

‘লভি’, টেডি বিয়ার এবং ব্ল্যাঙ্কি



ছোট বাচ্চারা তাদের প্রিয় জিনিস বা ‘লভি’ ভালোবাসে কোনো স্টাফড প্রাণী বা কব্বলের সাথে তাদের সম্পর্ক একজন ব্যক্তি এবং ‘জিনিস’-এর চেয়ে দুই ব্যক্তির মধ্যে গভীর বন্ধুত্বের মতো হতে পারে। বাচ্চারা প্রায়ই কোনো একটি জিনিসকে বাছাই করে এবং তার সাথে একাত্ম বোধ করে। আপনার সন্তান যদি চাইল্ড কেয়ার ড্রপ-অফের সময় আঁকড়ে থাকে, বা ঘুমের সমস্যা হয়, তাহলে আপনি একটা লভি নিতে উৎসাহিত করতে পারেন। আপনি তাদেরকে একই জিনিস বারবার দিয়ে এই সম্পর্ক গড়ে তুলতে সাহায্য করতে পারেন।

লভি আশীর্বাদ বা অভিশাপ দুই-ই হতে পারে। এই জিনিসগুলি কোনো বদলের সময় এবং আপনার সন্তানের কোনও বড় ধাক্কার সময় চাপ কমায়। যদিও, তাদের সেই বিশেষ জিনিস হারিয়ে গেলে পৃথিবী শেষ হয়ে যাচ্ছে বলে আপনার মনে হবে। তবুও আপনার বাচ্চার তার লভির সাথে সম্পর্কে সমর্থন করাটা এখনও গুরুত্বপূর্ণ কারণ এটি তাদের নিরাপদ বোধ করতে সাহায্য করে। এটিও একটি দারুণ জিনিস কারণ এর জন্য তারা নিজেদের শান্ত করতে শেখে।

‘লভি’ সম্পর্কে কিছু টিপস:

- **একটি অতিরিক্ত রাখুন।** যদি আপনার সন্তান একটি জিনিসের প্রতি আসক্ত হয়, অতিরিক্ত একটি খুঁজে বের করার চেষ্টা করুন। অতিরিক্তটা তুলে রাখুন। এইভাবে আপনি একটিকে ধুতে পারেন, অন্যটি দিয়ে। কেউ কেউ পালা করে ব্যবহারের জন্য কব্বল অর্ধেক কাটাতে তাদের সেলাই দক্ষতা ব্যবহার করে।
- **লভিটা চালাকি করে ধুতে হবে।** আপনার কাছে অতিরিক্ত না থাকলে, ধোয়ার সময়সূচী সম্পর্কে সৃজনশীল হন। কিছু শিশু স্টাফড প্রাণীর সাথে আসক্ত থাকে যা মেশিনে ধোয়া যায় না। এই ধরনের জিনিস পরিষ্কার করতে একটি ভিজে কাপড় ব্যবহার করুন। আপনি এগুলিকে রোদেও দিতে পারেন।
- **আপনার অতিরিক্ত না থাকলে বিকল্প খুঁজুন।** যদি আপনার সন্তানের একটা লভি থাকে, তাহলে আপনাকে তাদের দেওয়ার জন্য অন্য কিছু খুঁজে পেতে হবে। কখনও কখনও কেয়ারগিভারের পরা পোশাকের অংশ কাজে লাগতে পারে।
- **আপনার সন্তানের মন খারাপের অনুভূতিগুলো শুনুন।** লভিটা অনুপস্থিত থাকলে বা ধোয়ার প্রয়োজন হলে আপনার সন্তানের তীব্র প্রতিক্রিয়া হতে পারে। এই আবেগগুলোর জন্য সাধারণত শুধু একটি শোনার কান প্রয়োজন। তাদের দুঃখ এবং উদ্বেগকে স্বীকৃতি দিন। বলুন, “তুমি সত্যিই এখন তোমার ব্ল্যাঙ্কিটা চাও।”

কোনো শিশু আরও সক্রিয় এবং স্বাধীন হওয়ার সাথে সাথে এই জিনিসগুলি সাধারণত পিছনে চলে যায়। সম্ভবত 3 থেকে 5 বছর বয়সের মধ্যে আপনার সন্তান তাদের লভির প্রতি মনোযোগ দেওয়া বন্ধ করবে। কিন্তু স্ট্রেসের সময়ে যদি এটি ফিরে আসে তবে অবাক হবেন (বা তাদের সাথে মঞ্চরা করবেন) না।

