সূচিপত্র

মিথ্যা বলা **১৫**

মিথ্যার সংজ্ঞা ১৫

মিথ্যা বলার ভয়াবহতা ১৬

বাচ্চারা কেন মিথ্যা বলে? ১৭

শিশুদের মিথ্যা বলা যেভাবে নিয়ন্ত্রণ করবেন ১৯

পড়াশোনায় অমনোযোগিতা **২৩**

পড়াশোনায় অমনোযোগিতা বলতে কী বোঝায়? ২৪

পাঠে অমনোযোগিতার লক্ষণ ২৪

পড়াশোনার প্রতি অনীহা দূর করার উপায় ২৫

এডিএইচডি **৩১**

তাহলে কী এই এডিএইচডি? ৩২

সচেতন পরিবার এ ক্ষেত্রে কী করতে পারে? ৩৪

এডিএইচডিতে আক্রান্ত শিশুর দেখাশোনা ৩৫

শিশুদের ঝগড়াবিবাদ **৪০**

ঝগড়াবিবাদ কখন সমস্যা হয়ে দাঁড়ায়? ৪১

ভাইবোনেরা ঝগড়া করে কেন? ৪২

বাচ্চাদের ঝগড়াবিবাদ কীভাবে সামাল দেবেন ৪৫

হীনম্মন্যতা **৫৩**

হীনম্মন্যতার লক্ষণসমূহ ৫৪

শিশুদের মাঝে হীনম্মন্যতার কারণ ৫৬

হীনম্মন্যতা যেভাবে দূর করা যায় ৫৮

আক্রমণপ্রবণতা **৬৪**

আক্রমণাত্মক আচরণের কিছু লক্ষণ ৬৫

আক্রমণাত্মক আচরণের কারণ ৬৭

আক্রমণাত্মক আচরণ দূর করার উপায় ৬৯

জেদি বাচ্চা **৭৬**

জেদ কী? ৭৬

কোন বয়সে এমনটা ঘটে? ৭৭

জেদ কি স্বাভাবিক কারণে হতে পারে? ৭৭

বাচ্চার জেদের বহিঃপ্রকাশ ৭৮

বাচ্চাদের একরোখা আচরণের কারণ ৭৯

জেদি বাচ্চাদের কীভাবে সামলানো যায় ৮২

স্বার্থপরতা **৮৯**

স্বার্থপরতা কী? ৯০

শিশুর স্বার্থপর মনোভাবের কারণগুলো ৯১

পরিত্রাণের উপায় ৯২

আত্মবিশ্বাসহীনতা **৯৬**

দ্বিধার সংজ্ঞা ৯৬

দ্বিধাদ্বন্দ্বের কারণগুলো ৯৮

দ্বিধাদ্বন্দ্বের প্রতিকার ৯৯

শিশুকে গড়ে তুলুন ১০২

বিছানা ভেজানো **১০৩**

বিছানা ভেজানোর কারণ ১০৪

বিছানা ভেজানো থেকে মুক্তির উপায় ১০৫

প্রথম অধ্যায়

মিথ্যা বলা

বাচ্চাদের নিয়ে আমাদের বাবা-মায়েরা বড় বড় যে সমস্যায় অহরহ পড়ে থাকেন, মিথ্যা বলা তার মাঝে একটি। মিথ্যা বলা শুধু যে বাচ্চাদেরই অভ্যাস তা কিন্তু নয়। আমরা বড়রাও তো কারণে-অকারণে, প্রয়োজনে-অপ্রয়োজনে কত মিথ্যা কথা বলে ফেলি। ছোটরা মিথ্যা বলবে, এটা খুব স্বাভাবিক। কিন্তু খোদ বড়রাই যখন মিথ্যা বলায় অভ্যস্ত হয়ে পড়ে, তখন সেটা মেনে নেওয়া বেশ কষ্টকর।

সাধারণত কোনো ব্যক্তি যখন পার্থিব জীবনকে অধিক প্রাধান্য দেয় কিংবা আর্থিক সংকটের ভেতর দিয়ে দিনাতিপাত করে, তখন সে একটু বেশিই মিথ্যা বলে ফেলে। আর এটাই বর্তমান সমাজের স্বাভাবিক চিত্র। আমার মতে, সমাজকে মিথ্যার কবল থেকে বাঁচাতে হলে সবার আগে নিজেদের ভেতরে কার্যকরী কিছু পরিবর্তন নিয়ে আসতে হবে।

মিথ্যার সংজ্ঞা

'বাচ্চাদের মিথ্যা বলা' বলতে আমরা বুঝে থাকি, তাদের মুখের কথা এবং কাজের মধ্যে মিল না থাকা, সত্যকে গোপন করে রাখা অথবা ভুলভাবে উপস্থাপন করা। যেমন ধরুন, আপনার দশ বছরের বাচ্চাটি খেলতে গিয়ে সোফার ওপর কালি ফেলে দিয়েছে। আপনি যখন তাকে এ বিষয়ে জিজ্ঞেস করবেন, সে হয়তো উত্তরে বলবে, 'এটা কে করেছে তা আমি কী করে বলব? আমি তো বাইরে খেলছিলাম এতক্ষণ।'

মিথ্যা বলার ভয়াবহতা

মিথ্যা কথা শোনার সাথে সাথে প্রধানত দুটি কারণে আমাদের খারাপ লাগে।

এক. বেশিরভাগ ক্ষেত্রেই দেখা যায়, কোনো অপকর্ম, ভুলত্রুটি বা ব্যর্থতাকে ধামাচাপা দেওয়ার জন্য কেউ মিথ্যার আশ্রয় নিচ্ছে। অর্থাৎ, একজন অপরাধীর অপরাধের পরিমাণ বাড়িয়ে দেওয়ার পেছনে এই মিথ্যা কথা বেশ বড় রকমের ভূমিকা পালন করে। কেননা, মিথ্যা বলার মাধ্যমে তারা প্রতিবার রেহাই পেয়ে যাচ্ছে এবং তাদের অপকর্মের ধারাবাহিকতা ধামাচাপা পড়ে যাচ্ছে। আর এভাবেই মিথ্যা বলা এক ভয়াবহ অভ্যাসে পরিণত হয়ে যায় কালের পরিক্রমায়। এই অভ্যাস পরবর্তীতে মানুষকে মারাত্মকভাবে পথভ্রষ্ট করে এবং নিকৃষ্টতম অনৈতিকতার দিকে ঠেলে দেয়।

দুই. মিথ্যা কথার সাথে প্রতারণা, চুরি, জালিয়াতির মতো অপকর্মগুলো ওতপ্রোতভাবে জড়িত। বেশ কিছু বৈজ্ঞানিক গবেষণায় দেখা গেছে, যে সকল কিশোর-কিশোরী মিথ্যা বলায় অভ্যস্ত, তারা সাধারণত চুরি কিংবা প্রতারণা মতো অপরাধের সাথে জড়িত। সত্যি বলতে কি, এগুলো কিন্তু খুব অবাক হওয়ার মতো কোনো বিষয় নয়। কারণ, ওপরে বর্ণিত সকল বদভ্যাস সঞ্চারিত হওয়ার পেছনে একটি প্রধান কারণ দায়ী। আর তা হলো বিশ্বাসঘাতকতা। এ বিশ্বাসঘাতকতা আসলে সত্যের প্রতি, কারো আস্থার প্রতি, কারো-বা বিশ্বাসের প্রতি।

এ থেকে খুব সহজেই আমরা বুঝতে পারি, কেন আমাদের নবিজি ছোট-বড়-নির্বিশেষে সব ধরনের মিথ্যা বলাকে খুব অপছন্দ করতেন। উদাহরণ হিসেবে রাসুলুল্লাহর এক সাহাবি আব্দুল্লাহ ইবনু আমিরের বর্ণিত একটি ঘটনার কথাই ধরা যাক—

একবার তার মা তাকে ডেকে বললেন, 'কাছে এসো! দেখো আমার হাতে কী আছে।'

নবিজি তাদের কাছেই ছিলেন। এ কথা শুনে তিনি ইবনু আমিরের মাকে জিজ্ঞেস করলেন, 'আপনি তাকে কী দেবেন?'

'কিছু খেজুর দেবো।'

'আচ্ছা ঠিক আছে, দিন তাহলে। তবে একটা কথা মনে রাখবেন, আপনার হাতে

যদি আজ কিছু না থাকত, তবে এই কথাটি আপনার আমলনামায় মিথ্যা হিসেবে গণ্য হতো।'[১]

মিথ্যা বলা কতটা মারাত্মক একটি বিষয় তা বোঝা যায় আম্মাজান আয়িশা রাযিয়াল্লাহু আনহার বর্ণিত আরেকটি হাদিস থেকে। তিনি বলেন, নবিজির কাছে মিথ্যার চেয়ে অপছন্দের কাজ আর কিছুই ছিল না। তার সামনে কেউ মিথ্যা বললে তিনি ব্যথিত হয়ে থাকতেন; যতক্ষণ না তিনি জানতেন, সে তাওবা করেছে।[২]

নবিজির এ অভ্যাসটি থেকেই বোঝা যায় যে, তিনি মিথ্যা বলা কতটা অপছন্দ করতেন। এমন ভালো ভালো অভ্যাস সমাজের প্রতিটি পরিবার-প্রধানের আয়ত্ত করা উচিত।

বাচ্চারা কেন মিথ্যা বলে?

কঠিন এই প্রশ্নটির উত্তর দেওয়ার আগে একটি কথা আপনাদের স্মরণ করিয়ে দিতে চাই—মিথ্যা বলা কিন্তু জন্মগত বা উত্তরাধিকার সূত্রে পাওয়া কোনো অভ্যাস নয়; বরং এটা নিজের চারপাশ থেকে আয়ত্ত করার মতো বিষয়। একটি বাচ্চা তখনই মিথ্যা বলা শেখে, যখন অন্যদের মিথ্যা বলতে দেখে। তার সামনে কেউ মিথ্যা বলে পার পেয়ে গেলে কিংবা মিথ্যা বলার দ্বারা কোনো সুযোগ-সুবিধা ভোগ করলে তার ভেতরও মিথ্যা বলার বাসনা তৈরি হয়।

শিশুরা প্রাথমিকভাবে দুটো পরিস্থিতিতে মিথ্যা বলা রপ্ত করে নেয়—

মৌখিক দক্ষতার মাধ্যমে : যে সকল শিশু বাকপটু এবং যেকোনো কথা খুব সুন্দর করে গুছিয়ে বলতে পারে, তারা সাধারণত সত্য-মিথ্যা যাচাই না করেই গল্পগুজবে মশগুল হয়ে পড়ে। দুঃখজনক হলেও সত্যি, কারো কারো ক্ষেত্রে যৌবনকালে প্রবেশের পরও থেকে যায় এই বদঅভ্যাসটি। অর্থাৎ কথার পিঠে কথা সাজাতে পারার প্রলোভনে পড়েও বাচ্চারা অনেক সময় মিথ্যা কথা বলে ফেলতে পারে।

সমৃদ্ধ ও সক্রিয় কল্পনাশক্তির মাধ্যমে : বাচ্চাদের মাঝে এই সৃজনশীল বৈশিষ্ট্য প্রায়ই

---

[১] *সুনানু আবি দাউদ* : ৪৯৯১

[২] *জামি তিরমিযি* : ১৯৭৩

দেখা যায়। যেমন ধরুন, কোনো বাচ্চা দাবি করল, আজ সে মস্ত বড় শিংওয়ালা একটি কালো বিড়াল দেখেছে। আসলে সে এমন কোনো বিড়াল দেখেনি কখনো। গত ঈদে বাসার সামনে একটি শিংওয়ালা মহিষকে জবাই করতে দেখেছিল সে। প্রখর কল্পনাশক্তির বলে কোনো একদিন হঠাৎ করে বিড়ালের মাথায় সেই মস্ত বড় শিং দুটি লাগিয়ে নিয়েছে।

প্রাথমিকভাবে এই ব্যাখ্যাগুলো দেখার পরে আমরা যেকোনো বাচ্চার মিথ্যা বলার পেছনের বেশ কিছু কারণ খুঁজে বের করতে পারব, ইনশা আল্লাহ।

এক. 'শাস্তির ভয় বা যেকোনো পছন্দের বিষয় থেকে বঞ্চিত হওয়ার আতঙ্ক'—মিথ্যা বলার পেছনে যত কারণ রয়েছে তার মাঝে একটি। এক গবেষণায় দেখা গেছে, বাচ্চাদের মিথ্যা বলার কারণগুলো হচ্ছে—

» ৭০% — শাস্তির ভয়

» ২০% — আকাশকুসুম কল্পনা

» ১০% — বোকা বানানোর জন্য বা মানুষকে ঠকানোর উদ্দেশ্যে

দুই. বাচ্চাদের বিভিন্ন আচরণের ওপর ভিত্তি করে করা বেশ কিছু গবেষণায় দেখা গিয়েছে, যেসব বাবা-মা তাদের সন্তানদের প্রতি কঠোর ও খুব সামান্য কারণেই শাস্তি দিয়ে থাকেন, তাদের সন্তানেরা অন্যদের তুলনায় দ্রুত মিথ্যা বলা আয়ত্ত করে নেয় এবং ধীরে ধীরে এটাই তাদের অভ্যাসে পরিণত হয়। তারা যত বেশি বাচ্চাটিকে সত্যবাদী হিসেবে গড়ে তুলতে চেষ্টা করেন কিংবা ভুল স্বীকার করতে বাধ্য করেন, বাচ্চাটি তত বেশি মিথ্যার আশ্রয় নিতে থাকে। এখানে বাবা-মায়ের উদ্দেশ্য ভয় দেখানো হলেও, তাদের এই কঠোরতাই শেষ পর্যন্ত বাচ্চাটিকে মিথ্যার দিকে ঠেলে দেয়। যেকোনো মুমিনেরই উচিত আমাদের রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের দেখানো পথ অনুসরণ করা। নবিজির সুন্নাহ আমাদের শিক্ষা দেয়, দয়া বা মহানুভবতার সাহায্যে যেকোনো পরিস্থিতিকে আরো সুন্দর করে তোলা সম্ভব। তবে এর অন্যথায় হলে পরিস্থিতি অধিকতর খারাপ হয়ে যায়।

তিন. বাচ্চারা মাঝে মাঝে শ্রোতাকে অবাক করে দেওয়ার জন্য মিথ্যা বলে থাকে। যেমন : সে হয়তো এমন কোনো দামি পোশাকের গল্প করে বেড়াবে যা কিনা কখনো তার কাছে ছিলই না। আবার কখনো সে হয়তো এমন কোনো খেলায়

পারদর্শিতার কথা ইনিয়ে-বিনিয়ে বলবে যা সে আদৌ পারেই না।

চার. অনেক সময় বাচ্চারা কোনো সুবিধাভোগের আশায় বা কিছু পাওয়ার আশায় মিথ্যা বলে থাকে। যেমন ধরুন, একটা বাচ্চা তার বাবা-মায়ের কাছ থেকে এই বলে কিছু টাকা নিল যে, আগামীকাল ক্লাসের জন্য শিক্ষক ওদেরকে ইচ্ছেমতো কোনো একটা জিনিস কিনে নিয়ে যেতে বলেছেন। আসলে সেই টাকা দিয়ে বাচ্চাটি তার পছন্দের কোনো চকোলেট বা খেলার জিনিস কিনতে চায়।

পাঁচ. হিংসা বা ক্রোধের বশবর্তী হয়েও বাচ্চারা অনেক সময় মিথ্যা বলে ফেলে। মনে করুন, ঘরের কোনো একটি দামি টব ভেঙে গেছে আর বাচ্চাদের মা বুঝে উঠতে পারছেন না, কে এই কাজটি করেছে। তখন হয়তো বাচ্চাটি এমন কারো নাম বলে বসল যে কাজটি করেইনি। কে এই কাজটি করেছে সেটা হয়তো এই বাচ্চাটি নিজেও জানে না। কেবল তার প্রতিপক্ষকে বিপদে ফেলার জন্য বা তাকে শাস্তি দেওয়ার উদ্দেশ্যেই সে এমন কথা বলেছে।

ছয়. অন্যের অনুকরণে মিথ্যা বলা। আমি এর আগেও বলেছি, মিথ্যা বলা এমন একটা অভ্যাস যেটা বাচ্চারা দেখে দেখে শেখে। একটি মিথ্যাবাদী শিশু তার বাবা-মা, বড় ভাইবোন, বন্ধুবান্ধব বা ক্লাসের সহপাঠীদের অনুকরণেই বারবার এই কাজটি করে থাকে। একজন তরুণ ছেলে বলেছিল, সে তার বাবা-মায়ের কাছ থেকে মিথ্যা বলা শিখেছে। ছোটবেলায় ছেলেটি না ঘুমানো পর্যন্ত তার বাবা-মা ঘুমের ভান করে শুয়ে থাকতেন আর বাচ্চাটি ঘুমিয়ে পড়লেই তারা তাদের বন্ধুর বাসায় বেড়াতে চলে যেতেন। একবার তার মা তাকে ডেকে বললেন, 'এসো, আমি আজকে তোমাকে শিশুপার্কে ঘুরতে নিয়ে যাব!'

ছেলেটি খুশিতে আত্মহারা হয়ে সঙ্গে সঙ্গে মায়ের সাথে রওনা দিলো এবং কিছুক্ষণ পর সে নিজেকে দাঁতের ডাক্তারের চেম্বারে আবিষ্কার করল।

শিশুদের মিথ্যা বলা যেভাবে নিয়ন্ত্রণ করবেন

এক. ৪-৫ বছরের একটা বাচ্চার মিথ্যা বলা নিয়ে বাবা-মায়ের আসলে খুব বেশি দুশ্চিন্তা করার কিছু নেই। এই বয়সি বাচ্চারা বাস্তবতা আর কল্পনার মাঝে পার্থক্য করতে পারে না। তার মুখ থেকে বের হওয়া প্রতিটি কথাই যে বাস্তবতার সাথে মিল থাকবে তা কিন্তু জরুরি নয়।

দুই. শিশুকে তার অপরাধ বা ভুল স্বীকার করে নেওয়ার জন্য খুব বেশি পীড়াপীড়ি করবেন না। বরং এমন কিছু প্রমাণ জোগাড় করার চেষ্টা করুন, যেন সে নিজের হয়ে সাফাই গাইতে না পারে।

তিন. বাচ্চারা মাঝে মাঝে নিজেদের এমন গুণের বর্ণনা দিয়ে থাকে, যেটা আসলে তাদের মাঝে নেই। সাধারণত বাচ্চারা এ ধরনের মিথ্যাগুলো নিজেদের হীনম্মন্যতা কাটানোর জন্য বলে বেড়ায়। যেমন : অনেক বাচ্চা নিজের বাবাকে ধনী বলে পরিচয় দিয়ে থাকে অথচ তারা খুব ভালো করেই জানে, তাদের বাবা মোটেই সম্পদশালী নন। এ ধরনের সমস্যা মোকাবেলার জন্য বাবা-মায়ের উচিত সন্তানের আত্মবিশ্বাস বাড়াতে সাহায্য করা, যেন তারা আর কখনো নিজের পিতৃপরিচয় নিয়ে মিথ্যা না বলে।

চার. বাচ্চারা কখনোই সত্যবাদী হিসেবে বেড়ে উঠতে পারবে না, যদি সে তার বাবাকে মায়ের সাথে, বড় ভাইকে ছোট ভাইয়ের সাথে, বোনকে তার বান্ধবীদের সাথে হরহামেশা মিথ্যা বলতে দেখে। বাচ্চাদের এমন পরিবেশে বড় করে তুলতে হবে, যেখানে সত্যকে দেওয়া হয় সর্বাধিক প্রাধান্য এবং সত্যকে অবলম্বন করেই সবাই সামনে এগিয়ে যায়। পরিবেশটা এমন হওয়া উচিত, যেখানে শিশুরা মিথ্যাকে একটি জঘন্য অপরাধ হিসেবে গণ্য করবে। সত্যবাদিতা শেখানোর জন্য এটিই সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ ব্যাপার।

পাঁচ. অত্যুক্তি বা বাড়িয়ে বলাও মিথ্যার মতো জঘন্য একটা বাজে অভ্যাস। এক তরুণের ভাষ্যমতে—

‘প্রায়ই শুনতাম, আমার মা তার বান্ধবীদের কাছে আমার বাবার চাকরির ব্যাপারে গল্প করছেন—তিনি একজন উচ্চপদস্থ কর্মকর্তা। প্রায়ই তাকে দেশের বাইরে যেতে হয়। মায়ের কথা শুনে আমিও আমার স্কুলের বন্ধুদের কাছে একই গল্প করতাম। আমার বন্ধুরা আমার সৌভাগ্য দেখে রীতিমতো হিংসে করত। আমি যখন কলেজে পড়ি, তখন হঠাৎ একদিন জানতে পারলাম আসল ঘটনা। আমার বাবা মোটেই উচ্চপদস্থ কোনো ব্যক্তি নন। তিনি একজন ধনাঢ্য ব্যবসায়ীর সহকারী মাত্র। সেই ব্যবসায়ীকে প্রায়ই দেশের বাইরে যেতে হয় আর বাবা তার সহকারী হিসেবে তার সাথে থাকেন।’

ছয়. বাচ্চাদের এই বিষয়টি এভাবে বোঝানো যেতে পারে—সত্য বলা মহৎ একটি গুণ। সত্যবাদী মানুষকে সবাই ভালোবাসে। যে মানুষ যত বেশি সত্য বলবে, ততই সে পুণ্যের পথে, কল্যাণের পথে এগিয়ে যাবে। এ ক্ষেত্রে নবিজির একটি কথাই যথেষ্ট—

> *সত্য কথা মানুষকে ভালো কাজের দিকে পরিচালিত করে।*[১]

হাদিসটিতে আরবি 'বির্' শব্দটি দিয়ে সবধরনের ভালো অভ্যাস বোঝানো হয়েছে।

একইসাথে বাচ্চাদের এটাও দেখানো যেতে পারে, আমরা মিথ্যাকে কতটা ঘৃণা করি এবং এর ফলাফল কতটা ভয়াবহ। একজন মা মিথ্যা বলার ভয়াবহ পরিণতি নিয়ে বিশটিরও অধিক গল্প জানতেন। তিনি এই গল্পগুলো এত চমৎকারভাবে বাচ্চাদের কাছে বর্ণনা করতেন যে, বাচ্চারা এ ধরনের আরো গল্প শোনার জন্য মায়ের কাছে বায়না ধরত। এখন তার ৯ বছর বয়সি ছেলেটি নিজেই নিজেকে বিচারক হিসেবে নিযুক্ত করেছে। যখনই ঘরের কেউ সত্যের সাথে সাংঘর্ষিক কোনো কথা বলে ফেলে, সঙ্গে সঙ্গে সে তার ভুল ধরিয়ে দেয়।

সাত. খেয়াল রাখতে হবে একটি শিশু যেন কখনোই এমনটা মনে না করে যে, মিথ্যা তাকে শাস্তি থেকে বাঁচিয়ে দিতে পারে। বরং তার মনের ভেতর এই চিন্তার বীজ বুনে দিতে হবে, সত্য বললে তার অপরাধের শাস্তি কমে যাবে। আর মিথ্যা বললে তাকে দ্বিগুণ শাস্তি পেতে হবে। অপরাধের শাস্তির সাথে তখন নতুন করে যোগ হবে সত্যকে লুকানোর শাস্তি।

আট. শিশুদের মিথ্যা বলার কারণ না জানা পর্যন্ত তাদের এই অভ্যাস থেকে সরিয়ে আনা সম্ভব হয়ে উঠবে না। শাস্তির ভয় যদি মিথ্যা বলার কারণ হয়ে থাকে, তবে আমাদের উচিত শাস্তি প্রদানের ক্ষেত্রে আরো নমনীয় হওয়া। শিশুটি যেন নিজেকে নিরাপদ মনে করে আবার একই সাথে ঘটনাটি থেকেও শিক্ষা নেয়। তাকে ভালোভাবে বুঝিয়ে বলা যেতে পারে, এ ধরনের অপরাধ পরিবারের কেউ কোনোভাবেই মেনে নেবে না। এতে করে সে ভবিষ্যতে আরো সতর্ক হয়ে উঠবে।

---

[১] *সহিহ বুখারি* : ৬০৯৪; *সহিহ মুসলিম* : ৬৫৩১

অনেক সময় বাচ্চারা অন্যকে অপমান করার উদ্দেশ্যেও মিথ্যা বলে ফেলে। এ ক্ষেত্রে তাকে মানুষের সাথে বোঝাপড়া করার, অপরকে উৎসাহিত করার এবং পরস্পরের প্রতি শ্রদ্ধা বজায় রাখার মতো বিষয়গুলো বুঝিয়ে বলা খুব জরুরি। আর বাচ্চারা যদি পরিবারের বড় কারো অনুকরণে মিথ্যা বলা শিখে নেয়, তবে আমাদের নিজেদেরই আগে সত্য বলার অভ্যাসটা আয়ত্ত করে নেওয়া উচিত। সর্বোচ্চ চেষ্টা করতে হবে আমরা যেন কখনোই মিথ্যার আশ্রয় না নিই। পরিবারের ছোট্ট সন্তানটি যদি হীনম্মন্যতা থেকে রেহাই পেতে মিথ্যার আশ্রয় নিয়ে থাকে, তখন আমরা তার ছোট্ট মনের আত্মবিশ্বাসটি আরো বাড়িয়ে দিতে পারি। আমরা চেষ্টা করব পরিবারের মাঝে ও নিজেদের মাঝেও শিশুটির ভালো দিকগুলো এবং তার অনন্য বৈশিষ্ট্যগুলো নিয়ে আলোচনা করতে। আর এভাবেই ধীরে ধীরে আমরা বাকি সমস্যাগুলোর সমাধানও খুঁজে বের করতে পারব ইনশা আল্লাহ।

নয়. কখনোই বাচ্চাদের মনে এ বিষয়টি গেঁথে দেওয়া যাবে না যে, সে একজন মিথ্যাবাদী বা বাচ্চার সমস্ত মিথ্যা আমরা ধরে ফেলেছি। মিথ্যা বলাকে অভ্যাসে পরিণত করে ফেলতে এই বিষয়টি একধরনের উদ্দীপক হিসেবে কাজ করে। বরং তাকে সত্যবাদী একজন শিশু হিসেবে মানুষের সাথে পরিচয় করিয়ে দিন। সত্য কথা বললে তার প্রশংসা করুন। আর যদি কখনো সে মিথ্যা বলেই ফেলে তবে এমন ভাব করুন, যেন সত্যবাদী শিশুটি আজ নিজের অজান্তে মিথ্যা বলে ফেলেছে। তাকে বোঝান, সবাই তার কাছ থেকে সত্যবাদিতা আশা করে। এতে ভবিষ্যতে সে আর কখনোই এমনটা করবে না।

আমি এমন অনেক মা-বাবাকে দেখেছি, যারা তাদের সন্তানদের মনে নিজের ব্যাপারে একটি ইতিবাচক, উজ্জ্বল ও সুন্দর প্রতিচ্ছবি এঁকে দিতে সক্ষম হয়েছেন। তাদের এই চেষ্টাগুলো বাচ্চাদের ভবিষ্যতের জন্য খুবই কার্যকরী ভূমিকা পালন করে। কারণ, এই বাচ্চারা একদিন নিজেই তাদের আচরণের ভুল দিকগুলো ধরতে পারবে। তখন তারা নিজেরাই সেগুলো শুধরে নেবে এবং তারা মা-বাবার আকাঙ্ক্ষা অনুযায়ী আদর্শ সন্তান হয়ে গড়ে উঠবে।