কী কী ছাপবেন

- **একবার, নিজের জন্য:** run.pdf, 1 পৃষ্ঠা। সেশন চালানোর সময় এটি হাতে রাখুন।
- **প্রতিটি মেয়ের জন্য একটি কপি:** sheets.pdf, 2 পৃষ্ঠা। পাতা ক ও পাতা খ। অর্থাৎ প্রতিটি মেয়ের জন্য 2 পৃষ্ঠা।
- **আপনার দরকার নেই:** এই নির্দেশিকার পৃষ্ঠা 6 থেকে 9, উত্তর। এটি ছাড়াই সেশন চলে।

নির্দেশিকা, আমার পালা, তোমার পালা

দল 4 থেকে 24 · SDG 4, 5 · বাংলা সংস্করণ · প্রকাশিত · AI translation from English master, Machine translation; English master by Nameet Potnis

এই সংস্করণ সম্পর্কে। এই সংস্করণটি ইংরেজি প্যাক থেকে কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা (AI) দিয়ে অনুবাদ করা হয়েছে। এতে ভুল থাকতে পারে। কিছু ঠিক করা দরকার মনে হলে, বা অন্যভাবে বলা দরকার মনে হলে hello@potnis.org ঠিকানায় লিখুন — আমরা তা ঠিক করে দেব।

About this edition. This edition was translated from the English pack with AI. It may contain mistakes. Write to hello@potnis.org if something should be fixed or said differently — we will update it.

ঘরে ঢোকার আগে

- **অপেক্ষা একটি দক্ষতা, ভালো আচরণ নয়। সুন্দর করে অপেক্ষা করার জন্য কোনও মেয়ের প্রশংসা কখনও করবেন না। কেউ বাদ যায় না, কেউ জেতে না।**
- যে মেয়ে ছিনিয়ে নেয়, তার অপেক্ষা ছোট হয়, কখনও বড় নয়, আর তার পালা কখনও কাড়া হয় না।
- দলা করা কাগজের বল বা কাগজের একটি ফালি চালান। গোলের এপার-ওপারে শক্ত কিছু নয়, আর বুড়ো আঙুল-তর্জনীর গোলে ঢুকে যায় এমন কিছু নয়।
- 24 জন পর্যন্ত, চারজনের গোলে।

এটি একবার ঘরে বসে পড়ে নিন। ঘরের ভিতরে আপনার শুধু সেশন পাতাটিই লাগবে। এখানে "আপনি" মানে যিনি সেশনটি চালাচ্ছেন: একজন শিক্ষিকা, একজন স্বেচ্ছাসেবী, বা বড় কোনও দিদি।

এটি কাদের জন্য

- **4 থেকে 7 বছরের জন্য।** যে মেয়েরা ছোট একটি জিনিস হাতে ধরতে পারে আর ঘরের সাহায্য নিয়ে পাঁচ পর্যন্ত গুনতে পারে। এই সেশনের কোথাও পড়া বা লেখার দরকার নেই।
- **জীবনের দক্ষতা।** "আমি চাইতে পারি"-র মতো নয়, যদিও হাতে হাতে চালানোর খেলাটি একই: ওখানে দক্ষতাটি চাওয়া, এখানে অপেক্ষা করা। গত সপ্তাহে "আমি চাইতে পারি" চালিয়ে থাকলে সেটি বলে দিয়ে অপেক্ষা থেকেই শুরু করুন।
- **দলের আকার।** 4 থেকে 24 জন মেয়ে। চব্বিশের বেশি হলে গোলগুলি লম্বা হয়, তার সঙ্গে অপেক্ষাও লম্বা হয়, আর সেশনটি পালা নিয়ে না থেকে লাইনে দাঁড়ানো নিয়ে হয়ে যায়।

- **এক ঘরে আলাদা আলাদা স্তর।** চার বছরের আর সাত বছরের মেয়ে একই গোলে বসে, একই জিনিস চালায় আর একই দুটি পাতা করে। টানটি কাজের ভিতরেই আছে, তিন জায়গায়। যে মেয়ে এগিয়ে আছে, সে গোলের আরও দূরে বসে, তাই তার অপেক্ষা লম্বা হয়। সে ৪ নম্বর ধাপে পালা-ডাকার কাজ নেয়, মানে সে পালাগুলি চালায় আর জিনিসটি সবার শেষে ধরে। আর সে নিজের আঙুল নিজেই নামায়, আপনাকে সঙ্গে গুনতে হয় না। চার বছরের মেয়ে ধরে থাকা মেয়ের পাশে বসে, তাই তার অপেক্ষা এক পালার, আর আপনি তার পাশে জোরে তার আঙুল গুনে নামান। কাউকে আলাদা পাতা দেওয়া হয় না, আর কারও জন্য আলাদা নিয়ম নেই।

আপনার যা লাগবে

- প্রতিটি মেয়ের একটি পাতা ক আর একটি পাতা খ, অর্থাৎ মাথাপিছু দুটি পৃষ্ঠা
- প্রতিটি মেয়ের একটি পেনসিল, বা দুজনে একটি
- চারজনের প্রতিটি গোলের চালানোর জন্য একটি জিনিস, যেটি বুড়ো আঙুল আর তর্জনীর গোলে ঢোকে না: তালু ভরা একটি পাথর, ভাঁজ করা কাগজের ফালি, দলা করা কাগজের বল, একটি পাতা, একটি বোতলের বড় মুখ। সেটি হাতে ধরার মতো হতে হবে, আর তার দাম কিছুই হবে না
- **বিনামূল্যে আর ঐচ্ছিক:** কিছুই নয়
- **এখানে কিছুতেই টাকা লাগে না।**

সেশনটি এভাবে সাজানো কেন

অপেক্ষা একটি দক্ষতা, আর এই প্যাকের কঠিন অর্ধেকটি এটিই। চার বছরের যে মেয়ে অপেক্ষা করতে পারে না, সে দুষ্টু নয় আর সে ঝামেলা করছেও না। তার অপেক্ষা তার কাছে শেষ না হওয়ার মতো লাগে, কারণ সেটি কোথায় শেষ হয় তা সে দেখতে পায় না। এই সেশনের সবকিছুই আছে তাকে এমন একটি অপেক্ষা দেওয়ার জন্য যেটি ছোট হতে সে নিজে দেখতে পায়। শুরুর আগে কথাটি নিজেকে বলে নিন, কারণ ছিনিয়ে নেওয়াকে যদি আপনি খারাপ আচরণ হিসেবে শোনেন, তবে আপনি অপেক্ষা ছোট না করে মেয়েটিকে শোধরাতে শুরু করবেন।

সুন্দর করে অপেক্ষা করার জন্য কোনও মেয়ের প্রশংসা কখনও করবেন না, আর সেটিকে "ভালো হওয়া" বলবেন না। অপেক্ষা যে মুহূর্তে ভালোমানুষি হয়ে যায়, সেই মুহূর্তে যার জন্য এটি সবচেয়ে কঠিন, সে সবার সামনে খারাপ মেয়েটি হয়ে যায় — আর অপেক্ষা করতে শেখার অনেক আগেই সে নিজের সম্পর্কে এই কথাটি শিখে ফেলে। গুণের প্রশংসা নয়, সে যা করল তার কথা বলুন: "তুমি আঙুলগুলি নামালে", "তুমি পাঁচে এগিয়ে দিলে"। ঘরের জন্য একটি বাক্য দরকার হলে "অপেক্ষা কঠিন, আর আমরা অভ্যাস করছি" বলুন, আর যতবার কথাটি ওঠে ততবারই সেটিই বলুন।

অপেক্ষাটি তৈরি হয় সবার জোরে গোনা দিয়ে। পুরো ঘরের বলা পাঁচটি গোনা হল এমন একটি অপেক্ষা যার মেঝে আর ছাদ দুটিই আছে। যে ধরে আছে, সে নিজের পালা শেষ হতে শোনে — তাই সে আটকে রাখে না; আর অপেক্ষা করা মেয়েরা সেই একই পাঁচটি সংখ্যা শোনে আর ঠিক জেনে যায় একটি পালা কতক্ষণ চলে। এটি অপেক্ষা করা মেয়েকে গলা দিয়ে করার মতো একটি কাজও দেয়, যেটি হাতে কিছু না নিয়ে চুপ করে বসে থাকার চেয়ে অনেক সহজ।

অপেক্ষার হাত চোখে না দেখা অপেক্ষাটিকে চোখে দেখা করে দেয়। নিজের পালার আগে যতগুলি পালা, ততগুলি আঙুল; জিনিসটি নড়লেই একটি আঙুল নিচে। সে নিজের হাতেই নিজের অপেক্ষা ছোট হতে দেখে — কোনও ঘড়ি, কোনও ছক, ছাপার কিছুই লাগে না। তিনটি আঙুল এমন একটি অপেক্ষা যা সে ধরে রাখতে পারে। "এখুনি হবে" সেটি নয়।

সত্যিকারের কিছু নড়তে হবে। যে পালা শুধু আপনার ব্যাখ্যার ভিতরে আছে, সেটি পালা নয়। পাথরটি গোল পেরিয়ে যায়, আর যায় কারণ গোনা পাঁচে পৌঁছেছে, আপনি কাকে পাওয়ার যোগ্য ভাবলেন তার জন্য নয়। গোল একবার চলতে শুরু করলে সেটির উপর থেকে হাত সরিয়ে নিন।

কেউ বাদ যায় না, কেউ জেতে না। কোনও মেয়েকে গোল থেকে বের করে দেওয়া হয় না, কাউকে সবচেয়ে ভালো অপেক্ষা করা মেয়ে বলা হয় না, আর শেষে কোনও পুরস্কার নেই। যে পালা-খেলা ধীর খেলোয়াড়দের বের করে দেয়, সেটি ঠিক সেই খেলাটিই নয় যা এই প্যাকের মেয়েটির দরকার। কোনও মেয়ে হিসাব হারিয়ে ফেললেও জিনিসটি তার কাছে পৌঁছাবেই।

তার পাতার কিছুই লিখতে হয় না। এই দলের বেশিরভাগই লিখতে পারে না, আর কেউ কেউ নিজের নামটিও এখনও লিখতে পারে না — তাই পাতা দেওয়ার সময়েই আপনি নামগুলি লিখে দেন, কাউকে চাইতে হওয়ার আগেই। অপেক্ষার ঘরে তার চিহ্নই তার হিসাব, আর তার কার্ডে আপনার হাতের লেখাটিই তার কথা।

সবাইকে নিয়ে চলা

যে মেয়ে এখনও পড়তে পারে না। এই সেশনে সে কিছুই পড়ে না। প্রতিটি নিয়ম মুখে বলা হয়, আপনার হাতের জিনিসটি দিয়ে দেখানো হয়, আর ঘর সেটি বারবার বলে। পাতার অল্প কথাগুলি আপনি একবার জোরে পড়েন, বলার সময় প্রতিটি ঘর দেখিয়ে, আর সে চিহ্ন দেয় আর আঁকে। পাতা খ-তে কার্ডে কী লিখতে হবে সে আপনাকে বলে আর আপনি লিখে দেন। সে শেষ করে সবার মতো একই দুটি পাতা হাতে নিয়ে।

যে মেয়ে দেরিতে আসে। যে জিনিসটি ধরে আছে, তার পাশে গোলে বসান — যাতে তার প্রথম অপেক্ষা এক পালার হয় আর পালা প্রায় সঙ্গে সঙ্গেই আসে। দরজাতেই তাকে একটি বাক্য বলুন: "তোমার কাছে এলে আমরা গুনতে থাকব, তুমি দুবার টোকা দিয়ে এগিয়ে দেবে।" দুটি পালা চলে যেতে দেখেই সে বাকিটা ধরে নেয়। দলের সামনে সে কোথায় ছিল কখনও জিজ্ঞাসা করবেন না, আর প্রথম পালাটি পাওয়ার জন্য তাকে একটি পুরো চক্কর অপেক্ষা করাবেন না।

ঘরে ছেলেরা থাকলে। ছেলেরা একই গোলে বসে, একই জিনিস চালায় আর একই পাতা করে। দুটি জিনিস সেশনটিকে মেয়েদের দিকে রাখে, আর তার একটিও কাউকে বাদ দেয় না। ৪ নম্বর ধাপের পালা-ডাকার কাজটি আগে মেয়েদের কাছে যায়, আর পুরো সেশনে ছেলেদের চেয়ে বেশি মেয়ের কাছে যায় — কারণ পালা চালানোর অংশটিই কর্তৃত্ব বহন করে। আর লক্ষ রাখুন সেই ছেলেটির দিকে যে কোনও মেয়ের হয়ে হাত বাড়িয়ে জিনিসটি এগিয়ে দেয় — মনটি ভালো, কিন্তু তাতে তার পালা কেড়ে নেওয়া হয়: আলতো করে হাত তুলে বলুন, "ধন্যবাদ। এখন ওর এগিয়ে দেওয়ার পালা।"

যে মেয়ে আজ স্থির হয়ে বসতে পারছে না। তাকে পালা-ডাকার কাজটি দিন, বা দাঁড়িয়ে পালা নিতে দিন, বা গোলের ওপারে পরের মেয়ের কাছে জিনিসটি হেঁটে পৌঁছে দিতে দিন। নড়া অপেক্ষার উল্টো নয়। এ নিয়ে কিছুই লিখে রাখবেন না।

ভুল হয়ে গেলে

একটি মেয়ে প্রতিটি রাউন্ডেই ছিনিয়ে নেয়, আর গোল তাকে নিয়ে নালিশ শুরু করে। এটি হবেই, আর সাধারণত একই মেয়ের সঙ্গে। অন্যদের সামনে তাকে শোধরাবেন না, আর গোলকেও শোধরাতে দেবেন না: পুরো গোলকে একবার বলুন, "অপেক্ষা কঠিন, আমরা সবাই অভ্যাস করছি।" তারপর তার অপেক্ষা বড় না করে ছোট করুন। তার জায়গা সরিয়ে ধরে থাকা মেয়ের পাশে আনুন, যাতে সে তিন পালা নয়, এক পালা অপেক্ষা করে। তাকে পালা-ডাকার কাজটি দিন, কারণ হাতে কাজ থাকা মেয়ে খালি হাতে অপেক্ষা করছে না। তার পাশে জোরে তার আঙুল গুনে নামান, যাতে সে শেষটি আসতে শুনতে পায়। তাতেও অপেক্ষা ধরে রাখতে না পারলে অপেক্ষার সময় ধরে রাখার জন্য তাকে নিজের একটি জিনিস দিন, আর তার সঙ্গে একা হাতে হাতে চালান। তাকে কখনও "যে অপেক্ষা করতে পারে না" বলে চিহ্নিত করবেন না, আর শাস্তি হিসেবে তার পালা কখনও কাড়বেন না।

যে ধরে আছে সে ছাড়বে না, আর গোল আটকে গেছে। কেউ পাঁচে পৌঁছেও ধরে রাখে। তার হাত থেকে টেনে নেবেন না, আর শাস্তি হিসেবে গোনা আবার শুরু করবেন না। তার হাতের পাশে নিজের হাতটি খোলা রাখুন, বলুন "পাঁচ, আর এখন তোমার পালা শেষ", আর তিন সেকেন্ড অপেক্ষা করুন। তাতেও ধরে রাখলে গোলকে আরও একবার জোরে পাঁচ গুনতে বলুন আর ওই পাঁচেই নিয়ে নিন। তারপর দেখবেন পরের রাউন্ডে সে-ই যেন সবার আগে এটি ফেরত পায়, যাতে ছেড়ে দেওয়ায় তার কিছু খরচ না হয়। কোনও মেয়ে যদি একটি জিনিস একেবারেই ছাড়তে না পারে, তাকে নিজের একটি দিন আর গোলকে দ্বিতীয় একটি চালাতে দিন।

বদলে নেওয়া

- "আমার পালা" আর "তোমার পালা"-র জন্য মেয়েরা বাড়িতে যে ভাষায়, যে কথাগুলি সত্যিই বলে, সেগুলিই নিন। দুটি ছোট শব্দ একটি শুদ্ধ বাক্যের চেয়ে ভালো।
- হাতে হাতে চালানোর জিনিসটি আপনার ঘরে যা আছে তা দিয়ে বদলে নিন — যতক্ষণ সবাই সেটি একবার হাতে ধরতে চাইবে আর হারালে কারও কিছু যাবে না।
- ঘর যে ভাষায় গোনে, সেই ভাষাতেই গুনুন, আর সবচেয়ে ছোট মেয়েদের সঙ্গে পাঁচের বদলে তিন পর্যন্ত গুনুন। গোলগুলি চলতে শুরু করলে পাঁচে যান।
- পালাটি টোকা দেওয়া হতেই হবে না। নিজের নাম বলা, দুবার তালি, একবার লাফ, একটি জন্তুর নাম — যা হোক। একটি কাজ বেছে নিয়ে সারা সেশন সেটিই রাখুন, কারণ মাঝরাউন্ডে কাজ বদলালে অপেক্ষাটিই নতুন করে শেখার জিনিস হয়ে যায়।
- ঘর গোল করার মতো ফাঁকা না থাকলে গোলের বদলে একটি লাইন করুন আর মেয়েদের দেখতে দিন তার সামনে কতজন আছে। যে লাইন একটি মেয়ে গুনতে পারে, সেটি গুনতে পারা একটি হাতের মতোই ভালো।

ছোট বা বড় করে চালানো

30 মিনিট। 0 থেকে 10 একটি জিনিস একটি পালা আর ঘর পাঁচ গোনে, 10 থেকে 18 চারজনের গোল আর আঙুল নামানো, 18 থেকে 24 লম্বা অপেক্ষা আর পালা-ডাকার কাজ, 24 থেকে 30 পাতা আর শেষ। নতুন একটি দলের জন্য এটিই এই প্যাকের সত্যিকারের সংস্করণ। যা ছেড়ে দিতে হয়: মাত্র দুই-তিনজন মেয়ে পালা-ডাকার কাজ পায়, আটজনের গোলটি হয়তো একেবারেই হয় না, আর পাতা খ-র কার্ডগুলি আঁকা হয় কিন্তু সম্ভবত

কাটা হয় না — তাই ওগুলি সরিয়ে রেখে দিনের শেষে কেটে নিন। এই ঘড়িতে পাতা সবার শেষে আসে আর অসম্পূর্ণ থাকতে পারে: চিহ্ন আর একটি ছবিতেই পাতা শেষ।

45 মিনিট। 0 থেকে 14 একটি জিনিস একটি পালা আর ঘর পাঁচ গোনে, 14 থেকে 25 চারজনের গোল আর আঙুল নামানো, 25 থেকে 35 লম্বা অপেক্ষা আর পালা-ডাকার কাজ, 35 থেকে 45 পাতা আর শেষ। বাড়তি সময়টি আটজনের গোলে দ্বিতীয় একটি রাউন্ড কিনে দেয়, আর কয়েকজনের বদলে বেশিরভাগ মেয়ের জন্য পালা-ডাকার কাজ।

60 মিনিট। 0 থেকে 18 একটি জিনিস একটি পালা আর ঘর পাঁচ গোনে, 18 থেকে 32 চারজনের গোল আর আঙুল নামানো, 32 থেকে 46 লম্বা অপেক্ষা আর পালা-ডাকার কাজ, 46 থেকে 60 পাতা আর শেষ। এই দৈর্ঘ্যটি শুধু এমন থিতু দলের সঙ্গেই নিন যারা আগেই আধ ঘণ্টা বসতে পারে। বাড়তি সময়টি যোগ করে আরও পালা, যে চায় তার প্রত্যেকের জন্য পালা-ডাকার কাজ, কার্ডটি কেটে নেওয়ার সময়, আর শেষের একটি ধীর রাউন্ড যেখানে জিনিসটি একটি বড় গোলের পুরোটা ঘুরে আসে। এটি নতুন কোনও নিয়ম বা নতুন কোনও পাতা যোগ করে না, কারণ এই বয়সে লম্বা সেশন মানে আরও অভ্যাস, আরও বিষয় নয়।

সেশন নিরাপদ রাখা

সারা সেশন একটি জিনিস হাতে হাতে চলে, আর অন্তত একবার সেটি ছোড়া হবেই। কিছুই মুখে যাবে না। কিছু হাতে দেওয়ার আগে দেখে নিন সেটি বাচ্চার মুখে ঢুকবে না: বুড়ো আঙুল আর তর্জনী দিয়ে বানানো গোলের ভিতরে ঢুকে গেলে সেটি এই ঘরের জন্য বড্ড ছোট। বীজ, পুঁতি, পয়সা আর ছোট বোতলের মুখ বাদ। যা হাতে দিয়েছিলেন, শেষে সব গুনে ফিরিয়ে নিন। দলা করা কাগজের বল বা ভাঁজ করা কাগজের ফালি পাথরের চেয়ে নিরাপদ আর ঠিক একই কাজ করে। গোলের এপার-ওপারে শক্ত কিছু ছোড়া হয় না।

CC BY 4.0 · Potnis Family / potnis.org. ইংরেজিতে লিখেছেন ও সম্পাদনা করেছেন নমিত পটনিস (Nameet Potnis)। এই বাংলা সংস্করণটি ইংরেজি সংস্করণ থেকে কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তার অনুবাদ; বাংলায় এটি এখনও কেউ পড়ে দেখেননি। নাম দিয়ে কপি করুন, ছাপুন, বদলে নিন, ভাগ করে নিন।

উত্তর ও পরিচালনার সংকেত

উত্তর আর কী বলবেন, আমার পালা, তোমার পালা

এই সংস্করণ সম্পর্কে। এই সংস্করণটি ইংরেজি প্যাক থেকে কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তা (AI) দিয়ে অনুবাদ করা হয়েছে। এতে ভুল থাকতে পারে। কিছু ঠিক করা দরকার মনে হলে, বা অন্যভাবে বলা দরকার মনে হলে hello@potnis.org ঠিকানায় লিখুন — আমরা তা ঠিক করে দেব।

About this edition. This edition was translated from the English pack with AI. It may contain mistakes. Write to hello@potnis.org if something should be fixed or said differently — we will update it.

উত্তর

এই প্যাকে একটিও বাঁধা উত্তর নেই, আর এর কিছুতেই নম্বর দেওয়া হয় না। পালা যত ছোটই হোক, সেটি গোনা হয়; আর অপেক্ষা যেভাবেই কাটুক, সেটিও গোনা হয়।

পালা নেওয়া হয়েছে বলে কোনটি গোনা হয়:

সে যা করে	পালা হিসেবে গোনা হয়
গোল পাঁচ গুনতে গুনতে জিনিসটিতে দুবার টোকা দেয়	হ্যাঁ
ধরে থাকে, কিছুই করে না, পাঁচে এগিয়ে দেয়	হ্যাঁ
একবার, বা দশবার টোকা দিয়ে এগিয়ে দেয়	হ্যাঁ
দাঁড়িয়ে পালা নেয়, বা হেঁটে পরের মেয়ের কাছে পৌঁছে দেয়	হ্যাঁ
পাশের মেয়ের সঙ্গে একই সময়ে পালা নেয়	হ্যাঁ, আর সেশনের পরে তাকে একা একটি পালা দিন
আজ একেবারেই নিতে চায় না	সোজা এগিয়ে দেওয়াটিই হ্যাঁ। পরের রাউন্ডে আবার দিন, আর কেন, জিজ্ঞাসা করবেন না

অপেক্ষা করা হয়েছে বলে কোনটি গোনা হয়:

সে যা করে	অপেক্ষা হিসেবে গোনা হয়
জিনিসটি নড়লেই একটি আঙুল নামায়	হ্যাঁ
পুরো সময় ঘরের সঙ্গে জোরে গোনে	হ্যাঁ
নিজের অপেক্ষার কার্ড, বা নিজের কিছু হাতে ধরে থাকে	হ্যাঁ
নড়াচড়া করে, উঠে দাঁড়ায়, গোল ঘুরে এসে বসে	হ্যাঁ। নড়া অপেক্ষার উল্টো নয়
আগেই হাত বাড়ায়, তারপর হাতটি ফিরিয়ে নেয়	হ্যাঁ, আর সেটি বলুন: "তুমি হাতটি ফিরিয়ে নিলে"

যে কথাগুলি বলবেন আর যেগুলি ছেড়ে দেবেন। বলুন "তুমি পাঁচে এগিয়ে দিলে" — "লক্ষ্মী মেয়ে" কখনও নয়। বলুন "অপেক্ষা কঠিন, আমরা সবাই অভ্যাস করছি" — "সুন্দর করে অপেক্ষা করো" বা "ধৈর্য ধরো" কখনও নয়। বলুন "এখন ওর এগিয়ে দেওয়ার পালা" — "তুমি লোভ করছ" কখনও নয়। কোনও এক মেয়েকে গোলের সবচেয়ে ভালো অপেক্ষা করা মেয়ে বলে তুলে ধরবেন না: এই প্যাকটি যাদের সবচেয়ে বেশি দরকার, তারাই ওটিকে নিজেদের নিয়ে একটি সারি হিসেবে শুনবে।

পালার জন্য আপনি যা দেন, সবই ছোট, সবই এই ঘরের ভিতরে। পাথরে দুবার টোকা দাও। নিজের নাম বলো। দুবার তালি দাও। একবার লাফাও। একটি জন্তুর নাম বলো। উঁচু করে তুলে ধরে নামিয়ে রাখো। একটি বেছে নিন আর সারা সেশন সেটিই রাখুন।

আপনি যা দেখতে পারেন

পাতায় যা আছে	এর পর কী দেবেন
পালার ঘরটি আঁকা, অপেক্ষার ঘরটি ফাঁকা	তার সঙ্গে জোরে, আঙুল দিয়ে তার অপেক্ষাগুলি গুনে ফিরিয়ে দিন, প্রতি অপেক্ষায় একটি চিহ্ন। তারপর পরের রাউন্ডে তাকে ধরে থাকা মেয়ের পাশে বসান, যাতে তার অপেক্ষা এক পালার
দুটি ঘরেই চিহ্ন, কিন্তু পাতা খ-তে কেউ আঁকা নেই	কাকে দিয়েছিল জিজ্ঞাসা করে ওই মেয়েটিকে দেখিয়ে দিন। সে একটি মাথা আর দুটি দাগ আঁকুক। এই পাতায় একটি আকারই একজন মানুষ
দুটি ঘরেই চিহ্ন, একজন আঁকা, কার্ডও বানানো	তাকে লম্বা অপেক্ষাটি দিন: গোলের আরও দূরের একটি জায়গা, তারপর পালা-ডাকার কাজ। আপনি না গুনেও সে নিজের আঙুল নামাতে পারুক
অপেক্ষার ঘর ভরা চিহ্নে, তার অপেক্ষার চেয়ে অনেক বেশি	ছেড়ে দিন। সে কিছু একটা গুনছে। তার সঙ্গে সংখ্যাটি বলে এগিয়ে যান
দুটি পাতাতেই কিছুই নেই	তার পাশে বসে তিনটি পালার জন্য নিজেই তার গোল হন — আপনি আর সে, হাতে হাতে চালান। একটি পালা নেওয়াতেই সেশন শেষ

ঝামেলার জায়গা

যা হয়	যা বলবেন বা করবেন
আঙুল নামার আগেই সে নিয়ে নেয়	নিজের হাতে ফিরিয়ে নিন। তার সঙ্গে জোরে আঙুল গুনে নামান। শেষ হলে গোলই সেটি তার হাতে দিক
পাঁচে পৌঁছেও সে ছাড়বে না	তার হাতের পাশে নিজের হাতটি খোলা রাখুন। "পাঁচ, আর এখন তোমার পালা শেষ।" তিন সেকেন্ড অপেক্ষা করুন, তারপর গোলের সঙ্গে আরও একবার পাঁচ গুনে নিয়ে নিন। পরের রাউন্ডে তাকেই আগে দিন
গোল একই মেয়েটিকে নিয়ে নালিশ শুরু করে	তাকে নয়, পুরো গোলকে বলুন: "অপেক্ষা কঠিন, আমরা সবাই অভ্যাস করছি।" তারপর তার অপেক্ষা ছোট করুন, বড় করবেন না
সে আঙুলের হিসাব হারিয়ে ফেলে	তার আর জিনিসটির মধ্যে যতজন মেয়ে আছে, সেই সংখ্যা থেকে আবার শুরু করান। জিনিসটি তার কাছে পৌঁছাবেই। হিসাব হারানোয় কিছুই খরচ হয় না
অপেক্ষা বড্ড লম্বা হয়ে যাওয়ায় সে কেঁদে ফেলে	তাকে ধরে থাকা মেয়ের পাশে সরিয়ে আনুন, তার সঙ্গে জোরে গুনুন, আর তার পালা পরেই আসুক। দলকে ব্যাখ্যা করবেন না, আর তাদের সামনে কী হয়েছে বলতেও বলবেন না
দুজন একই জিনিস ধরে থাকে	জিনিসটি নিজের হাতে নিন। "গোনা পাঁচে পৌঁছালেই এটি নড়ে।" তারপর প্রত্যেককে চালানোর নিজের একটি জিনিস দিন
সে বারবার জিজ্ঞাসা করে আর কত পালা বাকি	প্রতিবারই সংখ্যাটি বলে উত্তর দিন। তার কাছে এটিই একমাত্র মাপ। তারপর তাকে পালা-ডাকার কাজটি দিন
সে প্রতিটি রাউন্ডেই পালা-ডাকার হতে চায়	প্রত্যেকের দুটি রাউন্ড, আর নিয়মটি জোরে বলুন যাতে সেটি নিয়ম হয়, আপনার পছন্দ নয়। বদলে তাকে দূরের জায়গাটি দিন, যেটি কঠিন কাজ
সে নিজের নাম লিখতে পারে না	পাতা দেওয়ার সময়েই আপনি লিখে দিন, তাকে চাইতে হওয়ার আগেই
সে কার্ডটি রাখতে চায় না	এমন জায়গায় রাখুন যেখানে সে চাইলে পাবে। কেন, জিজ্ঞাসা করবেন না

সেশনের পরে

অপেক্ষার হাতটি রেখে দিন। এটি লাইনে, কলতলায়, দরজায় কাজ করে, আর এতে কিছুই খরচ হয় না — তাই সপ্তাহের বাকি দিনগুলিতেও একইভাবে ব্যবহার করুন: কত পালা বাকি, ততগুলি আঙুল তুলে ধরুন, জোরে গুনে নামান, আর সেটি ছোট হতে দেখতে দিন। পরের জীবন-দক্ষতার সেশন শুরু হতে পারে "তোমার সবচেয়ে লম্বা অপেক্ষাটি কত ছিল?" দিয়ে। এই প্যাকের কিছুই নম্বর দেওয়া, গোনা বা কোথাও জানানো হয় না, আর কোনও মেয়ের অপেক্ষা কোথাও লিখে রাখা হয় না।

CC BY 4.0 · Potnis Family / potnis.org

CC BY 4.0 · Potnis Family / potnis.org