প্যারেন্টিং
সন্তান প্রতিপালনে কলা-কৌশল
প্রথম খণ্ড [অধ্যায় ১-৭]

মূল

ড. হিশাম আলতালিব

ড. আব্দুলহামিদ আবুসুলাইমান

ড. ওমর আলতালিব

ভাষান্তর

কানিজ ফাতিমা, নুরুন নাহার, কাজী তাবাসসুম, এইচ এম ওয়ালীউল্লাহ, আনিসুর রহমান, আবু সুলাইমান, ইসরাত জাহান, মায়মুনা মুসাররাত

সম্পাদনা

কানিজ ফাতিমা, রওশন জান্নাত, ফাতেমা মাহফুজ, মারদিয়া মমতাজ, জালাল উদ্দীন রুমী

BiiT
বিআইআইটি পাবলিকেশন্স

প্রকাশকের কথা

প্রত্যেক বাবা মা-ই চান তার সন্তানটি সেরাদের সেরা হোক। আলোকিত মানুষ হোক। কিন্তু কীভাবে? গুড প্যারেন্টিং...

শিশু সন্তান লালন-পালনে যে তাত্ত্বিক জ্ঞান ও বাস্তব অভিজ্ঞতা দরকার সাধারণত নতুন বাবা-মায়ের মধ্যে তা অনুপস্থিত। আর যারা আগেই বাবা-মা হয়েছেন তারাও মনে করেন যে, সন্তান জন্মানোর আগেই যদি তাঁরা প্যারেন্টিং সম্পর্কিত জ্ঞান ও কৌশল ভালোভাবে জানতে পারতেন, তাহলে সন্তানদের আরো কার্যকরী পন্থায় লালন-পালন করতে পারতেন।

মূলত সন্তানাদিকে ভালোভাবে বোঝতে পারা, তাদেরকে যথাযথভাবে হ্যান্ডেল করা এবং সে ক্ষেত্রে বাবা-মা-সন্তান'র মধ্যকার কাংখিত আচরণ ও যোগাযোগ কী হবে এবং কীভাবে হবে এসবটুকুই এক একটি আর্ট (কলা) ও স্ট্রাটেজি (কৌশল) মাত্র।

উপরিউক্ত বিষয়ে মহাগ্রন্থ আল-কুরআনের নির্দেশনা, রসুল (সা.)-এর আদর্শ এবং গুণীজনের অভিজ্ঞতা-এ তিন উৎসের সমন্বয়ে প্রণীত IIIT USA কর্তৃক প্রকাশিত আলোড়ন সৃষ্টিকারী বই Parent-Child Relations: A Guide to Raising Children'-এর বাংলা অনুবাদ গ্রন্থ এটি।

কানাডার ক্যালগেরি ইসলামিক স্কুলের শিক্ষক কানিজ ফাতিমার নেতৃত্বে দেশে-বিদেশে অবস্থানরত একদল স্বেচ্ছাব্রতী তরুণ-তরুণী গ্রন্থটি বাংলায় অনুবাদ করেছেন। এ নিয়ে ৩০টিরও বেশি ভাষায় এ গ্রন্থটির অনুবাদ ইতোমধ্যে প্রকাশিত হয়েছে।

এ বইটি বিশ্বের শীর্ষস্থানীয় তিন মুসলিম স্কলার ড. হিশাম আলতালিব, ড. আব্দুলহামিদ আবুসুলাইমান এবং ড. ওমর আলতালিব কর্তৃক অর্জিত অভিজ্ঞতার সঞ্চয়ন - যা তারা দীর্ঘকাল মুসলিম ও পশ্চিমা দেশে বসবাস করার মাধ্যমে অর্জন করেছেন।

বিশ্বজুড়ে বর্তমানে মূল্যবোধ অবক্ষয়ের যে চিত্র, তা থেকে বাংলাদেশের মতো তৃতীয় বিশ্বের দেশগুলোরও মুক্তি নেই। দৈনিক পত্রিকার পাতা খুললেই তা স্পষ্ট হয়ে ওঠে। এক্ষেত্রে সমসাময়িক কালের প্যারেন্টিং আরও কঠিন ও জটিল, তবে আবশ্যকীয় বিষয়। তাই প্যারেন্টিং-কে সামাজিক আন্দোলন হিসেবে সমাজে ছড়িয়ে দিতে দেশ-বিদেশে পরিচালিত কর্মসূচিতে এ গ্রন্থখানি গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখবে বলে আমাদের বিশ্বাস।

মূল ইংরেজি গ্রন্থটি বেশ বড়। তাই পুরো গ্রন্থখানি একত্রে প্রকাশ করা পাঠকসূলভ নয় বিধায় প্রথম সাতটি অধ্যায় নিয়ে এর প্রথম খণ্ডের নতুন ও সংশোধিত সংস্করণ প্রকাশিত হলো। অবশিষ্ট অধ্যায়গুলো নিয়ে আরও দুটি খণ্ড পৃথকভাবে অচিরেই প্রকাশিত হচ্ছে ইনশাআল্লাহ।

আশা করি সন্তানদের প্রকৃত মানুষ হিসেবে গড়ে তোলার জন্য বাবা-মায়ের লালিত যে স্বপ্ন- তা বাস্তবে রূপ দিতে সাহায্য করবে এ বইটি।

ড. এম আবদুল আজিজ
ম্যানেজিং পার্টনার

অনুবাদকের কথা

ভবিষ্যত প্রজন্ম গড়া মুসলিম উম্মাহর অগ্রাধিকার। সৎ ও যোগ্যতাসম্পন্ন জনগোষ্ঠী দ্বারাই সম্ভব মুসলিম বিশ্বে বিরাজমান সমস্যার কার্যকরী সমাধানে পৌঁছানো। আর সেই বিশাল কাজটি শুরু হয় পরিবার থেকে। কারণ পরিবারই হলো প্রজন্ম গড়ার সূতিকাগার, আর বাবা-মায়েরা হলেন তার শ্রেষ্ঠ কারিগর। আর প্যারেন্টিং হলো বাবা-মায়েদের জন্য অপরিহার্য একটি দক্ষতা। বাবা-মায়েদের এ দক্ষতার ওপরে নির্ভর করছে মানব সভ্যতার ভবিষ্যত। তাই প্রত্যেক পিতা-মাতাদের সুদক্ষ করে তোলার লক্ষ্যে এ গ্রন্থটি হতে পারে একটি মাইলফলক।

মুসলিম সমাজের প্রায় প্রতিটি ক্ষেত্রে সুপরিকল্পনার দারুণ অভাব চোখে পড়ার মতো। বিশেষ করে সন্তান লালন-পালন এবং সন্তানের ভবিষ্যত ক্যারিয়ার গঠনে প্রতিটি অভিভাবকের আকাশ ছোঁয়া আকাঙ্ক্ষা থাকলেও সময়মত সুষ্ঠু এবং সুন্দর পরিকল্পনা ও যথাযথ তত্ত্বাবধান খুব একটা লক্ষ্য করা যায় না। সন্তানদের সার্বিক বিষয়গুলো অনেকটা গৎবাঁধা নিয়মে অতিবাহিত হয়, অথচ সময়ের পরিবর্তনের সাথে সাথে বদলে গেছে সমস্যার ধরন, প্রয়োজন হয়ে পড়েছে সময়োপযোগী কর্মপদ্ধতির। গ্রন্থখানি প্রত্যেক বাবা-মা, এমনকি ভবিষ্যত বাবা-মায়েদের একটি কার্যকর দিকনির্দেশনা দিতে সক্ষম হবে ইনশাআল্লাহ। বিবাহ অনুষ্ঠান বা অন্যান্য সামাজিক অনুষ্ঠানে এটিকে অবশ্যই উপহার হিসেবে অর্ন্তভুক্ত করা যেতে পারে।

গ্রন্থটি অনুবাদের কাজ করেছে মূলত একটি অনুবাদক টিম। দেশ-বিদেশে থাকা একদল স্বেচ্ছাসেবী তরুণ-তরুণী তাদের সময় ও শ্রম এ কাজে নিয়োজিত করেছেন। এছাড়া অভিজ্ঞজন নানাভাবে তাদের মতামত ও উপদেশ দিয়েছেন এবং পিছন থেকে উৎসাহ যুগিয়েছেন। বিশেষ করে শিবলী মেহেদী, ফারজানা ফাতিমা, মিসবাহ উদ্দিন ও মনিরুল আলম সহ তাদের সবার প্রতি রইল অন্তরের অন্তস্থল থেকে কৃতজ্ঞতা ও দোয়া। আমি বইটির বহুল প্রচার ও ব্যবহার কামনা করি।

অনুবাদকবৃন্দের পক্ষে,
কানিজ ফাতিমা

ক্যালগেরি, কানাডা

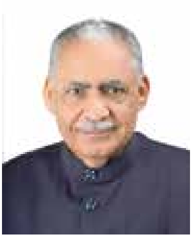
লেখক পরিচিতি

হিশাম আলতালিব

ড. হিশাম ইয়াহিয়া আলতালিব। জন্ম ১৯৪০ সালে ইরাকের নিনেভার মসুল শহরে। ১৯৬২ সালে লিভারপুল ইউনিভার্সিটি থেকে ইলেক্ট্রিক্যাল ইঞ্জিনিয়ারিং-এ বিএসসি এবং ১৯৭৪ সালে আমেরিকার ইন্ডিয়ানার পারডু ইউনিভার্সিটি থেকে পিএইচডি অর্জন।

একজন ইলেকট্রিকেল ইঞ্জিনিয়ার হিসেবে কর্মজীবন শুরুর সময় থেকে তিনি উত্তর আমেরিকায় বিভিন্ন ইসলামি কর্মকান্ড ও প্রতিষ্ঠানে সক্রিয়। আমেরিকার মুসলিম স্টুডেন্ট অ্যাসোসিয়েশন (MSA) এবং কানাডার লিডারশিপ ট্রেইনিং ডিপার্টমেন্ট-এর প্রথম ফুলটাইম ডিরেক্টর (১৯৭৫-১৯৭৭) এবং ইন্টারন্যাশনাল ইসলামিক ফেডারেশন অব স্টুডেন্ট অর্গানাইজেশন (IIFSO)-এর সেক্রেটারি জেনারেল (১৯৭৬) হিসেবে দায়িত্ব পালন করেন তিনি। আমেরিকাসহ বিভিন্ন দেশে অনেক প্রশিক্ষণ কর্মসূচি এবং সেমিনার পরিচালনায় অভিজ্ঞ হিশাম ইয়াহিয়া আলতালিব IIIT'র বর্তমান প্রেসিডেন্ট।

আব্দুলহামিদ আহমদ আবুসুলাইমান



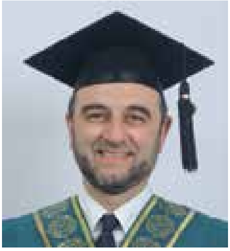
ড. আব্দুলহামিদ আহমদ আবুসুলাইমান। জন্ম ১৯৩৬ সালে সৌদি আরবের মক্কায়। কায়রো ইউনিভার্সিটি থেকে ১৯৫১ সালে ব্যবসা শিক্ষায় বিএ, ১৯৬৩ সালে রাজনীতি বিজ্ঞানে এমএ এবং ইউনিভার্সিটি অব পেনসিলভানিয়া থেকে ১৯৭৩ সালে আন্তর্জাতিক সম্পর্ক বিষয়ে পিএইচডি ডিগ্রি অর্জন করেন তিনি।

তিনি ১৯৬৩-১৯৬৪ সালে সৌদি আরবের জাতীয় পরিকল্পনা কমিটির সেক্রেটারি, ১৯৭২ সালে অ্যাসোসিয়েশন অব মুসলিম সোশ্যাল সায়েন্টিস্টস (AMSS)-এর অন্যতম প্রতিষ্ঠাতা এবং ১৯৭৩-১৯৭৯ সালে ওয়ার্ল্ড অ্যাসেম্বলি অব মুসলিম ইয়ুথ (WAMY)-এর সেক্রেটারি জেনারেল হিসেবে দায়িত্ব পালন করেন। এছাড়া তিনি ১৯৮২-৮৪ সৌদি আরবস্থ রিয়াদের কিং সউদ ইউনিভার্সিটির রাজনীতি বিজ্ঞান বিভাগের চেয়ারম্যান এবং ১৯৮৮-১৯৯৮ সালে মালয়েশিয়ার ইন্টারন্যাশনাল ইসলামিক ইউনিভার্সিটির (IIUM) রেক্টর এবং

পরবর্তীতে ইন্টারন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অব ইসলামিক থ্যট (IIIT)-এর প্রেসিডেন্ট হিসেবেও দায়িত্ব পালন করেন।

মুসলিম সমাজের সংস্কার এবং সংশোধন নিয়ে তিনি অসংখ্য বই রচনা করেছেন যার মধ্যে উল্লেখযোগ্য- The Islamic Theory of International Relations: New Directions for Islamic Methodology and Thought; Crisis in the Muslim Mind; Marital Discord: Recapturing the Full Islamic Spirit of Human Dignity; Revitalizing Higher Education in the Muslim World and The Qur'anic Worldview: A Springboard for Cultural Reform।

ওমর হিশাম আলতালিব



ড. ওমর হিশাম আলতালিব। জন্ম ১৯৬৭ সালে ইরাকের কিরকুক শহরে। ১৯৬৮ সালে তাঁর বাবা-মার সাথে আমেরিকায় বসবাস শুরু এবং তাঁর স্কুল জীবন সেখানেই। ১৯৮৯-৯২ সালে ন্যাশনাল সায়েন্স ফাউন্ডেশন থেকে গ্র্যাজুয়েট স্টুডেন্ট ফেলোশিপ পান। ১৯৮৯ সালে জর্জ মেসন ইউনিভার্সিটি থেকে অর্থনীতি ও সমাজবিজ্ঞানে বিএ এবং ১৯৯৩ সালে সমাজবিজ্ঞানে এমএ এবং ২০০৪ সালে ইউনিভার্সিটি অব শিকাগো থেকে পিএইচডি অর্জন করেন তিনি।

১৯৯৮-এ ভ্যালি কলেজ, শিকাগো এবং ১৯৯৯ সালে ইন্ডিয়ানা ইউনিভার্সিটি নর্থওয়েস্ট, গ্যারি, ইন্ডিয়ানা-তে এডজাঙ্কট প্রফেসর হিসেবে শিক্ষকতায় নিযুক্ত ছিলেন তিনি। পরবর্তীতে তিনি ২০০০-২০০৩ সালে ওহাইওর অ্যাশল্যান্ড ইউনিভার্সিটিতে সমাজবিজ্ঞান এবং অপরাধবিজ্ঞানে সহকারি অধ্যাপক এবং ২০০৫-২০০৬ সালে ভার্জিনিয়ার সায়েন্স অ্যাপ্লিকেশনস ইন্টারন্যাশনাল কর্পোরেশন আলেকজান্দ্রিয়াতে সিনিয়র নলেজ ইঞ্জিনিয়ার এবং ২০০৯-২০১১ সাল পর্যন্ত তিনি মালয়েশিয়ার ইন্টারন্যাশনাল ইসলামিক ইউনিভার্সিটির সামাজবিজ্ঞান বিভাগে সহকারি অধ্যাপক হিসেবে দায়িত্ব পালন করেন।

পরিবার, শিক্ষা, বৃত্তি, দাতব্য প্রতিষ্ঠান ও সামাজিক কর্মকাণ্ডের ওপর তাঁর অনেক প্রবন্ধ রয়েছে। তিনি প্রায়ই বিভিন্ন দেশ ভ্রমণ করে একাডেমিক কনফারেন্সে যোগদান করেন।

সূচিপত্র

ভূমিকা ীর

প্রথম অধ্যায় ১৯-৫৪

গুড প্যারেন্টিং বলতে কী বোঝায়? কীভাবে এটি আমরা শুরু করব?

ভূমিকা ২০

শিশুর বিকাশের ধাপসমূহ ২৩

সন্তান লালন-পালন পদ্ধতি: প্যারেন্টিং-এর বিভিন্ন ধরন ২৪

সন্তান প্রতিপালন পদ্ধতি কীভাবে ভবিষ্যৎ নির্ধারণ করে? ৩০

সুষ্ঠু প্যারেন্টিং-এর সূচনা: ভবিষ্যৎ কাজের পূর্ব প্রস্তুতি ৩২

সন্তান প্রতিপালন বিষয়ক তথ্যের ব্যবহার ৩৯

কলেজে কি সন্তান প্রতিপালন শিক্ষা দেয়া উচিত? ৪৪

    মাধ্যমিক বিদ্যালয়ের কোর্সের ক্ষেত্রে ব্রিটিশ নীতিমালা ৪৫

উপসংহার ৪৮

করণীয় ০১-০৭ ৪৯

দ্বিতীয় অধ্যায় ৫৫-১৩৬

পরিবার-এর গুরুত্ব ও কার্যকারিতা

ভূমিকা ৫৭

প্যারেন্টহুড বা অভিভাবকত্বে উত্তরণ ৫৮

    বিবাহের স্থায়িত্বের ওপর সন্তানদের প্রভাব ৬০

আমেরিকায় পরিবারের আকার-বর্তমান ও ভবিষ্যৎ ৬৬

সিঙ্গেল-প্যারেন্ট পরিবার ৬৮

    সফল সিঙ্গেল-প্যারেন্ট হবার নীতিসমূহ ৭৩

    নবি-রসুলগণের ওপর একক মাতৃত্বের প্রভাব ৭৪

    ইসমাঈল আ., মুসা আ., ঈসা আ. ও মুহাম্মদ সা. ৭৪

একজন প্যারেন্ট কি অন্যজনের বিকল্প হতে পারে? ৭৬

    ইসলাম ও তালাক প্রসঙ্গ ৭৮

ইসলামে পরিবারের গুরুত্ব ৮৩

    কুরআনের ভাষায় পরিবারের উদ্দেশ্য ৮৬

    মুসলিম পরিবারগুলোর স্খলন ৯০

    শিশু উন্নয়ন ও সুষ্ঠু শিক্ষাব্যবস্থা ৯৩

যুক্তরাষ্ট্রের পরিবার ৯৯

    আমেরিকায় প্যারেন্টিং-এর প্রচলিত ভুল ধারণা ১০১

কলাম্বিয়ান মাধ্যমিক বিদ্যালয়ের গণহত্যা থেকে শিক্ষা ১০৭
শিশুদের মূল্যবোধ শিক্ষাদান: রক্ষণশীল বনাম উদারনীতি বিতর্ক ১০৯
মুসলিম দেশগুলোর পরিবার বনাম যুক্তরাষ্ট্রের পরিবার ১১১
ব্রিটেনে বসবাসরত মুসলিমদের কাহিনি ১১৪
মুসলিম প্যারিন্টিং-এর ওপর পশ্চিমা প্রভাব ১১৫
যুক্তরাজ্য ও যুক্তরাষ্ট্রের প্যারেন্টিং ১১৬
স্বাধীনতা নাকি বাস্তবতা? ১১৭
কোথায় সন্তানদের বড় করবেন? ১২৩
একটি কেস স্টাডি: পূর্ব থেকে পশ্চিমে বা পশ্চিম থেকে পূর্বে স্থানান্তরের কারণে সৃষ্ট সাংস্কৃতিক সংঘাত ১২৩
পশ্চিমা চিন্তার হারিয়ে যাওয়া দুটি ধারণা ১২৫
ধর্মীয় মূল্যবোধ বনাম কর্তব্যমূলক মূল্যবোধ ১২৬
পরিবারের কৃষি মডেল: পরিবার যখন শস্যক্ষেত, সন্তানরা চারা আর বাবা-মা সেখানে মালী ১৩০
করণীয় ৮-১৫ ১৩১

তৃতীয় অধ্যায় ১৩৭-১৫৬
সন্তান লালন-পালনের সর্বোত্তম পন্থা: জীবনের সঠিক লক্ষ্য নির্ধারণ
সঠিক লক্ষ্য নির্ধারণ: সফল প্যারেন্টিং-এর প্রথম ধাপ ১৩৮
মানব জীবনের লক্ষ্য-উদ্দেশ্যের নিবিড় পর্যবেক্ষণ ১৪১
কুরআনের আলোকে জীবনের লক্ষ্যসমূহ: ইমানদারদের প্রার্থনা ১৪১
হাদিসের আলোকে মানব জীবনের লক্ষ্য-উদ্দেশ্য ১৪৫
কফি এবং জীবনের অগ্রাধিকার ১৪৯
উপসংহার ১৫০
করণীয় ১৬-২০ ১৫২

চতুর্থ অধ্যায় ১৫৭-১৯০
সর্বাপেক্ষা গুরুত্বপূর্ণ লক্ষ্য: শিশুদেরকে এরূপে গড়ে তোলা যেন তারা আল্লাহ তা'আলাকে ভালোবাসে
ভূমিকা ১৫৮
বর্তমান যুগে শিশুদের মনে বিশ্বাস স্থাপনের কিছু উপায় ১৫৯
আত্মকেন্দ্রিকতার সংস্কৃতি: সামাজিক দায়িত্বের প্রতি অনীহা ১৬০
নিজ দায়িত্বের প্রতি উদাসীনতা ১৬৬
বিকৃত সংস্কৃতি: পশ্চাদমুখিতা ও কুসংস্কার ১৬৮
ভারসাম্যপূর্ণ পথ: বিজ্ঞোচিত পদক্ষেপ ১৭১

শিশুদের মনে কুরআনের প্রতি ভালোবাসা তৈরি ১৭৩
দোয়ার শিক্ষা প্রদান: সার্বক্ষণিক আল্লাহ তাআলার স্মরণ ১৭৭
তাওবার (অনুশোচনা) শিক্ষাদান ১৭৮
রসুল সা. ও অন্যান্য নবিদের সম্পর্কে শিক্ষাদান ১৭৯
শিশুদের আদব শিক্ষা ১৮০
কোনটি আগে শেখাবেন- তারা আল্লাহ তাআলাকে ভালোবাসে না কি আল্লাহ তাআলা তাদের ভালোবাসেন? ১৮১
করণীয় ২১-২৫ ১৮৫

পঞ্চম অধ্যায় ১৯১-২০৬

সাধারণ চ্যালেঞ্জ এবং প্রতিবন্ধকতাসমূহ

ভূমিকা ১৯২
বাবা-মায়েরা যেসব মৌলিক চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন হন ১৯২
- অভিজ্ঞতার অভাব ১৯৩
- নিরবচ্ছিন্ন সংগ্রাম: শিশু প্রতিপালনের কাজ একটি সার্বক্ষণিক দায়িত্ব (২৪ঘণ্টা/৭দিন) ১৯৪
- শিশু প্রতিপালন একটি অনমনীয় কাজ ১৯৫
- শিশু প্রতিপালন হলো সময়, শ্রম ও টাকার একটি দীর্ঘমেয়াদী বিনিয়োগ ১৯৫
- শিশুর বিকাশে বাবা-মা ছাড়াও আরো অনেক কিছুর প্রভাব রয়েছে ১৯৫
- ছোটো শিশুরা কথার মাধ্যমে ভাব প্রকাশে অক্ষম ১৯৬
- প্যারেন্টিং বহুবিধ দক্ষতার সমন্বয় ১৯৭
- বাবা-মাকে একটি টিমের মতো কাজ করতে হবে ১৯৮
- সন্তান লালন-পালনে সম্পদের সঠিক ব্যবস্থাপনার দক্ষতা অপরিহার্য ১৯৮
- বাবা-মা সম্পর্কে সন্তানদের উপলব্ধি বাবা-মায়ের ধারণার বিপরীতও হতে পারে ১৯৯
- শিশুকে কখন কী বলতে হবে তা জানুন ১৯৯
- শিশুর মধ্যে অনিচ্ছাকৃত ভুল ধারণার অনুপ্রবেশ ২০১
- নিজের দৈহিক আকৃতি সম্পর্কে ভ্রান্তধারণা ২০২

শিশু প্রতিপালন সম্পর্কে বাইবেলের কিছু উদ্ধৃতি ২০৩
উপসংহার ২০৪
করণীয় ২৬ ২০৫

ষষ্ঠ অধ্যায় ২০৭-২২০
প্রচলিত ভুল ধারণা, ভ্রান্তি ও জনশ্রুতি এবং এ থেকে বাঁচার উপায়
ভূমিকা ২০৮
প্রচলিত ভ্রান্তি দূর করা ও গুপ্ত ফাঁদগুলো সম্পর্কে সচেতন করা ২০৮
উত্তরাধিকারসূত্রে প্রাপ্ত প্যারেন্টিং পদ্ধতিগুলোর অন্ধ অনুসরণ ২০৮
অপরের অন্ধ অনুকরণ ২০৮
সন্তানের মাধ্যমে নিজের অপূর্ণ ইচ্ছার পূর্ণতা দেবার চেষ্টা ২০৯
পিতৃত্ব-মাতৃত্বের দায়িত্বভার অন্যের কাঁধে অর্পণ করা ২১০
শিশুকে শুধু যুক্তি দিয়ে বোঝানোকেই যথেষ্ট মনে করা ২১০
শক্তি প্রয়োগ করে সন্তানকে বশীভূত করা সম্ভব বলে বিশ্বাস করা ২১১
বাবা-মা সন্তানদের থেকে বয়সে বড় এবং সন্তানরা তাদের নিয়ন্ত্রণের অধীন ২১২
সব সন্তানকে একই ছাঁচে ফেলা ২১২
ছোটোদের কাছ থেকে প্রাপ্তবয়স্কদের মতো আচরণ আশা করা ২১৩
শিশুরা যা চায় তা-ই কিনে দেয়া ২১৪
সন্তান লালন-পালন সম্পর্কে প্রচলিত কিছু ভ্রান্ত বিশ্বাস, জনশ্রুতি (গুঃয) এবং এর খণ্ডন ২১৪
করণীয় ২৭-২৮ ২২০

সপ্তম অধ্যায় ২২১-২৩৯
যখন সবকিছু এলোমেলো হয়ে যায়
ভূমিকা ২২২
রাগ, অবাধ্যতা, বদমেজাজ, ক্রোধ এবং অশ্রু ২২৪
অবাধ্য সন্তানকে নিয়মের মধ্যে আনার কিছু উপায় ২২৪
ভীতি প্রদর্শন: আপনি এবং আপনার শিশু কী করবেন? ২২৬
আপনার শিশু বুলিড বা নির্যাতিত হলে পরবর্তীতে কী ঘটতে পারে? ২২৭
টিনেজার: বয়ঃসন্ধিকালের ধারণা পর্যালোচনা ২৩০
টিনেজার এবং আমাদের ক্রোধ ২৩২
রাগী কিশোর-কিশোরীদের বাবা-মা হবার কারণে আমাদের মাঝেও ক্রোধের জন্ম হয় ২৩৪
আমাদের নিজেদের জন্য ও কিশোর-কিশোরীদের জন্য কী করতে পারি? ২৩৫
উত্তম যোগাযোগের কিছু নীতি ২৩৫
করণীয়: ২৯-৩০ ২৩৯

ভূমিকা

মানুষকে সর্বোত্তম আকৃতিতে সৃষ্টি করা হয়েছে আর দান করা হয়েছে উন্নত চিন্তাশক্তি। কাজেই মানব শিশু লালন-পালনের জন্য দরকার তাত্ত্বিক (ঞযবড়ৎবঃরপধষ) এবং বাস্তব (চৎধপঃরপধষ) জ্ঞান। যেহেতু নতুন বাবা-মায়েদের এ সম্পর্কিত অভিজ্ঞতা থাকে না সেহেতু তাদের সন্তান গ্রহণের পূর্বেই এ বিষয়ে প্রয়োজনীয় জ্ঞানার্জন করে নেয়াটা জরুরি।

আমরা বাড়ি, গাড়ি বা দামি আসবাবপত্রের জন্য যতটা সময় ও শ্রম ব্যয় করি, দুঃখজনক হলেও সত্যি, সন্তানকে মানুষ করার জন্য সেই পরিমাণ চেষ্টা ও শ্রম দিতে চাই না। কিন্তু আবার আশা করি যে, আমরা সঠিক পরিকল্পনা ও কার্যপদ্ধতি ছাড়াই ভালো ফল পেয়ে যাব। মনে রাখা দরকার, শিশু লালন-পালন বিষয়টি ভাগ্যের ওপর ছেড়ে দিয়ে থাকার মতো ব্যাপার নয়।

সাধারণত দেখা যায় প্যারেন্টিং বিষয়ে বাইরের কোনো সহযোগিতা খুব একটি না থাকায় বাবা-মায়েরা নিজেরাই নিজেদের মতো করে চেষ্টা করেন। এক্ষেত্রে প্রায়শই ভুল করেন আর তারপর নিজেদের ভুল থেকে শেখেন (যাকে বলে ঞৎরধষ ধহফ উৎৎড়ৎ)। এভাবে অভিজ্ঞতা থেকে শেখার ফলে প্রথম শিশুর সময়ের তুলনায় পরের শিশুগুলোর সময় তারা বেশি দক্ষতার সঙ্গে প্যারেন্টিং করতে পারেন। কিন্তু সমস্যা হলো এভাবে যখন এ মূল্যবান দক্ষতা ও জ্ঞান পরিপূর্ণভাবে তাদের আয়ত্তে চলে আসে ততদিনে অনেক দেরি হয়ে যায়। সন্তানরা ততদিনে বড় হয়ে যায় আর তাদের ওপর এ জ্ঞান খাটানোর আর সময় থাকে না।

ভালো পারেন্টিং-এর গুরুত্ব ও প্রভাব অনেক বেশি। চ্যালেঞ্জিং এই কাজের জন্য দরকার পূর্ব প্রস্তুতি ও অখণ্ড মনোযোগ। কাজেই আগে থেকেই এ বিষয় সম্পর্কে জানা থাকা জরুরি। সর্বোপরি এজন্য নিজের কাছে স্বামী বা স্ত্রী একে অপরের কাছে এবং পুরো পরিবারের কাছে অঙ্গীকারবদ্ধ হওয়া জরুরি।

সন্তান লালন-পালনের মতো একটি কঠিন কাজের ক্ষেত্রে যোগাযোগ (ঈড়সসঁহরপধঃরড়হ) একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। শিশুর সঙ্গে কার্যকরী যোগাযোগ তাকে উদ্দীপ্ত করে ও দায়িত্বশীল মানুষ হিসেবে বেড়ে উঠতে সাহায্য করে। বাবা-মায়েদের এটি জানা খুবই জরুরি যে, কখন ও কীভাবে তার সঙ্গে কথা বলতে হবে। তদপেক্ষা বেশি জরুরি এটি বুঝাতে পারা যে, কীভাবে ধৈর্য সহকারে তাদের কথা শুনতে হবে এবং তাদেরকে বুঝার চেষ্টা করতে হবে। বাবা-মায়েরা যেহেতু তাদের সন্তানদের অপরিসীম ভালোবাসেন সেহেতু সন্তানদের স্বার্থেই বাবা-মায়েদের নিজেদের যোগাযোগ দক্ষতা (ঈড়সসঁহরপধঃরড়হ ঝশরষষ) এবং শোনা ও বোঝার দক্ষতা (খরংঃবহরহম ঝশরষষ) বাড়াতে হবে। মনে রাখা জরুরি যে, যোগাযোগ একটি

নিয়ে বসে না থেকে বরং বিশ্বাস করতে হবে যে সম্পর্ক উন্নত করার সময় এখনো আছে। "যদি এটি করতাম", "যদি এটি না করতাম"- এমন হা-হুতাশ করার মধ্যে কোনো ফায়দা নেই। অনুশোচনা বা 'যদি' জিনিসটি আমাদের ক্ষতি ছাড়া আর কিছুই করে না। আমাদের ভুল কাজ দ্বারা হয়তো আমরা আমাদের পরিবারের ক্ষতি করে ফেলেছি। কিন্তু এটিও মনে রাখা দরকার যে, আমাদের নিয়তে ত্রুটি ছিল না; আমাদের উদ্দেশ্য ছিল না ক্ষতি করা। কাজেই আগের ভুলগুলোর দিকে তাকিয়ে সময় নষ্ট না করে আমাদের বেশি সময় ব্যয় করা উচিত সুন্দর ভবিষ্যৎ গড়ার জন্য। আমি কী করতে পারতাম বা আমার কী করা উচিত ছিল এটি নিয়ে পড়ে না থেকে আমাদের ভাবা উচিত এ মুহূর্তে কী করলে আমরা একটি সুন্দর ভবিষ্যৎ পেতে পারি। এখন থেকে আমরা আমাদের সন্তানদের কাছে ওয়াদাবদ্ধ হতে পারি যে, আমরা আগের থেকে ভালো (ইবঃঃবৎ) বাবা-মা হবার চেষ্টা করব; পিছন নিয়ে হা-হুতাশ না করে বরং আমরা পিছনের ভুল থেকে শিক্ষা নেবো এবং সুন্দর ভবিষ্যৎ গড়ার চেষ্টা করব। অতীত তো কঠিন কঙক্রিটের মতো যা পাল্টানো সম্ভব নয়। কিন্তু ভবিষ্যৎ হলো নরম কাদার মতো যাকে যেমন খুশি তেমন আকৃতি দেয়া যায়।

আজকাল অনেক বাবা-মা (আমরাসহ) মনে করেন যে, তাদের বাবা-মা হবার আগেই যদি প্যারেন্টিং-এর জ্ঞান ও কলা-কৌশল জানা থাকতো তাহলে অনেক ভালো হতো। এমন হলে তারা তাদের সন্তানদের আরো বেশি কার্যকরী পন্থায় লালন-পালন করতে পারতেন। বেশিরভাগ বাবা-মা মনে করেন যে, সন্তান লালন-পালনে আরো বেশি সময় দেয়া প্রয়োজন ছিল। পিছনের দিকে তাকালে আমরা দুঃখের সাথে অনুধাবন করি যে, আমরা অনেক গুরুত্বপূর্ণ ও মূল্যবান সময় নষ্ট করেছি; এ মূল্যবান সময়টাকে আমরা অনেক বেশি সমৃদ্ধ করতে পারতাম। আমরা আশা করি, আমাদের সন্তানরা আমাদের এ সীমাবদ্ধতাকে ক্ষমা করবে আর নতুন বাবা-মায়েরা আমাদের মতো ভুল করা থেকে বিরত থাকবে। আমরা আল্লাহ তা'আলার কাছে দোয়া করি ভুল থেকে কঠিন শিক্ষা পাবার কষ্ট থেকে আল্লাহ তা'আলা আমাদের সবাইকে হেফাজত করুন।

এ সমস্ত পরিস্থিতিকে সামনে রেখে এ গ্রন্থে সমস্যা সমাধানের চেয়ে সমস্যা যাতে না হয় সে লক্ষ্যে প্রতিরোধ নিয়ে আলোচনাকে গুরুত্ব দেয়া হয়েছে। আমরা মাদকাসক্তি, যৌন বাহিত রোগ, অপরাধ কিংবা বিষণ্নতার মতো কঠিন সমস্যার সমাধান দিতে পারব- এমন নিশ্চয়তা তো দিতে পারি না। কিন্তু আমরা একটি প্রতিরোধধর্মী পারিবারিক গাইডলাইন দেবার চেষ্টা করব, যাতে এ ধরনের কঠিন পরিস্থিতির মুখোমুখি হবার সম্ভাবনা অনেকাংশে কমে যায়।

যথাযথ প্যারেন্টিং-এর জন্য দরকার

প্রথম পর্ব

প্যারেন্টিং: ভিত্তি প্রস্তুতকরণ

প্রথম অধ্যায় : সুষ্ঠু প্যারেন্টিং বলতে কী বুঝায়? কীভাবে এটি আমরা শুরু করব? ১৯

দ্বিতীয় অধ্যায় : পরিবার-এর গুরুত্ব ও কার্যকারিতা ৫৫

তৃতীয় অধ্যায় : সন্তান লালন-পালনের সর্বোত্তম পন্থা: জীবনের সঠিক লক্ষ্য নির্ধারণ ১৩৭

চতুর্থ অধ্যায় : সর্বাপেক্ষা গুরুত্বপূর্ণ লক্ষ্য: শিশুদেরকে এরূপে গড়ে তোলা যেন তারা আল্লাহ তাআলাকে ভালোবাসে ১৫৭

পঞ্চম অধ্যায় : সাধারণ চ্যালেঞ্জ এবং প্রতিবন্ধকতাসমূহ ১৯১

ষষ্ঠ অধ্যায় : প্রচলিত ভুল ধারণা, ভ্রান্তি ও জনশ্রুতি এবং এ থেকে বাঁচার উপায় ২০৭

সপ্তম অধ্যায় : যখন সবকিছু এলোমেলো হয়ে যায় ২২১