তারিখ 11 MAY 2017
পৃষ্ঠা ৬ কলাম ৪

কার্যকর শিখন : শ্রেণীতে আবেগ সৃষ্টি ও সম্পর্ক উন্নয়ন

শরীফুল্লাহ মুক্তি

বেশ কয়েক দিন পূর্বের কথা। একটি স্কুল পরিদর্শনে গিয়েছিলাম। ময়মনসিংহ জেলার ঈশ্বরগঞ্জ উপজেলার কালান্দর সরকারি প্রাথমিক বিদ্যালয়। তৃতীয় শ্রেণী। সহকারী শিক্ষক ইফতেখারুল হাসান সোহাগ বাংলা বিষয়ে শিখন-শেখানো কার্যক্রম পরিচালনা করছিলেন। তিনি শ্রেণীতে প্রবেশ করে শিক্ষার্থীদের সঙ্গে কুশলাদি বিনিময়ের পর শিক্ষার্থীদের জিজ্ঞাসা করলেন তারা একটি গল্প শুনতে চায় কি-না। সব শিক্ষার্থী সমস্বরে গল্প শোনার অভিপ্রায় ব্যক্ত করল। তিনি গল্প শুরু করলেন। অনেক অনেক দিন আগের কথা। তখন পশু, পাখি, জলজ প্রাণী সবাই একসঙ্গে মিলেমিশে বাস করতো। তাদের মধ্যে কোন ভেদাভেদ ছিল না। তখন একদিন খুব বরফ পড়ল, ঠাণ্ডায় সব পশু, পাখি ও জলজ প্রাণী খুব কাহিল হয়ে পড়ল। এরই মধ্যে দোয়েল পাখি খুব কষ্ট করে স্রষ্টার গুণগান গাইতে শুরু করল। কিন্তু ঠাণ্ডার কারণে তার গলা দিয়ে সুর বের হচ্ছিল না। ফলে তাকে বেসুরো সুরেই গাইতে হচ্ছিল। এটি শুনে ব্যাঙ, কাক আর কুকুর খুব হাসতে লাগল ও দোয়েলকে উপহাস করল। দোয়েল পাখি কিন্তু তাদের কথায় থেমে গেল না, সে গাইতেই থাকল। আস্তে আস্তে রোদ উঠল, ধীরে ধীরে দোয়েলের গলার সুর ঠিক হয়ে গেল। কিন্তু ব্যাঙ, কাক আর কুকুরের গলা নষ্ট হয়ে গেল। সেই থেকে মানুষ দোয়েলের গান শুনতে ভালোবাসে, আর ব্যাঙ, কাক ও কুকুরের ডাকে বিরক্ত হয়– দূর দূর করে তাড়িয়ে দেয়। গল্পটি বলার পর তিনি এ গল্পের শিক্ষণীয় বিষয় 'ভালো কাজে কখনো উপহাস করতে নেই ও কখনো কারো মনে কষ্ট দিতে নেই'– নিয়েও কিছু কথা বলেন।

সোহাগ একজন সদ্য নিয়োগকৃত শিক্ষক। ক্লাস শেষে আমি তাকে জিজ্ঞেস করলাম তিনি কেন ক্লাসের শুরুতে এই গল্পটি শিক্ষার্থীদেও শোনালেন। তিনি সরাসরি উত্তর দিলেন, 'আবেগ সৃষ্টি করার জন্য'। আমি তাকে জিজ্ঞেস করলাম, 'কেন আবেগ সৃষ্টি করতে হবে?'। তিনি বললেন, 'স্যার আমি জানি না। তবে পাঠ-পরিকল্পনায় ক্লাসের শুরুতে গল্প অথবা গানের মাধ্যমে আবেগ সৃষ্টির কথা আছে। বিভিন্ন প্রশিক্ষণেও ক্লাসের পূর্বে আবেগ সৃষ্টির কথা বলা হয়।' ইফতেখারুল হাসান সোহাগের মতো অনেক নতুন শিক্ষক যারা বিষয়টি না বুঝে শুধু পাঠ-পরিকল্পনায় আবেগ সৃষ্টির ধাপ থাকায় শ্রেণিতে আবেগ সৃষ্টি করেন, তাদের জন্য আমার এ লেখাটির অবতারণা।

প্রত্যেক মানুষই একটি অনন্য সাধারণ ও শক্তিশালী মস্তিষ্ক নিয়ে জন্মগ্রহণ করেন। গবেষণার প্রাপ্ত ফলাফলে দেখা যায় যে, আনন্দদায়ক আবেগ কার্যকর শিখনের সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত। অপরদিকে ভীতিকর পরিস্থিতি শিখনে প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে। ভয় ও উচ্চমাত্রার মানসিক চাপ শিখনের গতি কমিয়ে দেয়। ভয়, অবিশ্বাস, উদ্বিগ্নতা, মানসিক চাপ এবং প্রতিযোগিতার মনোভাব দূর করে ধনাত্মক আবেগ সৃষ্টির জন্য অনুকূল পরিবেশ নিশ্চিত করতে পারলে শিখনের গতি ত্বরান্বিত হয়। ধনাত্মক বা ইতিবাচক আবেগ শিখনে সহায়তা ও ঋণাত্মক বা নেতিবাচক আবেগ শিখনকে দমিত করে। শ্রেণীকক্ষে শিক্ষার্থীদের মধ্যে নিরাপদ পরিবেশ ও যথাযথ আবেগ সৃষ্টি করতে পারলে শিক্ষার্থীর শিখন উচ্চমানের হয়। অর্থাৎ শিক্ষার্থীরা খুব ভালোভাবে শিখতে পারে।

মানুষের মস্তিষ্কের বিভিন্ন অংশের অবস্থান ও কাজের গুরুত্ব ভেদে এক মস্তিষ্কে তিনটি মস্তিষ্কেও উপস্থিতি রয়েছে বলে বিবেচনা করা হয়। মাথার নিচের অংশকে 'ব্রেইন স্টেম', মাঝের অংশকে 'মিড ব্রেইন' এবং ওপরের অংশকে 'কর্টেক্স' মস্তিষ্ক বলে। ব্রেইন স্টেম– মানুষের মৌলিক চাহিদাসমূহ, যেমন– ক্ষুধা, ঘুম, শ্বাস-প্রশ্বাস ইত্যাদি নিয়ন্ত্রণ করে। মিড ব্রেইন মানুষের আবেগ, অনুভূতি, ভালোবাসা, স্নেহ, মায়া, মমতা ও যৌন কার্যাবলীকে নিয়ন্ত্রণ করে এবং স্মৃতির চাবিকাঠি হিসেবে কাজ করে। কর্টেক্স মস্তিষ্ক উচ্চতর মানসিক ক্রিয়া যথা– চিন্তা করা, কথা বলা, দেখাশোনা ও সৃজনশীল কাজসমূহকে নিয়ন্ত্রণ করে। মূলত কর্টেক্স হলো শিখনের কেন্দ্রস্থল। পঞ্চ ইন্দ্রিয়ের মাধ্যমে প্রাপ্ত তথ্যসমূহ প্রথমে আমাদের ব্রেইন স্টেমে যায়। এরপর তথ্যসমূহ মিড ব্রেইন হয়ে কর্টেক্সে পৌঁছে। আর কর্টেক্সেই শিখন প্রক্রিয়াটি আরম্ভ হয়। ব্রেইন স্টেম, মিড ব্রেইন এবং কর্টেক্স অংশের কাজের সঙ্গে সংগতি রেখে এদের যথাক্রমে সরীসৃপ মস্তিষ্ক, স্তন্যপায়ী মস্তিষ্ক ও মানবশিশু বলা হয়। একের ভেতর তিন মস্তিষ্ক ও তাদের কার্যাবলী সম্বন্ধে জ্ঞান শিশুদের উপযুক্ত শিখনের পরিবেশ গড়তে শিক্ষককে সহায়তা করে। মস্তিষ্কের সবচেয়ে নিচের স্তর হলো 'ব্রেইন স্টেম'। একে 'সরীসৃপ মস্তিষ্ক' বলা হয়। সরীসৃপ জাতীয় প্রাণীরা বেশ ভয়কাতুরে। একটুতেই তারা বেশ ভয় পেয়ে যায়। শ্রেণীকক্ষে নিরাপদ পরিবেশের অভাব হলে শিক্ষার্থীর মস্তিষ্কের ব্রেইন স্টেমে প্রতিক্রিয়ার সৃষ্টি করে। ফলে মিড ব্রেইনের দিকে তথ্যের প্রবাহ কমে যায় এবং শিখন প্রক্রিয়া ব্যাহত হয়। ব্রেইন স্টেমের চাহিদা হলো নিরাপত্তাবোধের পরিবেশ সৃষ্টি করা। এবার মিড ব্রেইনের কথায় আসা যাক। 'মিড ব্রেইন' হলো মধ্য-মস্তিষ্ক। একে 'স্তন্যপায়ী মস্তিষ্ক'ও বলা হয়। কারণ স্তন্যপায়ী প্রাণীরা একটু বেশি আবেগপ্রবণ। মিড ব্রেইন দু'ধরনের আবেগ সৃষ্টি করে। আনন্দ এবং সুখানুভূতি ধনাত্মক বা শিখন-সহায়ক আবেগসৃষ্টি করে অপরপক্ষে ভয়, মানসিক চাপ ও নিরাপত্তাহীনতা ঋণাত্মক বা শিখন-বিমুখ আবেগ সৃষ্টি করে। ধনাত্মক বা শিখন-সহায়ক আবেগের ফলে মিড ব্রেইনে এক প্রকার রস নিঃসরণ হয় এবং তা কর্টেক্সে যায়। এতে কর্টেক্স সক্রিয় হয়। আর কর্টেক্স হলো শিখনের কেন্দ্রবিন্দু। এ কারণে শিখন দ্রুত ও স্থায়ী হয়। অন্যদিকে ঋণাত্মক বা শিখন-বিমুখ আবেগের ফলে মিড ব্রেইনে যে প্রকার রস নিঃসরণ হয় যা কর্টেক্সকে নিষ্ক্রিয় করে। ফলে শিখনের গতি কমে যায়। সেই জন্য বলা হয় শিখন-শেখানো কার্যাবলীর পূর্বে শিক্ষকের এমন কিছু করতে হবে যাতে শিক্ষার্থীদের মিড ব্রেইন থেকে পজেটিভ রসের নিঃসরণ ঘটে।

বিষয়টি সম্পর্কে ধারণা না থাকার ফলে আমাদের শিক্ষকরা অনেকেই বিষয়টিকে নেতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গিতে দেখেন। তারা মনে করেন এটি তাদের জন্য একটি অতিরিক্ত বোঝা। তারা মনে করেন ক্লাসে তাদের নাচ-গান করা বাধ্যতামূলক। কিন্তু বিষয়টি এ রকম নয়। আমরা যদি একটু লক্ষ করি তাহলে দেখব শিক্ষার্থীদের সঙ্গে সব শিক্ষকের সম্পর্ক এক রকম নয়। অনেক শিক্ষকের সঙ্গে শিক্ষার্থীদের সুসম্পর্ক থাকে, আবার অনেকের সঙ্গে নয়। অনেক শিক্ষকের ক্লাসের সময় হলে শিক্ষার্থীরা ব্যাকুল আগ্রহে অপেক্ষা করতে থাকে। স্যার কখন আসবেন, আমাদের মজা করে পড়াবেন। আবার অনেকের বেলায় উল্টোটি ঘটে। ক্লাস থেকে অনেক শিক্ষার্থী ভয়ে পালিয়েও যায়। মূল কথা হলো শিক্ষকের সঙ্গে শিক্ষার্থীর দূরত্বের বিষয়। এটিকে যথাসম্ভব কমিয়ে আনতে হবে। শিক্ষার্থী যেন শিক্ষককে ভয় না পায়। শিক্ষার্থী যেন শিক্ষককে নিরাপদ মনে করে। আমি অনেক সময় বলি, শিক্ষককে হতে হবে অনেকটা তেঁতুলের মতো। যদি কিছু তেঁতুল কারো সামনে রাখা হয় তবে তাকে সেটি খাওয়ার কথা বলতে হবে না। এমনিতেই মুখ জলে ভরে যাবে। ঠিক শিক্ষককে হতে হবে এমন। শিক্ষক সামনে এসে দাঁড়ালেই শিক্ষার্থীদের মিড ব্রেইন থেকে যেন পজেটিভ রস নিঃসরণ হতে থাকে। শিক্ষার্থীরা যেন শেখার প্রস্তুতি নিয়ে ব্যাকুল আগ্রহে অপেক্ষা করতে থাকে। তাদের শিখনের কেন্দ্রস্থল কর্টেক্সের দরজা যেন আপনা-আপনি খুলে যায়।

শ্রেণীতে শিখন-শেখানো কার্যক্রমে শিশুদের মনোনিবেশ বা শিশুকে প্রস্তুত করানোর জন্য শুরুতেই আবেগ সৃষ্টি করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। শিক্ষক অথবা শিক্ষার্থী দ্বারা পাঠের সঙ্গে মিল রেখে ছোটগল্প, গান, কবিতা, কৌতুক, খেলা, ধাঁধাঁ, একক-অভিনয়, ছবি আঁকা, পূর্বের পাঠ থেকে প্রশ্ন করা ইত্যাদির মাধ্যমে শ্রেণীতে আবেগ সৃষ্টি করতে পারেন। এছাড়া শিখন-শেখানো কার্যক্রম ফলপ্রসূ করার জন্য শিক্ষক-শিক্ষার্থী ও সহপাঠীদের মধ্যে অন্তরঙ্গ সম্পর্ক তৈরি করা ও বজায় রাখাও অবশ্যক। শিক্ষককে এই সম্পর্ক তৈরি এবং বজায় রাখার জন্য বিভিন্ন কার্যক্রম গ্রহণ করতে হয়। গবেষণার ফলাফলে দেখা যায়– শিক্ষার্থীদের মধ্যে ফলপ্রসূ আবেগ সৃষ্টির ফলে ঝরে পড়ার হার হ্রাস পায় এবং শিক্ষার্থীদের সফলতা-স্তর বৃদ্ধি পায়। শিক্ষার্থীরা যখন সক্রিয় থাকে তখন শিখনে তার অধিকতর মনোনিবেশ থাকে এবং শিখন প্রক্রিয়া ত্বরান্বিত হয়। স্বপ্রণোদিত শিক্ষার্থীরা তথ্য ও ধারণা সহজে ধরে রাখতে পারে ও শিখন অপেক্ষাকৃত স্থায়ী হয়। ফলে নিরাময়মূলক ব্যবস্থা ও পর্যালোচনার প্রয়োজন কম হয়। আন্তঃপোষিত শিক্ষার্থীরা অধিকাংশই আনুষ্ঠানিক বিদ্যালয়ের বাইরে তাদের শিখনকে জীবনব্যাপী এবং পরবর্তী শিক্ষা পর্যায়ে দীর্ঘসময় অব্যাহত রাখতে সক্ষম হয়।

আমরা বিভিন্নভাবে শ্রেণিতে আবেগ সৃষ্টি করতে পারি। আবেগ সৃষ্টির জন্য ২/৩ মিনিটে পাঠ-সংশ্লিষ্ট কিছু করা যেতে পারে। শ্রেণিতে আবেগ সৃষ্টির কিছু ক্ষেত্র ও কৌশল হলো– শ্রেণিতে সব শিশুকে নিয়ে শিশুদের পরিচিত একটি শিশুবান্ধব ছড়াগান বা গান দিয়ে নির্ধারিত পাঠের কার্যক্রম শুরু করা যেতে পারে। কখনো কখনো শিক্ষক নিজেই একটি গান গেয়ে পাঠের কার্যক্রম শুরু করতে পারেন। শিখন-শেখানো কাজ পরিচালনার পূর্বে শিশুদের দিয়ে ছড়া/কবিতা/কৌতুক/গল্প বলানো যেতে পারে এবং শিক্ষক মাঝে মাঝে নিজেও এগুলো করতে পারেন। নির্ধারিত শিখন-শেখানো কাজ শুরু করার পূর্বেই আগের পাঠ থেকে কিছু সহজ প্রশ্ন শিশুদের করা যেতে পারে। শিক্ষক নিজে ও শ্রেণি-নেতাদের সাহায্যে পাঠের শুরুতে শিশুদের দিয়ে মাঝে মধ্যে হালকা শরীরচর্চা করাতে পারেন। শ্রেণীতে আসার পূর্বেই শিক্ষক একটি ছবিকে কয়েক টুকরো করে সঙ্গে করে নিয়ে আসতে পারেন। শিশুদের একটি টুকরো দেখাবেন ও এটি কিসের ছবি বলতে উৎসাহিত করবেন। এরপর আর একটি টুকরো এর সঙ্গে জোড়া দেবেন ও শিশুদের এটি কিসের ছবি তা বলতে উৎসাহিত করবেন। এভাবে পুরো ছবিটা দেখাবেন। স্থানীয় ও জাতীয় পর্যায়ের আলোচিত ঘটনার সাহায্যে আবেগ সৃষ্টি করা যেতে পারে। যেমন- স্থানীয় মেলা, প্রতিযোগিতামূলক খেলা, স্থানীয় পর্যায়ে অনুষ্ঠিত সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠান ইত্যাদির ওপর বিভিন্ন প্রশ্ন করে বা আলোচনা করে। একইভাবে জাতীয় পর্যায়ের ঘটনা যেমন- ক্রিকেট খেলা, ফুটবল খেলা, জাতীয় নির্বাচন, প্রাথমিক শিক্ষা সমাপনী পরীক্ষা ইত্যাদি বিষয় আলোচনার মাধ্যমে শ্রেণীতে আবেগ সৃষ্টি করা যেতে পারে। আবহাওয়া সংক্রান্ত কিংবা পারিপার্শ্বিক ঘটে যাওয়া ঘটনার বিষয় নিয়ে আলোচনার মাধ্যমে আবেগ সৃষ্টি করা যেতে পারে। বিভিন্ন আঞ্চলিক ছড়া ও গল্প বলার মাধ্যমেও আবেগ সৃষ্টি করা যেতে পারে। এসব করতে করতে যখন শিক্ষকের সঙ্গে শিক্ষার্থীদের দূরত্ব কমে যাবে বা শিক্ষার্থীরা যখন শিক্ষকের শেখানোর ধরন বুঝে যাবে এবং শিক্ষকের প্রতি ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি তৈরি হবে তখন শিক্ষকের ক্লাসে এসে আবেগ সৃষ্টি করা তেমন জরুরি হবে না। তবে মোট কথা হলো শিক্ষক-শিক্ষার্থীর সম্পর্ক উন্নয়ন করা খুবই জরুরি।

নানাভাবে শিক্ষক-শিক্ষার্থীর সম্পর্ক উন্নয়ন করা সম্ভব। শ্রেণীকক্ষে শিশুদের নাম ধরে সম্বোধন করা, সঠিক উত্তর দান বা সুষ্ঠুভাবে শ্রেণীর কাজ সম্পাদনের জন্য শিশুদের বিভিন্নভাবে উৎসাহিত করা যেতে পারে। ভুল উত্তর দান বা সঠিকভাবে কার্য সম্পাদন না করতে পারলেও চেষ্টা করার জন্য উৎসাহিত করতে হবে ও প্রয়োজনীয় সহায়তা প্রদান করতে হবে। স্কুল আঙ্গিনায় বা রাস্তাঘাটে দেখা হলে শিশুদের সঙ্গে এবং তাদের অভিভাবকদের সঙ্গে সালাম ও কুশলাদী বিনিময় করতে হবে। অনুপস্থিত শিশুদের অনুপস্থিতির কারণ ঐ এলাকার অন্য শিশু বা সহপাঠীদের কাছ থেকে জানতে হবে এবং কোন শিশু অসুস্থ হলে তাকে দেখতে যেতে হবে। শ্রেণী শিক্ষক বছরে কমপক্ষে একবার করে তার শ্রেণীর প্রত্যেক শিশুর বাড়িতে যাবেন এবং শিশু ও অভিভাবককে উৎসাহিত ও পরামর্শ দিবেন। কোন অবস্থাতেই অভিভাবককে শিশু সম্পর্কে কোন প্রকার অভিযোগ বা নেতিবাচক কিছু বলা উচিত নয়। শিশু ও শিশুর অভিভাবককে বোঝাতে হবে শিক্ষক শিশুকে স্নেহ করেন এবং শিশুর মঙ্গল চান।

শিক্ষক সব সময়ই শ্রেণীতে আবেগ সৃষ্টির জন্য নতুন নতুন কৌশল প্রয়োগ করার চেষ্টা করবেন। একই কৌশল একই শ্রেণীতে বারবার প্রয়োগ করা থেকে বিরত থাকবেন। একই কাজ বারবার করলে শিশুরা একঘেঁয়েমি বোধ করতে পারে। তবে, লাখ রাখতে হবে, কোনোভাবেই যেন এই আবেগ সৃষ্টির কাজে ২/৩ মিনিটের বেশি সময় না লাগে। আবেগ সৃষ্টির জন্য যে কাজ করা হবে সেটি যেন পাঠ-সংশ্লিষ্ট ও আনন্দদায়ক হয়। শিক্ষক সময় ও অবস্থা অনুযায়ী তার বুদ্ধিমত্তা ব্যবহার করে শিশু-উপযোগী বিভিন্ন কৌশল প্রয়োগ করে শ্রেণিতে আবেগ সৃষ্টি করবেন।

গত কয়েক শতক ধরে প্রযুক্তিগত দিকে বিজ্ঞানের এতই উন্নয়ন ঘটেছে যে, মস্তিষ্ক ও তার কাজ সম্পর্কে মানুষের বোধগম্যতা দ্রুত বৃদ্ধি পেতে শুরু করেছে। কিছু সংখ্যক শিক্ষাবিদ এ তথ্য কাজে লাগিয়ে মস্তিষ্কের ওপর ভিত্তি করে শিখনকে পরিচালিত করার জন্য কতিপয় নতুন কৌশল নির্ধারণ করেছেন। অনেক প্রতিশ্রুতিশীল শিক্ষক এগুলো ব্যবহার করেই শিখন-শেখানো কাজ পরিচালনা করেন এবং এ সব নতুন কৌশল ব্যবহার করেই তারা সাফল্যের চরম শিখরে আরোহণ করেছেন। সব শিক্ষকের উচিত শিশু এবং শিশু-শিখন সম্পর্কে সম্যক ধারণা অর্জন করা এবং আধুনিক ও বিজ্ঞানসম্মত শিখন-শেখানো কৌশলসমূহ শ্রেণিকক্ষে ব্যবহার করে শিক্ষার্থীদের আচরণিক উদ্দেশ্য অর্জন করাতে সচেষ্ট থাকা।

[লেখক : ইন্সট্রাক্টর, উপজেলা রিসোর্স সেন্টার, ঈশ্বরগঞ্জ, ময়মনসিংহ]
ahmsharifullah@yahoo.com