বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত প্রশিক্ষণ কার্যক্রম

প্রশিক্ষণ সহায়িকা

ইমপ্রুভিং ওয়েলবিইং অব দ্য চাইল্ড ওয়েস্ট পিকারস্ অব মাতুয়াইল ডাম্প সাইট ইন ঢাকা সিটি প্রজেক্ট

গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি

বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত প্রশিক্ষণ কার্যক্রম

প্রশিক্ষণ সহায়িকা

গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি

বাড়ি নং-৯৩, রোড নং-১, মোহাম্মদীয়া হাউজিং সোসাইটি
মোহাম্মদপুর, ঢাকা-১২০৭
ই-মেইল: grambangla@yahoo.com
ওয়েবসাইট: www.grambanglabd.org

বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত প্রশিক্ষণ প্রশিক্ষণ কার্যক্রম: প্রশিক্ষণ সহায়িকা

গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি
বাড়ি নং-৯৩, রোড নং-১, মোহাম্মদীয়া হাউজিং সোসাইটি
মোহাম্মদপুর, ঢাকা-১২০৭
ই-মেইলঃ grambangla@yahoo.com

প্রণয়নেঃ
খন্দকার রিয়াজ হোসেন

সহযোগিতায়ঃ
তাহামিনা আকতার

প্রকাশকালঃ
সেপ্টেম্বর, ২০১৬

তথ্যসূত্রঃ

১) শিশু বিকাশঃ শিশু অধিকারের আলোকে (কিশোর-কিশোরীদের জন্য): প্রশিক্ষণ সহায়িকা
ইইসিআর প্রকল্প, মহিলা ও শিশু বিষয়ক মন্ত্রণালয়, গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার ও ইউনিসেফ, জুন ২০১২

বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের লক্ষ্যে গ্রামবাংলা দিবাযত্ন কেন্দ্র

গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি শিশুর সুরক্ষা ও অধিকার প্রতিষ্ঠার লক্ষ্যে বিগত দুই দশক ধরে কাজ করে যাচ্ছে। 'সবার আগে শিশুর সুরক্ষা' এই প্রত্যয় নিয়ে শিশুর সার্বিক বিকাশের লক্ষ্যকে সামনে রেখেই গ্রামবাংলার যাত্রা শুরু।

গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি দেশের প্রত্যন্ত অঞ্চলের অবহেলিত শিশুদের নিয়ে তার দীর্ঘদিনের উন্নয়ন কর্মকান্ড পরিচালনার মাধ্যমে জেনেছে যে, সত্যিকার অর্থে শিশুর উন্নয়ন বিশেষ করে বর্জ্যজীবী পরিবারের মত স্বল্প আয়ের পরিবারের শিশুদের বিকাশ ঘটাতে হলে সঠিকভাবে শিশুকে লালন-পালন করতে হবে। আর তার জন্য শিশুর পরিবারকেই সর্বপ্রথম যথাযথ ব্যবস্থা নিতে হবে। কারণ, শিশুকে লালন-পালন করা, তাকে প্রতিনিয়ত সুস্থ রাখা, তার ন্যুনতম চাহিদা মেটানো বিশেষ করে প্রতিকূল পরিবেশে তার সার্বিক সুরক্ষা দেয়া মাতা-পিতা ও পরিবারের অন্যান্যদের প্রধান ও আশু কর্তব্য।

বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের লক্ষ্যে গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি 'গ্রামবাংলা দিবাযত্ন কেন্দ্র' চালু করেছে। এতে করে বর্জ্যজীবী পরিবারের মত স্বল্প আয়ের পরিবারের শিশুদের জন্য দিবাকালীন সুরক্ষা ও সেবা দেয়া সম্ভব হচ্ছে। যদিও এটি একটি ক্ষুদ্র উদ্যোগ, তথাপি গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি মনে করে, দেশের বিভিন্ন স্থানে অবহেলায় পড়ে থাকা বিপুল সংখ্যক এসব শিশুর সুরক্ষা দেয়ার পাশাপাশি সত্যিকার বিকাশ ঘটাতে হলে সরকারি-বেসরকারি এবং ব্যক্তি পর্যায়ের সকলকে এগিয়ে আসতে হবে।

গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি মনে করে, একটি শিশুর সুন্দর ভবিষ্যত গড়ার জন্য তাদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালন করা জরুরী। এই লক্ষ্যে গ্রামবাংলা বর্জ্যজীবী পরিবারের মাতাপিতার সামর্থ্য বৃদ্ধির লক্ষ্যে প্রশিক্ষণের আয়োজন করেছে। এই প্রশিক্ষণকে সুন্দর ও সার্থকভাবে সম্পন্ন করার লক্ষ্যে প্রস্তুত করা হয়েছে এই নির্দেশিকা। গ্রামবাংলার বিশ্বাস, সঠিকভাবে শিশুর লালন-পালন সংক্রান্ত বিষয়ে মাতাপিতার জ্ঞান, দক্ষতা ও সামর্থ্য বৃদ্ধি করতে পারলে তারা তাদের নিজ শিশুদেরকে যথাযথভাবে প্রতিপালন করতে সক্ষম হবেন যার ফলশ্রুতিতে বর্জ্য সংগ্রহের মত ঝুঁকিপূর্ণ পেশার সাথে জড়িত স্বল্প পরিবারের অবহেলিত শিশুরা আগামী দিনের জন্য একজন সৎ ও যোগ্য নাগরিক হিসাবে বেড়ে উঠবে।

এ কে এম মাকসুদ
নির্বাহী পরিচালক
গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি

বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত প্রশিক্ষণ সহায়িকা সম্পর্কে কিছু কথা

গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি স্বল্প আয়ের পরিবারের শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালনের জন্য তাদের মাতাপিতার জ্ঞান, দক্ষতা ও সামর্থ্য বৃদ্ধির উদ্যোগ নিয়েছে। এ লক্ষ্যে একদিন ব্যাপী প্রশিক্ষণ কর্মশালার আয়োজন করা হয়েছে। এই প্রশিক্ষণ কর্মশালায় বর্জ্যজীবী স্বল্প আয়ের পরিবারের শিশুদেরকে সঠিকভাবে 'লালন-পালন' সংক্রান্ত বিভিন্ন বিষয় সম্পর্কে আলোচনা করা হবে। প্রশিক্ষণ কর্মশালায় অংশগ্রহণমূলক পদ্ধতির উপর বিশেষ জোর দেয়া হয়েছে যেখানে অংশগ্রহণকারী মাতাপিতাগণ নিজেদের ধারণা ও উপায়সমূহ নিয়ে বিস্তারিতভাবে আলোচনা ও মত-বিনিময় করার সুযোগ পাবেন। সেইসাথে প্রতিটি সেশনে অংশগ্রহণকারীদের দলগত অনুশীলনের ব্যবস্থা রয়েছে যেখানে বর্জ্যজীবীদের নিজ নিজ শিশুদের 'লালন-পালন' বিষয়ে বাস্তব অভিজ্ঞতা বিনিময়ের প্রতিফলন ঘটবে।

প্রশিক্ষণ সহায়িকায় 'শিশুর লালন-পালন' সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত আলোচনা করা হয়েছে। মূলত প্রশিক্ষণ কর্মশালাটি জ্ঞাননির্ভর হলেও স্বল্প আয়ের পরিবার থেকে আসা অংশগ্রহণকারীদের সামর্থ্য বৃদ্ধিতে এটি সহায়ক হবে বলে আমাদের বিশ্বাস। সেই সাথে প্রশিক্ষণ সহায়িকাটি প্রকল্পে নিয়োজিত প্রশিক্ষক ও প্রশিক্ষণ সহায়তাকারীদের (ফেসিলিটেটর) কর্মশালা ও আলোচনা সভা পরিচালনার ক্ষেত্রেও এটি সহায়ক ভূমিকা রাখবে।

খন্দকার রিয়াজ হোসেন
পরিচালক, প্রোগ্রাম্‌স
ও প্রকল্প ব্যবস্থাপক
ইমপ্রুভিং ওয়েলবিইং অব দ্য চাইল্ড ওয়েস্ট পিকারস অব
মাতুয়াইল ডাম্প সাইট ইন ঢাকা সিটি প্রজেক্ট
(বর্জ্যজীবী শিশুদের কল্যাণ ও জীবনমান উন্নয়ন প্রকল্প)
গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি

সূচি

ক্রম	পাঠক্রম	পৃষ্ঠা নং
১	প্রশিক্ষণ কর্মশালার উদ্দেশ্যাবলী	১
২	প্রশিক্ষণ কর্মশালার পদ্ধতি, উপকরণ ও সরঞ্জামাদি	১
৩	প্রশিক্ষণ কর্মশালার সহায়কের জন্য নির্দেশনামা	২
৪	প্রশিক্ষণ কর্মশালার সহায়কের জন্য করণীয়	২
৫	প্রশিক্ষণ কর্মশালার আলোচ্য সূচি	৩
৬	প্রারম্ভিক সেশন: • স্বাগত বক্তব্য ও পরিচয় পর্ব, জড়তা মোচন • প্রশিক্ষণের আচরণবিধি ও অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে প্রত্যাশা	৪-৫
৭	সেশন-১: বর্জ্যজীবী শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালনের গুরুত্ব	৬-৭
৮	সেশন-২: বর্জ্যজীবী শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালনে পরিবার ও সমাজের দায়িত্ব ও কর্তব্য	৮-১২
৯	সেশন-৩: বর্জ্যজীবী শিশুদের শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের লক্ষ্যে সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জসমূহ ও চ্যালেঞ্জ মোকাবেলা কারার উপায়সমূহ	১৩-১৪
১০	সেশন ৪: সমাপনী সেশন: প্রশিক্ষণ কর্মশালায় আলোচিত বিষয়বস্তুর সার-সংক্ষেপ ও সমাপনী আলোচনা	১৫-১৬
১১	সহায়ক তথ্য: ১. শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত করণীয় ও বর্জনীয় ২. ভাল মা-বাবা হওয়ার উপায়	১৭-১৮

বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত একদিনের প্রশিক্ষণ কর্মশালা

প্রশিক্ষণ কর্মশালার উদ্দেশ্যাবলী

প্রশিক্ষণ শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

১. বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের গুরুত্ব সম্পর্কে জানতে পারবেন।

২. বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত কোন্‌টি করণীয় এবং কোন্‌টি বর্জনীয় সে বিষয় সম্পর্কে জানতে ও বুঝতে পারবেন।

৩. পরিবারের মধ্যে শিশুর লালন-পালন ও পরিবারের বাইরে সমাজে শিশুর বিকাশে কার কী দায়িত্ব রয়েছে সে বিষয়ে ধারণা লাভ করতে পারবেন।

৪. বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের লক্ষ্যে সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জ সম্পর্কে ধারণা লাভ করতে পারবেন ও চ্যালেঞ্জ মোকাবেলা করার উপায় সম্পর্কে জানতে ও বুঝতে পারবেন।

৫. বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের দক্ষতা অর্জন করতে পারবেন ও অন্যান্য বর্জ্যজীবীদেরকে এ বিষয়ে সহায়তা করতে পারবেন।

প্রশিক্ষণ পদ্ধতি:

- অংশগ্রহণমূলক আলোচনা
- দলগত কাজ
- অভিজ্ঞতা বিনিময়

প্রশিক্ষণ উপকরণ:

- প্রশিক্ষণ সহায়িকা
- পোস্টার
- ফ্লিপ চার্ট

প্রশিক্ষণ সরঞ্জামাদি:

- ফ্লিপ চার্ট স্ট্যান্ড
- পোস্টার পেপার
- মার্কার
- মাস্কিং টেপ
- ব্যানার ও ফেস্টুন

কর্মশালার শুরুতে প্রশিক্ষণ সহায়তাকারীর (ফেসিলিটেটর) জন্য নির্দেশনামাঃ

প্রতিটি সেশনের শুরুতে প্রশিক্ষণ সহায়ককে নিশ্চিত হতে হবে যেন কর্মশালা পরিচালনার জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণ ও সরঞ্জামাদি পূর্বে থেকেই তৈরি ও প্রশিক্ষণ কক্ষে প্রস্তুত থাকে।

কর্মশালা চলাকালীন প্রশিক্ষণ সহায়তাকারীর (ফেসিলিটেটর) জন্য করণীয়ঃ

- প্রশিক্ষণ কর্মশালা পরিচালনার জন্য প্রস্তুতি নিন ও নিজেকে সংগঠিত করুন।
- নিজে বেশী না বলে প্রশিক্ষণার্থীদেরকে তাদের কথা বলতে দিন। সকলকে কথা বলার সুযোগ করে দিন।
- প্রশিক্ষণার্থীদের ব্যাপারে শ্রদ্ধাশীল ও নমনীয় হোন। কোন অবস্থায়ই তাদের উপর বিরক্তি প্রকাশ করা যাবে না।
- প্রশিক্ষণার্থীদের মাঝে আলোচনার বিষয়ে আগ্রহ সৃষ্টি করুন। কখনোই প্রশিক্ষণার্থীদের উপর নিজের মতামত চাপিয়ে দিবেন না।
- প্রশিক্ষণের সময় মেনে চলুন, অন্যরাও যেন এটি মেনে চলেন সেদিকে দৃষ্টি রাখুন।
- সহজ ভাষায় সুন্দর করে কথা বলুন।
- মনোযোগ সহকারে প্রশিক্ষণার্থীদের কথা শুনুন ও ভালো শ্রোতা হোন।
- প্রয়োজনে উদাহরণ দিন ও প্রশিক্ষণার্থীদের কাছ থেকে তাদের নিজ নিজ অভিজ্ঞতা শুনুন।
- প্রশিক্ষণার্থীদের অভিজ্ঞতা যত স্বল্পই হোক, তাদেরকে অভিজ্ঞতা বিনিময়ে উৎসাহিত করুন।
- কর্মশালাটি যেন সার্বিক অর্থে অংশগ্রহণমুলক হয় সেদিকে খেয়াল রাখুন।

বর্জ্যজীবী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত একদিনের প্রশিক্ষণ কর্মশালা

প্রশিক্ষণ সূচি

সময়	প্রশিক্ষণের আলোচ্য বিষয়	প্রশিক্ষণ পদ্ধতি	প্রশিক্ষণের উপকরণাদি	সহায়ক
০৯.০০	অংশগ্রহণকারীদের নাম নিবন্ধন		অংশগ্রহণকারীদের নিবন্ধন ছক	প্রশিক্ষণ কর্মী গ্রামবাংলা উ.ক.
০৯.১৫	প্রারম্ভিক সেশন: • স্বাগত বক্তব্য ও পরিচয় পর্ব, জড়তা মোচন • প্রশিক্ষণের আচরণবিধি ও অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে প্রত্যাশা	অংশগ্রহণমূলক আলোচনা/প্রশ্ন-উত্তর;	পোস্টার পেপার মার্কার/মাস্কিং টেপ	অংশগ্রহণকারী ও প্রশিক্ষক, গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি/
১০.০০	**সেশন-১:** • বর্জ্যজীবী শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালনের গুরুত্ব	অংশগ্রহণমূলক আলোচনা/প্রশ্ন-উত্তর দলগত কাজ ও আলোচনা	ইজেল বোর্ড পোস্টার পেপার মার্কার/ মাস্কিং টেপ	প্রশিক্ষক গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি
১১.০০	**বিরতি: ১৫ মিনিট**			
১১.১৫	**সেশন-২:** • বর্জ্যজীবী পরিবারে ও সমাজে শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশে দায়িত্ব ও কর্তব্য • শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত কোন্‌টি কর-ণীয় এবং কোন্‌টি বর্জনীয়	অংশগ্রহণমূলক আলোচনা/প্রশ্ন-উত্তর দলগত কাজ ও আলোচনা	ইজেল বোর্ড পোস্টার পেপার মার্কার/মাস্কিং টেপ	প্রশিক্ষক গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি
০১.০০	**মধ্যাহ্ন বিরতি: ১ ঘন্টা**			
২.০০	**সেশন-৩:** • শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের লক্ষ্যে সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জসমূহ • চ্যালেঞ্জ মোকাবেলা করার উপায়সমূহ	অংশগ্রহণমূলক আলোচনা/প্রশ্ন-উত্তর, দলগত কাজ ও আলোচনা	ইজেল বোর্ড পোস্টার পেপার মার্কার/মাস্কিং টেপ	প্রশিক্ষক গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি
৩.০০	**সেশন-৪:** সমাপনী সেশন • সারাদিনের আলোচনার উপর পর্যালোচনা ও সার-সংক্ষেপ • সমাপনী	অংশগ্রহণমূলক আলোচনা/প্রশ্ন-উত্তর		অংশগ্রহণকারী ও প্রশিক্ষক, গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি

প্রারম্ভিক সেশন

প্রশিক্ষণ কর্মশালার সূচনা, পরিচয় পর্ব, প্রশিক্ষণের নিয়মাবলী ও প্রত্যাশা যাচাই

মোট সময়: ১ ঘন্টা

প্রশিক্ষণ কক্ষের প্রস্তুতি:

অংশগ্রহণকারীদের অর্ধ-বৃত্তাকারে বসতে সহায়তা করুন। প্রশিক্ষণ কক্ষের পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা, আলো-বাতাস পর্যাপ্ত আছে কিনা সে ব্যাপারে নিশ্চিত হোন। প্রশিক্ষণের উপকরণাদি তৈরি আছে কিনা দেখে নিন। প্রশিক্ষণ সরঞ্জামাদি চালু ও ব্যবহার উপযোগী আছে কিনা সেটিও দেখে নিন।

অংশগ্রহণকারীদের নিবন্ধন: **সময়: ১৫ মিনিট**

অংশগ্রহণকারীদের নাম নিবন্ধন করতে সহায়তা করুন। সকলের নাম-ঠিকানা, বর্জ্য সংগ্রহ ও গৃহস্থালী কাজের বাইরে অন্য কোন আয়মূলক কাজে নিয়োজিত আছেন কিনা সে বিষয়ে জানুন ও লিখতে সহায়তা করুন।

স্বাগত বক্তব্য: **সময়: ৫ মিনিট**

অংশগ্রহণকারীদেরকে স্বাগত জানান। তাদেরকে প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্যসমূহ বুঝিয়ে বলুন। উদ্দেশ্যাবলী সম্পর্কে সকলের ধারণা পরিষ্কার হয়েছে কিনা সে বিষয়ে নিশ্চিত হোন। উদ্দেশ্যসমূহ না বুঝে থাকলে পুনরায় তাদেরকে বুঝিয়ে বলুন।

পরিচয় পর্ব: **সময়: ১৫ মিনিট**

অংশগ্রহণকারীদের সাথে পরিচিত হোন। পরিচয় পর্বে অংশগ্রহণকারীগণ তাদের নিজ নিজ পরিচিতি তুলে ধরবেন। এই পর্বে দুজন করে একটি দল গঠন করে একে অপরের পরিচয় জেনে ও তা উপস্থাপন করলে নিজেদের জড়তা অনেকখানি দূর হবে এবং প্রশিক্ষণ কক্ষে তারা অনেকটা স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করবেন। পরিচয়ের ক্ষেত্রে অন্যান্য অংশগ্রহণমূলক পদ্ধতিও অনুসরণ করা যেতে পারে। পরিচয় পর্ব মানে শুধুমাত্র নাম-ঠিকানা জানা নয়, এর মাধ্যমে বর্জ্যজীবীগণ নিজেদেরকে অন্যের কাছে কিভাবে তুলে ধরবেন সেটির উপর গুরুত্ব দিন।

প্রশিক্ষণকালীন পালনীয় বিষয়াদিঃ **সময়ঃ ৫ মিনিট**

প্রশিক্ষণকালীন সময়ে সকলের জন্য পালনীয় কিছু বিষয়াদি সংক্ষেপে আলোচনা করুন। এসব নিয়মাবলী পালনের ব্যাপারে সকলকে অনুরোধ করা যেতে পারে। মনে রাখতে হবে, বর্জ্যজীবী পরিবার থেকে আসা অংশগ্রহণকারীগণ প্রাতিষ্ঠানিক প্রশিক্ষণের নিয়ম-কানুনের ব্যাপারে খুবই অনভিজ্ঞ। সুতরাং, কোন ধরনের কঠোরতম পালনীয় বিষয়াদি তাদের উপর চাপিয়ে দেয়া যুক্তিসঙ্গত হবে না।

অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে প্রত্যাশাঃ **সময়ঃ ১০ মিনিট**

অংশগ্রহণকারীদেরকে বুঝিয়ে বলুন এই প্রশিক্ষণের থেকে তাদের বিশেষ কিছু জানার আছে কিনা। তাদের কথা ধৈর্য্য ও মনোযোগ সহকারে শুনুন। তাদের কাছ থেকে আসা উত্তর একটি পোস্টার পেপারে লিখে প্রশিক্ষণ কক্ষের দেয়ালে ঝুলিয়ে রাখুন।

প্রশিক্ষণ সহায়তাকারীর প্রত্যাশাঃ **সময়ঃ ৫ মিনিট**

প্রত্যাশা যাচাই পর্ব শেষে অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন যে, এটি একটি অংশগ্রহণমূলক প্রশিক্ষণ কর্মশালা। এই কর্মশালায় সকলের অংশগ্রহণ খুবই জরুরী। সুতরাং, প্রশিক্ষণ কর্মশালার প্রতিটি সেশনের ওপর আলোচনায় সকলকে অংশগ্রহণ করতে ও নিজ নিজ অভিজ্ঞতার কথা বলতে অনুরোধ করুন। তাদেরকে বলুন যে, নতুন কিছু জানতে চাইলে নিঃসংকোচে প্রশ্ন করা যেতে পারে এবং আলোচনা বুঝতে না পারলে হাত তুলে প্রশিক্ষণ সহায়তাকারীর দৃষ্টি আকর্ষণ করা যেতে পারে।

প্রত্যাশা যাচাই পর্ব শেষে অংশগ্রহণকারীদের সাথে প্রশাসনিক ও অর্থ সংক্রান্ত কোন বিষয় আলোচনা করার থাকলে (যেমন- যাতায়াতের সম্মানী) তা উত্থাপন করুন।

প্রশিক্ষণ সূচির উপর সংক্ষিপ্ত আলোচনাঃ **সময়ঃ ৫ মিনিট**

অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন যে, এই প্রশিক্ষণে কী কী বিষয় নিয়ে আলোচনা করা হবে সে বিষয়ের উপর এখন সংক্ষিপ্ত আলোচনা করা হবে। অংশগ্রহণকারীদের কাছে কর্মশালায় বিভিন্ন সেশন সূচির আলোচ্য বিষয়াদি তুলে ধরুন এবং তাদের কোন প্রশ্ন থাকলে যথাযথ উত্তর দিন।

সেশন-১
বর্জ্যজীবী শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালনের গুরুত্ব

মোট সময়: ১ ঘন্টা

সেশন-১ এর উদ্দেশ্যাবলী:

সেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

১. বর্জ্যজীবী শিশুদেরকে সাঠকভাবে লালন-পালনের গুরুত্ব সম্পর্কে জানতে পারবেন।

২. শিশুর লালন পালন ও বিকাশের বিভিন্ন দিক সম্পর্কে ধারণা লাভ করতে পারবেন

উপকরণ : বোর্ড, পোস্টার পেপার, মার্কার, মাস্কিং টেপ, পোস্টার।

পদ্ধতি : অংশগ্রহণমূলক আলোচনা, প্রশ্নোত্তর, দলগত আলোচনা।

সেশন-১ এর শুরুতে প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্যাবলী সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদেরকে ধারণা দিন। এই সেশনে যে সকল বিষয়ের উপর আলোচনা করা হবে সেগুলো বুঝিয়ে বলুন। তাদের কোন প্রশ্ন থাকলে উত্তর দিন।

সেশন ১.১: আলোচনার বিষয়: শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালনের গুরুত্ব
(আলোচনা, প্রশ্ন-উত্তর) সময়: ৩০ মিনিট

শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালন করাটা প্রত্যেক মাতাপিতা ও অন্যান্য লালন-পালনকারীদের জন্য একটি গুরুত্বপূর্ণ কাজ। কারণ, ছোট্ট শিশু থেকে শুরু করে বয়স্ক হওয়া পর্যন্ত প্রতিটি শিশুকে সঠিকভাবে লালন পালন করা শিশুর বিকাশের ক্ষেত্রে খুবই গুরুত্বপূর্ণ একটি বিষয়। শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন পালনের মাধ্যমে একদিকে যেমন মাতাপিতা ও অভিভাবকগণ শিশুটির সুস্থ বিকাশ প্রক্রিয়ায় সহায়ক ভূমিকা রাখতে পারেন আবার সঠিক যত্নের অভাবে শিশুটির বিকাশ বাধাগ্রস্ত হতে পারে, এমনকি বড় ধরনের ক্ষতিও হতে পারে।

অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন যে, মাতাপিতার সহায়তামূলক লালন-পালনের মধ্যে রয়েছে- শিশুর প্রতি তাদের আদর-ভালবাসা, যত্ন-পরিচর্যা আর সঠিক তদারকি। এসব কাজ শিশুদেরকে ভালভাবে বেড়ে ওঠা, পারিবারিক বন্ধন ও সম্পর্কের মধ্যে অন্তরঙ্গতা তৈরি, বিদ্যালয় ও পড়াশুনার প্রতি আগ্রহ সৃষ্টি ও নিজেদের বিষয়ে ইতিবাচক চিন্তা আর অনুভূতির সৃষ্টি করে। আর শিশুদের প্রতি অতিমাত্রায় নিয়ন্ত্রণ ও বিধি-নিষেধ আরোপের ফলে শিশুদের মধ্যে নেতিবাচক প্রভাব পড়ে যার ফলশ্রুতিতে পরিবারের মধ্যে সম্পর্কে ঘাটতি, বিদ্যালয়ে আর পড়াশুনার প্রতি শিশুদের অনাগ্রহ বৃদ্ধি পায় এবং শিক্ষাক্ষেত্রে তাদের উন্নতি পরীক্ষার ফলাফল ক্রমান্বয়ে নিম্নমুখী হয়ে পড়ে।

সেশন ১.২: অনুশীলনী: শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালনের গুরুত্ব: (দলগত কাজ ও উপস্থাপন) সময়: ৩০ মিনিট

অংশগ্রহণকারীদেরকে দুইটি দলে ভাগ করুন। প্রতিদলের জন্য একজন করে সহায়তাকারী (ফেসিলিটেটর) মনোনীত করুন যারা দলগত কাজটি সঠিকভাবে সম্পন্ন করতে (লেখা ও আলোচনায় উদ্বুদ্ধ করতে) সাহায্য করবেন। বলুন যে, এখন দুটি দলই **'শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালনের গুরুত্ব'** বিষয়ে নিজেরা দলের অন্য সদস্যদের সাথে আলোচনা করবেন এবং সহায়তাকারীর সাহায্য নিয়ে পোস্টার পেপার কিংবা বড় কাগজে লিখবেন। উভয় দলের অনুশীলনী সম্পন্ন করতে মোট ১৫ মিনিট সময় দিন। উভয় দলের পুরো অনুশীলনটি পর্যবেক্ষণ করুন এবং দলের সকলে আলোচনায় অংশ নিচ্ছেন কিনা সে বিষয়টি খেয়াল রাখুন।

অনুশীলনকালে নিম্নোক্ত বিষয়সমূহ যাতে উঠে আসে সে বিষয়ে গুরুত্ব দিন:

- শিশুর শারীরিক, মানসিক ও বুদ্ধিবৃত্তিক বিকাশে সহায়ক
- শিশুর সাথে পারিবারিক বন্ধন সুদৃঢ় হওয়া
- শিশুকে পরিবার ও সমাজের প্রতি দায়িত্বশীল করে গড়ে তোলা
- শিশুর মধ্যে ইতিবাচক আচরণ তৈরি করা
- পরিবার ও সমাজের সকলের প্রতি শ্রদ্ধাশীল হওয়া
- শিশুর মানবিক গুণাবলীর অধিকারী হওয়া
- শিশুকে সম্ভাব্য দূর্ঘটনা ও সব ধরনের সহিংসতা থেকে রক্ষা করা

দলীয় অনুশীলন শেষে উভয় দলকে তাদের দলের কাজ উপস্থাপন করতে আহবান করুন। প্রতি দলকে সর্বোচ্চ ৫ (পাঁচ) মিনিট দিন। উপস্থাপনের জন্য দলের একজন সদস্য ও প্রয়োজনবোধে সহায়তাকারী সাথে থাকতে পারেন। উপস্থাপনকালে অন্য দলের কাছ থেকে কোন প্রশ্ন কিংবা মতামত থাকলে তা জানুন।

সব শেষে উভয় দলকে ধন্যবাদ জানান এবং অনুশীলনের সার-সংক্ষেপ ব্যক্ত করে সেশনের সমাপ্তি টানুন।

সেশন-২
বর্জ্যজীবী শিশুদেরকে সঠিকভাবে লালন-পালনে পরিবার ও সমাজের দায়িত্ব ও কর্তব্য

মোট সময়: ১ ঘন্টা ৪৫ মিনিট

সেশন-১ এর উদ্দেশ্যাবলী:

সেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

১. শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশে বর্জ্যজীবী পরিবারের কী দায়িত্ব ও কর্তব্য রয়েছে সে বিষয়ে জানতে পারবেন।

২. শিশুর লালন-পালন ও বিকাশে সমাজের কী দায়িত্ব ও কর্তব্য রয়েছে সে বিষয়ে জানতে পারবেন।

৩. শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত কোন্‌টি করণীয় এবং কোন্‌টি বর্জনীয় সে বিষয়ে ধারণা লাভ করতে পারবেন।

উপকরণ : বোর্ড, পোস্টার পেপার, মার্কার, মাস্কিং টেপ, পোস্টার।

পদ্ধতি : অংশগ্রহণমূলক আলোচনা, প্রশ্নোত্তর, দলগত আলোচনা।

সেশন-২ এর শুরুতে প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্যাবলী সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদেরকে অবহিত করুন। এই সেশনে যে সকল বিষয়ের উপর আলোচনা করা হবে সেগুলো বুঝিয়ে বলুন। তাদের কোন সুনির্দিষ্ট প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর দিন।

সেশন ২.১: আলোচনার বিষয়: শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশে পরিবারের ও সমাজে দায়িত্ব ও কর্তব্যসমূহ (আলোচনা, প্রশ্ন-উত্তর) সময়: ১ ঘন্টা

অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন যে, সঠিকভাবে শিশুর লালন-পালন করা ও শিশুর বিকাশের ক্ষেত্রে পরিবারের এমনকি সমাজেরও দায়-দায়িত্ব রয়েছে। তাদেরকে বলনু যে, একটি শিশুকে সুস্থ ও স্বাভাবিকভাবে বেড়ে ওঠার জন্য পরিবারকে যেমন মুখ্য দায়িত্ব পালন করতে হয় তেমনি সমাজকেও বিভিন্নভাবে তাদের দায়-দায়িত্ব পালন করতে হয়। কারণ, প্রতিটি শিশু সমাজেরই অংশ। সমাজকে সঠিকভাবে পরিচালিত করতে হলে এই শিশুকেই ভবিষ্যতের জন্য সবচেয়ে আগে দরকার হবে। এজন্য প্রতিটি শিশুকে আগামী দিনের জন্য সুনাগরিক হিসাবে তৈরি করা দরকার।

শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশে পরিবার ও সমাজের দায়-দায়িত্বসমূহ:

পরিবারের দায়িত্ব:

শারীরিক ও স্বাস্থ্যগত:

- শিশুদেরকে স্বাস্থসম্মত খাবার দেয়া *(পুষ্টিকর ও ভেজালমুক্ত নিরাপদ খাবার)*
- সুস্বাস্থ্য রক্ষা নিশ্চিত করা *(পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা, নিয়মিত গোসল করা, ইত্যাদি)*
- অসুস্থ হলে চিকিৎসকের কাছে যাওয়া ও ওষুধ খাওয়ানো
- যথাসময়ে শিশুদেরকে প্রতিষেধক টিকা দেয়া
- বিপদ থেকে সুরক্ষা দেয়া *(পড়ে যাওয়া, ক্ষতিকর ও বিষাক্ত জিনিষ, নির্যাতন ইত্যাদি)*
- নিরাপত্তা বিষয়ে শিশুদেরকে শিক্ষা দেয়া *(রাস্তা পারাপার, আগুন, বিদ্যুৎ, পানিতে ডোবা, ইত্যাদি)*

বুদ্ধিবৃত্তিক:

- ছোট শিশুদের সাথে কথা বলা আর ছড়া-গান শোনানো
- ছোটবেলা থেকেই লেখা ও ছবি আঁকা শেখানো
- ভাষা ও নতুন নতুন শব্দ শিখতে সাহায্য করা
- গুনতে শেখানো
- খেলার মাধ্যমে শেখানো
- বিভিন্ন ধরনের ধাঁধাঁ শেখানো
- নিয়মিত স্কুলে পাঠানো
- শিশুর শেখার ব্যাপারে উৎসাহ দেয়া
- বাড়ির কাজে সাহায্য করা
- কিশোর-কিশোরীদেরকে দক্ষতা শিক্ষার সুযোগ দেয়া
- স্কুলের পাঠ্যক্রম বহির্ভূত বিষয়ে শিশু-কিশোরদের মধ্যে আগ্রহ সৃষ্টি করা
- শিশুদের যেকোন সফলতা কিংবা কৃতিত্বের বিষয়ে প্রশংসা করা ও উৎসাহিত করা

সামাজিক ও মানসিক:

- শিশুর সাথে বেশী করে সময় দেয়া ও তাদের প্রতি মনোযোগ দেয়া
- শিশুদেরকে আদর-ভালবাসা দেয়া
- মাতাপিতার ও পরিবারের সদস্যদের আদর্শ আচরণ দেখাতে উৎসাহ দেয়া
- অন্য শিশুদের সাথে মেলামেশার সুযোগ দেয়া
- ভাল বন্ধু তৈরিতে শিশুদের সাথে আলাপ করা

- সকলের সাথে ভাগ করে নেয়ার প্রবণতা তৈরি ও আচরণ শেখানো
- দায়িত্ববোধ তৈরিতে সাহায্য করা ও বিচার-বুদ্ধি কাজে লাগানোর ব্যাপারে উৎসাহিত করা
- শৃঙ্খলাবোধ ও সামাজিক দায়িত্ববোধ শেখানো
- শিশুর জীবনের লক্ষ্য কী সে বিষয়ে শিশুর সাথে আলোচনা করা ও তাকে সহায়তা করা
- অন্যের মতামতের প্রতি শ্রদ্ধা দেখানো ও সকলকে সম্মান করতে শেখানো
- কোন্‌টি ভালো ও কোন্‌টি মন্দ সে বিষয়ে ধারণা দেয়া
- শিশুদের যেকোন সমস্যা ও দন্দ্ব সমাধানে সহায়তা করা
- যেকোন চ্যালেঞ্জ মোকাবলা করার দক্ষতা শেখানো
- পরিবারের মধ্যে বন্ধুসুলভ সম্পর্ক বজায় রাখা ও পারিবারিক বন্ধন সুদৃঢ় রাখা

সমাজের দায়িত্বঃ

শারীরিক ও স্বাস্থ্যগত:

- শিশুদের জন্য স্বাস্থসম্মত ও ভেজালমুক্ত নিরাপদ খাবার পরিবেশন করা
- সুস্বাস্থ্য রক্ষা ও পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার ব্যাপারে পরামর্শ দেয়া
- অসুস্থ হলে চিকিৎসকের কাছে নিয়ে যাওয়া ও ওষুধ খাওয়ানোর পরামর্শ দেয়া
- শিশুদেরকে প্রতিষেধক টিকা দেয়ার পরামর্শ দেয়া ও স্বাস্থ্য ক্যাম্পের আয়োজন করা
- সম্ভাব্য দূর্ঘটনার হাত থেকে সুরক্ষা দেয়া *(যানবাহন, ক্ষতিকর ও বিষাক্ত জিনিষ, নির্যাতন ইত্যাদি)*
- নিরাপত্তা বিষয়ে শিশুদেরকে শিক্ষা দেয়া *(রাস্তা পারাপার, আগুন, বিদ্যুৎ, পানিতে ডোবা, ইত্যাদি)*

বুদ্ধিবৃত্তিক:

- নিয়মিত স্কুলে পাঠানোর ব্যাপারে উৎসাহ দেয়া
- শিশুর শেখার ব্যাপারে উৎসাহ দেয়া
- কিশোর-কিশোরীদেরকে দক্ষতা শিক্ষার সুযোগ সৃষ্টিতে সহায়তা করা
- স্কুলের পাঠ্যক্রম বহির্ভূত বিষয়ে শিশু-কিশোরদের মধ্যে আগ্রহ সৃষ্টি করা
- শিশুদের যেকোন সফলতা কিংবা কৃতিত্বের বিষয়ে প্রশংসা করা ও উৎসাহিত করা

সামাজিক ও মানসিক:

- এলাকার শিশুদের প্রতি মনোযোগ দেয়া
- শিশুদেরকে আদর-ভালবাসা দেয়া
- আদর্শ আচরণ দেখাতে উৎসাহ দেয়া
- অন্য শিশুদের সাথে মেলামেশার সুযোগ দেয়া

- ভাল বন্ধু তৈরিতে শিশুদেরকে পরামর্শ দেয়া
- সকলের সাথে ভাগ করে নেয়ার প্রবণতা ও আচরণ শেখানো
- শৃঙ্খলাবোধ ও সামাজিক দায়িত্ববোধ শেখানো
- শিশুর জীবনের লক্ষ্য পুরণে সহায়তা করা
- সমাজের সকলের প্রতি শ্রদ্ধা দেখানো ও সকলকে সম্মান করতে শেখানো
- সমাজের সকলের মতামতের প্রতি শ্রদ্ধা করতে শেখানো
- কোন্‌টি ভালো ও কোন্‌টি মন্দ সে বিষয়ে ধারণা দেয়া
- শিশুদের যেকোন সমস্যা ও দন্দ্ব সমাধানে সহায়তা করা
- যেকোন চ্যালেঞ্জ মোকাবলা করার দক্ষতা শেখানো
- সামাজিক পরিবেশে শিশুকে মানিয়ে নিয়ে সহায়তা করা

সেশন ২.২: আলোচনার বিষয়: শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত কোন্‌টি করণীয় এবং কোন্‌টি বর্জনীয় (আলোচনা, প্রশ্ন-উত্তর) সময়: ১৫ মিনিট

অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন যে, শিশুর বিকাশে সঠিকভাবে শিশুর লালন-পালন করার ক্ষেত্রে কোন্‌টি করণীয় এবং কোন্‌টি বর্জনীয় সে বিষয়ে ধারণা থাকা জরুরী। তাদেরকে বলুন যে, এই সেশনে শিশুর লালন-পালন সংক্রান্ত করণীয় ও বর্জনীয় সে বিষয় সম্পর্কে আলোচনা করা হবে। বলুন যে, সঠিকভাবে শিশুর লালন-পালন করাটা যেমন জরুরী, তেমনি শিশুর বিকাশে ক্ষতি হয় তেমন কোন কাজ না করাটা আরও জরুরী।

অংশগ্রহণকারীদেরকে শিশুর লালন-পালন সংক্রান্ত কোন্‌টি করণীয় এবং কোন্‌টি বর্জনীয় সে বিষয়গুলো নিয়ে চিন্তা করার জন্য কয়েক মিনিট সময় দিন। অতপর তাদেরকে এ ব্যাপারে প্রশ্ন করে উত্তর জানুন। তাদের কাছ থেকে পাওয়া উত্তরগুলো ফ্লিপ চার্টে লিখুন এবং প্রয়োজনে ব্যাখ্যা করুন।

সম্ভাব্য উত্তর হতে পারে:

করণীয়:

- শিশুকে আদর-ভালবাসা দেয়া
- শিশুর স্বাস্থ্য ও পুষ্টির বিষয়ে খেয়াল রাখা
- শিশুর লেখাপড়ার প্রতি খেয়াল রাখা
- শিশুর নিরাপত্তার দিকে নজর দেয়া
- শিশুকে বেশী করে সময় দেয়া
- শিশুকে খেলাধূলা ও অন্যান্য পাঠ্যক্রম বহির্ভূত বিষয়াদির প্রতি আগ্রহী করে তোলা
- শিশুকে সব ধরনের নির্যাতন ও সহিংসতা থেকে দূরে রাখা

বর্জনীয়:

- শিশুকে অবহেলা না করা
- শিশুকে অস্বাস্থ্যকর খাবার না দেয়া
- শিশুকে শিক্ষা থেকে দূরে না রাখা
- শিশুকে নিরাপত্তাহীনতায় না ফেলা
- শিশুকে খারাপ ও অস্বাস্থকর পরিবেশে না রাখা
- শিশুকে পারিবারিক ও সামাজিক বন্ধন থেকে দূরে না রাখা
- শিশুকে খেলাধূলা ও অন্যান্য পাঠ্যক্রম বহির্ভূত বিষয়াদি এবং বিনোদন থেকে দূরে না রাখা
- শিশুকে মারধর কিংবা কোন ধরনের নির্যাতন না করা

সেশন ২.৩: অনুশীলনী: শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত কোন্‌টি করণীয় এবং কোন্‌টি বর্জনীয় (দলগত কাজ ও উপস্থাপন) সময়: ৩০ মিনিট

অংশগ্রহণকারীদেরকে দুইটি দলে ভাগ করুন। প্রতিদলের জন্য একজন করে সহায়ক (ফেসিলিটেটর) মনোনিত করুন যারা দলগত কাজটি সঠিকভাবে সম্পন্ন করতে (লেখা ও আলোচনায় উদ্বুদ্ধ করা) সাহায্য করবেন। বলুন যে, এখন দুটি দলই **'শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত কোন্‌টি করণীয় এবং কোন্‌টি বর্জনীয়'** বিষয়ে নিজেরা দলের অন্য সদস্যদের সাথে আলোচনা করবেন এবং সহায়কের সাহায্য নিয়ে বড় কাগজে লিখবেন। উভয় দলের কাজে মোট ১৫ মিনিট সময় দিন। পুরো কাজটি পর্যবেক্ষণ করুন এবং দলের সকলে আলোচনায় অংশ নিচ্ছেন কিনা সে বিষয়টি খেয়াল রাখুন।

অনুশীলনকালে **'শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত করণীয় ও বর্জনীয়'** সংক্রান্ত চার্টে উল্লেখিত বিষয়সমূহ যাতে উঠে আসে সে বিষয়ে গুরুত্ব দিন।

দলীয় অনুশীলন শেষে উভয় দলকে তাদের দলের কাজ উপস্থাপন করতে আহবান করুন। প্রতি দলকে সর্বোচ্চ ৫ (পাঁচ) মিনিট সময় দিন। উপস্থাপনের জন্য দলের একজন সদস্য ও প্রয়োজনবোধে সহায়তাকারী সাথে থাকতে পারেন। উপস্থাপনকালে অন্য দলের কাছ থেকে কোন প্রশ্ন কিংবা মতামত থাকলে তা জানুন।

সব শেষে উভয় দলকে ধন্যবাদ জানান এবং অনুশীলনের সার-সংক্ষেপ করে সেশনের সমাপ্তি টানুন।

সেশন-৩

বর্জ্যজীবী শিশুদের শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের লক্ষ্যে সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জসমূহ

মোট সময়: ১ ঘন্টা

সেশন-৩ এর উদ্দেশ্যাবলী:

সেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

১. শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জসমূহ কী হতে পারে সে বিষয়ে জানতে ও বুঝতে পারবেন।

২. শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জসমূহ মোকাবেলা করার উপায়সমূহ সম্পর্কে ধারণা লাভ করতে পারবেন।

উপকরণ : বোর্ড, পোস্টার পেপার, মার্কার, মাস্কিং টেপ, পোস্টার।

পদ্ধতি : অংশগ্রহণমূলক আলোচনা ও প্রশ্নোত্তর।

সেশন-৩ এর শুরুতে প্রশিক্ষণের উদ্দেশ্যাবলী সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদেরকে অবহিত করুন। এই সেশনে যে সকল বিষয়ের উপর আলোচনা করা হবে সেগুলো বুঝিয়ে বলুন। তাদের কোন সুনির্দিষ্ট প্রশ্ন থাকলে তার যথাযথ উত্তর দিন।

সেশন ৩.১: শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের লক্ষ্যে সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জসমূহ:
(আলোচনা ও উপস্থাপন) **সময়: ৩০ মিনিট**

অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন যে, শিশুকে সঠিকভাবে লালন-পালন করা ও তার যথাযথ বিকাশ ঘটানো খুব সহজ কাজ নয়। একটি শিশুকে সঠিকভাবে লালন-পালন করতে গেলে অনেক বাধা-বিপত্তি ও চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন হতে হয়। তাদের কাছ থেকে জানুন, এই সম্ভাব্য বাধা-বিপত্তি বা চ্যালেঞ্জ কী হতে পারে:

সম্ভাব্য উত্তর হতে পারে:

- পরিবারে অসহনীয় দারিদ্র্য
- কর্মহীনতা
- ঝুঁকিপূর্ণ পরিবেশে বসবাস
- নারী প্রধান পরিবার

- পরিবারে সচেতনতার অভাব
- সমাজে নিরাপত্তার অভাব
- শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের অভাব
- শিক্ষালাভের সীমিত সুযোগ
- কর্মসংস্থানের অনিশ্চয়তা ও অনিশ্চিৎ ভবিষ্যত
- সমাজে মাদকাসক্তির প্রবণতা
- অপ্রতুল স্বাস্থ্য ও চিকিৎসা সেবা
- সরকারি-বেসরকারি সহায়তার অনুপস্থিতি

সেশন ৩.২: শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জ মোকাবেলা করার উপায়সমূহ: (দলগত কাজ ও উপস্থাপন) সময়: ৩০ মিনিট

অংশগ্রহণকারীদেরকে দুইটি দলে ভাগ করুন। প্রতিদলের জন্য একজন করে সহায়ক (ফেসিলিটেটর) মনোনিত করুন যারা দলগত কাজটি সঠিকভাবে সম্পন্ন করতে (লেখা ও আলোচনায় উদ্বুদ্ধ করা) সাহায্য করবেন। বলুন যে, দুটি দলই এখন **'শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের সম্ভাব্য চ্যালেঞ্জ মোকাবেলা করার উপায়সমূহ'** কী হতে পারে সে বিষয়ে নিজেরা দলের অন্য সদস্যদের সাথে আলোচনা করবেন এবং সহায়তাকারীর সাহায্য নিয়ে বড় কাগজে লিখবেন। উভয় দলের কাজে মোট ১৫ মিনিট সময় দিন। পুরো অনুশীলনটি পর্যবেক্ষণ করুন এবং দলের সকলে আলোচনায় অংশ নিচ্ছেন কিনা সে বিষয়টি খেয়াল রাখুন।

অনুশীলনকালে নিম্নোক্ত বিষয়সমূহ যাতে উঠে আসে সে বিষয়ে গুরুত্ব দিন:

- সঠিকভাবে শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের লক্ষ্যে পরিবার ও সমাজের মধ্যে সচেতনতা বৃদ্ধি
- নিকটস্থ স্কুলে শিশুদেরকে নিয়মিত পাঠানো
- কিশোর-কিশোরীর দক্ষতা বৃদ্ধির লক্ষ্যে তাদেরকে নিকটস্থ প্রশিক্ষণ কেন্দ্রে পাঠানো
- শিশুদের সুরক্ষায় সমাজের সকলকে এগিয়ে আসার আহবান করা
- 'শিশু বান্ধব সমাজ' গঠনে স্থানীয় সরকারের সহায়তা গ্রহণ করা
- বিদ্যমান সরকারি ও বেসরকারি সহায়তার সুযোগ নেয়া

দলীয় অনুশীলন শেষে উভয় দলকে তাদের দলের কাজ উপস্থাপন করতে আহবান করুন। প্রতি দলকে সর্বোচ্চ ৫ (পাঁচ) মিনিট সময় দিন। উপস্থাপনের জন্য দলের একজন সদস্য ও প্রয়োজনবোধে সহায়তাকারী সাথে থাকতে পারেন। উপস্থাপনকালে অন্য দলের কাছ থেকে কোন প্রশ্ন কিংবা মতামত থাকলে তা জানুন।

সব শেষে উভয় দলকে ধন্যবাদ জানান এবং অনুশীলনের সার-সংক্ষেপ করে সেশনের সমাপ্তি টানুন।

সেশন ৪: সমাপনী সেশন

প্রশিক্ষণ কর্মশালায় আলোচিত বিষয়বস্তুর সার-সংক্ষেপ ও সমাপনী আলোচনা

মোট সময়: ৩০ মিনিট

সমাপনী সেশনের উদ্দেশ্যাবলী:

সমাপনী সেশন শেষে অংশগ্রহণকারীগণ-

১. বর্জ্য সম্পদ সংগ্রহকারী পরিবারের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের গুরুত্ব সংক্রান্ত একদিনের প্রশিক্ষণ কর্মশালায় আলোচিত বিষয়াদির সার-সংক্ষেপ লাভ করতে পারবেন।

উপকরণ : বোর্ড, পোস্টার পেপার, মার্কার, মাস্কিং টেপ, পোস্টার, চার্ট।

পদ্ধতি : আলোচনা, পর্যালোচনা ও প্রশ্নোত্তর।

সমাপনী সেশনের শুরুতে সেশনের উদ্দেশ্যাবলী সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদেরকে অবহিত করুন। এই সেশনের বিষয়াবলী কী হবে তা বুঝিয়ে বলুন। তাদের কোন প্রশ্ন থাকলে উত্তর দিন।

সেশন-৪): কর্মশালায় আলোচিত বিষয়ের সার-সংক্ষেপ
(অংশগ্রহণমূলক আলোচনা, পর্যালোচনা ও প্রশ্ন-উত্তর) সময়: ২০ মিনিট

কর্মশালায় সারাদিনের সেশনগুলোতে যে সকল বিষয়ের উপর আলোচনা হয়েছে সেগুলোর সার-সংক্ষেপ করার জন্য অংশগ্রহণকারীদেরকে মধ্যে থেকে এক-দুইজনকে আহবান করুন। সার-সংক্ষেপ উপস্থাপনকালে তাদেরকে সহায়তা করুন যাতে তারা আলোচনা চালিয়ে যেতে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করেন। কোন বিষয় বাদ গিয়ে থাকলে সে ব্যাপারে নিশ্চিত হোন।

একদিনের প্রশিক্ষণ কর্মশালাটি কেমন লাগলো সে বিষয়ে সকলের কাছ থেকে জানুন। আলোচনার বিষয়াদি বুঝতে কারো কোন সমস্যা হয়েছিল কিনা সে ব্যাপারে জানুন। শিশুর লালন-পালনে আরও কোন নতুন বিষয় জানার ছিল কিনা সে বিষয়েও জানুন।

সবশেষে সকলকে ধন্যবাদ জানিয়ে সারাদিনের আলোচনার উপর সার-সংক্ষেপ শেষ করুন।

সমাপনী আলোচনা

(অংশগ্রহণমূলক আলোচনা, প্রশ্ন-উত্তর) সময়: ১০ মিনিট

অংশগ্রহণকারীদেরকে সমাপনী আলোচনায় অংশগ্রহনে আহবান করুন। তাদের মধ্যে থেকে দু'এজনকে প্রশিক্ষণের অভিজ্ঞতা বর্ণনা করার জন্য আহবান করুন। তাদের অভিজ্ঞতার বর্ণনা প্রয়োজনে লিখে রাখুন কেননা এটি পরবর্তী কর্মশালার জন্য প্রয়োজন হতে পারে। তাদেরকে এই প্রশিক্ষণে সময়মত উপস্থিত হওয়ার জন্য এবং প্রাণবন্ত আলোচনায় অংশ নেয়ার জন্য আবারও ধন্যবাদ জানিয়ে বর্জ্য সম্পদ সংগ্রহকারীদের শিশুদের লালন-পালন ও শিশুর বিকাশের গুরুত্ব সংক্রান্ত একদিনের প্রশিক্ষণ কর্মশালার সমাপ্তি টানুন।

সহায়ক তথ্য: ১

শিশুর লালন-পালন ও শিশুর বিকাশ সংক্রান্ত করণীয় ও বর্জনীয়

করণীয় (সঠিকভাবে শিশুর লালন-পালনে যা করতে হবে)	বর্জনীয় (শিশুর লালন-পালনে যা কখনোই করা যাবে না)
শিশুকে আদর-ভালবাসা দিতে হবে	শিশুকে অনাদর-অবহেলা করা যাবে না
শিশুর স্বাস্থ্য ও পুষ্টির বিষয়ে খেয়াল রাখতে হবে	শিশুকে অস্বাস্থ্যকর খাবার খাওয়ানো যাবে না
শিশুর লেখাপড়ার প্রতি খেয়াল রাখতে হবে	শিশুকে কোনক্রমেই তার প্রাপ্ত শিক্ষা থেকে দূরে রাখা চলবে না
শিশুর নিরাপত্তার দিকে নজর দিতে হবে	শিশুকে এমন স্থানে কিংবা এমন কাজে পাঠানো যাবে না যার কারণে শিশুটি নিরাপত্তাহীনতায় পড়ে
শিশুর বুদ্ধিবৃত্তিক বিকাশের জন্য তাকে বেশী করে সময় দিতে হবে।	শিশুকে কোনভাবেই পারিবারিক বন্ধন থেকে দূরে রাখা চলবে না যাতে করে শিশুর বুদ্ধিবৃত্তিক বিকাশে বাধা হয়।
শিশুকে খেলাধূলা ও অন্যান্য পাঠ্যক্রম বহির্ভূত বিষয়াদির প্রতি আগ্রহী করে তুলতে হবে।	শিশুকে কোনক্রমেই খেলাধূলা ও অন্যান্য পাঠ্যক্রম বহির্ভূত বিষয়াদি এবং বিনোদন লাভ থেকে দূরে রাখা চলবে না
শিশুকে সব ধরনের নির্যাতন (শারীরিক, মানসিক, যৌন, আবেগীয় ও মনস্তাত্ত্বিক নির্যাতন) ও সহিংসতা থেকে দূরে রাখতে হবে।	শিশুকে কোনক্রমেই মারধর কিংবা কোন ধরনের নির্যাতন (শারীরিক, মানসিক, যৌন, আবেগীয় ও মনস্তাত্ত্বিক নির্যাতন) করা যাবে না।

সহায়ক তথ্য: ২

ভাল মা-বাবা হওয়ার ১০টি উপায়

১. শিশুর প্রতি আদর-ভালবাসা প্রকাশ করা:

- শিশুর প্রতি সবসময় আদর-ভালবাসা প্রকাশ করতে হবে। ভালবাসা হতে হবে শর্তহীন। কোন কিছু পাওয়ার বিনিময়ে নয়।

২. উৎসাহ, প্রশংসা আর স্বীকৃতি দেয়া:

- শিশুকে সবসময় ও সব কাজে উৎসাহ দিতে হবে। তাদের কাজের প্রশংসা করতে হবে এসং তাদের সাফল্যের স্বীকৃতি দিতে হবে। এতে করে তাদের মধ্যে আত্মবিশ্বাস গড়ে উঠবে।

৩. শিশুর কথা মনোযোগ সহকারে শোনা:

- শিশুর কথা মন দিয়ে শুনত হবে। তাদের চাহিদা জানতে হবে ও বুঝতে হবে। তাদের প্রতি আগ্রহ প্রকাশ করতে হবে। তাদের সমস্যার সমাধান করতে হবে।

৪. শিশুকে নিরাপদ ভাবতে সাহায্য করা:

- বাড়ির নিরাপদ পরিবেশ তৈরি করতে হবে। নিজেদের মধ্যে ঝগড়া-মারামারি পরিহার করতে হবে। কেননা, এটি শিশুদের মনে বিরূপ প্রতিক্রিয়ার সৃষ্টি করে।

৫. নিজেদের আচরণ ঠিক করা:

- শিশুকে একজন সত্যিকার মানুষ হিসাবে গড়ে তোলার জন্য যতটুকু শাসন করা দরকার ততটুকুই তাকে করতে হবে। অতিরিক্ত শাসন কখনোই ভাল ফল বয়ে আনে না।

৬. শিশুর সাথে বৈষম্য করা পরিহার করা:

- বিশেষ একজন সন্তানের প্রতি (যেমন- ছেলে কিংবা মেয়ে) অতিরিক্ত ভালবাসা প্রদর্শন থেকে বিরত থাকতে হবে। এতে করে পরিবারের অন্য শিশুর মধ্যে বিরূপ প্রতক্রিয়ার সৃষ্টি হয়। নিজেকে সে তুচ্ছ ও অসহায় মনে করে। সন্তানদের মধ্যে কোন ধরনের বৈষম্য করা চলবে না।

৭. সমালোচনা করা এড়িয়ে চলা:

- অন্য শিশুকে দেখিয়ে নিজের শিশুর সমালোচনা করা থেকে বিরত থাকতে হবে। আর শিশুরা ভুল করতেই পারে। তার জন্য তাকে যখন-তখন সমালোচনা করা থেকে বিরত থাকতে হবে।

৮. আদর্শ ভূমিকা পালন করা

- মা-বাবা প্রতিটি শিশুর কাছেই আদর্শ মানুষ। নিজেকে সেইভাবেই তৈরি করতে হবে। নিজেদের খারাপ কিংবা নেতিবাচক আচরণের কারণে শিশুর কাছে নিজেদের মর্যাদা খাটো করা চলবে না।

৯. নিজেদের ছোট বেলার কথা মনে করা

- নিজেরা ছোটবেলায় কেমন ছিলাম-কী করতাম মনে করা। শিশুরা তাই করে। তাই সেই ভুলগুলো চিহ্নিত করা ও নিজের শিশুর ক্ষেত্রে শুধরে নেয়া বা এড়িয়ে চলা।

১০.শিশুর সাথে সময় কাটানো

- সব শিশুই সঙ্গ পছন্দ করে। ঘুরতে যাওয়া, মজা করা,পড়াশুনার ক্ষেত্রে শিশুকে পর্যাপ্ত সময় দিতে হবে।

গ্রামবাংলা উন্নয়ন কমিটি

বাড়ি নং ৯৩, রোড নং ১, মোহাম্মদীয়া হাউজিং সোসাইটি

মোহাম্মদপুর, ঢাকা-১২০৭

ই-মেইলঃ grambangla@yahoo.com

ওয়েবসাইটঃ www.grambanglabd.org