

## শিশুদের দুষ্টিমি : বিজ্ঞানের দৃষ্টিতে

রণতোষ চক্রবর্তী

একালে মধ্যবিত্ত সমাজে এসেছে ফ্ল্যাট কালচার। শহর ও শহরতলি সব জায়গাতেই আকাশচুম্বী সব অট্টালিকা—যেগুলি বহু পরিবারের অ্যাপার্টমেন্ট। এগুলি অধিকাংশই তৈরি পাঁচশো, ছশো, হাজার বর্গফুটের মতো জায়গা নিয়ে। বাসিন্দারা ছোট সুখী পরিবার। কর্তা, কর্ত্রীর সঙ্গে একটি সন্তান। এই শিশুর চাই কিছুটা জায়গা। কিন্তু অধিকাংশ অ্যাপার্টমেন্টের সিংহভাগ জুড়ে রয়েছে খাট, আলমারি, টিভি, কম্পিউটার। শিশুটি যে ইচ্ছামতো খেলা করবে, তার উপায় নেই। আর শিশুরা যে চঞ্চল একথা সবার জানা। আজকের বাচ্চারা বেশি দুষ্টি তা নয়। সর্বকালেই শিশুদের চাঞ্চল্য দেখা গেছে। রবীন্দ্রনাথ ‘জীবনস্মৃতি’তে লিখেছেন : “বউঠাকুরানীর যত্নে এবং ছেলোদের বিচিত্র উৎপাত উপদ্রবে আনন্দে দিন বেশ কাটিতে লাগিল।” এখানে তিনি তাঁর মেজদা অর্থাৎ সত্যেন্দ্রনাথ ঠাকুরের দুটি শিশুর কথা বলেছেন।

কোনও সুস্থ-সবল শিশু চশমাচোখে গভীর মুখে দর্শনের মোটা বই হাতে বসে থাকবে—এ-দৃশ্য একেবারেই স্বাভাবিক নয়। কেননা শিশু তার স্বাভাবিক নিয়মে ছটফটে, চঞ্চল হবেই। শিশুদের দুষ্টিমি পরিজনদের কাছে বিরক্তির কারণ হলেও

উপায় নেই। বিশেষজ্ঞদের মতে শিশু মায়ের গর্ভে থাকা অবস্থাতেও হাত-পা ছুঁড়ে নিজের অস্তিত্ব জানাতে চায়। জন্মের পর থেকে শিশুর এই দৈহিক চাঞ্চল্য ক্রমশ বাড়তে থাকে। কৈশোর বা যৌবনের প্রায় শুরু পর্যন্ত যে-শারীরিক ভাষা থাকে পরবর্তী সময় তেমনটি আর থাকে না, বরং কমে যায়। বয়সের সঙ্গে দৈহিক সম্পর্ক স্পষ্ট।

আসলে শৈশবের দুষ্টিমি প্রবৃত্তিগত একটি স্বাভাবিক বৈশিষ্ট্য। প্রশ্ন হচ্ছে, পূর্ণবয়স্কদের তুলনায় শিশুর ছটফটে ভাব বা হইচই করার প্রবণতা বেশি কেন? বিষয়টি আসলে শারীরবৃত্তীয় প্রক্রিয়ার সঙ্গে জড়িত। বয়স্কদের মেপে কথা বলা, সামঞ্জস্যপূর্ণ সূক্ষ্ম কাজকর্ম সবই মস্তিষ্ক থেকে প্রয়োজনীয় নির্দেশে স্নায়ুর মাধ্যমে হয়ে থাকে। বয়সের সঙ্গে স্নায়ু ও মস্তিষ্কের গঠন ও উন্নতির একটি জটিল সম্পর্ক রয়েছে। যেমন জন্মাবার সময় শিশুর মস্তিষ্কের ওজন থাকে মাত্র তিনশো গ্রাম, যা বয়ঃসন্ধির সময় বেড়ে দাঁড়ায় প্রায় বারোশো থেকে তেরোশো গ্রাম। এছাড়া বয়সের সঙ্গে স্নায়ুতন্ত্রের গঠনপ্রকৃতির কিছু পরিবর্তন ঘটে—বিশেষ করে স্নায়ুতন্ত্রের একেবারে বাইরের দিকে মায়োলিন নামে এক রাসায়নিক পদার্থের প্রলেপ তৈরি হয়, যেটি

## শিশুদের দুষ্টিমি : বিজ্ঞানের দৃষ্টিতে

স্নায়ুর কাজকর্মের সঙ্গে জড়িত বলা হয়। এছাড়া আরও একটি বিষয় হল মস্তিষ্কের নানা এলাকার মধ্যে যোগাযোগব্যবস্থা বা সংযোগরক্ষা—যেটি শিশুর ক্ষেত্রে তেমন জোরদার থাকে না। বয়সের সঙ্গে এই সংযোগ ব্যবস্থার ধীরে ধীরে উন্নতি ঘটে। এর ফলে মস্তিষ্ক থেকে যাবতীয় উত্তেজনা স্নায়ু মারফত দেহপেশী বা অন্যান্য লক্ষ্যবস্তুতে এসে কাজ করতে পারে না। মাঝপথেই অনেক উত্তেজনা, উদ্দীপনাকে প্রশমিত অথবা বন্ধ করে দেওয়া হয়। যার ফলে বয়স্কদের ক্ষেত্রে সামঞ্জস্যপূর্ণ বা যথাস্থানে যথাযোগ্য কাজ বা কথাবার্তা সম্ভব। বলা বাহুল্য, মস্তিষ্কের এই ধরনের জটিল কাজকর্ম উপযুক্ত শিক্ষা বা ট্রেনিং, অভিজ্ঞতা, স্মৃতিশক্তি—এসব দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয়।

শিশুদের অভিজ্ঞতা, শিক্ষা বা ট্রেনিং থাকে না বললেই চলে (যদিও অভিভাবকেরা প্রায় প্রতি বিষয়ে শিশুকে ধমকে বা ক্ষেত্রবিশেষে দৈহিক নির্যাতনে ‘শিক্ষা’ দিয়ে চলছেন)। উপযুক্ত শিক্ষা, অভিজ্ঞতা না থাকার জন্য মস্তিষ্কের বহু উদ্দীপনা যা আমাদের কাছে অপ্রয়োজনীয় মনে হয়, শিশুরা সেইসব উদ্দীপনায় কাজ করতে চায়—যাকে সহজ কথায় দুষ্টিমি বলা হয়। তাছাড়া অভিজ্ঞতার অভাবে শিশু যে-কোনও জিনিস সম্বন্ধে জানতে বেশি মাত্রায় আগ্রহী—ফলে এদের আচার-আচরণে অস্থিরতা দেখা যায়।

জৈব-রাসায়নিক দিক থেকে বলা যায়, মস্তিষ্ক ও স্নায়ু থেকে নিঃসৃত জটিল রাসায়নিক পদার্থও দেহের বিভিন্ন ক্রিয়ার সঙ্গে জড়িত। দুটি স্নায়ু বা স্নায়ু ও পেশীর মিলনস্থলে (সাইনেপ্স, নিউরো মাসকুলার জংশন ইত্যাদি) রকমারি রাসায়নিক পদার্থের পরিমাণের ওপর পেশীর কাজকর্ম পরিচালিত হয় বলে বিজ্ঞানীরা মনে করেন; যেমন অ্যাডরিনালিন, সেরোটোনিन, ডোপামিন ইত্যাদি। এ-ব্যাপারে নানা পরীক্ষানিরীক্ষাও হয়েছে।

যেমন বদমেজাজি বিড়ালছানাকে সেরোটোনিন ইনজেকশন দিয়ে শান্তশিষ্ট করে দেওয়া সম্ভব। আবার এর উলটোটিও গবেষণাগারে করা যায়।

শিশুর দুষ্টিমির কারণ বহুবিধ বলে বিজ্ঞানীদের অভিমত। ফ্ল্যাটে আবদ্ধ (সাধারণত একা, অর্থাৎ ভাইবোন-শূন্য) শিশুটি যে-ধরনের দুষ্টিমি করে, গ্রামে খোলামেলা জায়গায় থাকলে হয়তো তেমনটি করে না। কাজেই বিষয়টি বেশ জটিল। তবে শিশুর এই আচরণ বয়স্কদের বিরক্তির কারণ হলেও এর শারীরতাত্ত্বিক প্রয়োজনীয়তা উপেক্ষা করা যায় না। চাঞ্চল্য শিশুর সহজাত প্রবৃত্তি। অনেক সময় সামান্য মাটির ঢেলা বা পরিত্যক্ত নানা সামগ্রী সে খেলার বস্তু হিসাবে নেয়, হয়তো দামি খেলনায় তেমন উৎসাহ পায় না। বিড়াল বা কুকুরছানা ওদের মায়ের লেজ নিয়েই খেলতে পারে। আসলে এসবই ওদের দেহের স্বাভাবিক গঠন, পুষ্টির জন্য একান্ত প্রয়োজন। এছাড়া শরীরের বিপাক, প্রতিরক্ষাব্যবস্থা এমনকী মানসিক উন্নতির জন্যও দুষ্টিমি শিশুদের পক্ষে আবশ্যিক বলে বিজ্ঞানীরা মনে করেন। প্রাণীদের ওপর পরীক্ষানিরীক্ষায় দেখা গেছে, চঞ্চলতার অভাবে দেহের বৃদ্ধি, পুষ্টি স্বাভাবিক হয় না। প্রসঙ্গত, রেললাইনের ধারে জলাশয়ে মাছের বৃদ্ধির হার বেশি। ট্রেনের যাতায়াতে জলে যে-কম্পন সৃষ্টি হয়, তাতে মাছের ছুটোছুটি বেড়ে যায়। এদের বৃদ্ধি-পুষ্টির এটাই নাকি কারণ।

অতএব ফ্ল্যাটবাড়ির সামান্য জায়গায় (দামি সরঞ্জামের অধিকাংশই আবার শিশুদের ধরা নিষেধ) শিশুদের দুষ্টিমি কিছু অস্বাভাবিক নয়। চঞ্চলতার অভাবই বরং অস্বাভাবিক। শিশুর গঠন, পুষ্টি, বৃদ্ধির জন্য আপাত এই অশান্ত আচরণ একান্তই দরকার। দুষ্টিমি বন্ধ রাখা কিন্তু কোনওমতেই বিজ্ঞানসম্মত নয়।

অভিভাবকদের অনুরোধ, দয়া করে শিশুদের দুষ্টিমি করতে দিন।