়। ভ্রূণ অবস্থা থেকে শিশু যে প্রক্রিয়ার মাধ্যমে ধাপে ধাপে বেড়ে ওঠে সে প্রক্রিয়াকে শিশু বিকাশ বলে। জন্ম থেকে মৃত্যু পর্যন্ত শিশুর বিকাশ হয় তিনভাবে।

যথা :
- শারীরিক বিকাশ
- মানসিক বিকাশ
- সামাজিক বিকাশ

এ অধ্যায়ে আমরা শিশুর শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক বিকাশের ধারণা, বিকাশের স্তর, শিশুর বিকাশে বাধা ও বাধা মোকাবেলায় শিশুর করণীয় সম্পর্কে জানবো।

মায়ের কোলে নবজাতক শিশু

পরিণত শিশু/কৈশোর বয়সের শিশু

এ অধ্যায় পাঠ শেষে আমরা-

- শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশের প্রাথমিক ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারব।
- শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশের প্রাথমিক বিভিন্ন স্তর (যেমন-নবজাতক,শৈশব, কৈশোর অবস্থা) ব্যাখ্যা করতে পারব।
- শিশুর মানসিক বিকাশের ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারব।
- শিশুর মানসিক বিকাশের বিভিন্ন স্তর ব্যাখ্যা করতে পারব।
- শিশুর সামাজিক বিকাশের ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারব।
- শিশুর সামাজিক পরিবেশ যথার্থ ব্যবহার করতে পারব।
- শিশুর সামাজিক বিকাশের বিভিন্ন স্তর ব্যাখ্যা করতে পারব।
- শারীরিক বৃদ্ধি এবং মানসিক ও সামাজিক বিকাশের বিভিন্ন দিক সম্পর্কে সচেতন হব।

পাঠ-১.১ : শিশুর শারীরিক বধদ্ধি ও বিকাশের প্রাথমিক ধারণা

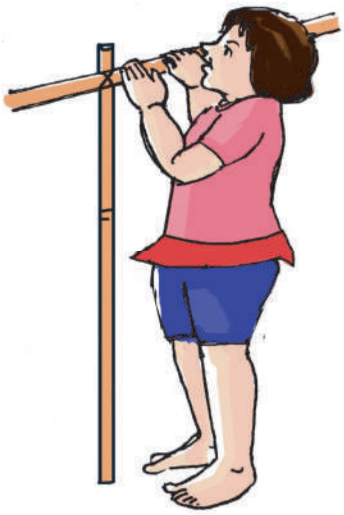
প্রশান্তর বয়স দুই বছর। সে খেলনা গাড়ি নিয়ে খেলতে পছন্দ করে। কয়েক মাস আগে প্রশান্ত যেভাবে খেলতো এখন আর সেভাবে খেলে না। তার খেলা এখন আরও বাস্তবধর্মী। সে এখন গাড়ি চালানোর সময় বু-বু শব্দ করে। চলতে গিয়ে খেলনা গাড়িটি ধাক্কা খেলে সে অন্যরকম আওয়াজ করে। গাড়ি সম্পর্কে সে এখন নতুন নতুন অভিজ্ঞতা নিয়ে খেলছে। পূর্বে প্রশান্ত মা-মা, বা-বা, দা-দা এভাবে শব্দ করতো- এখন সে কয়েকটি শব্দ ব্যবহার করে কথা বলতে পারে। শুধু তাই নয়, প্রশান্ত এখন হাঁটতে পারে, দৌঁড়াতে পারে, কথা বলতে পারে যা কয়েক মাস আগেও তার পক্ষে করা সম্ভব ছিল না। প্রশান্তর মতো বয়স বাড়ার সাথে সাথে প্রতিটি শিশুই ধীরে ধীরে কিছু ক্ষমতা অর্জন করে যা তার কথা ও কাজে প্রকাশ পায়।

ঘটনাটি থেকে আমরা কী বুঝতে পারছি?

শারীরিক বিকাশের সাথে প্রশান্তর চলাফেরা ও কথা বলার পরিবর্তন ঘটেছে।

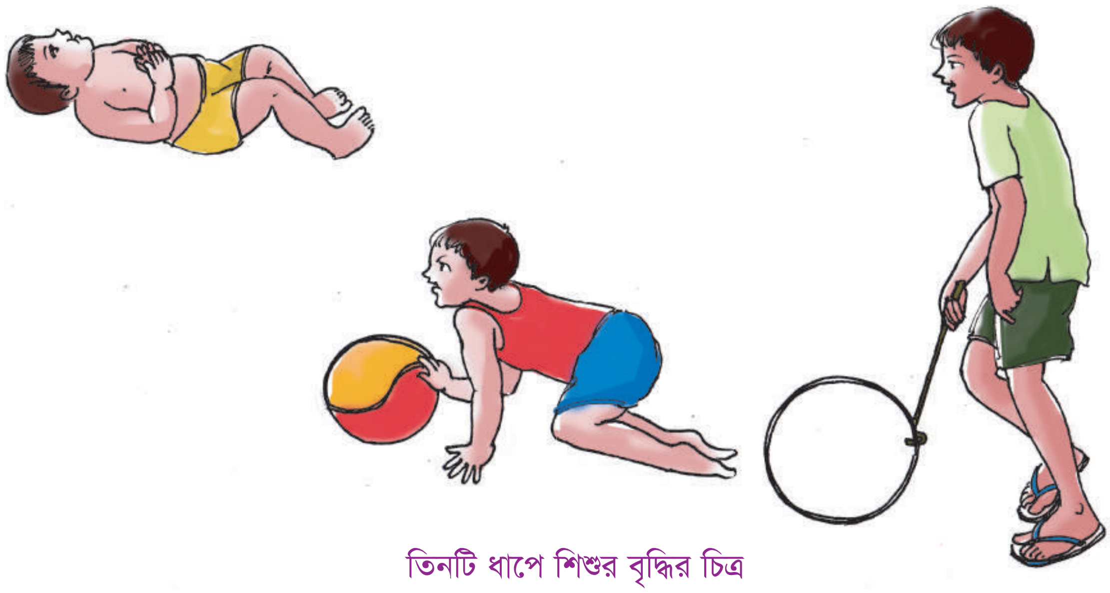
নিচের চিত্রগুলো লক্ষ করি -

শিশু হামাগুড়ি দিচ্ছে



কোনো কিছুকে আশ্রয় করে শিশু দাঁড়াতে পারছে

শিশু হাঁটতে পারছে



তিনটি ধাপে শিশুর বৃদ্ধির চিত্র

চিত্রগুলো থেকে আমরা শিশুর কী কী ধরনের শারীরিক বিকাশ বা পরিবর্তন লক্ষ করছি?

- বয়স বৃদ্ধির সাথে সাথে শিশু হামাগুড়ি দিতে পারছে।
- বয়স বৃদ্ধির সাথে সাথে শিশু কোনো কিছুকে আশ্রয় করে দাঁড়াতে পারছে।
- বয়স বৃদ্ধির সাথে সাথে শিশু হাঁটতে পারছে।

বড়দের জুতা পায়ে দেওয়া শিশুর ছবি

তাহলে শিশুর শারীরিক বিকাশ বলতে আমরা বুঝবো শিশুর বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের আকার ও আকৃতির পরিবর্তন। যেমন- দেহের আকার, চেহারা, শরীরের বিভিন্ন কাজ যেমন- হৃদস্পন্দন, শ্বাস-প্রশ্বাস, খাদ্য গ্রহণ, দেখা, শোনা, স্পর্শ করা, হাঁটা, দৌড়ানো, শারীরিক স্বাস্থ্য ইত্যাদির পরিবর্তন।

শিশুর মানসিক বিকাশ বলতে আমরা বুঝবো কোনো কিছুর প্রতি মনোযোগ দিতে পারা,

বুঝতে চেষ্টা করা, মনে রাখতে পারা, চিন্তা করতে পারা, নুতন কিছু করতে পারা, সমস্যায় পড়লে সমাধান করতে পারা ।

শিশুর সামাজিক বিকাশ বলতে আমরা বুঝবো অন্যদের সাথে মিলতে পারার দতা, সমাজের রীতি-নীতির সাথে খাপ খাইয়ে চলতে পারার দতা ।

পরবর্তী পাঠে আমরা শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশের প্রাথমিক বিভিন্ন স্তর সম্পর্কে জানবো ।

পাঠ-১.২: শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশের প্রাথমিক বিভিন্ন স্তর

ঘটনাটি লক্ষ কর --

রেহেনা উচ্ছল ও চঞ্চল স্বভাবের মেয়ে। সে লেখাপড়ায়ও ভালো। সে সবসময় তার মনের কথা বাবা-মাকে বলত। পঞ্চম শ্রেণিতে ওঠার পর সে চুপচাপ হয়ে গেছে। মনে হয় তার কোনো কোনো বিষয় সে মা-বাবার কাছে লুকাতে চাচ্ছে। তার মা-বাবা মেয়ের এ বিষয় নিয়ে বেশ চিন্তিত হয়ে পড়ে। বাবা-মা ডাক্তারের শরণাপন্ন হলেন। ডাক্তার বললেন, ‘তার শারীরিক ও মানসিক দিক পরিবর্তন ঘটছে। বিকাশের এ সময়টি খুবই গুরুত্বপূর্ণ। তাই রেহেনার এ সময় বিশেষ যত্নবান হওয়া উচিত’।

- **ঘটনাটি পড়ে আমরা কী বুঝতে পারলাম ?**

রেহেনার শারীরিক পরিবর্তন ঘটছে। এ সময় নিজের শরীর ও মন ভালো রাখার চেষ্টা করতে হবে।

আমরা অনেক সময় নিজেরাই বুঝে উঠতে পারি না আমরা নবজাতক কালে, নাকি শৈশব কালে, নাকি কৈশোর বা বয়ঃসন্ধিকালে অবস্থান করছি। রেহেনার মতো জীবন চলার পথে আমাদেরও স্বাভাবিকভাবে শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশ বিভিন্ন ধাপের মধ্য দিয়ে অগ্রসর হয়। শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশের প্রাথমিক স্তরগুলো হচ্ছে :

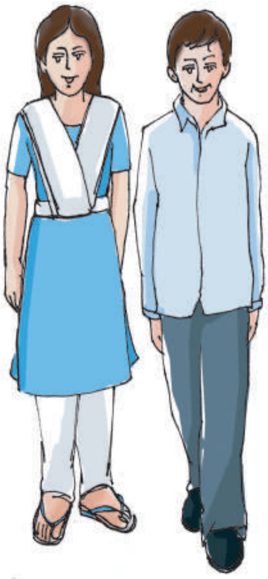
- নবজাতক কাল
- শিশুকাল বা অতি শৈশব কাল
- শৈশব কাল
- কৈশোর বা বয়ঃসন্ধিকাল

চিত্রগুলো লক্ষ করি

মায়ের কোলে নবজাতক

শিশু

বালক-বালিকা



কিশোর-কিশোরী

শিশুর জন্মের সাথে সাথে শুরু হয় নবজাতক কাল। শিশুর জন্মকাল থেকে দুই সপ্তাহ বা ১৪ দিন পর্যন্ত এ স্তরের বিস্তৃতি। এ সময়ে শিশু মায়ের শরীরের বাইরে এসে পরিবেশের সাথে খাপ খাওয়াতে শুরু করে।

শিশুর জীবনে বিকাশের দ্বিতীয় ধাপ হচ্ছে অতিশৈশব কাল। এ ধাপের সময়সীমা ২ সপ্তাহ থেকে ২ বছর পর্যন্ত। এ বয়সের শিশুরা বসতে পারে, একা একা খেতে পারে, কথা বলতে পারে এবং খেলায় অংশ নিতে পারে।

ধীরে ধীরে শিশু বড় হয়। শিশুর ২-১১ বছর বয়স পর্যন্ত শৈশব কাল। ছয় বছর বয়সের পরে সাধারণত কোনো শিশুকে মেয়ে হলে বালিকা এবং ছেলে হলে বালক বলা হয়। ১১/১২ বছরের পরে একটি মেয়েকে কিশোরী এবং একটি ছেলেকে কিশোর বলা হয়। শিশুর জীবনের এ সময়কালকে বলা হয় কৈশোর বা বয়ঃসন্ধিকাল। বয়ঃসন্ধিকালের ব্যাপ্তি ১৮ বছর পর্যন্ত। এ বয়স শিশুদের জীবনে বড় ধরনের পরিবর্তন নিয়ে আসে। বালক-বালিকার শরীর প্রাপ্তবয়স্ক শরীরে পরিণত হবার প্রক্রিয়া শুরু হয়ে যায়। বয়ঃসন্ধি সময়টা ছেলেদের তুলনায় মেয়েদের আগে শুরু হয়। মেয়েদের ক্ষেত্রে বয়ঃসন্ধি শুরু হয় ৯/১৩ বছর বয়স থেকে এবং ছেলেদের ক্ষেত্রে বয়ঃসন্ধি শুরু হয় ১৩/১৫ বছর বয়স থেকে। তবে কারও কারও ক্ষেত্রে এ সময়ের আগে বা পরে বয়ঃসন্ধি শুরু হতে পারে। বয়ঃসন্ধিকালে শিশুরা হঠাৎ বেড়ে ওঠে।

বয়ঃসন্ধিকালের এই সময় থেকে ছেলে ও মেয়েরা ধীরে ধীরে প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তিদের শারীরিক বৈশিষ্ট্য অর্জন করতে শুরু করে। ছেলে-মেয়েদের শারীরিক কাঠামোতে পরিবর্তন আসে। ছেলেদের শরীরের বিভিন্ন অংশে লোম গজায়, কণ্ঠস্বরের পরিবর্তন হয়, দাঁড়ি ও গোফ গজায়, বীর্যপাত হয়। মেয়েদের ঋতুস্রাব হয়।

এখন আমরা নবজাতককাল, শৈশবকাল ও কৈশোরকালে শিশুর শারীরিক বিকাশগুলো লক্ষ করি :

নবজাতককাল	*শৈশবকাল*	*বয়ঃসন্ধি বা কৈশোরকাল*
▪ সুস্থ নবজাতক জন্মের সময় চিৎকার করে কাঁদে। ▪ শ্বাস-প্রশ্বাস, খাদ্যগ্রহণ ও শরীরের অপ্রয়োজনীয় বর্জ্য নিষ্কাশনে নবজাতকের গ্রন্থি সক্রিয় হয়। ▪ ২৪ ঘন্টার মধ্যে ২০ ঘণ্টা নবজাতক ঘুমিয়ে কাটায়।	▪ শৈশবে শিশু কোনো কিছু সঠিকভাবে ছুড়তে পারে। ▪ কোনো কিছু ধরতে পারে। ▪ হাত-পা ছোড়াছুড়ি করতে পারে।	▪ ছেলেদের ও মেয়েদের শরীরের বিভিন্ন অংশে লোম গজায়। ▪ ছেলেদের বীর্জপাত শুরু হয় ও নৈশকালীন নির্গমন (সপ্নদোষ) শুরু হয়। ▪ ছেলেদের দাঁড়ি-গোফ ওঠে। ▪ ছেলে-মেয়ে সবার উচ্চতা ও ওজন বৃদ্ধি পায়। ▪ মেয়েদের স্তন বড় হয় ও মাসিক শুরু হয়। ▪ ছেলেদের কণ্ঠসরের পরিবর্তন হয়।

বয়ঃসন্ধিকালে ছেলে মেয়ের পরিবর্তন

আমরা পঞ্চম শ্রেণিতে পড়ছি। আমাদের বয়স ১০-১১ বছরের মধ্যে অথবা বেশি হবে। তার মানে হচ্ছে আমাদের বয়ঃসন্ধিকাল বা কৈশোরকাল চলছে এবং আমরা বড় হয়ে উঠছি।

কাজ: ১. ঘটনায় বর্ণিত রেহেনা শারীরিক বিকাশের কোন স্তরে রয়েছে?
২. বয়ঃসন্ধিকালে ছেলে ও মেয়েদের শারীরিক পরিবর্তনগুলোর তালিকা প্রস্তুত কর।

পাঠ - ১.৩ : শিশুর মানসিক বিকাশের ধারণা

শিশুর শারীরিক বৃদ্ধির সাথে সাথে মানসিক বিকাশও ঘটে। শিশুর মানসিক বিকাশ বলতে শিশুর বুদ্ধি বা চিন্তা শক্তির বিকাশকে বুঝায়। এ ধরনের বিকাশগুলো হলো শিশুর-

- কোনো কিছুর প্রতি মনোযোগ দিতে পারা
- স্মরণশক্তি বা কোনো কিছু মনে রাখতে পারা
- প্রাতিষ্ঠানিক ও প্রাত্যহিক জীবনের জ্ঞান
- সমস্যায় পড়লে সমাধান করতে পারা
- কৌতুহল প্রবণতা তৈরি হওয়া

- আবেগ বৃদ্ধি পাওয়া
- বিপরীত লিঙ্গের প্রতি আকর্ষণ সৃষ্টি হওয়া
- কল্পনাশক্তি তৈরি হওয়া
- সৃজনশীলতা তৈরি হওয়া
- সহনশীলতা তৈরি হওয়া
- ভাষার দতা অর্জন করা
- যুক্তি দিয়ে কোনো কিছুকে বোঝার দতা অর্জন করা ইত্যাদি

শিশুকে শারীরিক স্বাস্থ্য ঠিক রাখার পাশাপাশি মানসিক স্বাস্থ্যও ঠিক রাখতে হয় । শিশুর শরীর খারাপ থাকলে মনও খারাপ থাকে । শিশুর মন খারাপ থাকলে শিশুর স্বাভাবিক মানসিক বিকাশ ব্যাহত হবে ।

তাই শরীর সুস্থ রাখার জন্য যেমন শিশুর মন সুস্থ রাখার দরকার হয়, তেমনি মনের বিকাশকে স্বাভাবিক রাখতে শিশুর শরীর সুস্থ রাখারও প্রয়োজন হয় । এ জন্য শিশুকে মন সুস্থ রাখতে হবে ।

মন সুস্থ রাখার জন্য শিশুর করণীয়গুলো লক্ষ করি । এজন্য শিশুকে -

- পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন থাকতে হবে
- পুষ্টিকর খাদ্য গ্রহণ করতে হবে
- পরিমিত ব্যায়াম করতে হবে
- বিশ্রাম গ্রহণ ও সময় মতো ঘুমাতে যেতে হবে
- নিয়মিত খেলাধুলা করতে হবে
- হাসি-খুশি থাকতে হবে
- নিয়মিত ভ্রমণ করতে হবে
- শিামূলক বই পাঠ করতে হবে
- ধর্মীয় আচার-অনুষ্ঠান পালন করতে হবে
- কারও বিপদে সহায়তা করতে হবে
- সহমর্মিতা প্রদর্শন করতে হবে
- বয়ঃসন্ধিকালের পরিবর্তনগুলোকে স্বাভাবিক বলে মানতে হবে ।

চিত্রটি লক্ষ কর :

মানসিক / শারীরিক সুস্থতা

তাহলে এ পাঠে আমরা কী শিখলাম -

শিশুদের শারীরিক সুস্থতা মানসিক সুস্থতা আনে। শিশুর শরীর ও মনকে সুস্থ রাখতে হবে।

কাজ : তোমার কোনো খেলার সাথীর মন খারাপ হলে তুমি কী কী করবে?

পাঠ-১.৪: শিশুর মানসিক বিকাশের বিভিন্ন স্তর

শিশুর মধ্যে শারীরিক বিকাশের মতো মানসিক বিকাশও ধীরে ধীরে আসে। শিশুর জীবনে শৈশব ও কৈশোর বা বয়ঃসন্ধিকালের স্বাভাবিক মানসিক বিকাশগুলো হচ্ছে:

শৈশবকাল	বয়ঃসন্ধি বা কৈশোরকাল
▪ শৈশবকালে শিশুর মনে ভালো-মন্দের ধারণা তৈরি হয়। এজন্য আমাদেরকে বাবা-মা যে কাজকে ভালো বলেন সে কাজগুলো ভালো এবং যে কাজ করতে নিষেধ করেন সে কাজগুলো মন্দ কাজ হিসেবে বুঝতে পারে। ▪ জানার প্রতি আগ্রহী হয়। ▪ সময়, দূরত্ব, ওজন সম্পর্কে বুঝতে পারে। ▪ অন্যের উপর নির্ভরশীল থাকার ইচ্ছা জাগে। ▪ কোনো বিষয়ে ভাবতে শেখে।	▪ ছেলে-মেয়েদের সম্পর্ক নিয়ে কৌতুহল সৃষ্টি হয়। ▪ মনোযোগ, যত্ন, ভালোবাসা পাওয়ার আগ্রহ জাগে। ▪ বিপরীত লিঙ্গের প্রতি আকৃষ্ট হতে পারে। ▪ আবেগ (রাগ বা ক্রোধ, ভয়, হিংসা, হাসি, কান্না ইত্যাদি) দ্বারা চালিত হতে পারে। ▪ ভালো-মন্দ, ন্যায়-অন্যায়ের ধারণা তৈরি হয়। ▪ শৈশবের নির্ভরশীলতা কমতে থাকে। ▪ আত্মনির্ভরশীল হওয়ার ইচ্ছা জাগে।

আবেগ হচ্ছে শিশু মনের একটি অবস্থা যা বিভিন্নভাবে প্রকাশ পেতে পারে। আবেগ দুঃখের হতে পারে, আবার সুখেরও হতে পারে। রাগ বা ক্রোধ, ভয়, হিংসা, কৌতুহল, ভালোবাসা, হাসি, কান্না এসব হচ্ছে আবেগের আওতাধীন।

রাগ বা ক্রোধ, ভয় এবং হিংসা হচ্ছে শিশুর জীবনে দুঃখের আবেগ। রাগ যেকোনো বয়সের লোকের জন্য একটি অতি সাধারণ ঘটনা। রাগ প্রকাশের ধরন বড়দের এক রকম এবং আবার ছোটদের অন্যরকম হয়। মানুষ তখনই রাগ করে যখন সে যা চায় তা করতে পারে না বা কোনো কাজ করতে গিয়ে বাধাপ্রাপ্ত হয়। রাগের অন্যতম কারণ হচ্ছে হতাশা। রাগ শিশুদের বন্ধুত্ব ও ভালোবাসা থেকে বঞ্চিত করে।

প্রত্যেক মানুষের মধ্যে কম-বেশি হিংসা বিরাজমান। এটা এক ধরনের ভয় যার অর্থ হচ্ছে সে যা চায় তা যেন তার কোনো প্রতিদ্বন্দ্বী না পায়। হিংসুক শিশুর সঙ্গ পেতে কেউ আগ্রহী হয় না। হিংসুক শিশু হতাশায় ভুগতে পারে।

প্রতেক শিশুই বিভিন্ন ব্যাপারে ভয় পেতে পারে। ভয় শিশুদের জন্মগত আচরণ নয়। পরিবেশ ও পরিস্থিতিগত কারণে শিশুরা ভয় শিখে থাকে। ভয় শিশুদের শারীরিক ও মানসিক অসুস্থতা সৃষ্টি করে।

এ পাঠে আমরা কী শিখলাম

ভয়, রাগ ও হিংসা শিশুর জীবনের তিকর আবেগ। এ আবেগ শিশুরা নিয়ন্ত্রণ করতে না পারলে শিশুর মানসিক বিকাশ দুর্বল হয় এবং শিশু জীবনে উন্নতি করতে পারবে না। শিশুর সুস্থ ও স্বাভাবিক মানসিক বিকাশের জন্য এ আবেগ নিয়ন্ত্রণ দরকার।

কাজ : তোমার মনে রাগ বা ক্রোধ সৃষ্টি হলে তা তুমি কীভাবে দূর করবে?

পাঠ-১.৫: শিশুর সামাজিক বিকাশের ধারণা

সামাজিক রীতিনীতি ও আচার অনুষ্ঠানের সাথে খাপ খাইয়ে চলার দতা হচ্ছে সামাজিক বিকাশ। সামাজিক বা অসামাজিকতা কোনো শিশুর জন্মগত আচরণ নয়। ব্যক্তির প্রতি

শিশুর আচরণ কীরূপ হওয়া উচিত এবং তাদের সাথে শিশু কীভাবে খাপ খাইয়ে চলতে পারবে-এসব কিছু নির্ভর করে তার অভিজ্ঞতার ওপর ।
এখন আমরা সমাজে অনুকূল সামাজিক আচরণ ও অসামাজিক আচরণগুলো কী তা লক্ষ করি -

অনুকূল সামাজিক আচরণ	অসামাজিক আচরণ
➢ অন্যকে সাহায্য ও সহযোগিতা করতে পারা ➢ পরোপকার করতে পারা ➢ মায়া-মমতা প্রদর্শন করতে পারা ➢ সৌজন্যবোধ প্রদর্শন করতে পারা ➢ সহমর্মিতা ও সমবেদনা প্রদর্শন করতে পারা, যেমন-অন্যের দুঃখ-বেদনা, আনন্দ, যন্ত্রণা নিজে অনুভব করা, সমানুভূতি প্রকাশ করা, অন্যকে বুঝতে পারা । ➢ পারিবারিক, সামাজিক ও সাংস্কৃতিক জীবনে অংশগ্রহণ করতে পারা ➢ বন্ধুত্ব স্থাপন করতে পারা শেখে । ➢ সংহতির আদর্শ প্রদর্শন করতে পারা, ইত্যাদি ।	➢ আক্রমণাত্মক আচরণ যেমন: অপরকে আঘাত করা, গালি দেয়া, দুর্ব্যবহার করা, জখম করা ➢ স্বার্থপরতা যেমন: সাহায্য না করা, অপরকে কিছু না দেয়া ➢ আত্মকেন্দ্রিকতা যেমন: শুধু নিজেকে নিয়েই সর্বদা ভাবা ➢ ধ্বংস করার প্রবণতা যেমন: কোন কিছু অযথা ভেঙ্গে ফেলা, বই খাতা ছিড়ে ফেলা, ইত্যাদি ।

একটি শিশুকে যখন সামাজিকভাবে মেলামেশা করতে হয় তখন সে শিশুর জন্য মেলামেশার সুযোগ থাকতে হবে। বিদ্যালয়ে প্রবেশ করার আগেই শিশুর জীবনে সামাজিকতার প্রভাব দেখা যায় এবং এ প্রভাবের মূলে রয়েছে শিশুর পরিবারবর্গ ও প্রতিবেশী। কৈশোর জীবনের সামাজিকতা ছেলে-মেয়েদের জীবনে খুবই গুরুত্বপূর্ণ। কেননা, এ সামাজিকতা শিশুর বয়ঃপ্রাপ্তির পথে সহায়ক ।

শৈশব ও কৈশোরে শিশুর সামাজিক বিকাশগুলো হচ্ছে-

শৈশবকাল	কৈশোরকাল
▪ শিশুরা দলে মেশার ফলে সামাজিক আদান-প্রদান, ভালো কাজে প্রতিযোগিতা করা শেখে। ▪ ছেলে-মেয়ে অনুযায়ী সামাজিক ভূমিকা রাখতে পারে।	▪ সামাজিকভাবে দায়িত্বপূর্ণ আচরণের আগ্রহ জাগে। ▪ নিজের মতামত প্রকাশ করতে চায়। ▪ প্রাপ্ত বয়স্কদের মতো আচরণ করার আগ্রহ জাগে। ▪ ঝুঁকিপূর্ণ বা দুঃসাহসিক কাজে অংশগ্রহণের আকাঙ্খা জাগতে পারে।

শিশুর সামাজিক বিকাশে সহায়ক পরিস্থিতি

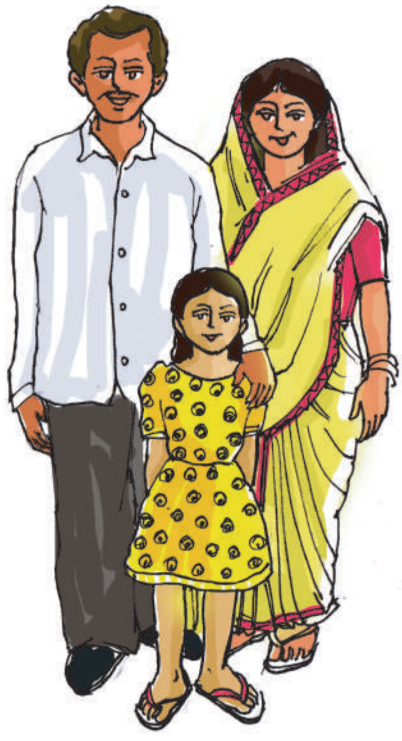
সমবয়সীদের সাথে শিশুরা

শিশুর সামাজিক বিকাশের বিভিন্ন স্তর

পরিবার থেকে শিশুর সামাজিকীকরণ শুরু হয়। আমরা প্রত্যেকে কোনো না কোনো পরিবারে বাস করি। একটি বাড়িতে মা-বাবা, ভাইবোন আরও অন্যান্য সদস্য একসাথে বসবাস করলে পরিবার বলে। কয়েকটি পরিবার মিলে হয় একটি সমাজ। এছাড়া বিদ্যালয়, মসজিদ, মন্দির, পাঠাগার ইত্যাদি সমাজেরই অংশ।

পরিবার শিশুদের খাদ্য, বস্ত্র, আরামের চাহিদা মেটায়, নিরাপদ পরিবেশ ও সহায়তা দেয়। শিশুদের প্রয়োজন মেটাতে খাদ্যশস্যের জন্য কৃষক, বস্ত্রের জন্য তাঁতি, চিকিৎসার জন্য ডাক্তার, শিক্ষার জন্য শিক্ষক এভাবে সমাজের বিভিন্ন পেশার মানুষ শিশুর সাহায্যে এগিয়ে আসে। সমাজের এ সহযোগিতা ছাড়া শিশুর একার পক্ষে চলা সম্ভব হয় না। এভাবে শিশুরা পরিবারের যেমন একজন সদস্য, তেমনি সমাজেরও একজন সদস্য।

পরিবারের পর শিশুদের বড় একটা সময় সমবয়সীদের সাথে কাটাতে হয়। নানারকম আলাপ-আলোচনা শিশুরা বন্ধুদের সাথে করতে পারে। খেলাধুলাও করতে পারে। মা-বাবার স্নেহ ও নির্দেশনা শিশুদের নিরাপত্তা দেয়। কিন্তু সামাজিক বিভিন্ন দতার জন্য শিশুদের সমবয়সীদের সাথেও মেলামেশার দরকার হয়।



শিশু ও পরিবার

একে অন্যকে সাহায্য করতে, মতামত ও ধারণা আদান-প্রদান করতে, কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করতে হয়। বিপদে-আপদে একে অন্যকে সাহায্য করতে হয়। শিশুরা দলীয় মেলামেশায় যে সব দতা অর্জন করে সেগুলো হচ্ছে- ভাষার দতা বৃদ্ধি, পরিকল্পনা করতে শেখা, সিদ্ধান্ত গ্রহণ করতে পারা, নেতৃত্বের গুণাবলি অর্জন ইত্যাদি।

শিশু ও স্কুল

শিশুদের উপযুক্ত সদস্য হিসেবে গড়ে তুলতে বিদ্যালয় গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে। বিদ্যালয় শিশুদের জ্ঞানের বিকাশ ঘটায়। জ্ঞান বিতরণে মুখ্য ভূমিকা রাখে শিক্ষক। শিক্ষকরা শিশুদের জ্ঞান অর্জনে সহায়তা করে, ভালো আচরণে উৎসাহিত করে, খারাপ আচরণের কুফল সম্পর্কে সতর্ক করে দেয়।

প্রতিবেশী ও আত্মীয়স্বজনের নানা ধরনের সহযোগিতা শিশুদের সামাজিক বিকাশকে এগিয়ে নিয়ে যেতে পারে। যেকোনো অনাকাঙ্খিত পরিস্থিতিতে শিশুরা নির্ভর করা যায় এমন প্রতিবেশী ও আত্মীয়ের সাথে খোলামেলা আলোচনা করতে পারে। এতে শিশুরা জীবনের হতাশা কাটিয়ে উঠতে পারে, বিপদকে মোকাবেলা করতে শিখে, বিশৃঙ্খল আচরণে জড়িয়ে পড়ে না, সর্বোপরি সমাজের সাথে খাপ খাইয়ে চলতে পারে।

তাহলে এ পাঠে আমরা কী শিখলাম -

শিশুদের সামাজিক বিকাশে পরিবার, সমবয়সী, সহপাঠী, শিক্ষক, প্রতিবেশী ও আত্মীয় গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে।

কাজ: ১. শিশুর সামাজিক বিকাশের বিভিন্ন ক্ষেত্রগুলো কী কী?
২. শিশুর সামাজিক বিভিন্ন দক্ষতার তালিকা প্রস্তুত কর।

কর্মপত্র (Activity Sheet)

কাজ - ১

নিচের ছকটি পূরণ কর

নং	বয়ঃসন্ধিকালে শিশুর শারীরিক পরিবর্তন	
	মেয়েদের শারীরিক পরিবর্তন	ছেলেদের শারীরিক পরিবর্তন
(১)		
(২)		
(৩)		

কাজ-২

সুস্থ শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক বিকাশ শিশুর জীবনে কী কী সুবিধা নিয়ে আসে? ৩টি সুবিধা উল্লেখ করো ।

নং	সুস্থ শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক বিকাশে শিশুর জীবনে সুবিধা
(১)	
(২)	
(৩)	

অনুশীলনী

১. শূন্যস্থান পূরণ

ক. জন্ম থেকে মৃত্যু পর্যন্ত শিশুর বিকাশ হয় _____ভাবে ।

খ. সমস্যায় পড়লে সমাধান করতে পারা_____বিকাশের লক্ষণ ।

গ. শিশুর জন্মের পর থেকে_______পর্যন্ত নবজাতক কাল ।

ঘ. শিশুর সুস্থ ও স্বাভাবিক মানসিক বিকাশের জন্য _____নিয়ন্ত্রণ রাখা দরকার ।

ঙ._______থেকে শিশুর সামাজিকীকরণ শুরু হয় ।

২. মিল করণ

ক. ১০/১৫ বছর বয়স থেকে	শৈশব কাল
খ. শিশুর জীবন বিকাশের দ্বিতীয় ধাপ হচ্ছে	নবজাতক কাল
গ. পঞ্চম শ্রেণির শিক্ষার্থীদের জীবন বিকাশের ধাপটি	বাল্যকাল
ঘ. দিনে ২০ ঘন্টা ঘুমালে ধরে নিতে হবে সেটি	শিশুকাল
ঙ. শিশুর পাঁচ বছরবয়স পর্যন্ত তার	কৈশোরকাল

৩. বহুনির্বাচনি প্রশ্ন

i. iii. iv . শিশুর শারীরিক বিকাশ বলতে বুঝায়-

ক. কোন কিছুর প্রতি মনোযোগ দিতে পারা
খ. শরীরের আকার আকৃতির পরিবর্তন হওয়া
গ. সৌজন্যবোধ প্রদর্শন করা
ঘ. ভাষার দক্ষতা অর্জন হওয়া

ii. একটি শিশু ঘনঘন অসুস্থ হয়ে পড়লে তার যে বিকাশ ব্যাহত হতে পারে তা হলো-

ক. শারীরিক বিকাশ
খ. মানসিক বিকাশ
গ. সামাজিক বিকাশ
ঘ. শারীরিক বৃদ্ধি

৪. নিচের অনুচ্ছেদটি পড় এবং i. ও ii. নং প্রশ্নের উত্তর দাওঃ

বীথির বয়স ১১ বছর। নিজের মধ্যে ও এক ধরনের শারীরিক পরিবর্তন লক্ষ করছে। মা-বাবাকে সব কথা খুলে বলতে পারছে না বলে সে এক ধরনের হীনমন্যতায় ভুগছে।

i. বীথি শারীরিক বিকাশের কোন স্তরে অবস্থান করছে?

ক. শিশুকাল

খ. শৈশব কাল

গ. বাল্যকাল

ঘ. বয়ঃসন্ধিকাল

ii. বীথির এই হীনমন্যতা থেকে বের হয়ে আসতে হলে দরকার-

ক. আপনজনদের কাছে সমস্যা খুলে বলা

খ. আপনজনদের সহানুভূতি প্রদর্শন করতে পারা

গ. আপনজনদের কাছ থেকে নির্দেশনা পাওয়া

ঘ. আত্মীয়দের কাছ থেকে সাহায্য পাওয়া

দ্বিতীয় অধ্যায়

শিশুর বৃদ্ধি ও বিকাশে বাধা

প্রতিটি শিশুর সুস্থ ও স্বাভাবিক বিকাশের জন্য বিশেষ পরিচর্যা ও সহায়তার প্রয়োজন হয়। কিন্তু শিশুর উপর যে কোনো ধরনের শারীরিক ও মানসিক নির্যাতন চালানো হলে শিশুর সুস্থ ও স্বাভাবিক বিকাশ বাধাগ্রস্ত হয়। তাই যে কোনো প্রকার নির্যাতনের কবল থেকে শিশুকে রা করার দায়িত্ব শিশুর নিজের, পরিবার, সমাজ ও রাষ্ট্রের। শিশু অধিকার ও নিরাপত্তার বিষয়টি জাতীয় ও আন্তর্জাতিক পর্যায়ে স্বীকৃত হলেও শিশুরা প্রতিনিয়ত নিরাপত্তার সুযোগ থেকে বঞ্চিত হচ্ছে। একটি পরিবারে বড়দের পক্ষে শিশুর সার্বক্ষণিক নিরাপত্তা বিধানও সম্ভব হয় না। তাই শিশুকেই এসব বাধা মোকাবেলায় করণীয় শিখতে হবে এবং কীভাবে অনাকাড়িখত পরিস্থিতি থেকে নিজেকে রক্ষা করতে হয় তার কৌশল জানতে হবে। এ অধ্যায়ে আমরা শিশুর শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক বিকাশে সম্ভাব্য বাধা ও তার প্রতিকার সম্পর্কে জানবো।

বাল্য বিবাহ

অপরিচিত লোক শিশুকে নিয়ে যাচ্ছে

এ অধ্যায় পাঠ শেষে আমরা -

- শিশুর শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক বৃদ্ধি ও বিকাশের বাধাসমূহ চিহ্নিত করতে পারব।
- শিশুর শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক বৃদ্ধি ও বিকাশের বাধা মোকাবেলায় করণীয় ব্যাখ্যা করতে পারব।
- শিশুর শারীরিক বৃদ্ধি এবং মানসিক ও সামাজিক বিকাশের বিভিন্ন দিক সম্পর্কে সচেতন হব।
- শিশুর বৃদ্ধি ও বিকাশের বাধাসমূহ সম্পর্কে সচেতন হব।
  নিজের প্রতি যত্নশীল হব।
- বৃদ্ধি ও বিকাশ সম্পর্কিত সম্ভাব্য ঝুঁকি অন্যকে জানাতে পারব।

পাঠ ২.১ ও ২.২ শিশুর শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক বিকাশে বাধা

ঘটনা তিনটি লক্ষ করি-

ঘটনা : ১

রাহেলা শ্রেণিকে চুপচাপ বসে থাকে। পড়ালেখায় তার মনোযোগ নেই। শিক্ষক এর কারণ জিজ্ঞাসা করলে সে কেঁদে ফেলে। রাহেলা বলে, 'বাবা আমার বিয়ে ঠিক করেছে। কিন্তু আমি এখন বিয়ে করতে চাই না।' রাহেলা কয়েকদিন যাবত দুশ্চিন্তাগ্রস্ত, অথচ কাউকে বিয়ের কথা বলতে বা বুঝাতে পারছে না।

শিক্ষক রাহেলার মন খারাপের কারণ জানতে চাচ্ছে

ঘটনঃ ২

রেখা পঞ্চম শ্রেণিতে পড়ে। সুমন রেখার প্রতিবেশী। সে কলেজে পড়ে ও বাবার ঔষধের দোকানে মাঝে মাঝে বসে। সুমন রেখার বাসায় এসে প্রায়ই রেখাকে পড়া বুঝিয়ে দেয়। রেখার মা তাতে খুব খুশি। রেখার বার্ষিক পরীক্ষা সামনে। একদিন সুমন কঠিন কোনো অংক বুঝিয়ে দেবেন বলে রেখাকে দোকানে আসতে বলে। রেখাও অংক কষতে তার দোকানে যায়। সুমন রেখাকে দোকানে বসতে দেয়। এক পর্যায়ে সুমনের মাথায় খারাপ চিন্তা আসে। সে রেখার হাত ধরে এবং কাছে আসতে চায়। রেখা তাকে ছেড়ে দেবার জন্য সুমনকে মিনতি করে। তাতেও কাজ না হওয়ায় রেখা চিৎকার করলে সুমন তাকে ছেড়ে দেয়। রেখা কাঁদতে কাঁদতে বাসায় ফিরে আসে। রেখার মা জিজ্ঞাসা করলে সে বলে, 'সুমন ভাই আমাকে মেরেছে'। ঘটনাটি স্মরণ করলে তার মন খারাপ হয়।

রেখা মায়ের সামনে কাঁদছে

বিদ্যালয়ে যাওয়ার পথে যৌন হয়রানী

ঘটনা : ৩

মজিদ পঞ্চম শ্রেণিতে পড়ে। একদিন ছুটি শেষে বাড়ি ফেরার পথে অপরিচিত একজন লোক বলল সে তার বাবার ঘনিষ্ঠ বন্ধু। লোকটি মজিদকে একটি ফুল দিয়ে তার সাথে যেতে বলল। বাবার ঘনিষ্ঠ বন্ধু মনে করে মজিদ তার সাথে গেল। পথে লোকটি তাকে চানাচুর কিনে দিল। চানাচুর খাওয়ার কিছুক্ষণ পর মজিদ অজ্ঞান হয়ে পড়ে। অতঃপর লোকটি তাকে নিয়ে অজানা উদ্দেশ্যে রওয়ানা দিলো।

শিশু পাচার বা অপহরণ করার প্রলোভন

ঘটনা ৩টি থেকে আমরা কী বুঝতে পারলাম -

- শিশুরা বাল্যবিবাহের ঝুঁকিতে রয়েছে।
- শিশুরা যৌন নিপীড়ন কিংবা যৌন হয়রানির ঝুঁকিতে রয়েছে। আত্মীয়, পরিচিত অথবা অপরিচিত মহিলা অথবা পুরুষ, সমবয়সী বা বয়সে বড় ছেলে অথবা মেয়ে যে কেউ শিশুকে যৌন নির্যাতন করতে পারে।
- শিশুরা অপহরণ বা পাচার হওয়ার ঝুঁকিতে রয়েছে। অপহরণকারী বা পাচারকারীরা লোভ বা ভয় দেখিয়ে, প্রতারণা বা জোরপূর্বক ধরে নিয়ে দেশের ভিতরে বা দেশের বাইরে শিশুদের বিক্রি করে দিতে পারে।

কাজ: শারীরিক ও মানসিক বিকাশে আমরা আর কী কী বাধার সম্মুখীন হতে পারি তা ভেবে বল।

আমরা কি কখনো ভেবে দেখেছি যে এ রকম পরিস্থিতিতে আমরাও পড়তে পারি। এসব ঘটনায় শিশুর মনের কষ্ট শরীরের আঘাতের চেয়ে অনেক বেশি গভীর এবং তা দীর্ঘস্থায়ী হয়। কোনো শিশু এমন ঘটনায় পড়লে শিশুর জন্য প্রয়োজন হয় মানসিক সহযোগিতা। এ সহযোগিতা আমরা তাকে দিব।

এবার এসো আমরা জানি কী কী কারণে শিশুর মানসিক ও সামাজিক বিকাশ বাধাগ্রস্ত হতে পারে:

- দুঃখ-বেদনা-অপমান।
- পরিবারে বাবা-মায়ের ঝগড়া, দ্বন্দ্বমূলক আচরণ, আলাদা থাকা, বাবা-মায়ের বিচ্ছেদ।
- নজের বিপদ বা নিপীড়ন যেমন- বাল্যবিবাহ, যৌতুক, এসিড নিপে, শিশুশ্রম, যৌন হয়রানি, যৌন নিপীড়ন, উত্ত্যক্ত করা, পাচার ইত্যাদি।
- প্রিয়জনের বিপদ বা নিপীড়নের কোনো ঘটনা।
- শ্রেণিকক্ষে শিকদের বৈষম্যমূলক আচরণ।
- অপুষ্টি,অতিরিক্ত কাজের চাপ।
- আতঙ্কগ্রস্ত হওয়া।
- দুঃচিন্তা।
- কাঙ্খিত ইচ্ছা পূরণ না হওয়া।

পরবর্তী পাঠে আমরা মানসিক ও সামাজিক বিকাশের বাধা মোকাবেলায় শিশুর করণীয় সম্পর্কে জানবো।

পাঠ: ২.৩ ও ২.৪: মানসিক ও সামাজিক বিকাশের বাধা মোকাবেলায় করণীয়

ঘটনা দু'টি লক্ষ করি :

ঘটনা : ১

সুমাইয়া ১০ বয়সের একটি মেয়ে। সে পঞ্চম শ্রেণিতে পড়ে। সীমান্ত সুমাইয়ার দূর সম্পর্কের আত্মীয়। সীমান্ত মাঝে মাঝে তাকে পড়া বুঝিয়ে দিত। কিন্তু পড়তে বসলে সীমান্ত প্রায়ই সুমাইয়ার গায়ে হাত রাখত। সুমাইয়া লজ্জায় সীমান্তকে কিছু বলতে পারত না। একদিন সুমাইয়ার বাবা-মা বাসায় ছিলেন না। সীমান্ত সুমাইয়াকে একা পেয়ে জড়িয়ে ধরতে চাইলে সুমাইয়া চিৎকার করে উঠে। সীমান্তও তাকে ছেড়ে দেয়। সুমাইয়া বিষয়টি নিয়ে চুপ থাকেনি। বাবা-মাকেও বিষয়টি খুলে বলে। বাবা-মা বলে, 'এ ঘটনায় সীমান্তই দায়ি। তুমি দায়ি নও'।

ঘটনা ২:

জুলেখা পঞ্চম শ্রেণিতে পড়ে। তার মন খুব খারাপ। কেননা, জুলেখার বাবা-মা তার বিয়ে ঠিক করেছে। বিয়ে বন্ধ করার জন্য জুলেখা সহপাঠীদের সাহায্য ও সহযোগিতা চায়। সহপাঠীরাও জুলেখার সহযোগিতায় এগিয়ে আসে। সহপাঠীরা জুলেখার বাবা-মার সাথে দেখা করে এ ঘটনার তীব্র প্রতিবাদ জানায় এবং বলে, 'বাল্যবিবাহ প্রতিরোধে দেশে আইন রয়েছে। কোনো মেয়ের ১৮ বছর এবং ছেলের ২১ বছর পূর্ণ না হলে বিবাহ বন্ধনে আবদ্ধ হওয়া বা বিয়ে দেওয়া শাস্তিযোগ্য অপরাধ।' অতঃপর জুলেখার বাবা-মা জুলেখার বিয়ে দেওয়া থেকে বিরত থাকে।

ঘটনা ২টি থেকে আমরা কী বুঝতে পারলাম?

সুমাইয়া বিপদ থেকে বাঁচতে চিৎকার করছে। ঘটনাটি আপনজনকে খুলে বলেছে। বাল্যবিবাহ প্রতিরোধে দেশে আইন রয়েছে।

চিত্রগুলো লক্ষ করি এবং বিপদে করণীয় সম্পর্কে জানি

বিপদে পড়লে দৌঁড়ে পালানো

না' বলতে পারা

খারাপ আচরণ সম্পর্কে আপনজনকে বলা

নির্যাতনের সময় মন্দ আচরণকারীকে চিনেয়ে দিচ্ছে শিশু

এবার এসো মানসিক ও সামাজিক বিকাশের বাধা মোকাবেলায় আমাদের করণীয় সম্পর্কে জানি :

- মানসিক ও সামাজিক বিকাশকে বাধাগ্রস্ত করে এমন কারণসমূহ চিহ্নিত করতে হবে ।
- কারণগুলো দূর করার ব্যবস্থা করতে হবে ।
- দৃঢ় মনোবল বজায় রাখতে হবে ।

- ধৈর্য্যধারণ করতে হবে ।
- না' পাওয়ার বেদনাকে বাদ দিতে হবে
- কেউ বিরক্ত করলে রাগ না করে সমঝোতায় আসতে হবে
- অনৈতিক আচরণ থেকে মুক্ত থাকার জন্য নির্ভর করা যায় এমন কারও সাথে আলোচনা করতে হবে
- বৈষম্যমূলক আচরণে মন খারাপ না করা - বরং যে বৈষম্যমূলক আচরণ করছে তার সাথে এ বিষয় নিয়ে সরাসরি কথা বলতে হবে
- সৎ সঙ্গ বেছে নেয়া এবং অসৎ সঙ্গ ত্যাগ করতে হবে
- কারও অনৈতিক প্রস্তাবে 'না' বলতে হবে
- শরীর ও শরীরের সীমানা সম্পর্কে জানা । কেউ যদি শরীর এমনভাবে স্পর্শ করে
- যা কিনা মন্দ স্পর্শ, সন্দেহজনক ও ভীতিজনক এবং এ ব্যাপারটি বিশ্বাসযোগ্য
- বয়স্ক কাউকে বিশেষত মা-বাবাকে জানাতে হবে
- বাড়িতে একা না থাকা
- মা-বাবাকে না বলে একাকি বা অন্য কারও সাথে কোথাও যাবে না ।

কাজ: তুমি ১০ বছরের এক কিশোরী । স্কুলে যাওয়ার পথে বখাটে ছেলেরা তোমাকে উত্ত্যক্ত করছে । এ কাজ থেকে তুমি নিজেকে কীভাবে রক্ষা করবে তা ভূমিকাভিনয় করে দেখাও ।

কর্মপত্র (Activity Sheet)

কাজ -১ (একক)

৫টি পরিস্থিতির উলেখ কর যা শিশুদের মানসিক ও সামাজিক বিকাশকে বাধাগ্রস্ত করে--

নং	শিশুর মানসিক ও সামাজিক বিকাশকে বাধাগ্রস্ত করে এমন পরিস্থিতি
(১)	
(২)	
(৩)	
(৪)	
(৫)	

কাজ-২ (একক)

শিশুদের মানসিক ও সামাজিক বিকাশের বাধা মোকাবেলায় ৫টি করণীয় উলেখ কর

নং	শিশুর মানসিক ও সামাজিক বিকাশের বাধা মোকাবেলায় করণীয়
(১)	
(২)	
(৩)	
(৪)	
(৫)	

অনুশীলনী

১. শূন্যস্থান পূরণ:

ক. কোনো ধরনের শারীরিক ও মানসিক নির্যাতনে শিশুর_____ও______বিকাশ বাধাগ্রস্ত হয়।

খ. শিশু অধিকার ও নিরাপত্তার বিষয়টি_______ও_______ পর্যায়ে স্বীকৃত।

গ. রাহেলার ঘটনাটি পড়ে বোঝা যায় যে সে______ও ______ বাধার সম্মুখীন।

ঘ. জুলেখার ঘটনাটি প্রমাণ করে যে ______ ও ______ফলেই বন্ধুরা তাকে বাল্যবিবাহ থেকে মুক্ত করেছে।

ঙ. অনৈতিক আচরণ থেকে মুক্ত থাকার জন্য _____লোকের সাথে _____ করতে হবে।

২. মিল করণ:

ক. শিশুর মানসিক ও সামাজিক বিকাশে বাধা দেয়	যৌন হয়রানির ঝুঁকিতে আছে
খ. রেখার ঘটনাটি প্রমাণ করে শিশুরা	অপহরণের ঝুঁকিতে আছে
গ. মজিদের ঘটনাটি প্রমাণ করে শিশুরা	শারীরিক ও মানসিক নির্যাতন
ঘ. শিশুর নিরাপত্তার দায়িত্ব	দুঃখ, বেদনা, অপমান
ঙ. অনৈতিক প্রস্তাবে ‘না’ বললে	পরিবার, সমাজ ও রাষ্ট্রের

৩. বহুনির্বাচনি প্রশ্ন

i. মানসিক ও সামাজিক বিপদ থেকে বাঁচতে হলে প্রয়োজন-

ক. ধৈর্য্যধারণ করা
খ. সহনশীল হওয়া
গ. ভীত হওয়া
ঘ. রাগান্বিত হওয়া

ii. রাহেলার ঘটনাটি প্রমান করে যে-

ক. সমাজে বাল্যবিবাহের প্রচলন আছে
খ. রাহেলা সমস্যা সমাধানে অপারগ
গ. রাহেলা সমস্যা চিহ্নিত করতে পারছে
ঘ. সমাজ পরিবর্তন হচ্ছে

৪. নিচের অনুচ্ছেদটি পড় এবং i. ও ii. নং প্রশ্নের উত্তর দাও

আদৃতা পঞ্চম শ্রেণিতে পড়ে। একদিন বিকালবেলা খেলার মাঠে ওর বান্ধবীর বড় ভাই তার গায়ে এমনভাবে স্পর্শ করে যা মন্দ স্পর্শ। আদৃতা অসম্ভব ভয় পেয়ে যায়।

i. আদৃতার প্রতি আচরণটিকে বলা যায়-

ক. শারীরিক নির্যাতন
খ. মানসিক নির্যাতন
গ. সামাজিক নির্যাতন
ঘ. যৌন নির্যাতন

ii. আদৃতার এই পরিস্থিতিতে করণীয় ছিল-

ক. এই অনৈতিক প্রস্তাবে 'না' বলা
খ. নির্ভরযোগ্য ব্যক্তির কাছে সাহায্য চাওয়া
গ. ধৈর্য্যধারণ করা
ঘ. মা-বাবার সাহায্য চাওয়া

তৃতীয় অধ্যায়

শিশু অধিকার

প্রতিটি শিশু জ্ঞান-বুদ্ধি এবং বিশেষ কিছু প্রবণতা নিয়ে জন্মগ্রহণ করে। পারিবারিক নিরাপত্তা ও সঠিক পরিচর্যার মাধ্যমে শিশুরা নিজেদের বিকশিত করার সুযোগ পায়। কিন্তু শৈশবে বিভিন্ন কারণে শিশুর নিরাপত্তা বিঘ্নিত হতে পারে। যেমন-অপুষ্টি ও রোগের কারণে শিশু স্বাস্থ্যহীন হয়ে পড়তে পারে। শিক্ষার অভাবে অজ্ঞতায় ডুবে থাককেতে পারে। নিপীড়ন ও নির্যাতনে শিশুর শারীরিক ও মানসিক বিকাশ বাধাগ্রস্থ হতে পারে। আবার নিরাপদ আশ্রয়ের অভাবে শিশু পরিবার ও সমাজের প্রতি আস্থা হারিয়ে ফেলতে পারে। শিশুদের এ দুর্ভোগ ও তাদের প্রতি অন্যায়-অবিচার, নিপীড়ন, নির্যাতন রোধ করার জন্য রয়েছে শিশু অধিকার সনদ। জাতিসংঘ শিশু অধিকার সনদে শিশুদের মানবাধিকার এবং সকল শিশু যেন সেসব অধিকার অর্জন করতে পারে তার নিশ্চয়তার বিধান করা হয়েছে। এ সনদে প্রধানত বর্ণিত হয়েছে -

- শিশুরা বৈষম্যহীনভাবে মৌলিক অধিকার ভোগ করতে পারে এমন কিছু মানবাধিকার
- শিশুদের পূর্ণমাত্রায় বিকাশের অধিকার;
- কুপ্রভাব, নির্যাতন ও শোষণ থেকে নিরাপদ থাকার অধিকার;
- পারিবারিক, সাংস্কৃতিক ও সামাজিক জীবনে পুরোপুরি অংশগ্রহণের অধিকার;

এসব অধিকার শিশুর মানবিক মর্যাদা ও সুষম বিকাশের জন্য অপরিহার্য। এ অধ্যায়ে আমরা শিশুর পূর্ণমাত্রায় বিকাশের অধিকার ও পারিবারিক, সাংস্কৃতিক জীবনে পুরোপুরি অংশগ্রহণের অধিকার সম্পর্কে জানতে পারব।

শিশুর শিক্ষা

অন্যের সাথে শিশুর বন্ধুত্বের সম্পর্ক

শিশুর সাংস্কৃতিক কর্মকান্ড

এ অধ্যায় পাঠ শেষে আমরা-

- শিশুর বিকাশ সংশ্লিষ্ট অধিকারসমূহ (যেমন- জীবনযাত্রার মান ও প্রাপ্তি, ভোগ, অবকাশ যাপন, বিনোদন ও সাংস্কৃতিক কর্মকান্ড) ব্যাখ্যা করতে পারব।
- শিশুর অংশগ্রহণ সংশ্লিষ্ট অধিকারসমূহ (স্বাধীনভাবে কথা বলা, অন্যদের সাথে সম্পর্ক গড়ে তোলা, তথ্য জানা, পাওয়া ও প্রকাশের অধিকার) ব্যাখ্যা করতে পারব।
- শিশুর বিকাশ ও অংশগ্রহণ সংশ্লিষ্ট অধিকার সম্পর্কে সচেতন হব।
- শিশুর বিকাশ ও অংশগ্রহণ সংশ্লিষ্ট অধিকার প্রতিষ্ঠায় সচেষ্ট হব।

পাঠ ৩.১ ও ৩.২- শিশুর বিকাশের অধিকার

ঘটনা তিনটি লক্ষ করি:

ঘটনা : ১

রিক্সা চালক আবদুল করিমের বড় সন্তানের বয়স ১০ বছর। সে ৪র্থ শ্রেণিতে পড়ে। পড়াশুনায় সে খুব ভালো। দীর্ঘদিন অসুস্থ থাকায় আবদুল করিম ঠিকমতো কাজ করতে পারছে না। এ অবস্থায় তিনি তার ছেলেকে স্কুলে যাওয়া বন্ধ করে দেন এবং টেম্পোর হেলফার-এর কাজে লাগিয়ে দেয়।

ঘটনা : ২

স্কুলে আসা যাওয়ার পথে রিনা প্রায়ই একজন লোককে দেখে। ঐ লোকটি ছেলে-মেয়েদের সাথে বন্ধুত্বসুলভ আচরণ করে। স্কুলে যাতায়াতের পথে কোনো ছেলে-মেয়ে বিপদে পড়লে সে সাহায্য করে। একদিন বখাটে ছেলেরা রিনাকে খারাপ কথা বললে সে বাধা দেয় এবং রিনাকে নিজের কাছে ডেকে নেয় এবং আদর করে আইসক্রিম খেতে দেয়। একদিন সে রিনাকে পার্কে বেড়াতে যাওয়ার কথা বলে অনেক দূরে নিয়ে যায় এবং একজন অপরিচিত লোকের হাতে তুলে দেয়।

ঘটনা : ৩

পঞ্চম শ্রেণির সেকেন্ড বয় রায়হান। পড়া শেষে মায়ের কাছ থেকে ছুটি নিয়ে সে বাসার

পাশের মাঠে খেলতে যায়। খেলায় সবার সঙ্গে যোগ দিল তার বন্ধু মুজিবের ফুফাতো ভাই পিয়াল। ২৬/২৭ বছরের এ যুবকের সঙ্গে রায়হানের পরিচয় মাস পাঁচেক আগে। এরই মধ্যে পিয়াল খাতির জমিয়েছে ছোট ছেলেপুলেদের সঙ্গে। বিশেষ করে রায়হানের সঙ্গে তার বেশ ভাব। খেলা শেষে পিয়াল বলল, 'রায়হান, চলো আজকে তোমাকে আমার পোষা পাখি দেখাব'। পাখি দেখার ভীষণ নেশা রায়হানের। পিয়াল এটা ভালো করেই জানতো। তার প্রস্তাবে রায়হান রাজি হয়ে যায়। পিয়াল বাসায় নিয়ে তার উপর শারীরিক নির্যাতন চালায়। রায়হান কেঁদে কেঁদে বাসায় ফিরে আসে। রায়হান লজ্জায় কাউকে কিছু বলতে পারে না।

ঘটনা ৩টি থেকে আমরা কি বুঝতে পারছি?

- রিক্সাচালক আবদুল করিমের সন্তান শিক্ষার অধিকার থেকে বঞ্চিত হচ্ছে এবং শিশুশ্রমে নিয়োজিত হয়েছে।
- রিনা শিশুপাচারকারীদের খপ্পরে পড়েছে।
- রায়হান যৌন নির্যাতনের শিকার হয়েছে।

শিশুর জীবনে ঘটে যাওয়া এসব পরিস্থিতি জাতিসংঘের শিশু অধিকার সনদ অনুযায়ী শিশুর মর্যাদা ও স্বাভাবিক বিকাশে বাধা প্রদান করে। শিশু অধিকার সনদ অনুযায়ী প্রতিটি অধিকার শিশুর মানবিক মর্যাদা ও সুষম বিকাশের জন্য অপরিহার্য। তবে শিশুর বিকাশের অধিকারগুচ্ছের মধ্যে প্রধানত রয়েছে-

- জীবনযাত্রার মান ও ভোগের অধিকার
- অবকাশযাপন, বিনোদন ও সাংস্কৃতিক কর্মকান্ডে অংশগ্রহণ

জীবনযাত্রার মান ও ভোগের অধিকার

- বিশ্বের যেসব দেশ সনদটি অনুমোদন করেছে, তাদের দায়িত্ব হচ্ছে শিশুদের বেঁচে থাকা ও তাদের বিকাশ নিশ্চিত করা। শিশু মাত্রই খাদ্য, বস্ত্র, আশ্রয়, চিকিৎসা ও শিক্ষার সমান সুযোগ পাবে।
- সকল শিশুর জীবনের মৌলিক অধিকার রয়েছে। ছেলে শিশু, মেয়ে শিশু, জাতি,
- ধর্ম, বর্ণ, শারীরিক সামর্থ, ধনী দরিদ্র কোনো ভেদাভেদ বা বৈষম্য থাকবে না। শিশুকে সঠিক পথে চালানো ও সদুপদেশ দেওয়া প্রত্যেক বাবা-মা এবং

অভিভাবকদের দায়িত্ব ও কর্তব্য। মা-বাবা এবং অভিভাবকদের কখনো শিশুর ব্যাপারে কঠোর হওয়া উচিত নয় যাতে শিশুর মত প্রকাশের কোনো অধিকার না থাকে। শিশুর বয়স ও পরিণত বুদ্ধির কথা বিবেচনা করে তার মতামতের গুরুত্ব দিতে হবে।

- মা-বাবা অথবা শিশুর প্রতি-পালনের দায়িত্বে রয়েছে এমন লোকের দ্বারা শিশু শারীরিক অথবা মানসিক অত্যাচার, দুর্ব্যবহার কিংবা অন্য কোনো ধরনের অত্যাচার যেমন-যৌনপীড়ন, যৌন শোষণ, যৌন নিপীড়ন ইত্যাদির হাত থেকে রাষ্ট্র শিশুকে রা করার দায়িত্ব পালন করবে।

- পারিবারিক পরিবেশ থেকে বঞ্চিত হলে অথবা ঐ পরিবেশে শিশুকে রাখা সমীচীন মনে না হলে শিশুর অধিকার রায় সরকার বিশেষ ব্যবস্থা নিবে।

- যে সব কাজ শিশুর শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক বিকাশের ক্ষেত্রে বাধা হয়ে দাড়ায় সে সকল কাজ থেকে রা পাবার অধিকার শিশুর রয়েছে।

- শিশু অপহরণ, শিশুপাচার ও বিক্রয় বন্ধে সবধরনের পদপে গ্রহণ করা সরকারের দায়িত্ব।

অবকাশযাপন, বিনোদন ও সাংস্কৃতিক কর্মকান্ডে অংশগ্রহণ

শরীক রাষ্ট্রসমূহ শিশুর বিশ্রাম ও অবকাশযাপন, বয়স অনুযায়ী উপযুক্ত খেলাধুলা ও বিনোদনমূলক কর্মকান্ডে অংশগ্রহণ এবং সাংস্কৃতিক জীবন ও শিল্প, বিনোদন ও অবকাশমূলক কার্যক্রমে যথাযথ ও সমান সুযোগ থাকার ব্যবস্াকে উৎসাহিত করবে।

কাজ: আমার সমাজে শিশুর বিকাশে কী কী প্রতিবন্ধকতা রয়েছে তা ভেবে বল।

পাঠ : ৩.৩ ও ৩.৪ - শিশুর অংশগ্রহণের অধিকার

ঘটনা-১

জলি ও রিয়াজ প্রতিবেশী। একই স্কুলে জলি পঞ্চম শ্রেণিতে ও রিয়াজ নবম শ্রেণিতে পড়ে। রিয়াজ একদিন জলিকে স্কুল ফাঁকি দিয়ে চিড়িয়াখানায় গিয়ে সময় কাটানোর কথা বলে। জলি রিয়াজের দেওয়া এ প্রস্তাবটি পছন্দ করেনি। জলি রিয়াজকে বলে 'স্কুলে না গিয়ে দূরে কোথাও বেড়াতে গেলে পড়াশুনার তি হবে, বাড়িতে ফিরতে দেরি হলে বাড়ির লোকজন দুশ্চিন্তা করবে, সহপাঠীরা এভাবে বেড়াতে যাওয়াকে ভালোভাবে নেবে না, এভাবে বেড়াতে যাওয়া আমাদের জন্য নিরাপদও নয়। সুতরাং যাওয়া উচিত নয়।' রিয়াজ জলির এ কথায় রাজি হয়ে স্কুলে চলে যায়।

ঘটনাটি পড়ে আমরা কী বুঝলাম ?

- রিয়াজের প্রস্তাব জলির খারাপ লাগে এবং এ প্রস্তাব জলির তি করতে পারে
- জলি রিয়াজের প্রস্তাব সুকৌশলে এড়িয়ে গেছে
- জলি রিয়াজের প্রস্তাবকে 'না' বলেছে।

- জলি স্বাধীনভাবে কথা বলে রিয়াজের প্রস্তাবকে সুকৌশলে এড়িয়ে যেতে পেরেছে যা জাতিসংঘের শিশু অধিকার সনদ অনুযায়ী শিশুর বিকাশ যোগ্যতার সাথে সঙ্গতিপূর্ণ।
- যে প্রস্তাব আমাদের তি করতে পারে বা মন্দ মনে হয় সে প্রস্তাবকে না বলতে হবে আমাকেই, সুকৌশলে প্রস্তাব এড়িয়ে যেতে হবে এবং খারাপ লাগা প্রস্তাবকে প্রকাশ করে দিতে হবে।

শশুর বিকাশ যোগ্যতার সাথে সঙ্গতি রেখে পারিবারিক, সাংস্কৃতিক ও সামাজিক জীবনে পুরোপুরি অংশগ্রহণের অধিকার রয়েছে। শিশুর অংশগ্রহণ সংশ্লিষ্ট অধিকারগু''ছর মধ্যে প্রধানত যে অধিকারসমূহ রয়েছে-

- স্বাধীনভাবে কথা বলা,
- অন্যদের সাথে সম্পর্ক গড়ে তোলা,
- তথ্য জানা, পাওয়া ও প্রকাশের অধিকার

শিশু তার মতামত প্রকাশ করছে

শিশু অন্যদের সাথে সম্পর্ক গড়ে তুলেছে

স্বাধীনভাবে কথা বলা

প্রতিটি শিশুর স্বাধীনভাবে নিজস্ব মত প্রকাশের এবং নিজের যেকোনো বিষয় বড়দের জানানোর অধিকার রয়েছে। ৫-৬ বছর বয়স থেকেই শিশুর ভালোমন্দ বোঝার বয়স হয়। পারিবারিক, সামাজিক, সাংস্কৃতিক অনেক ব্যাপারে শিশু স্বাধীনভাবে মত প্রকাশের অধিকার রাখে। শিশুর মতামতকে গুরুত্ব দিতে হবে, যেমন- পারিবারিক বাজেট পরিকল্পনা, মেনু পরিকল্পনা, বেড়াতে যাওয়া, দ্রব্য ক্রয় ইত্যাদি ক্ষেত্রে নিজস্ব মতামত শিশু দিতে পারে এবং পরিবারকে এ ব্যাপারে গুরুত্ব দিতে হবে।

অন্যদের সাথে সম্পর্ক গড়ে তোলা

অন্য শিশুর সাথে মেলা-মেশা এবং আইনসম্মতভাবে দল গঠন বা দলে অন্তর্ভুক্ত হবার অধিকার শিশুর রয়েছে। যেমন- দল গঠন করে বেড়াতে যাওয়া, দল গঠন করে খেলাধুলা করা, যেকোনো উন্নয়নমূলক কাজ করা। তবে এ ক্ষেত্রে পিতা-মাতা বা শিক্ষকদের পরামর্শ ও নির্দেশনা নিতে হবে।

তথ্য জানা, পাওয়া ও প্রকাশের অধিকার

শিশুর স্বাধীনভাবে ভাব প্রকাশের অধিকার রয়েছে এবং সেই সাথে সীমান্ত নির্বিশেষে তথ্য জানার, বোঝার, গ্রহণ ও অবহিত করার অধিকারও তার রয়েছে।

জাতীয় ও আন্তর্জাতিক যেে কানো সূত্র থেকে তথ্য সংগ্রহের অধিকার শিশুর রয়েছে। সরকার শিশুর এ অধিকার নিশ্চিত করবে। যে সব তথ্য শিশুর সামাজিক ও সাংস্কৃতিক বিকাশের জন্য উপকারি, সরকার তা প্রচারের জন্য গণমাধ্যমকে উৎসাহিত করবে এবং তিকর তথ্য ও সামগ্রী থেকে শিশুকে রক্ষার পদক্ষেপ নিবে।

এ পাঠ থেকে আমরা কী শিখলাম ?

- অনেক সময় বাবা-মা সন্তানের চাহিদা নাও বুঝতে পারে। সেত্রে আমরা বাবা-মার কাছে চাহিদার কথা প্রকাশ করবো।
- পারিবারিক দায়িত্ব পালনে কোনো অসুবিধা থাকলে বা শারীরিক কোনা সমস্যায় পড়লে বাবা-মাকে খোলামেলা বললে পরিস্'িতির জটিলতা অনেক কম হবে।
- বাবা-মায়ের মধ্যে মতবিরোধ থাকলে তা দূর করতে ভূমিকা রাখতে পারে। আমাকে আমার বুদ্ধি বিবেচনা করে নিজের ভূমিকা আবিষ্কার করতে হবে।
- বিভিন্ন কাজের মধ্য দিয়ে সকলের সাথে সুসম্পর্ক বজায় রাখতে হবে।

শিার্থীর কাজ : শিশুর বিকাশে কোন অধিকারটি অধিক গুরুত্বপূর্ণ এবং কেন তা বলো ?

কর্মপত্র (Activity Sheet)

কাজ-১ (একক)

জাতিসংঘের সনদ অনুযায়ী দেশের সকল শিশু কি সুরক্ষা পাচ্ছে? না পেয়ে থাকলে ৩টি কারণ উল্লেখ করো।

নং	শিশু সুরক্ষা না পাবার কারণ
(১)	
(২)	
(৩)	

কাজ-২ (একক)

জাতিসংঘের সনদ অনুযায়ী শিশুর জীবনযাত্রার মান ভোগের ৩ টি অধিকার উল্লেখ কর।

নং	শিশুর জীবনযাত্রার মান ভোগের অধিকার
(১)	
(২)	
(৩)	

কাজ-৩

পরিবারে তুমি কোন কোন ক্ষেত্রে মতামত প্রদান করো। ৩টি ক্ষেত্র উল্লেখ করো।

নং	পরিবারে মতামত প্রদানের ক্ষেত্র
(১)	
(২)	
(৩)	

অনুশীলনী

১. শূন্যস্থান পূরণ

ক. জাতিসংঘ শিশু অধিকার সনদে বলা হয়েছে, শিশুরা_____ মৌলিক অধিকার ভোগ করতে পারে।

খ. আবদুল করিমের বড় সন্তান ____ অধিকার থেকে বঞ্চিত হয়েছে।

গ. অবকাশ যাপন, বিনোদন ও______ অংশগ্রহণ শিশুর অধিকার।

ঘ. শিশু অপহরণ, শিশু পাচার ও বিক্রয় বন্ধে সব ধরনের পদক্ষেপ গ্রহণ করা______দায়িত্ব।

ঙ. ______বছর বয়স থেকেই শিশুর ভালো-মন্দ বোঝার বয়স হয়।

২. মিল করণ

ক. শিক্ষার অভাবে শিশু	নিরাপত্তা বিঘ্নিত হয়
খ. অপুষ্টি ও রোগের কারণে শিশু	পরিবার ও সমাজের প্রতি আস্থা হারায়
গ. নিপীড়ন ও নির্যাতনে	স্বাস্থ্যহীন হয়ে পড়ে
ঘ. নিরাপদ আশ্রয়ের অভাবে	অজ্ঞতায় ডুবে যায়
ঙ. শৈশবে শিশুর বিভিন্ন কারণে	শারীরিক ও মানসিক বিকাশ বাধাগ্রস্ত হয়

৩. বহুনির্বাচনি প্রশ্ন

i. জাতিসংঘের সনদ অনুযায়ী শিশুর সর্বপ্রথম অধিকার কোনটি?

ক. বৈষম্যহীনভাবে মৌলিক অধিকার

খ. পূর্ণমাত্রায় বিকাশের অধিকার

গ. শোষণ থেকে নিরাপদ থাকার অধিকার

ঘ. সাংস্কৃতিক কর্মকান্ডে অংশগ্রহণের অধিকার

ii.শিশুর মৌলিক অধিকার সংরক্ষণে সর্বপ্রথম দায়িত্ব কার?

ক. পিতামাতার

খ. আত্মীয়স্বজনের

গ. সমাজের

ঘ. রাষ্ট্রের

৪. নিচের অনুচ্ছেদটি পড় এবং i. ও ii. নং প্রশ্নের উত্তর দাও:

তমালের বয়স ১২, তার বোন তনিমার বয়স ৭ বছর। তাদের মা-বাবা বাড়ির ছোট ছোট সিদ্ধান্ত গ্রহণে ওদের সাথে পরামর্শ করেন। শুধু তাই নয়, তাদের মতামতের মূল্যও দিয়ে থাকেন।

i. তমাল ও তনিমা পরিবারে কোন অধিকার সংরক্ষণ করে ?

ক. সম্পর্ক গড়ে তোলার

খ. স্বাধীনভাবে কথা বলার

গ. তথ্য জানা ও প্রকাশের

ঘ. জীবন যাত্রার মান ও ভোগের

ii. তমাল ও তনিমার মতো শিশুরা-

ক. সুস্থ পারিবারিক পরিবেশে বেড়ে ওঠে

খ. পারিবারিক ও সামাজিক জীবনে অংশগ্রহণ করতে পারে

গ. নিজেদের প্রতি আস্থা ও আত্মবিশ্বাস অর্জন করে

ঘ. অপরের সাহায্য ছাড়া বেড়ে ওঠে