ঝিনাইদহে বীরশ্রেষ্ঠ হামিদুর রহমান স্টেডিয়ামের বেহাল দশা

ঝিনাইদহে বীরশ্রেষ্ঠ হামিদুর রহমান স্টেডিয়াম ঘিরেই জেলার সকল খেলাধুলার আয়োজন হয়ে থাকে। এই মাঠ থেকেই অনেক জাতীয় পর্যায়ের খেলোয়াড় তৈরি হয়েছে। তারা দেশের বিভিন্ন খেলায় প্রতিনিধিত্ব করে সুনাম বয়ে নিয়ে এসেছে।

বীরশ্রেষ্ঠ হামিদুর রহমান স্টেডিয়াম, গত দুই বছরে একেবারেই পরিত্যক্ত অবস্থায় পড়ে আছে। করোনা মহামারির কারণে ও গত কমিটির মেয়াদ ২০১৯ সালের জানুয়ারি মাসে শেষ হবার পর কোনো খেলাধুলা না হওয়ায় এক প্রকার শ্রী হীন অবস্থায় রয়েছে স্টেডিয়ামটি। স্টেডিয়ামের গ্যালারিসহ মাঠের মধ্যে চারপাশ ঝোপ জঙ্গলে পরিপূর্ণ হয়ে আছে। গরুর খাবারের জন্য মাঠ থেকে ঘাস কেটে নিয়ে যাচ্ছে এলাকার লোকজন।

সাবেক এক ফুটবল খেলোয়াড় বলেন খেলাধুলা নেই নিধিরাম সরদার শুধু চেয়ারটা নিয়ে চলে রাজনীতি, দেশে কত সংবাদপত্র কেউ একটু লেখে না বলেও তিনি মন্তব্য করেন। তিনি আরও বলেন যে সরকার ক্ষমতায় থাকে তাদেরই রাজনৈতিক কার্যালয় বনে যায় স্টেডিয়ামটি। মাঠের দক্ষিণ দিকে ক্রিকেট প্র্যাকটিসের জন্য দুইটি নেট আছে । মটরসাইকেল পার্কিং করার জন্য ক্রিকেট খেলোয়াড়রা ঠিক মত প্র্যাকটিস করতে পারে না।

জেলা ফুটবল এসোসিয়েশন জেলা ক্রীড়া সংস্থার মর্জি মাফিক সদস্য না থাকায় ডিএফএ কে মাঠ ব্যবহার করতে দেয়া হয়না । ডি এফ এর কার্যক্রম তাই স্কুল, কলেজ ও পাড়া মহল্লার মাঠ কেন্দ্রীক। ডি এফ এর ব্যানারে কোনো ইভেন্টই করতে দেয়া হয়না এই মাঠে। ২০১৬ সালের পর থেকে জেলা ক্রীড়াসংস্থার অধীনে কোন ফুটবল লীগ হয়নি। যেহেতু জেলা ফুটবল এসোসিয়েশনের অধীনে ফুটবল খেলা হয় সেই জন্য জেলা ক্রীড়াসংস্থা ফুটবল লীগ আয়োজন করে না। ২০১৭-২০১৮ মৌসুমে সর্বশেষ ক্রিকেট লীগ হয়। তবে স্কুল ক্রিকেট ও বয়স ভিত্তিক ক্রিকেট প্রতি বছর নিয়মিত হয়, করোনার কারণে সেটাও বন্ধ আছে। সরকারি কিছু অনুষ্ঠান ছাড়া জেলা ক্রীড়াসংস্থা’র দুই বছর খেলার কোন আয়োজন চোখে পড়ে না।

খুব শীঘ্রই স্টেডিয়াম সরব হবে বলে আশা করছি।

কালীগঞ্জে যুবকদের মাঝে ঋণের চেক বিতরণ

“মুজিববর্ষের আহ্বান, যুব কর্মসংস্থান” এই প্রতিপাদ্য কে সামনে রেখে বঙ্গবন্ধু জাতীয় যুব দিবস ২০২০ উদযাপন উপলক্ষে কালীগঞ্জ উপজেলা প্রশাসন কর্তৃক আলোচনা সভা ও যুব ঋণের চেক বিতরণ অনুষ্ঠান করা হয়েছে।

শনিবার সকাল ১১ টায় উপজেলা মিলনায়তনে চেক বিতরণ ও আলোচনা অনুষ্ঠানের আয়োজন করা হয়। এ সময় ২০ জন যুবকের মাঝে মোট ১৩,৭০,০০০/- টাকার ঋণের চেক প্রদান করা হয়।

আলোচনা সভা ও চেক বিতরণ অনুষ্ঠানে প্রধান অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন ঝিনাইদহ-৪ আসনের জাতীয় সংসদ সদস্য মোঃ আনোয়ারুল আজীম আনার এবং সভাপতিত্ব করেন কালীগঞ্জ উপজেলা নির্বাহী অফিসার সূবর্ণা রাণী সাহা।

বিশেষ অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন, উপজেলা চেয়ারম্যান মোঃ জাহাঙ্গীর সিদ্দিক, উপজেলা ভাইস চেয়ারম্যান মোঃ শিবলী নোমানী।

ঝিনাইদহে ফজের বিশ্বাস ফাউন্ডেশনের উদ্যোগে সেলাই

মেশিন বিতরণ

“মানুষের জন্য আমরা, মানুষের পাশে আমরা” এই শ্লোগানে ঝিনাইদহ ফজের বিশ্বাস ফাউন্ডেশন গরীব পরিবারের মাঝে সেলাই মেশিন বিতরণ করেছে।

রবিবার সদর উপজেলার বংকিরা গ্রামে এই সেলাই মেশিন বিতরণ করা হয়। ফাউন্ডেশনের চেয়ারম্যান সিনিয়র সাংবাদিক আসিফ ইকবাল কাজল, মহাসচিব উন্নয়নকর্মী তুহিন আফসারী, প্রধান উপদেষ্টা বঞ্চিত সংগঠনের চেয়ারম্যান আনোয়ার পাশা বিদ্যুৎ, প্রধান পরামর্শক আতিক টুটুল, আসাফ-উদ-দৌলা মাসুম, রানা আফসারী, আসাদুজ্জামান বিশ্বাস, বাবলুর রহমান, রেজাউল করিম, রোকনুজ্জামান ও শাহিন বিশ্বাসসহ ফাউন্ডেশনের অন্যান্য সদস্যবৃন্দ উপস্থিত ছিলেন।

ফাউন্ডেশনের পক্ষ থেকে বলা হয়, গ্রামের উন্নয়ন ছাড়াও এই সংগঠন সমাজের বঞ্চিত জনগোষ্ঠীকে স¦◌াবলম্বী করতে সেলাই মেশিন প্রদান, সরকারের বিভিন্ন দপ্তরে যোগাযোগ করে গ্রামের রাস্তা উন্নয়ন, বয়স্ক, বিধবা ও প্রতিবন্ধী ভাতা করে দিতে সহায়তা প্রদান করেন। করোনাকালীন ফজের বিশ্বাস ফাউন্ডেশন গ্রামের মানুষের মাঝে খাবার, নগদ টাকা ও কাপড় বিতরণ করে।

ঝিনাইদহ সদর উপজেলা নির্বাহী অফিসার, সদর উপজেলা চেয়ারম্যান, ভাইস চেয়ারম্যান, সাধুহাটী ইউপি চেয়ারম্যান ও নাম প্রকাশে অনিচ্ছুক সমাজের দানশীল মানুষের কাছ থেকে আর্থিক সহায়তা নিয়ে ফজের বিশ্বাস ফাউন্ডেশন কাজ করে যাচ্ছে।

হরিণাকুণ্ডুতে বঙ্গবন্ধু জাতীয় যুব দিবস পালিত

“মুজিববর্ষের আহবান, যুব কর্মসংস্থান” এই শ্লোগানকে সামনে রেখে ঝিনাইদহের হরিণাকুণ্ডুতে বঙ্গবন্ধু জাতীয় যুব দিবস পালিত হয়েছে।

দিবসটি উপলক্ষে রবিবার উপজেলা সম্মেলন কক্ষে যুব উন্নয়ন অধিদপ্তরের আয়োজনে আলোচনা অনুষ্ঠিত হয়। আলোচনা শেষে বৃক্ষরোপণ, যুবঋণের চেক ও সনদ পত্র বিতরণ করা হয়।

উপজেলা যুব উন্নয়ন কর্মকর্তা বিল্লাল হোসেন এর সভাপতিত্বে আলোচনা সভায় প্রধান অতিথি হিসেবে বক্তব্য রাখেন উপজেলা পরিষদের চেয়ারম্যান জাহাঙ্গীর হোসাইন|

বিশেষ অতিথি হিসেবে উপজেলা নির্বাহী কর্মকর্তা সৈয়দা নাফিস সুলতানা, থানার অফিসার ইনচার্জ (ওসি) আব্দুর রহিম মোল্লা, মাননীয় সংসদ সদস্যর প্রতিনিধি রওশন আলী, প্রেস ক্লাব সভাপতি সাইফুজ্জামান তাজু প্রমুখ ।

ঝিনাইদহে বাঁধাকপির ক্ষেত নষ্ট করেছে দুর্বৃত্তরা

ঝিনাইদহে এক কৃষকের বাঁধাকপির ক্ষেত নষ্ট করেছে দুর্বৃত্তরা। শনিবার রাতে সদর উপজেলার কালীচরণপুর ইউনিয়নের হাটবাকুয়া গ্রামের মাঠে কে বা কারা কীটনাশক দিয়ে এ বাঁধাকপির ক্ষেত নষ্ট করে দিয়েছে।

ভুক্তভোগী কৃষক শমশের মন্ডল জানান, ৬০ শতক জমি বন্দক নিয়ে বাঁধাকপির চাষ করেন। পূর্বশত্রুতার জের ধরে শনিবার রাতের যে কোন এক সময় দুর্বৃত্তরা ক্ষতিকারক কীটনাশক স্প্রে করে দেয় ওই ক্ষেতে।

রোববার সকালে ক্ষেতে গিয়ে দেখতে পান তার ক্ষেতের অধিকাংশ বাঁধাকপি নষ্ট হয়ে গেছে। তিনি আরও জানান, ক্ষেতে থাকা বাঁধাকপি এক সপ্তাহের মধ্যে বিক্রি করতে পারতেন। এতে করে প্রায় দেড় লাখ টাকার আর্থিক ভাবে ক্ষতিগ্রস্থ হয়েছে বলে জানান তিনি।

এ ব্যাপারে সদর থানার ওসি মোহাম্মদ মিজানুর রহমান জানান, লিখিত অভিযোগ পেলে তদন্ত সাপেক্ষে দোষীদের বিরুদ্ধে আইনানুগ ব্যবস্থা গ্রহণ করা হবে।

[redacted] [redacted] ([redacted])'[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

[redacted] [redacted] ([redacted])[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] ([redacted]) [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted], [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]

[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [

উপজেলা যুব উন্নয়ন কর্মকর্তা মিজানুর রহমান। সভায় সভাপতিত্ব করেন ভারপ্রাপ্ত উপজেলা নির্বাহী কর্মকর্তা পার্থ প্রতিম শীল।

প্রধান অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন সংসদ সদস্য আব্দুল হাই ,বিশেষ অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন, উপজেলা ভাইস চেয়ারম্যান জাহিদুন্নবী কালু, উপজেলা মহিলা ভাইস চেয়ারম্যান নিলুফা ইয়াসমিন, ইউপি চেয়ারম্যান মতিউর রহমান।

সভায় বক্তারা যুবকদের উদ্দেশ্যে বলেন দেশ গঠনের কাজে ভূমিকা রাখতে এবং মাদক মুক্ত ও নারী নির্যাতন বিরোধী সমাজ গড়ে তুলতে। যুবকদের দেলোয়ার হোসেন বলেন প্রশিক্ষণের মাধ্যমে সমাজকে আত্মনির্ভরশীল করে তোলা সম্ভব, তিনি যুব উন্নয়ন থেকে প্রশিক্ষণ গ্রহণের প্রতি উৎসাহ প্রদান করেন। আলোচনা সভা শেষে যুবকদের মাঝে ১৮,৪০,০০০ টাকার ঋণের চেক ও সনদ প্রদান করা হয়।

মেহেরপুরে প্রকাশ্যে ছুরিকাঘাতে এক যুবক আহত

মেহেরপুর শহরের মল্লিকপাড়ার শফিক উদ্দীনের ছেলে রতন নামের এক যুবককে পূর্ব শত্রুতার জের ধরে বাসায় থেকে ডেকে নিয়ে ছুরিকাঘাত করেছে কয়েক জন যুবক।

রবিবার বিকেলে মেহেরপুর স্টেডিয়াম মাঠে এ ঘটনা ঘটে আহত রতন মেহেরপুর শহরের মল্লিকপাড়ার শফিক উদ্দীনের ছেলে।

ঘটনা সূত্রে জানা যায়, পূর্ব শত্রুতার জের ধরে মেহেরপুর বাস স্ট্যান্ড পাড়ার ৮ নং ওয়ার্ড যুবলীগের সভাপতি তুফানের ছেলে আলীফ এবং স্টেডিয়াম পাড়ার টুমুর ছেলে দুলাল মাহমুদ। পূর্বের ওই বিরোধ মীমাংসা করবে বলে বাড়ি থেকে মোটরসাইকেল যোগে তুলে নিয়ে যায়।

পরে তাকে মেহেরপুর স্টেডিয়াম এর পূর্ব গ্যালারির উপর নিয়ে ছুরি দিয়ে আঘাত করতে থাতে, ছুরির আঘাতে রতনের ভুড়ি বের হয়ে গেলে রতন

কে ফেলে রেখে পালিয়ে যায়।

পরে রতনকে স্থানীয়রা দ্রুত মেহেরপুর ২৫০ শয্যা বিশিষ্ট জেনারেল হাসপাতালে নিয়ে যায়। তার অবস্থার অবনতি ঘটলে রতনকে ঢাকায় রেফার্ড করেন কর্তব্যরত চিকিৎসক।

ঢাকায় রেফার করার প্রাক্কালে রতন ঘটনার সঙ্গে সম্পৃক্ত দের নাম উল্লেখ করেছে।

এ বিষয়ে মেহেরপুর সদর থানার ভারপ্রাপ্ত অফিসারস ইনচার্জ শাহ দারা খান মেহেরপুর প্রতিদিন কে জানান, আমাদের কাছে এখনো পর্যন্ত কোনো অভিযোগ করা হয়নি, যদি আমাদের কাছে অভিযোগ আসে তবে এর আইনি ব্যবস্থা গ্রহন করা হবে। তাছাড়াও ঘটনার পরপরই মেহেরপুর সদর থানা পুলিশের একটি টিম অভিযান শুরু করে দিয়েছে।

তিনি আরও বলেন প্রকাশ্যে দিবালোকে যে ঘটনাটি ঘটেছে এটি খুবই দুঃখ জনক বিষয়। তবে এর বিষয়ে আমাদের কাছে অভিযোগ না করলেও এর সাথে সম্পৃক্ত ব্যক্তিরা কোনো ভাবে ছাড় পাবে না।

মেহেরপুরে বঙ্গবন্ধু জাতীয় যুব দিবস পালিত

“মুজিববর্ষের আহবান, যুব কর্মসংস্থান” এই শ্লোগানকে সামনে রেখে মেহেরপুরে বঙ্গবন্ধু জাতীয় যুব দিবস পালিত হয়েছে।

আজ রবিবার যুব উন্নয়ন অধিদপ্তরের যুব ভবনের হলরুমে আলোচনা সভা অনুষ্ঠিত হয়।

মেহেরপুরের ভারপ্রাপ্ত জেলা প্রশাসক মৃধা মো: মোজাহিদুল ইসলামের এর সভাপতিত্বে প্রধান অতিথি হিসেবে জুম অ্যাপের মাধ্যমে যুক্ত হন জনপ্রশাসন মন্ত্রণালয়ের প্রতিমন্ত্রী ও মেহেরপুর এক আসনের এমপি অধ্যাপক ফরহাদ হোসেন।

এ সময় তিনি বলেন, বাংলাদেশ যুবকদের হাত ধরে সামনের দিকে এগিয়ে

যাচ্ছে। বর্তমানে যুব উন্নয়ন অধিদপ্তরের মাধ্যমে বেকার যুবকদের কর্ম দক্ষতা বৃদ্ধি করে উদ্যোক্তা হিসেবে গড়ে তুলতে ভূমিকা রাখছে। এখান থেকে কর্ম দক্ষতা বৃদ্ধির পাশাপাশি যুবঋণ দেওয়া হয় যাতে করে বেকার যুবকরা নিজেই উদ্যোক্তা হিসেবে গড়ে উঠতে পারে।

তিনি আরও বলেন, মেহেরপুরে বেকার সমস্যা দুর করতে মেহেরপুরে গড়ে তোলা হবে টেক্সটাইল ইনস্টিটিউট, নার্সিং ইনস্টিটিউট এ গুলো হলে আমাদের জেলায় বেকার কমে আসবে।

এসময় বিশেষ অতিথি হিসেবে উপস্থিত ছিলেন, জেলা আওয়ামী লীগের যুগ্ম-সাধারণ সম্পাদক অ্যাড. ইব্রাহিম শাহিন, প্রতিমন্ত্রীর বড় ভাই শহিদ সাদেক হোসেন বাবর, আওয়ামী লীগের সিনিয়র সহ-সভাপতি আব্দুল হামিম, মেহেরপুর সরকারী কলেজের সহযোগী অধ্যাপক আব্দুল্লাহ আল-আমীন, যুব উন্নয়নের রিফ্রিজারেশন অ্যান্ড এয়ার কন্ডিশনিং এর প্রশিক্ষক আমিনুল ইসলাম সাগর, যুব উন্নয়নের সকল কর্মকর্তা, কর্মচারী সহ শিক্ষার্থী বৃন্দ।

অনুষ্ঠানে স্বাগত বক্তব্য রাখেন যুব উন্নয়নের উপ-পরিচালক ফিরোজ হোসেন।

আলোচনা শেষে সনদ পত্র সহ যুবঋণের আওতায় সাত জন কে তিন লক্ষ টাকার চেক বিতরণ করা হয়।

অনুষ্ঠানটির সঞ্চালনায় ছিলেন, যুব উন্নয়নের কম্পিউটার ট্র্রেডের প্রশিক্ষক মাসুদ আল-আহসান নোবেল।

মেপ্র/আরপি

সন্তান যখন কিশোর -কিশোরী: সমস্যা ও প্রতিকার

হটাৎ করেই সন্তানের কিছু কিছু আচরণগত পরিবর্তন আমরা মেনে নিতে পারি না।এতোদিনের বাধ্যগত বাচ্চাটি হয়তো কথা শুনতে চাচ্ছে না। সমস্যাটি শুরু হয় আচমকাই।প্রথম প্রথম হয়তো ব্যাপারটাকে সামান্য

অবহেলা করি কিন্তু যতোই দিন গড়ায় সমস্যাটা অনেক প্রকট হতে দেখা দেয়। কারণ, নিজের সন্তানের সাথে বিশাল একটা দূরত্ব সৃষ্টি হয়ে যায়। যেটা মেনে নেয়া মা-বাবার পক্ষে কঠিন থেকে কঠিনতর হয়ে ওঠে। সেই সময়টা হচ্ছে কৈশোর বা টিনেজ ।

কৈশোর বা টিনএজ (thirteen to nineteen) হচ্ছে শিশুকাল আর বয়ঃপ্রাপ্তির অতি গুরুত্বপূর্ণ সন্ধিক্ষণ। এই সময়ের হরমোন নিঃসরণ টিনএজারদের শরীরকে এবং মনকে ভবিষ্যতের জন্য তৈরি করতে থাকে। এ সময় সব ধরনের হরমোনের কাজের দ্রুত এবং শক্তিশালী বিচরণ ঘটতে থাকে শরীরে, বস্তুত যার কাজ ঘটে চলে মস্তিষ্কের অভ্যন্তরে। আর এই কারনে সাময়িক অস্থিতিশীল বা ইমব্যালান্সান্ড আচরণ করতেই পারে শিশু সন্তান।

আমরা এই সময়টাতে শাসন করতে গিয়ে বলতেই পারি, ‘আমরা তো এই সময়টা পাড় হয়ে এসেছি, কিন্তু আমরা তো এমন ছিলাম না!’ কথাটি সত্য কিন্তু জেনারেশন গ্যাপ বলেও একটা কথা আছে -সেটা মানতে হবে আমাদের। সমস্যাটা যে দ্বিপাক্ষিক -আমরা সেটা বুঝতেও পারি না।কারণ, ঐ সময়ে কেবল শিশুটিই কৈশোরে পদার্পণ করে না, আমাদের মাতৃত্ব বা পিতৃত্বও কৈশোরে পদার্পণ করে। সন্তানের অবুঝ কিংবা উদ্ভট আচরণের পরিপ্রেক্ষিতে আমরাও হয়তো এমন কিছু আচরণ করে ফেলি যা আমাদের সন্তানের কাছে উদ্ভট মনে হতে পারে এবং এই কারণেই দূরত্ব সৃষ্টি হয় কিংবা দূরত্ব আরো বেড়ে যায়।

কৈশোরে আচরণগত পরিবর্তন (সমস্যা):

১। দৈহিক ও মানসিক পরিবর্তনের কারণে কিশোর-কিশোরীরা কখনো লজ্জিত বা কখনো আনন্দিত থাকে, কখনো আক্রমণাত্মক, কখনো মনমরা হয়ে থাকে। আশঙ্কা, অনিশ্চয়তা, অন্তর্দ্বন্ধ এবং অসহায়বোধ এই বয়সের বৈশিষ্ট্য।

২। কোনো কোনো সময় মা-বাবা অথবা পরিবারের সদস্যদের বকাবকি ও নিপীড়নমূলক আচরণের কারণে তারা বিক্ষোভ প্রদর্শন করে। হঠাৎ করে এরা বিদ্রোহী হয়ে ওঠে।

৩। মা-বাবা, শিক্ষক কিংবা গুরুজনের আদেশ-উপদেশকেও গ্রাহ্য করতে চায় না বরং চরম বিরক্তি প্রকাশ করে।

৪।একাকী ঘরে দরজা বন্ধ করে সময় কাটাতে চায়-সেটা বেডরুম হোক বা হোক বাথরুম। অর্থাৎ নিজের জন্য সে কিছু সময় চায়।

৫। ফ্যাশন সচেতন হয়ে ওঠে হঠাৎ করেই। অসচেতন হয়ে পরে পড়ালেখা সহ গুরুত্বপূর্ণ ব্যাপারগুলোতে।

৬। হঠাৎ করে রেগে যায় সামান্য কিছুতেই, অল্পতেই মুড সুইং খুবই স্বাভাবিক ব্যাপার তাদের জন্য।

৭। সুযোগ পেলেই নির্ঘুম রজনী কাটাতে চায় এবং এই অনিয়মটাকেই নিয়ম বানিয়ে ফেলতে চায়।

৮। ঠিকমতো খেতে চায় না। বিশেষ করে ঘরের খাবারের প্রতি অনীহা কাজ করে। বাইরের খাবারের প্রতি আকৃষ্ট হয়ে পরে।

৯। কখনো কখনো হতাশা কাটাতে মাদকদ্রব্য, ফেসবুক, ইন্টারনেট ও পর্নো ছবিতে আসক্ত হয়ে পড়ে কোন কোন কিশোর কিশোরী।

১০। কিছু সংখ্যক কিশোর-কিশোরী আবার আবেগের বশে অনিরাপদ দৈহিক সম্পর্কেও জড়িয়ে পড়তে পারে।

১১। অনিশ্চয়তা কাটাতে কোন কোন কিশোর -কিশোরী পেশী প্রদর্শণ করতে প্রলুব্ধ হয়। পরবর্তীতে যারা মস্তানী, নির্যাতন কিংবা হত্যার মতো অপরাধ ক্রিয়ার সাথে সম্পৃক্ত হয়ে পরে।

১২। কারো কারো আচরণে আমূল পরিবর্তন আসা, অস্বাভাবিক রেগে যাওয়া, ধ্বংসাত্মক আচরণ, বন্ধুমহলে আমূল পরিবর্তন, পুরনো বন্ধুরা কোনো কারণে দূরে সরে যাচ্ছে, নতুন নতুন হঠাৎ বন্ধুর অন্তরঙ্গতা পরিলক্ষিত হয়।

১৩। কারো কারো স্কুল-কলেজে ঘণ্টা পালানো, বা প্রায়শই না যাওয়ার ব্যাপারটিও দেখা যায়।

১৪। ধর্মীয় ব্যাপারে অতিউৎসাহী মনোভাব কিংবা ঘরে সবার উপর তার বলপ্রয়োগের চেষ্টা দেখা যায়।

১৫। প্রায়শই হতাশাজনক কথাবার্তা বলা, আত্মহত্যা বা কারও প্রতি জিঘাংসার মনোভাব কারো কারো ক্ষেত্রে পরিলক্ষিত হয়।

১৬। সারাক্ষণ নিজের ঘরে দরজা-জানালা বন্ধ করে থাকা, পরিবারের সদস্যদের সঙ্গে দূরত্ব।

সমাধান:(মা-বাবার করণীয় ও সন্তানের করণীয়)
মা-বাবার করণীয়:

১। আপনার সন্তানকে সময় দিন। কর্মজীবী মা-বাবার জন্যে সময় বের করা কষ্টকর হলেও, সন্তানকে দেয়ার মতো একান্ত কিছু সময় বের করতেই হবে এবং তা নিয়মের মধ্যে নিয়ে আসতে হবে, যেমন, অন্তত রাতের খাবারে কিংবা ছুটির দিনগুলোতে একসাথে খাওয়ার সাথে সাথে প্রয়োজনীয় আলাপ সেরে নেয়া এবং বুঝিয়ে বলা যে, ওদের সুন্দর ভবিষ্যতের জন্যই এই ব্যস্ততা ও ত্যাগ স্বীকার কর্মজীবী মা-বাবার।

২। আপনার সন্তানকে বুঝিয়ে বলুন যে, আপনার জীবনে সে কতখানি গুরুত্বপূর্ণ, তার ভালো ও সৎ মানুষ হিসেবে গড়ে ওঠা তার নিজের জন্য এবং পরিবারের জন্য কতখানি জরুরী। সমাজ ও রাষ্ট্রের জন্য একজন আলোকিত দেশপ্রেমিক মানুষ হিসেবে নিজেকে গড়ে তোলা তার জন্য কতখানি যুক্তিযুক্ত। আপনার সন্তান যে অনন্য – এই আত্মবিশ্বাস তার মাঝে জাগিয়ে তুলুন।

৩। জীবনের বেড়ে ওঠার প্রতিটি ধাপ ও এর স্বাভাবিক বৈশিষ্টগুলো নিয়ে খোলামেলা আলোচনা করে বুঝিয়ে বলা যে, বিশেষ করে টিনএজ বা কৈশোরে শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তনের হঠাৎ ভারসাম্যহীনতায় বিব্রত বা অসহায় বোধ না করতে। পড়ালেখা ও জ্ঞানার্জনের মাধ্যমে নিজেকে প্রতিনিয়ত আপডেট করার সঠিক পন্থা আপনাকেই দেখাতে হবে, নয়তো সমাজ তাকে ভুলপথে পরিচালিত করতেই পারে।

৪। মা-বাবা যে সবসময় তাদের পাশে আছে-সেটা আচার আচরণ এবং সুন্দর ব্যবহারের মাধ্যমে বোঝাতে হবে।আপনার সন্তানকে স্পেস দিন যাতে সে মনের ক্ষোভ, দুঃখ, হতাশা আর অসহায়ত্ব আপনার সাথে শেয়ার করতে পারে।

৫।সন্তানের নিরাপত্তার ব্যাপারে সর্বোচ্চ প্রায়োরিটি দিন। বন্ধু কিংবা নিকটাত্মীয়ের বাসায় রাত্রিযাপনের অনুমতি দিবেন না কোনক্রমেই। নিজের ঘরেও প্রাইভেট টিউটর কিম্বা অতিথীদের যাতায়াত লিভিংরুম পর্যন্তই সীমাবদ্ধ রাখতে চেষ্টা করুন। আর সেটা সম্ভব না হলে মনিটরিং করুন, সচেতন থাকুন।

৬। বাড়ির ছোট ছোট কাজগুলোতে সন্তানকে অংশগ্রহণ করতে উৎসাহিত করুন। নিজের কাজগুলোর প্রতি তাদের দায়িত্ববোধ জাগিয়ে তুলুন। সন্তানদের ছোটবেলা থেকেই ‘এ কাজ শুধুই মেয়েদের’, ‘এ কাজ শুধুই ছেলেদের’– এভাবে বৈষম্যের শিক্ষা দেবেন না। পৃথিবীতে কোনো কাজই একান্ত মেয়েদের বা ছেলেদের নয়। পরিবারের ‘ভার’ নেওয়ার দায়িত্ব সবার সমান – আপনার কথা ও আচরণের মাধ্যমে আপনার সন্তানকে সেই

শিক্ষা দিন।

৭। পড়াশোনায় সামর্থ নিয়ে পরিচিত কিম্বা সহপাঠীদের সঙ্গে তুলনায় এনে তার অর্জিত ফলাফল নেতিবাচকভাবে মূল্যায়ন করে অযথা চাপ সৃষ্টি না করবেন না। মাছ যেমন আকাশে উড়তে পারে না , পাখিও তেমনি পানিতে বাস করতে পারে না। যথোপোযুক্ত পরিবেশেই প্রতিভা বিকশিত হয়। আপনি আপনার সন্তানকে সেই পরিবেশ দেয়ার চেষ্টা করুন।

৮। পারতপক্ষে সন্তানকে শারীরিক শাস্তি দিতে যাবেন না। তার গায়ে হাত তোলা যাবে না কোনভাবেই। এটা শুধুমাত্র নিষ্ঠুর অমানবিকতাই নয়, একটি শিশু বা কিশোরের জীবনে মানসিক দাগ রয়ে যাওয়ার মতো ক্ষত সৃষ্টি হয় এতে। তবে, প্রয়োজনে কঠোর হতে হবে আপনাকে। দেয়ালে বেত ঝুলিয়ে রাখতে পারেন এবং বলতে পারেন, পরিবারের নিয়মবিধি ভাঙলে কতখানি শাস্তি প্রাপ্য, যেটা অন্যের হাতে নয় নিজহাতেই সেই শাস্তি প্রদানে আপনি কতোখানি কঠোরতা প্রদর্শণ করতে সক্ষম।

৯। আপনার সন্তান যদি নিজের কক্ষে অন্য কারও প্রবেশাধিকার একেবারে নিষিদ্ধ করে দেয়, তার ঘর থেকে সিগারেট, মাদক বা অন্য কোনো আসক্তির জিনিস সম্বন্ধে আপনার সন্দেহ হয় , সন্তানের মধ্যে সব সময় কিছু লুকোনোর প্রবণতা, মিথ্যা বলার ক্রমবর্ধমান প্রবণতা, ঘরের অর্থ এবং মূল্যবান জিনিস চুরি যাওয়ার ঘটনা বৃদ্ধি পায়, তবে ইন্দ্রিয় সজাগ রাখুন। অন্যায়কে কোনভাবেই প্রশ্রয় দিবেন না। এই ক্ষেত্রে সন্তানের প্রতি আক্রমনাত্মক না হয়ে কুশলী হন। তাকে স্পেস দিন, খোলামেলা আলোচনার সুযোগ সৃষ্টি করুন এবং তার সমস্যা কাটিয়ে স্বাভাবিক জীবনে ফিরে আসতে সাহায্য করুন। কারণ, সবকিছু ছাপিয়ে সে আপনারই সন্তান।

১০। সন্তানের সাথে সর্বদাই ইতিবাচক আচরন করবেন ও প্রশংসা করবেন।পরিবার বা নিজ বাসস্থান সর্বশ্রেষ্ঠ শিক্ষা প্রতিষ্ঠান এবং মা-বাবা হলো সর্বশ্রেষ্ঠ শিক্ষক…

মেপ্র/এমএফআর