

اس کتاب کی معلومات کو آپس میں بانٹنے کیلئے تجاویز

اس کتاب میں زیادہ تر معلومات صحت اور دیہاتی بحالی کارکنوں کے لئے مفید ہوگی۔ جن کا واسطہ بہت سارے معذور بچوں سے پڑتا ہے۔ کچھ معلومات معذور بچے کے خاندان کیلئے بھی مفید ہوگی۔ لیکن ہو سکتا ہے کہ جہاں پر صرف ایک معذور بچہ ہو ایسے خاندان کو اس پوری کتاب کی ضرورت نہ ہو اور وہ اس کتاب کو (خریدنے) پڑھنے کی استطاعت نہ رکھتے ہوں۔ اس کتاب میں اتنی زیادہ معذور یوں کے بارے میں معلومات ہیں کہ اپنے بچوں کی معذوری کے متعلق معلومات والدین کے لئے ڈھونڈنا یہاں مشکل ہوگا۔

اس کے علاوہ کسی کتاب سے دیکھنا بہتر طریقہ نہیں ہے۔ کئی ایسے طریقے اور ورژن ہیں جو ہم دوسرے لوگوں کو دیکھتے ہوئے یا ان کی مدد سے باآسانی دیکھ سکتے ہیں۔ لیکن یہ ضروری ہے کہ والدین کو مختلف ورژن سکھانے یا گھر میں بنائی گئیں سہولیات فراہم کرنے والی اشیاء دکھانے کے بعد ان کو تصاویر کے ساتھ چھپی ہوئی ہدایات دی جائیں کیونکہ یہ ان کے لئے بہت مددگار ثابت ہوں گی۔ اس سے ان کو یہ بات جاننے میں مدد ملے گی کہ جو ہدایات ان کو دی گئیں ہیں ان پر گھر میں عمل کیا جا رہا ہے یا نہیں۔

مختلف ورژن اور سرگرمیاں لوگوں کو سکھانے اور تفصیل سے سمجھانے کے بعد آپ چاہیں گے کہ اس کتاب کے مخصوص صفحات اور حصے مذکورہ خاندان کو دیں۔ مثلاً ایسا خاندان جس میں کسی بچی کو جوڑوں کی سوزش کی بیماری ہو، آپ چاہیں گے کہ باب 42 کے آخر میں ورژن کے متعلق معلومات کے صفحات یا اسپرین سے متعلق معلومات کے صفحات ان کو دیں۔ آپ یہ بھی چاہیں گے کہ باب سولہ میں جوڑوں کی سوزش سے متعلق معلومات بھی دیں اور ان ورژنوں اور سرگرمیوں پر نشان بھی لگائیں جو ایک بچے کے لئے ضروری ہیں۔ آپ چاہیں گے کہ ایسے خاندان کو جس میں بچے کی نشوونما کی رفتار سست ہو، کچھ صفحات ان ابواب میں سے دیں جو بچے کی نشوونما اور ابتدائی ترقی دہانی والی سرگرمیوں سے متعلق ہیں۔ (باب 34 اور 35) زیادہ صحت مند بچے کے والدین کو آپ ان ابواب سے معلومات دے سکتے ہیں جو اپنا خیال آپ رکھنے سے متعلق ہیں (باب 36 سے 39)

کسی خاندان کی دلچسپی اور پڑھنے کی صلاحیت کو مد نظر رکھتے ہوئے آپ چاہیں گے کہ ان کو پورا باب (یا ابواب) جو کہ ان کے بچے کی معذوری سے متعلق ہے مثلاً دماغی کمزوری یا فالج (Cerebral Palsy) سے متعلق باب 9 یا بہرے پن سے متعلق باب 31 کر ٹوٹنے سے مفلوج ہونے والے بچے کو بڑھکی ہڈی کے زخم سے متعلق باب دیں۔ اگر ہستر پر پڑے رہنے سے پیدا ہونے والے زخم اور پاجانے اور بیضاب کو کنٹرول سے متعلق معلومات بچے کو دی جائیں تو اس سے اس کی جان بھی بچائی ج سکتی ہے معذور بچے کے والدین بچوں والی کرسی سے متعلق معلومات اپنے ساتھ لے جانا چاہیں گے تاکہ معلوم کر سکیں کہ مقامی ترکھان یا لوہا ہار یہ بنانے کی صلاحیت رکھتا ہے یا نہیں۔



Projimo پراجیمکو میں دیہاتی بحالی کارکن اپنے پاس مختلف ابواب اور صفحات کی کاپیاں رکھتے ہیں جو ان کے خیال میں خاندانوں والدین کو دینے کیلئے سفارشات کے لئے مفید ہیں (باب 42 کے آخر میں دینے والے عملی پرپے اس لئے علیحدہ تیار کئے گئے تھے کہ خاندانوں کو دینے جائیں۔ بعد میں ہم نے فیصلہ کیا اور ابواب کر ان کو کتاب میں شامل کیا جائے۔)

تجویز: والدین کو دینے کیلئے صفحات، پرچوں یا ابواب کی ایک علیحدہ فائل بنائیں

ان معلومات پر نشان لگانا جن کا ایک بچے پر اطلاق ہوتا ہے۔

جو صفحات یا ابواب آپ والدین کو دیتے ہیں ان میں کچھ معلومات ایسی ہوں گی جو ان کے بچے کیلئے زیادہ مناسب ہوں گی۔

ہم یہ تجویز کرتے ہیں کہ آپ ان عملی کاموں یا تجاویز کے ارد گرد دائرہ لگائیں جو بچے کی موجودہ حالت میں یا اس کے ٹھیک ہونے کے مراحل میں زیادہ مددگار ثابت ہو سکتی

ہیں۔ وہ کام جو نقصان دہ آؤں یا جو نہیں کرنے چاہئے ان پر x کا نشان لگا سکتے ہیں۔

مثلاً ایک بچہ جس کو اعصابی کمزوری ہے اور اس نے نیا نیا بیٹھنا شروع کیا ہے تو صفحہ 307 پر پہلے تین عملی کام اس کا جسمانی توازن بڑھانے اور حرکت کو قابو رکھنے میں مددگار ثابت ہوں گی۔ اس لئے ان کے گرد دائرے لگائیں۔ اگلے تین عملی کام کچھ زیادہ مشکل ہیں اور بچے کے جسمانی توازن کی کمزوری کو بڑھا سکتی ہے اس لئے ان پر x کا نشان لگائیں تاکہ والدین وہ نہ کریں۔



بچے کو بیٹھنے کا توازن برقرار رکھنے کے لئے اپنی طرف منہ کر کے اسے گھٹنوں پر بیٹھائیں۔ اس کو ڈھیلا پلائی تاکہ اس کا جسم جھکنے کا عادی ہو سکے۔



بعد میں دوسری طرف منہ کر کے اسے بیٹھایا جاسکتا ہے تاکہ وہ اپنے ارد گرد روکھ سکے۔

یک لکڑی پر بیٹھا کر بھی آپ یہ کر سکتے ہیں۔ جب وہ بہتر توازن حاصل کر لیتا ہے تو پہلے اپنے ہاتھ اس کے کولہوں اور پھر رانوں پر لے جائیں تاکہ وہ آپ کے سہارے پر کم انحصار کرے۔



پلانے کے لئے اسے کوئی چیز دیں تاکہ اپنا توازن برقرار رکھنے کیلئے وہ بازوؤں کی بجائے اپنے جسم کا استعمال کیسکے۔

زیادہ عمر کا ایسا بچہ جس کو توازن برقرار رکھنے میں دشواری ہو آپ اس کے ساتھ یہی کام ایک ٹیڑھے تختے پر کر سکتے ہیں۔

بچے کو پہلے اپنے بازوؤں کی مدد سے اپنے آپ کو قابو کرنے دیں۔

بعد میں یہ دیکھیں کہ اپنے ہاتھوں کو جوڑ کر وہ کتنی دیر تک یہ کر سکتا ہے۔



یا یہی چیز آپ ایک بڑی گیند پر بھی کر سکتے ہیں۔



بال کو ایک طرف پھر دوسری طرف اور آگے پیچھے گھمائیں۔



دیں۔ لیکن یہ بہتر ہوگا کہ اس بچے کو تڑپھا

(نوٹ) بچے کو میز پر بیٹھا کر بھی آپ یہ ورزش کر سکتے ہیں جب آپ اس کو دونوں طرف، پیچھے یا آگے آہستہ دھکا

کیا جائے جس پر وہ بیٹھا ہے۔

جب آپ اس کو دھکا دیں گے تو وہ بازوؤں کی مدد سے اپنے آپ کو گرنے سے بچائے گا۔



بچے کو تڑپھا کرنے سے آپ اس کو یہ موقع دیں گے کہ اپنا توازن برقرار رکھنے کیلئے جسم کا استعمال کرے اور یہ ایک بہتر طریقہ ہے۔

صفحات کی فونوٹیشن کا یہاں بنانا اہمگی پر مشتمل ہے یا ان کے لئے زیادہ مشقت کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ ایسے مواقع بھی آسکتے ہیں جب آپ

والدین کو تھری تھارو یا تصاویر دینا چاہیں جن کی ابھی آپ نے کامیابیوں تیار نہیں کی ہوں۔

ہوسکتا ہے کہ اپنے بچے اور جوان جو یہائی مرکز میں بحالی پانچنے اور کام کرنے کے فرض سے موجود ہوتے ہیں، اس کتاب سے ڈرائنگ بنانے میں ہماری مدد کریں۔ اگر ان کو کوئی فی مہارت حاصل ہو تو پھر وہ ان اشکوں کو بڑے سائز میں کھلی بنا سکتے ہیں یا پھر کتاب میں بچوں کی تصاویر تبدیل کر کے ان بچوں جیسا بنائیں جن سے ان کا واسطہ ہے۔



مطابق تصاویر میں تبدیلیاں کر رہی ہیں۔

یہ لڑکی مخصوص بچوں کی ضروریات کے

اگر کوئی ان تصاویر کو پہلے سے بڑی سائز میں بنا کر رکھیں تو ہوسکتا ہے کہ مرکز میں آنے والا مفرد بچہ ان ڈرائنگ سے درز میں یکے کر گھر میں شروع کرے۔ شروع سے ہی بچے کو یہ ذمہ داری دینے سے اس بات کا امکان بڑھ جاتا ہے کہ بچہ گھر پر یہ درز میں کرے۔ اس کتاب سے ہدایات نقل کرنے کی بجائے اگر آپ مقامی زبان میں یا مقامی لوگوں کے طریقے کے مطابق خود ہدایات کے پرچے لکھیں تو وہ زیادہ مفید ہوں گے۔ اس کے علاوہ آپ تصاویر میں بچوں کے لباس اور بالوں کے انداز کو بھی تبدیل کر کے مقامی لوگوں کی طرح بنا سکتے ہیں۔ اس سے لوگوں کو اپنائیت کا احساس ہوگا۔

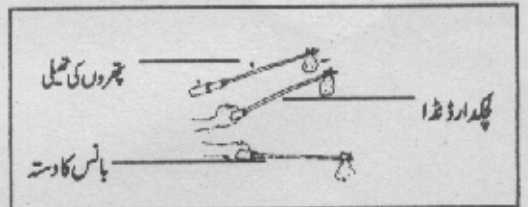
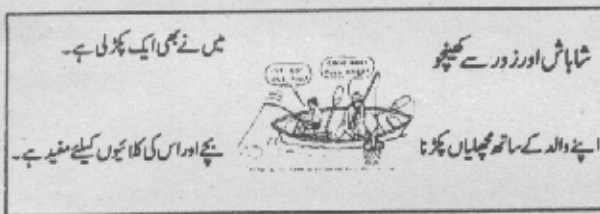
آپ کچھ بھی کریں لیکن اپنی زبان اور تصاویر کو سادہ اور واضح رکھنے کی کوشش کریں، غیر مانوس الفاظ کا استعمال نہ کریں۔

اس کے علاوہ درزوں اور عملی کاموں کو مقامی طریقوں اور حالات کے مطابق ڈھالنے کے طریقے اپنانے کی کوشش کریں۔

مثلاً اگر آپ چھبیروں کے گاؤں میں رہتے ہیں اور کلائی کو مضبوط بنانے والی چیز کی ڈرائنگ بنانا چاہیں تو اس طرح کے طریقے کا کتاب سے نقل کرنے کی بجائے آپ اس طرح کی ڈرائنگ کا اضافہ کر سکتے ہیں۔ اس سے والدین کی حوصلہ افزائی ہوگی کہ وہ درزوں کے ایسے طریقوں کے بارے میں سوچیں جو ان لوگوں کی زندگی کے مطابق ہوں۔

یاد رکھیں: کبھی کبھی ڈرائنگ اور صفحات بہت مددگار ہو سکتی ہیں لیکن یہ سیکھانے اور دکھانے کا متبادل نہیں ہونا چاہئے۔ خاندان کو درزوں اور عملی کاموں کی ضرورت

سمجھانے کیلئے۔



(1) پہلے دکھائیں اور تفصیل بتائیں۔

(2) جب تک وہ صحیح طریقے سے کرنا اور ان کی ضرورت کو سمجھنا شروع نہ کریں تب تک ان کی راہنمائی کریں۔

(3) پھر ان کو ہدایتی پرچے دیں اور اہم نکات بیان کریں۔

جہاں تک ممکن ہو مختلف چیزوں کو کرنے کے لئے اس کتاب کا ہوا استعمال نہ کریں۔ اس کی بجائے لوگوں کی حوصلہ افزائی کریں کہ یہ کتاب ان کے لئے ایسے نئے خیالات کا ذریعہ بنے

جس سے وہ اپنے بہتر طریقے ڈھونڈ سکیں کہ

ان کے بچے ابھر پور زندگی گزارنے اور اپنی برادری میں اپنا کردار بہتر طور پر ادا کرنے میں کامیاب ہو سکیں۔

پار رکھیں:

اس کتاب کی معلومات کو آپس میں بانٹنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ

(1) دوسرے لوگوں کو دکھائیں کہ مختلف کام کس طرح کرنے چاہئیں۔ دیہاتی، بحالی کارکن اور خاندان کے لوگ ایک کھلمیدان کی کلاس میں بیٹھ رہے ہیں۔ یہاں کولہے کو پھیلا نے کی ورزش کی مشق ہو رہی ہے۔ ان کے پیچھے پورڈپر ڈرائیونگ کے ڈریسے بنا گیا ہے کہ کون سے پٹے کھینچے جا رہے ہیں۔



(2) پھر اپنی راہنمائی میں ان کو خود دیکھنے میں مدد کریں۔ ایک دیہاتی میلتھ ورکر کو دکھایا جا رہا ہے کہ کس طرح ایڑھی کی ڈور کو پھیلا یا جاتا ہے۔



(3) ان کو یہ سب یاد رکھنے کے لئے ڈرائیونگ اور ہدایتی صفحات دیں۔



قابل توجہ:

کوشش کریں کہ لوگوں کو نہ صرف یہ سمجھائیں کہ کیا کرنا ہے بلکہ یہ بھی سمجھائیں کہ یہ سب کیوں کرنا ہے۔ آپ اس کتاب کی معلومات کا استعمال کرتے ہوئے لوگوں کے ساتھ کلاس بھی لے سکتے ہیں۔ اصولوں اور وجوہات کی بحث کو عمل کے طریقوں کے ساتھ ملانے کی کوشش کریں۔