

## اندھا پن اور نظر آنے میں دشواری



کچھ عیبیٰ والا بچہ جو

نظر آنے میں دشواری ہوگی، درمیانی یا شدید ہو سکتی ہے۔ جب کسی کو بہت کم نظر آتا ہے یا کچھ بھی نہیں دیکھ سکتا تو ہم کچھ دیکھ سکتے ہیں۔ اس کو اندھا پن کہتے ہیں۔ کچھ بچے عمل اندھے ہوتے ہیں، ان کو کچھ بھی نظر نہیں آتا۔ البتہ کچھ اندھے بچے تھوڑا دیکھ سکتے ہیں۔ بعض صرف روشنی اور اندھیرے یا دن اور رات میں تیز کر سکتے ہیں لیکن چیزوں کی شکلیں نہیں دیکھ سکتے۔ دوسرے بڑی چیزوں کی شکلیں دیکھ سکتے ہیں لیکن ان کی تفصیلات نہیں دیکھ سکتے۔

جو کچھ جزوی اندھا پن دیکھ سکتا ہے (بعض تفصیلات کے



بہت بچے اندھے نہیں ہوتے لیکن ان کو چیزیں واضح نظر آنے میں مسئلہ ہوتا ہے۔ مثلاً روزمرہ کی سرگرمیوں کے بڑی شکلیں)

لئے ان کو کافی بہتر نظر آتا ہے لیکن تفصیلات دیکھنے میں مشکل ہوتی ہے۔ خاندان کے لوگوں کو اس وقت تک احساس نہیں ہوتا کہ بچے کی نظر میں مسئلہ ہے جب تک وہ یہ نہیں دیکھ لیتے کہ بچے کو سوتلی میں دھاگہ ڈالنے، سر میں جوئی دیکھنے یا سکول میں پورڈ پر حرف پڑھنے میں مشکل پیش آرہی ہے۔ اکثر یہ بچے نظر کی ٹینک یا صدمہ ششے کی مدد سے بہتر دیکھ سکتے ہیں۔ (مکمل اندھے بچے جو بالکل نہیں دیکھ سکتے، نظر کی ٹینک کی مدد سے بھی نہیں دیکھ سکتے بعض بچے پیداؤٹی اندھے ہوتے ہیں۔ بعض بچپن میں اور بعض بعد میں اندھے ہو جاتے ہیں۔

احتیاط: تمام اندھے بچوں کی آنکھیں مختلف نظر نہیں آتیں۔ ان کی آنکھیں صاف اور ٹھیک نظر آسکتی ہیں آنکھ کو پیچھے یا دماغ کے کسی حصے میں خرابی ہو سکتی ہے۔ اس لئے نظر کی مشکلات معلوم کرنے کے لئے دوسری علامات ضرور دیکھیں۔

نظر کے مسائل کے بارے میں علامات:

جو بچہ صرف تیز روشنی کی

سمت بتا سکتا، اس کو اس

طرح نظر آتا ہے۔

☆ آنکھیں یا پونے سرخ ہوں، ان میں پیپ ہو یا ان میں مسلسل آنسو بن رہے ہوں۔

☆ آنکھیں بے رونق یا جھریوں بھری ہوں، زخمی ہوں یا بظاہر کوئی اور مسئلہ ہو۔

☆ ایک یا دونوں پتلیاں سفید یا سرخی دکھائی دیتی ہوں۔

☆ مینے کی حرکت بچے کی آنکھیں ایسی تیز یا روشنی کا پتھانہ کرے جو ان کے آگے ہلائی جائے۔ مکمل اندھا بچہ اس طرح

☆ مینے کی حرکت بچہ اپنے سامنے چیزوں کی طرف ہاتھ نہ بڑھائے جب تک وہ چیزیں آواز پیدا نہ دیکھتا ہے۔

☆ کریں یا اس کو چھوئے۔

☆ نیڑی آنکھیں یا ایک آنکھ اندر یا باہر کی طرف مڑتی ہو یا دوسری آنکھ سے مختلف حرکت کر رہی

☆ ہو (آنکھوں کا بعض ٹیز حاین چھ مینے کی حرکت عام ہوتا ہے)



- ☆ چیزوں کو دیکھتے وقت بچے آنکھیں تھوڑی بند کرتا ہے یا سر جھکاتا ہے۔
  - ☆ بچے ہاتھوں کے استعمال، حرکت کرنے یا چلنے میں دوسرے بچوں کی نسبت سست ہوتا ہے اور اکثر چیزوں سے گھبراتا ہے یا بے ڈھنگا دکھائی دیتا ہے۔
  - ☆ شوخ رنگ کی چیزوں، تصویروں اور کتابوں میں بچے کم دلچسپی لیتا ہے یا اپنے چہرے کے بہت قریب رکھتا ہے۔
  - ☆ سورن غروب ہونے کے بعد دیکھنے میں دشواری ہوتی ہے (رات کا اندھا پن)
  - ☆ سکول میں بچہ تھکے سیانہ پر حرف نہیں پڑھ سکتا یا کتابوں میں چھوٹے حروف نہیں پڑھ سکتا یا پڑھتے وقت تھک جاتا ہے یا اکثر سر میں درد ہوتا ہے۔
- اگر بچے میں ان میں کوئی بھی علامت موجود ہو تو نظر کا معائنہ کرائیں اور اگر ممکن ہو تو ہیلتھ ورکر یا آنکھوں کے ڈاکٹر کو دکھائیں۔ بعض اوقات احتیاطی تدابیر یا بروقت علاج سے نظر بچائی جاسکتی ہے۔

### دوسری معذوریوں کے ہمراہ اندھا پن:

- بعض فالج زدہ یا دوسری معذوریوں والے بچے بھی مکمل یا جزوی طور پر اندھے ہوتے ہیں۔ ہو سکتا ہے والدین اس بات کا احساس نہ کریں اور سوچتے ہیں کہ بچے کی سست نشوونما یا چیزوں میں عدم دلچسپی ذہنی اور جسمانی معذوری کی وجہ سے ہے۔ حقیقت میں اندھا پن اس کی وجہ کا بڑا حصہ ہو سکتا ہے۔
- اگر بچے میں کوئی اور معذوری نہ ہو تو پھر بھی اندھا پن ابتدائی صلاحیتوں کی نشوونما کو مزید سست اور مشکل بنا دیتی ہے۔ اگر بچے کی چیز کی طرف نہیں دیکھتا، ہاتھ نہیں لگاتا یا اپنے ارد گرد چیزوں میں دلچسپی نہیں لیتا تو اس کی نظر اور سماعت کا معائنہ کریں۔

**نوٹ:** بعض بہتر شدید ذہنی معذوری یا کمزوری کی وجہ سے اندھے نظر آسکتے ہیں۔ وہ چیزوں کو حقیقت میں دیکھنے بغیر ان کی طرف دیکھتے ہیں کیونکہ ان کے ذہن ایک نوزائیدہ بہتر کے ذہن کی نشوونما کی سطح پر ہوتے ہیں۔ بہت زیادہ ترغیب دلائے سے ان میں سے بعض بہتر رفتہ رفتہ چیزوں کو بار بار میں جاننا شروع کرتے ہیں۔ آنکھوں سے ان کا پیچھا کرتے ہیں اور آخر کار ان کو ہاتھ لگاتے ہیں۔

### اندھے پن کی وجوہات:

اندھے پن کے متعلق مختلف لوگوں کے مختلف عقیدے ہیں۔ دنیا کے بعض حصوں میں لوگوں کا خیال ہے کہ والدین کے کسی گناہ کی سزا کے طور پر ان کے بچے اندھے پیدا ہوتے ہیں۔ لاطینی امریکہ کے کچھ حصوں میں دیہاتوں کا عقیدہ ہے کہ چمکڑا کا پیشاب بچے کی آنکھوں میں گر جاتا ہے یا کالی جادوئی چنگ بچے کے چہرے کے قریب اڑ جاتی ہے۔ حقیقت میں یہ چیزیں اندھے پن کی وجہ نہیں بنتیں اور نئی معلومات حاصل کرنے کے ساتھ ہی لوگ اپنے پرانے عقیدے پیچھے چھوڑ رہے ہیں۔

اب ہمیں معلوم ہو گیا ہے کہ قدرتی یا انسانی بچے میں اندھے پن کا سبب بنتی ہے اور زیادہ تر اندھے پن کی روک تھام کی جاسکتی ہے۔

### بچوں میں اندھے پن کی عام وجوہات مندرجہ ذیل ہیں:

(1) خشک آنکھیں بچوں میں اندھے پن کی سب سے بڑی وجہ ہے۔ یہ افریقہ اور ایشیا کے کچھ حصوں میں خاص طور پر عام ہے۔ یہ اس وقت ہوتا ہے جب بچے کو مناسب مقدار



### خشک آنکھوں کی علامات:



پہلی علامت رات کا اندھا پن ہو سکتا ہے۔ اندھے میں بچہ دوسروں کی نسبت کم دیکھ سکتا ہے۔



اگلی علامت یہ ہے کہ آنکھیں خشک نظر آتی ہیں۔ سفید حصہ اپنی چمک کھو دیتا ہے، اس میں جھریاں پڑ جاتی ہیں اور سرخی رنگ کے پلے سے بن جاتے ہیں۔



بعد میں گہرا حصہ (قرنیہ) بھی خشک اور بے رونق ہو جاتا ہے اور اس میں چھوٹے سوراخ ہو جاتے ہیں۔ آخر کار قرنیہ نرم، اجمریا پھٹ سکتا ہے جو اندھے پن کا سبب بن جاتا ہے۔



اس کی روک تھام میں مفید غذائیں:



ماں کا دودھ، گہرے ہبز چوں والی ہزیاں، پیلیسرخ یا نارنجی رنگ کی ہزیاں، دودھ، اٹھے کی زردی، کھجی اور گردے، مچھلی

### سکون کی علامات:



☆ شروع میں آنکھیں سرخ اور نم ہوتی ہیں۔ یا بچوں میں کئی مہینوں تک کوئی ابتدائی علامت نہیں ہو سکتی۔



☆ ایک مہینہ یا اس سے زیادہ عرصے کے بعد اوپر کے پونے کے اندر چھوٹے ڈھیلے بن جاتے ہیں۔ ☆ آگھ کے سفید حصے میں سوزش شروع ہوتی ہے یا سوجھ جاتا ہے۔



☆ قرنیہ کے اوپر والا کونہ ہر آلود نظر آ سکتا ہے۔ ☆ کچھ سالوں بعد پونے کے اندر ڈھیلے شرم ہونا شروع ہو جاتے ہیں اور سفید داغ چھوڑ دیتے ہیں۔

☆ ان داغوں کی وجہ سے پلکیں آگھ میں نیچے آ جاتے ہیں جو قرنیہ پر لگتے ہیں اور اس سے اندھا پن ہو سکتا ہے۔

میں دماغن اے نہ ملے جو کہ پھلوں اور سبز یوں میں پایا جاتا ہے۔ (دودھ، گوشت اور اظروں میں بھی پایا جاتا ہے) خشک آنکھوں کی بیماری ان بچوں میں شروع ہوتی ہے جن کو باقاعدگی سے یہ چیزیں کھانے کو نہیں ملیں۔ یہ اکثر اس وقت ظاہر ہوتی ہے یا عجزی سے خراب ہوتی ہے جب ان بچوں کو خضرہ، ٹی بی، دست کی بیماری یا کالی کھانسی ہو جاتی ہے۔ یہ ان بچوں میں زیادہ عام ہوتی ہے جن کو ماں کا دودھ نہیں دیا جاتا۔

بچوں کو دماغن اے والی غذائیں کھلانے سے خشک آنکھوں کی روک تھام کی جاسکتی ہے۔ لوگوں کو ترغیب دیں کہ اپنے گھروں کے باغیچوں میں پھپھتا، مشروبات، ہبز چوں والی سبزیاں اور گاجر وغیرہ جیسی چیزیں لگائیں اور کھائیں چار سے چھ مہینے کے بچے کو یہ غذائیں باقاعدگی سے کھانی چاہئیں۔

دماغن اے کے کپسول بھی خشک آنکھوں کی روک تھام کر سکتی ہیں لیکن یہ متوازن غذا کی جگہ نہیں لے سکتے ہر چھ مہینے میں ایک مرتبہ 200,000 (60 مگ ریفینال) دیں (ایک سال سے کم عمر کے بچوں کو 100,000 یونٹ دیں) چھ مہینے سے کم عرصے میں اتنی بڑی خوراک مت دیں کیونکہ دماغن کی زیادہ مقدار بچے کو ہر آلود کر سکتی ہے۔ علاج کے لئے دماغن اے کے 200,000 یونٹ فوراً دیں۔ 200,000 یونٹ دوسرے دن اور 200,000 یونٹ بعد ایک سال سے کم عمر کے بچوں کو آدھی خوراک دیں، ہمساتھ ورکر سے ملیں۔

(2) نگرے (Trachoma) دنیا میں سب سے زیادہ عام قابل علاج اندھا پن ہے۔ یہ بچوں میں اکثر شروع ہوتی ہے اور مہینوں یا سالوں میں شرم ہو جاتی ہے۔ اگر ابتدا میں اس کا علاج نہ کیا جائے تو اندھے پن کا سبب بن سکتی ہے۔ یہ کھیلوں یا چھوٹے سے پھیلتی ہے اور خراب اور پرہجوم علاقوں میں زیادہ عام ہوتی ہے۔



بچے کی آنکھیں صاف رکھنے اور کھیلوں کو ان سے دور رکھ کر نگرے کو روکا جاسکتا ہے۔ نگرے سے اندھے پن کو روکنے کے لئے شروع میں ٹیڑا سا پھلکین سے علاج کریں۔

(3) اگر فوراً علاج نہ کیا جائے تو نوزائیدہ بچوں کی آنکھوں میں سوزش کی وجہ سے اندھا پن ہو سکتا ہے۔ بچے کو یہ ٹیکسٹن ماں سے پیدائش کے وقت ہوتی ہے۔ آنکھیں سرخ اور سوجھ جاتی ہیں اور ان میں بہت زیادہ پیپ ہوتا ہے۔ پیدائش کے وقت بچوں کی آنکھوں میں ٹیڑا سا پھلکین کا





مرہم کو چلے جانے کے  
اندھ لگائیں۔

مرہم کا ۱% سلور نائٹریٹ کے محلول کا ایک قطرہ ڈالیں۔ سوزش جو کہ جلدی طور پر  
پھیلنے والی عام بیماری ہے بعض اوقات پھلین سے علاج کیا جا سکتا ہے۔

(4) کلیمائڈیا (Chlamydia) دماغی مرض ہے جو گرے والے جراثیم سے پھیلتا  
ہے۔ یہ سوزش سے مشابہت رکھتا ہے اور تیزی سے دنیا میں پھیل رہا ہے 3 دنوں تک دن

کالی کھسی کج سائز

میں تین مرتبہ روزانہ چھ کی آنکھ میں میزاسائیکلین مرہم لگانے سے سوزش اور کلیمائڈیا دونوں سے آنکھ کو بچنے والے نقصان کو عموماً  
رکھا جا سکتا ہے۔



(5) دریائی اندھاپن (انگوسریاس) افریقہ اور لاطینی امریکہ کے کچھ حصوں میں اندھے پن کی ایک عام وجہ ہے۔ یہ ایک خاص قسم کی کالی کھسی  
سے پھیلتا ہے جو دریاؤں اور نہریوں میں پائی جاتی ہے۔ اس کا کوئی علاج نہیں ہے۔



(6) خسرہ، جس سے آنکھ کی تلخ کو نقصان پہنچتا ہے، اندھے پن کی عام وجہ ہے خصوصاً افریقہ اور ان بچوں میں جن کو کم نوکدار چیز لیکر بھانگنا  
آکھوں کیلئے خطرناک  
خوراک ملتی ہے۔

(7) عموماً فاج یا دوسری معذور یوں کے ساتھ ملکر دماغی کمزوری کئی بچوں میں اندھے پن کا سبب بنتی ہے۔ پیدا نش سے

پہلے، پیدا نش کے دوران یا پیدا نش کے بعد دماغ کو نقصان

پہنچ سکتا ہے۔ جرمن خسرہ، پیدا نش کے وقت سانس لینے میں تاخیر اور گردن توڑ بخار و جومات میں شامل ہیں۔

(8) بچوں کی آنکھیں زخمی ہونے سے اکثر اندھاپن ہوتا ہے۔ تیز دھار اوزار، دھماکہ خیز مواد، جیزاب اور پھلی پکڑنے کیلئے گھریلو بم عام وجومات ہیں۔

(9) استقامت دماغ، جوڑوں کی سوزش، جذام، دماغ کی رسولی یا مخصوص دواؤں سے بھی بعض اوقات بچوں میں اندھاپن ہوتا ہے۔ ڈاؤن سنڈروم (منگول) والے تقریباً آدھے

زیادہ عمر کے بچوں میں رفتہ رفتہ سفید موتیا ہوتا ہے۔

آنکھ کی ادویات کے بارے میں انتباہ:

صرف جدید ادویات استعمال کریں یا گھریلو علاج کریں جن کے بارے میں آپ کو یقین ہو کہ آنکھوں کو نقصان نہیں پہنچا سکتی۔

کوریوک سٹیرائڈ آنکھ کا مرہم ایسی جدید دوا ہے جس کو زیادہ استعمال نہیں کرنا چاہئے اور اگر استعمال کرنی ہو تو بہت احتیاط کے ساتھ کرنی چاہئے۔ بعض ڈاکٹر اور ریلتھ ورکر  
آنکھ کے تقریباً ہر قسم کی خارش کیلئے یہ تجویز کرتے ہیں یہ ایک خطرناک غلطی ہے۔ اگر خارش کی وجہ چھوٹے جراثیم (وائرس) ہیں تو یہ مرہم انفیکشن کو مزید خراب کر سکتا ہے اور

آنکھ کو نقصان یا اندھاپن ہو سکتا ہے۔

(نوٹ) سوزش قزحیہ سے ہونے والے اندھے پن کو روکنے کے لئے کورٹیکوسٹیروئڈ قطرے یا مرہم اہم دوا ہے (جوڑوں  
کی سوزش اور جذام دیکھیں) لیکن پہلے فلوریسیس کے ساتھ ٹیسٹ کریں تاکہ اس بات کا اطمینان کیا جائے کہ  
وائرس (جراثیم) کا انفیکشن تو نہیں ہے۔ ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔





آکھ کے مسائل کے لئے بعض گمریلو علاج محفوظ اور موثر ہیں مثلاً سیکسیکو میں جب دیہاتوں کی آکھ میں گندک چھوٹا گلزار یا ریت ج ایک مفید گمریلو علاج

خاص قسم کا گیلا ج پونے کے پچر رکھ لیتے ہیں۔ اس ہموار ج کی سطح پر چیزیں آسانی سے چپک سکتی ہیں اور گندیا

ریت اس کے ساتھ چپک جاتی ہے پھر وہ ج کو نکال لیتے ہیں یہ ایک محفوظ گمریلو علاج ہے۔

بعض گمریلو علاج خطرناک ہوتے ہیں۔ بعض دیہاتی دھندلی نظر کے علاج کیلئے آکھ کے ارد گرد انسانی پاخانہ یا خانہ لگانا، ایک لگاتے ہیں یہ غیر محفوظ ہوتا ہے اور اس سے کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ اس سے خطرناک انفیکشن ہو سکتا ہے لیوں کارس، خطرناک گمریلو

پیشاب یا کس مرہم آکھ میں لگانا بھی خطرناک ہوتا ہے۔



علاج

### اندھے بچے کا مستقبل کیا ہے؟

خاندان اور معاشرے کی مدد اور حوصلہ افزائی سے اندھے بچے میں دوسرے بچوں کی طرح ابتدائی صلاحیتوں کی نشوونما تیز ہو سکتی ہے۔ وہ بغیر کسی مدد کے کھانا کھانا، نہانا، کپڑے پہننا، اپنی دیکھ بھال کرنا اور گھر اور گاؤں میں اپنا راستہ تلاش کرنا سیکھ سکتا ہے۔ اگرچہ وہ اچھی طرح نہیں دیکھ سکتا۔ اس میں سننے اور سونگھنے کی حس کو استعمال کرنے کی غیر معمولی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے۔ اگر اس کو سب کچھ نظر آتا ہو تو اپنی جینائی کو بہترین طریقے سے استعمال میں لانے میں اس کی مدد کی جاسکتی ہے۔ وہ سکول جاسکتا ہے اور اس کو سکول جانا چاہئے اگرچہ وہ عام لکھائی نہ پڑھ سکتا ہو لیکن وہ اپنے حافظے کو تیز کر سکتا ہے۔

بڑا ہونے کے بعد وہ کسان یا ہنرمند بن سکتا ہے اور اگر اس کے پاس تربیت کے مواقع ہوں تو وہ ہنر کی بے شمار اقسام میں سے کوئی بھی سیکھ سکتا ہے۔ اگر اندھے افراد کو صحیح موقع دیا جائے تو وہ معاشرے میں فعال حصہ لے سکتے ہیں اور خوش اور بھرپور زندگی گزار سکتے ہیں۔ کئی ممالک میں زیادہ خود انحصار بننے اور معاشرے میں اپنے جائز مقام کے لئے جدوجہد میں اندھے افراد معذور لوگوں کے رہنما رہے ہیں۔

بد قسمتی سے اندھے بچوں کو تیز یا ان کی صلاحیت کے مطابق نشوونما کا موقع نہیں دیا جاتا۔ بعض ممالک میں اندھا پیدا ہونے والے بچوں سے آدھے سے زیادہ پانچ سال کی عمر سے پہلے بھوک یا نظر اندازی کی وجہ سے مر جاتے ہیں۔ اگلے صفحے پر اندھے بچوں کی دو کہانیاں ہیں جن سے آپ کو خاندان اور معاشرے کی مدد اور ہمدردی سے بڑے والے فرق کا احساس ہوگا۔

### شانتی:

شانتی ایک چھوٹی اندھی لڑکی ہے جو بھارت کے ایک گاؤں میں پیدا ہوئی تھی۔ جب اس کے والدین اور دادا دادی کو یہ پتہ چلا کہ وہ اندھی ہے تو انہوں نے یہ بات گاؤں والوں سے چھپانے کی کوشش کی۔ ان کا خیال تھا کہ اندھا پن خاندان کے کسی گناہ کی سزا کے طور پر ہوتا ہے اور لوگ ان سے نفرت کریں گے۔ شانتی کے والدین چھپ کر اس کو ایک یتیم خانے میں لے جا کر چھوڑ آئے۔

اس سے پہلے یتیم خانے میں کسی نے بھی اندھے بچے کا خیال نہیں رکھا تھا اور ان کو یہ معلوم نہیں تھا کہ کیا کریں۔ وہاں پر دیکھ بھال کے محتاج آنے زیادہ بچے تھے کہ اس کے لئے وقت نہیں بچتا تھا۔

شانتی کو صرف زندہ رکھا گیا۔ کوئی اس سے پیار سے بات نہیں کرتا تھا اور اس کو گلے نہیں لگاتا تھا۔ اس کی اندھی آنکھوں کی وجہ سے زسبیں کھینچی تھیں کہ وہ اپنے ارد گرد چیزوں کو



بچکان یا بچھ نہیں سکتی۔ دوسرے بچے جب کسی چیز کو دیکھ کر اس تک پہنچنے کی کوشش کرتے اور پھر وہ جو چیز چاہتے ہیں اس کے پاس گھنٹوں کے بل چلے جاتے لیکن شائق اپنے

بستر پر خاموشی سے لیٹی رہتی۔

لوگ اس اندھی بچی کے ساتھ عادی ہو گئے۔ جب ضرورت ہوتی تو اس کو اٹھایا جاتا، خوراک دی جاتی اور صاف کیا جاتا۔ وہ اس کو بولنے کے ذریعے کھلانے یا خوراک اس کے  
مذ میں غلوس دیتے لیکن کسی نے اس کو یہ سکھانے کی کوشش نہیں کی کہ کس طرح کھانا کھائے یا کس طرح چلے اور بات کرے۔

بڑی ہونے کے بعد شائق اپنا زیادہ وقت میز صیوں پر بیٹھ کر اپنی آنکھیں کھرج کر اور اپنے آپ کو جھلا کر گزارتی۔ وہ کبھی بھی  
کوئی بات نہیں کرتی اور جب اس کو بھوک لگتی تو رونے لگتی۔ دوسرے بچے اس کی مردہ آنکھوں سے ڈرتے ہوئے اس سے دور رہتے۔ ہر  
کسی کا خیال تھا کہ وہ ذہنی طور پر معذور ہے اور اس کے لئے کچھ نہیں کیا جاسکتا۔



وقت گزرنے کے ساتھ شائق نے چلنا اور بولنا شروع کر دیا لیکن اس کے چہرے سے اداسی اور خاموشی غائب نہ ہو سکی۔ اب  
سات سال کی عمر میں وہ بعض حوالوں سے دو سال کی نظر آتی ہے اور بعض حوالوں سے وہ بچی نظر نہیں آتی۔ ہم اس کے مستقبل کا صرف  
اندازہ لگا سکتے ہیں۔

#### دانی:

رانی بھارت کے ایک گاؤں میں پیدا ہونے والی دوسری اندھی لڑکی ہے۔ شائق کے خاندان کی طرح جب اس کے والدین کو معلوم ہوا کہ وہ اندھی ہے تو وہ مگر مند ہوئے کہ  
گاؤں والے کیا کہیں گے۔ لیکن بچی کی دادی جو پانچ سال قبل آہستہ آہستہ اپنی بیٹی کی کھوپکی تھی لے کہا: "میرے خیال میں ہمیں بچی کیلئے وہ سب کچھ کرنا چاہئے جو ہم کر سکتے ہیں۔ مجھے  
دیکھو میں بھی اب اندھی ہوں لیکن میرے جذبات اور ضروریات اب بھی وہی ہیں جو اس وقت تھیں جب میں دیکھ سکتی تھی اور اب بھی زیادہ تر کام کر سکتی ہوں میں اب بھی کنویں سے پانی  
لائی ہوں۔ چاول چنتی ہوں اور بکریوں کا دودھ دھوتی ہوں۔"

"لیکن آپ نے یہ سارے کام اندھی ہونے سے پہلے کیسے لئے تھے" اس کے والد نے جواب دیا۔ "ایک اندھی بچی کیسے سیکھ سکتی ہے؟"

"سیکھنے میں ہمیں اس کی مدد کرنی چاہئے" دادی نے کہا "جیسے میں نے چھوٹے اور آواز سے سیکھا ہے اس طرح رانی کو بھی سیکھنا چاہئے۔ چونکہ مجھے پتہ ہے اس لئے میں  
سکھانے میں مدد کروں گی۔ لیکن ہم ایسا نہ کر کے بھی مشورہ کر سکتے ہیں۔"

گاؤں کی ہیلتھ ورکر اگلے دن آگئی اس کو اندھے پن کے بارے میں زیادہ معلوم نہیں تھا لیکن وہ بچے کی ابتدائی نشوونما کے بارے میں تھوڑا بہت جانتی تھی۔ اس نے مشورہ دیا  
کہ بیٹی کی کچی پوری کرنے کے لئے اس کو سننے، چیزیں محسوس کرنے اور سونگھنے میں بہت ترغیب دی جائے۔ اس نے کہا "اور اس کے ساتھ زیادہ باتیں کرو۔"

خاندان نے اس کے مشورے پر عمل کیا۔ وہ رانی کے ہاتھوں میں ہر قسم کی چیزیں رکھتے اور اس کو بتاتے کہ وہ کیا ہیں؟ انہوں نے اس کو گھنٹیاں، بولنگ اور تیز آوازیں نکالنے  
والی دوسری اشیاء دیں۔ دادی ماں خاص طور پر رانی کو ہر جگہ اپنے ساتھ لے جاتی اور اس کو ہر چیز محسوس کرواتی اور سنواتی۔ وہ اس کے ساتھ کھاتی اور اس کو گانے سناتی۔ دو سال کی عمر میں  
دادی نے اسکو اپنی طرح دیواروں کو محسوس کر کے چلنا سکھایا۔ تین سال کی عمر تک رانی غسل خانے اور کنویں تک اپنا راستہ تلاش کر لیتی تھی۔ جب وہ چار سال کی ہوئی تو ہیلتھ ورکر نے  
ہمسایوں سے بات کی اور ان کے بچوں کو اندھوں کے متعلق کچھ سہرا گریاں سکھائیں۔ چند بچے رانی کے دوست بن گئے اور اس کے ساتھ کھیلتے تھے۔ بعض اوقات وہ سب اپنی آنکھیں باندھ  
کر کوئی چیز تلاش کرتے یا مختلف چیزوں کے بارے میں علیحدہ علیحدہ بتاتے۔ ان کھیلوں میں عموماً رانی جیت جاتی۔



جب وہ چھ سال کی ہوئی تو رانی نے سکول جانا شروع کیا۔ ہمسایہ بچے روزانہ اس کو لینے کیلئے آتے جب گاؤں کے لوگ ان سب کو  
ایک ساتھ چلنے ہوئے دیکھتے تو ان کے لئے یہ بتانا مشکل ہوتا کہ ان میں اندھا کون ہے؟



## ابتدائی توجیب:

جیسا کہ رانی کی دادی کو احساس تھا، ایک اندھے بچے کی ضروریات بھی دوسری بچوں جیسی ہوتی ہیں۔ اس کو رسم کی نہیں بلکہ شفقت کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس کو خاندان کے دوسرے افراد اور دوسری چیزوں کے بارے میں جاننے میں خاندان کے سارے افراد اس کی مدد کر سکتے ہیں۔



بچوں اور آواز کے ذریعے اس کو اپنے اور دوسرے لوگوں کے چہرے کا موازنہ کرائیں تاکہ وہ مختلف لوگوں کو پہچاننا شروع کرے۔

یہ ای کامن ہے۔



بچے کی سب سے پہلے کھینچنے کی چیز اس کا اپنا جسم ہوتا ہے چونکہ وہ اپنے ہاتھوں اور پوروں کو حرکت کرتے ہوئے نہیں دیکھ سکتا اس لئے ان کو محسوس کرنے، چھونے، چھپکنے، سونگے اور تلاش کرنے میں آپ اس کی مدد کر سکتے ہیں۔

یہ بچے کا حق ہے۔

بچے میں ابتدائی صلاحیتوں کی نشوونما کی سرگرمیاں باب 35 میں بتائی گئی ہیں۔ ان میں سے زیادہ تر سرگرمیاں اندھے بچے کیلئے مفید ہو سکتی ہیں لیکن چونکہ وہ دیکھ نہیں سکتا اسے دوسری چیزوں میں زیادہ توجیب کی ضرورت ہوگی۔ خصوصاً آواز اور چھونا اور چیزوں تک پہنچنا اور حرکت کرنا۔ ایسے کھلونے استعمال کریں جن کی شکلیں مختلف ہوں جو چھونے میں مختلف محسوس ہوتے ہوں اور مختلف آوازیں پیدا کرتے ہوں۔

بچے کی نشوونما کے ہر مرحلے پر اس کی توجہ آواز پیدا کرنے والے کھلونوں کی جانب مبذول کرائیں اسے ان چیزوں تک پہنچنے اور ان کی طرف بڑھنے کی توجیب دیں۔ اچھی ہنسی اپنا جھنجھٹا تلاش کرو۔



جب وہ کوشش یا بہر کرے تو اس کی تعریف کریں۔



شروع میں کھلونے بچے کے ہاتھ میں دیں یا اس کا ہاتھ ان تک لے جانے میں اس کی راہنمائی کریں یا مختلف چیزیں اس کے قریب لٹکائیں تاکہ جب وہ بٹلے تو اس کے ہاتھ ان کو چھویں۔

خصوصی سرگرمیوں کے ساتھ ساتھ اس بات کو یقینی بنائیں کہ بچہ دن کا زیادہ تر حصہ ایسی صورتحال میں گزارے جہاں وہ مختلف لوگوں اور چیزوں کے بارے میں سیکھتا رہے۔ ہر کام کرتے وقت اس کے ساتھ بات کریں، اس کو چیزوں کے نام بتائیں اور وضاحت کرتے جائیں کہ وہ اور آپ کیا کر رہے ہیں؟ شروع میں وہ سمجھ نہیں سکے گا لیکن آپ کی آواز سے وہ سمجھ جائے گا کہ آپ قریب ہیں۔ الفاظ اور چیزوں کے نام سننے سے وہ زبان کی مہارت سیکھنے کے لئے تیار ہوگا۔



گھر کا کام کرتے وقت بچے سے بچے کو گانا سنائیں اور اس کی حوصلہ افزائی کریں کہ یہ کبھی ہے مومن بیگائے ہے موسیقی کے ساتھ حرکت کرے۔ اندھے بچے کو اپنی موسیقی بنانے میں بھی حوصلہ افزائی کریں۔

بچے کو اکثر باہر لے جائیں، بازار، دریا یا جانوروں کی جگہ پر، گاؤں کی مختلف جگہوں پر اس کو



میں فرش صاف کر رہی ہوں کیا تم جائزہ کی آواز سن رہی

مختلف چیزیں دکھائیں اور ان کی وضاحت کریں اور بتائیں کہ کوئی چیزیں مختلف آوازیں نکالتی ہیں۔



ایک اندھے بچے کے لئے پیدا کئی کے بعد پہلے مہینوں میں، خصوصی مدد اور ترقیب شروع کرنا ضروری ہے۔ اس کے بغیر بچہ اپنی نشوونما میں بہت پیچھے رہ جائے گا۔ وہ خاموش ہو سکتا ہے۔ زیادہ کام نہیں کری گا اور حرکت کرنے سے گھبرائے گا۔ اس لئے اس کا خاندان اس سے زیادہ توقعات نہیں رکھنا یا سیکھنے کے زیادہ مواقع فراہم نہیں کرتا۔ نتیجتاً وہ مزید پیچھے رہ جاتا ہے۔

البتہ اگر اندھے بچے کو ابتدائی عمر سے ہی ترقیب اور مدد ملے تو وہ دیکھنے والے بچے کی طرح کی صلاحیتیں تیزی سے پیدا کرے گا۔ اس طرح خاندان اس سے زیادہ توقعات رکھتا ہے اور اس کو اپنے کاموں میں زیادہ شامل کرتا ہے۔ نتیجتاً وہ اپنے ہم عمر بچوں جتنی تیزی کے ساتھ نشوونما کرتا ہے۔ وہ غالباً انہی کی عمر میں سکول بھی جاسکتا ہے۔

### اندھے بچے کو حرکت کو سیکھنے میں مدد دینا:

ایک اندھا بچہ عموماً حرکت کرنے میں سست ہوتا ہے اور اس کو اضافی مدد اور حوصلہ افزائی کی ضرورت ہوگی۔ باب 35 میں رنگینے، گھنٹوں کے بل پلنے، کھڑا ہونے اور پلنے کے متعلق کچھ سرگرمیاں مفید ہوں گے۔ یہاں کچھ اور تجاویز دی گئی ہیں۔

جب بچہ گھنٹوں کے بل چلنا شروع کرتا ہے تو آپ کھلونے اور دوسری دلچسپ اشیاء مختلف لیکن جب بچہ چلنا شروع کرے تو چیزوں کو اپنی جگہ پر رکھنے کی کوشش کریں تاکہ غیر متوقع جگہوں پر رکھ سکتے ہیں۔ جہاں وہ اس کو دھونڈ سکے اس سے چیزیں دریافت اور تلاش طور پر چیزوں سے ڈنگرائے اور پلنے ہوئے اس میں زیادہ امداد آئے اگر آپ کسی چیز کی کرنے میں اس کی حوصلہ افزائی ہوگی۔



جگہ تبدیل کرتے ہیں تو اس کو بتائیں کہ وہ کہاں پر



بچے کے ساتھ ایسے کھیل اور ورزشیں کریں کہ جن سے وہ حرکت کرنے اور اپنے جسم کو استعمال کرنے میں زیادہ پراعتماد ہو۔

ایک عام صحت مند بچے کی طرح اس کی حوصلہ افزائی کریں کہ مختلف کام کرے۔ اپنے آپ کو فخری کرنے سے اس کی حفاظت کریں لیکن ضرورت سے زیادہ حفاظت مت کریں۔ یاد رکھیں کہ تمام بچے چلنا سیکھتے ہوئے بعض اوقات گرتے ہیں۔ ایک اندھا بچہ ان سے مختلف نہیں ہوتا۔

دیواروں پر ہاتھ لگا کر بچے کو اپنا راستہ تلاش کرنے میں مدد دیں۔







اگر بچہ بغیر کسی مدد کے چلنا شروع نہیں کرتا ہے تو اس کو ایک سادہ ڈاگر یا کرسی سے شروع کروائیں۔  
اگر وہ تیار نہ ہو تو اندھے بچے کو اکیلے چلنے پر مجبور نہ کریں۔ پہلے چند قدم لیکن پھر اعتماد کے ساتھ



بچہ راستے کے کنارے کو اپنے بیروں سے محسوس کر سکتا ہے اور پودے اور دوسری چیزیں اپنے ہاتھوں سے محسوس کرنا سیکھ سکتا ہے۔

### اندھے بچے کا ہاتھ پکڑنے بغیر اس کو اپنا راستہ تلاش کرنے میں مدد دینا:

گھر کے باہر ایک اندھا بچہ اکثر آپ کا ہاتھ پکڑے گا اور قدم اٹھانے یا اکیلے اپنا راستہ تلاش کرنے میں ہو سکتا ہے اس کو ڈرگے۔ اکیلے چلنا شروع کرنے میں اس کی مدد کرنے کے لئے پہلا اس کا ہاتھ پکڑ کر اس جگہ پر لے جائیں، جہاں آپ چاہتے ہیں کہ وہ چلے۔ راستے میں اس کو ساری نشانیاں (کھمبے، درخت، بھاڑیاں، مکانات) دکھائیں اور محسوس کرائیں۔

بچے کی راہنمائی کرنے کے لئے ایک انگلی اس کو پکڑائیں اور اس طرف چلیں اور چلنے وقت اس سے بات کریں۔ جب اس طرح وہ آرام دہ محسوس کرے تو اس کے پیچھے چلنا سے ایک قدم آگے چلیں۔

کیا تمہیں یاد ہے کہ یہاں ہم کس چیز کی پاس سے گزرتے ہیں۔ آگے بڑھو، میں یہاں ہوں۔ تم ٹھیک کہتے ہو تمہارا حافظہ بہت اچھا ہے۔

مجھے یہ جگہ یاد ہے۔  
یہ وہ جگہ ہے جہاں  
راستے میں پتھر  
پڑے ہیں۔



رفتہ رفتہ اپنی ضرورت کم کرائیں۔ کم باتیں کریں اور اس کو خود سے دور جانے دیں۔ آخر کار سارے راستے پر اس کو اکیلے جانے دیں۔ کم فاصلے پر اس کو چلانے سے شروع کریں۔ پھر مزید موڑوں اور دوسری یاد رکھنی والی چیزوں کے ساتھ آگے بڑھیں۔

جب بچہ اس مرحلے تک پہنچ جائے گا تو اس کو یہ خوشی ہوگی کہ وہ کچھ مسائل اکیلے حل کر سکتا ہے۔ وہ نئی چیزیں سیکھنے، دوسری مشکلات کا سامنا کرنے اور نئی جگہیں دریافت کرنے کے لئے تیار ہوگا۔

بچے کو اپنے بیروں سے دیکھنا اپنے راستے میں غیر متوقع چیزوں کے لئے بعض اوقات بچہ کرے گا۔ اس کو نرم جگہ پر گرنے کی مشق تیار رہنا سیکھنے کی ضرورت ہے اس کے ساتھ کھیل کھیلیں۔ اس کو بتائیں کہ کرائیں۔ اس کو سکھائیں کہ گرتے وقت اپنے ہاتھ آگے محسوس کرنے میں مدد دیں۔ مشق کرنے کے بعد وہ آپ نے اس کے راستے میں کچھ چیزیں رکھی ہیں۔ دیکھیں کہ وہ بغیر گرنے یا پھلے ان سے گزر سکتا ہے یا نہیں۔



آواز سے چیزوں کا  
فاصلہ بتا سکتے گا۔



اس طرح انکے زخمی ہونے کا  
امکان کم ہوگا۔





## چھڑی کا استعمال سیکھنا:

لمبی چھڑی استعمال کرنے سے بچے کو اپنا راستہ تلاش کرنے اور زیادہ اعتماد حاصل کرنے میں مدد ملے گی، خصوصاً ان بچہوں میں، جن سے وہ واقف نہ ہو۔ مشق کرنے سے صحیح طرح، تیز، لمبے، یقینی قدموں سے چلنے میں بھی مدد مل سکتی ہے۔ یہ اس لئے ہوتا ہے کیونکہ وہ اپنے پیروں کی نسبت چھڑی کی مدد سے بہت آگے تک محسوس کر سکتا ہے بچے کو چھڑی کا استعمال سکھانا شروع کرنے کی بہترین عمر غالباً چھ یا سات سال ہے۔

چھڑی پتلی اور ہلکی ہونی چاہئے اور اتنی لمبی ہو کہ سب سے پہلے بچے کو چھڑی دیکر یہ مدایت دیں کہ چلنے وقت اپنے سامنے زمین کو آہستہ سے چھوئے۔ اس کا بازو سیدھا ہونا بچے کی کمر اور کندھوں کے درمیان تک آسکے چاہئے۔ اس کو اپنا راستہ تلاش کرنے دیں اور اس کے ساتھ کھیل کھیلیں۔ لیکن اس کو جلد بازی پر مجبور نہ کریں۔ اس کے چھلکنے سے چھڑی کا اوپر والا سر اٹھارہ یا سیدھا ہو سکتا ہے۔



قدم اٹھانے میں اس کی حوصلہ افزائی کریں۔ اس سے کہیں کہ چھڑی کو ایک جانب سے دوسری جانب گھمائے اور دیکھے کہ اگر وہ اپنے راستے میں چیزوں کو معلوم کر سکتا ہے۔



## وقت کے ساتھ وہ چھڑی کا بہتر استعمال سیکھ سکتا ہے۔

چھڑی کو دونوں جانب گھماتے ہوئے زمین کو ہلکا چھوئے، چھڑی گھمانے کی چوڑائی اس کے کندھوں کی چوڑائی سی تھوڑی زیادہ ہونی چاہئے جب چھڑی ایک طرف کو چھوئے تو دوسری طرف پیر کو آگے بڑھائے۔

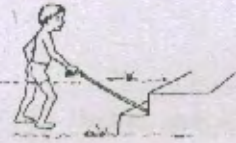


تک راستے یا غیر ہموار زمین پر کوئی اور شخص بچے کی چھڑی پکڑ کر اس کی راہنمائی کر سکتا ہے۔ یا بچہ اس شخص کی کہنی یا کلائی پکڑ سکتا ہے۔ خیال کرو یہاں ایک بڑا پتھر ہے۔



بچے کو پہلے بڑھتیوں کی اونچائی معلوم کر کے پھر ان پر

پہنٹ میں لگ سکتی ہے۔



صحیح



چڑھنا سیکھنا چاہئے۔ بڑھتیوں پر چڑھتے وقت چھڑی کو اس طرح پکڑنا بہتر ہے تاکہ ہر بڑھتی کی حالت معلوم ہو سکے۔

بعض اوقات راہنمائی کے لئے ہانڈھی مٹی رسی سے بچے

کو اپنا راستہ تلاش کرنے میں مدد ملتی ہے۔



بچے کو سیکھائیں کہ جس راستے یا روڈ پر گاڑیاں یا دوسری ٹریک گذرتی ہو تو اس کو پار کرنے سے پہلے احتیاط سے سنئے۔

روڈ یا راستے کے کنارے کھبے لگانے سے بچے کو اپنا راستہ معلوم کرنے یا سڑنے کی جگہ معلوم کرنے میں آسانی ہوگی۔



لیکن جب بھی ممکن ہو تو اس کو سکھائیں کہ پہلے سے موجود نشانات کو استعمال کرتے ہوئے اپنا راستہ تلاش کریں۔



## ہاتھوں کا استعمال اور ہنر سیکھنے میں اللہ سے بچے کی مدد کرنا:

جو بچہ اچھی طرح نہیں دیکھ سکتا ہر طرح کے کام کرنے میں اس کی مدد کرنی چاہئے، بشمول اپنی دیکھ بھال کے، کھانا، کپڑے پہننا، تہانا اور پانخانہ کرنا ہاب 36 سے 39 تک

میں یہ صلاحیتیں سیکھنے کے بارے میں آرام موجود ہیں۔

ابتداء میں آپ بچے کے ہاتھوں کی راہنمائی کر کے اس کو پلیٹ پر مختلف خوراکیں ڈھونڈنے میں بچے کی مدد کرنے کے لئے ہمیشہ ان کو ایک ہی جگہ پر رکھنے کی کوشش کریں جب بچہ بڑا ہو جائے اور وقت بتانا سیکھ لے تو اس سے کہیں کہ پلیٹ یا پیالے کو گھڑی کی طرح سمجھئے۔ اس کو بتائیں کہ کوئی خوراک کس وقت پر پڑی ہوئی ہے۔ یہاں پر پانی کا گلاس دو بجے پر پڑا ہے اس کو ہمیشہ دو بجے پر رکھیں۔



بچے کو یہ سیکھنے میں مددیں کہ وہ گلاس، کپ، بوتلیں اور دوسری ایسی چیزیں جو بچے کو اپنی انگلیوں سے مختلف شکلیں، سائز گرائی یا توڑی جاسکتی ہیں ایک جگہ پر رکھے۔ اس کو یہ سکھائیں کہ وہ چیزوں اور چیزوں کو محسوس کرنا سکھائیں۔ بچے کو سکھائیں جن سے وہ ڈھی ہو سکتا ہے۔ مثلاً آگ، گرم برتن، کی جگہ یاد رکھے اور ان کو کرانے بغیر ان تک کیسے پہنچے۔ ہاتھ کا پچھلا حصہ کھیلنے کے لئے ایسے کھلونے اور معے تیز چھریاں، کتے اور گدھے جو کٹ یا لات مار سکتے ہیں، لگانے سے چیزیں کم چمکتی ہیں۔ (اس کے لئے مشق کی ضرورت ہوگی اور دیں کہ وہ مختلف نگوں کو ایک خاص ترتیب دریا۔ اسکو صرف منع نہ کریں بلکہ اس کو خطرے کے بارے میں بتائیں۔

حادثے بھی ہوں گے لیکن سیکھنے کا یہ واحد طریقہ ہے بے ترتیبی سے بچنے کے یا شکل میں لگانا سیکھئے۔

لئے بچے کو ہر چیز مت پکڑائیں یا اس کے لئے ہر کام مت کریں، بے ترتیبی پیدا کرنے سیکھنے کے عمل کا حصہ ہے۔



**احتیاط: خطرناک چیزیں بچوں کی پہنچ سے دور رکھیں یا ان کے ارد گرد بازا لگائیں اور بچہ کی حفاظت کے لئے احتیاطی تدابیر اختیار کریں، خصوصاً اس وقت تک جب وہ احتیاط کرنا سیکھ لے۔**

بچے کو مواقع فراہم کریں کہ وہ گھر میں مختلف طریقوں سے مدد کرنا شروع کرے اس سے اس رانی کی ماں اس کے ہاتھ کی راہنمائی کر کے اور ہر قدم کے بارے میں بتا کر اس کو کھانا پکانا سکھاری ہے۔

اب اسکو تھماؤ  
اچھی لڑکی



کی صلاحیتوں میں اضافہ ہوگا اور اس میں یہ احساس پیدا ہوگا کہ وہ خاندان کی زندگی اور سرگرمیوں کا حصہ ہے۔  
عبدال اپنے چھوٹے بھائی کو جھولا جھلا رہا ہے۔





جب بچہ بڑی چیزوں کو اچھی طرح استعمال کرنا سکھے لے تو اس کو چھوٹی چیزوں کا استعمال سکھائیں۔

اگر کوئی شخص بچے کو کچھ کھانے کے لئے وقت دے تو وہ گھر اور گاؤں میں بہت سے کام کرنا شروع کر سکتا ہے۔



چنائی، درمی، کپڑے اور ٹوکریاں بنا ایسے کام ہیں جو کہ اندھے بچے بہت اچھی طرح کر سکتے ہیں اور ہنرمندی سے ہاتھوں کے استعمال میں بھی مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

مثلاً وہ چاول چلنے میں اپنی بہن کی مدد کر سکتا ہے۔



شاہاش اتم ان کو میری طرح صاف کرتے۔

ایسے کھیل اور کھلونے بھی تلاش کریں جن میں بچے اپنی انگلیوں کی مدد سے چھوٹی شے لیں اور ان کی تفصیلات محسوس کر سکے۔

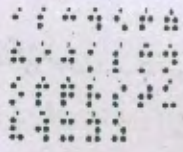


مثلاً آپ کلزی سے پانے اور ڈومینو بنا سکتے ہیں۔ نقطوں کے لئے گول سروں کے کیل لکڑی میں لگائے جاسکتے ہیں تاکہ وہ ان کو محسوس کر سکے۔ یا کلزی میں سوراخ کئے جاسکتے ہیں۔ بچہ اپنی انگلیوں کے پوروں سے نقطوں کو محسوس کرنا سکھے سکتا ہے۔ ساتھ ہی وہ گنتی اور اعداد کا استعمال بھی سکھنا شروع کر دے گا۔

آپ بڑے پانے اور ڈومینو سے شروع کر سکتے ہیں اور جب وہ اپنی انگلیوں سے اچھی طرح محسوس کرنا شروع کر دے تو چھوٹے استعمال کریں۔ یہ کئی اقسام کے عمدہ کام کرنے کے لئے اچھی تیاری ہوگی اور شاید بریل پڑھنے میں بھی آسانی فراہم کرے۔

## سکول:

بریل کے حروف



انہ سے بچوں کو سکول پانے کا وہی موقع ملنا چاہئے جو دوسرے بچوں کو ملتا ہے۔ اندھے بچوں کی سرگرمیوں میں ان طریقوں کا ذکر کیا گیا ہے جن سے دماغ کے دوسرے بچے سکول جانے، کلاس روم اور پڑھائی میں اندھے بچے کی مدد کر سکتے ہیں۔



لوئیس بریل نے نقطوں کے یہ حروف چودہ سال کی عمر میں ایجاد کئے، سٹائکس نامی اوزار کی مدد سے ان نقطوں کو موٹے کاغذ پر مخالف جانب سے لگایا جاتا ہے۔

کئی ممالک میں خصوصی سکول ہوتے ہیں جن میں اندھے بچوں کو بریل پڑھنا اور لکھنا سکھایا جاتا ہے۔ بریل ابھرے ہوئے نقطوں کا ایک نظام ہے جو مختلف حروف کے لئے استعمال ہوتے ہیں اور ان کو انگلیوں کے پوروں سے پڑھا جاسکتا ہے۔ اس کو بہت سال پہلے لوئیس بریل نامی ایک اندھے فرانسیسی لڑکے نے ایجاد کیا تھا۔

زیادہ تر دیہاتی بچے سکول میں بریل نہیں سیکھتے لیکن سکول میں وہ کئی دوسرے طریقوں سے سیکھ سکتے ہیں۔

سبق سے اہم نکات اکٹھا کرنے اور ان کا تجزیہ کرنے کے لئے سکول جانے والے دیہاتی اندھے بچوں کے لئے چھوٹا شیپ ریکارڈر بہت مفید ہوتا ہے۔ خاندان کو چاہئے کہ ایک شیپ ریکارڈ خریدنے کے لئے پیسے بچا کر رکھے۔ یا سکول کے بچے ایک شیپ ریکارڈ خریدنے کے لئے پیسے جمع کر سکتے ہیں یا لائبریری کروا سکتے ہیں۔ دوسرے بچے سکول کی کتابوں سے سبق اور دوسری کتابوں سے کہانیاں اور معلومات ریکارڈ کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔

اہم: پڑھائی جاری رکھنے کے لئے اندھے بچے کو مدد کی ضرورت ہوگی۔ سکول میں کوئی دوسرا بچہ اس کی کتاب سے پڑھ کر اس کو سننا سکتا ہے۔ سکول کے بعد بھی بچے کو اضافی مدد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ بڑا بیہوش یا بہن یا سکول کا کوئی اور بچہ اس کو گھر میں پڑھا سکتا ہے۔



یاد رکھیں کہ اکثر اندھے بچوں میں کچھ مفید نظر ہوتی ہے بچے کی حوصلہ افزائی کریں کہ جتنی بھی پیمائی اس کے پاس ہے اس کا استعمال کرے۔ اگر وہ سیاہ تختے پر بڑے حروف دیکھ سکتا ہے تو بڑا اور واضح لکھیں اور اس کو آگے دھائیں۔ روشنی اچھی ہونی چاہئے اور ہلکے سیاہ تختے پر گہرے حروف واضح نظر آنے چاہئیں۔

بچے کو حروف کی شکلیں محسوس کرنے میں مدد دینے کے لئے آپ حروف کو ان میں سے ایک طریقہ سے بنا سکتے ہیں۔

اگر بچہ دیکھ سکے تو حروف کو بڑا لکھیں گزری یا گتے پر سی لگا کر  
 سفید کاغذ اور گہری سیاہی استعمال کریں۔  
 گتے سے حروف کاٹ کر موٹے پلاسٹک یا کچی مٹی میں حرف بنا کر  
 کاغذ پر لگانا



کریں۔

سکول میں حروف لکھنا اور محسوس کرنا سیکھنے کے لئے کچی مٹی یا باہر بچے کچھ ریت یا کچی مٹی میں لکھنا سیکھ سکتے ہیں۔ تختے کے سوراخوں میں تار گزارے گئے ہیں کچھ سے بھرا تو استعمال کیا جاسکتا ہے۔



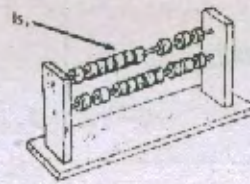
کاغذ پر دھاگے کی لکیریں  
 کھینچ سکتے ہیں یا زیادہ  
 گہری لکیریں کھینچیں۔



ہے۔

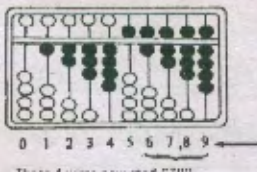
جب بچہ اعداد کے ساتھ زیادہ مہارت حاصل کر لے تو پھر وہ انیکس نام کا خصوصی گنتی کا فریم استعمال کر سکتا ہے۔ جس میں دھاگے میں گول دانے لگے ہوتے ہیں اعداد بنانے کے لئے گول دانوں کو اوپر یا نیچے ہلایا جاتا ہے۔ مشق کے ساتھ ایک اندھا بچہ انیکس پر جمع یا تفریق اتنی ہی تیزی کے ساتھ کر سکتا ہے جتنی تیزی سے ایک عام بچہ کاغذ پر کرتا ہے۔

بچے کو گنتی سکھانے کے لئے آپ گنتی کا ایک سادہ فریم بنا سکتے ہیں۔ گنتی جمع یا تفریق کرنے کے لئے بچہ دانوں یا دائروں کو ایک جانب سے دوسری جانب لے جاسکتا ہے۔



گزری کے گول دانے یا پائس کے دائرے

(سارے دانے ایک رنگ کے ہوتے ہیں یہاں ہم نے کچھ کارنگ کالا کیا ہوا ہے تاکہ گنتی کرنے کا طریقہ واضح کیا جاسکے)  
 ان جگہوں پر موجود دانے ان اعداد کو ظاہر کرتے ہیں۔  
 انیکس، ہزار، سینکڑہ، دھائی  
 ان چار تاروں کی گنتی 6789 ہے۔



اس طرح کے کیل یا کھونٹیاں لگے تختے کی مدد سے بچہ محسوس کرنے کے ذریعے اعداد سیکھ سکتا ہے اور چیزوں میں معمولی فرق محسوس کرنے میں بھی مفید ہو سکتا ہے۔





کام:

عمر بڑھنے کے ساتھ ایک اندھا بچہ مختلف قسم کے کام کرنا سیکھ سکتا ہے۔ باب 54 میں مختلف اقسام کے کاموں کی تفصیل دی گئی ہے جو معذور افراد کر سکتے ہیں۔ کے نشان والے کام اکثر اندھے افراد کر سکتے ہیں۔

ایک دیہاتی اندھے بچے کو گھر اور کھیتوں کے کام میں مدد کرنے کے کئی مواقع ملنے چاہئیں۔ ہمیں اندھے بچے کو دعوت دینی چاہئے اور اس سے یہ توقع رکھنی چاہئے کہ روزمرہ کے کام کاج میں اتنی ہی مدد کرے گا جتنا کہ ایک ایسا بچہ کر سکتا ہے جو دیکھ سکتا ہو۔ جو چیزیں شروع میں نقل یا کھیل معلوم ہوتی ہیں آخر میں مفید صلاحیتیں بن جاتی ہیں۔ کھیتی باڑی کرنے والا خاندان اپنے اندھے بچے کو ابتدائی عمر سے اپنے کاموں میں شامل کر سکتا ہے۔

خاندان کی خوراک اگانے کے سارے عمل کو سمجھنے کے لئے بچے کو بچ بونے، ان و پنا، بعد میں پیرا پی ماں یا باپ کے ساتھ کھیتوں میں جا کر ان کی مدد کر سکتا ہے۔ مل سے کھیتوں دینے اور اس کی دیکھ بھال سے شروع کروائیں اور آخر کار اس کو کاٹنے، پکانے اور کھانے میں اس کی مدد کریں۔



میں بنی گھیس لکیروں کو اندھا بچہ اپنے پیروں سے محسوس کر سکتا ہے۔



بچے کو گھر اور کھیتوں کے کام کے ہر پہلو میں شامل کرنے کی کوشش کریں۔ شروع میں ضرورت کے مطابق اس کی رہنمائی کریں اور پھر اپنی مدد کو کم کرتے جائیں کہ جب وہ ماہرہ خود کرنا شروع کر دے۔

### سماجی زندگی:

اندھے بچے کا معاشرہ میں وہ سارے مواقع ملنے چاہئیں جو عام بچوں کو ملتے ہیں اس کو بازار، کتوں، دریا، سکول اور مسجد اپنے ساتھ لے جائیں اور اکیلے بھی بھیجیں۔ آپ جن لوگوں سے ملتے ہیں ان سے اس کا تعارف کروائیں۔ اس کو یقین دلائیں کہ وہ کسی بھی بچے جتنا فعال ہے سوائے اس کے کہ وہ صرف دیکھ نہیں سکتا۔ دوسرے بچوں سے کہیں کہ چونکہ وہ ان کو دیکھ نہیں سکتا اس لئے وہ جب بھی اس کو دیکھے تو اس سے بات ضرور کریں اس کے سوالوں کا جواب دیں اور اگر وہ کچھ تلاش کر رہا ہو تو وہ ڈھونڈنے میں اس کی مدد کریں ان کو بتائیں کہ اس کے لئے سارے کام نہ کریں بلکہ اس کو اپنے کام خود کرنے میں مدد کریں آہستہ آہستہ لوگوں کو احساس ہو جائے گا کہ اندھے بچے میں ان کی توقعات سے زیادہ صلاحیتیں موجود ہیں اور وہ بہت سارے کام خود کر سکتے ہیں وہ اس کی عزت اور حوصلہ افزائی کرنا شروع کریں گے۔

بچے کو جلسوں، فلموں، کھ پتلی تماشوں اور شہری تہواروں میں اپنے ساتھ لے جائیں اور جو کچھ وہ نہیں دیکھ سکتا اس کو بتاتے رہیں۔ جب اندھے بچے بڑے ہو جاتے ہیں تو وہ شادی کے بچے پیدا کر سکتے ہیں وہ بہترین والدین ثابت ہو سکتے ہیں۔

### اندھے پن کی روک تھام:

اندھا پن روکنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ بچوں کو اچھی خوراک کھلانے، صاف اور صحت مند رکھنے کی کوشش کریں۔ حمل کے دوران ماؤں کو بھی طاقتور غذا نہیں کھانی چاہئیں اور ایسی دواؤں سے پرہیز کرنا چاہئے جو بچے کو نقصان پہنچا سکتی ہیں۔ اندھے پن کی کچھ وجوہات کو روکنے کے لئے مخصوص اقدامات کا ذکر پہلے کیا جا چکا ہے۔



### مختصراً بھی مین اندھا پن روکنے کے اقدامات مندرجہ ذیل ہیں:

- ☆ حاملہ عورت کو جرمن خسرہ اور دوسری متعدی بیماریوں والے افراد سے دور رکھیں، غیر محفوظ واؤں سے پرہیز کریں اور کافی مقدار میں کھانے کی کوشش کریں۔
- ☆ پیدائش کے وقت نیز اسمایکلین آنکھوں کے مہم 1% سلورنایٹھریٹ قطروں سے نوزائیدہ بچے کی آنکھوں کی حفاظت کریں۔
- ☆ بچے کو تمام متعدی بیماریوں سے بچنے کے لئے حفاظتی ٹیکے لگوائیں یا قطرے پلوائیں۔
- ☆ بچے کا پناہ دودھ پلائیں اور زیادہ سے زیادہ عرصے تک اپنا دودھ جاری رکھیں۔
- ☆ ماں اور بچے کے لئے اچھی خوراک۔ خصوصاً ایسی خوراک جس میں وٹامن اے کی مقدار زیادہ ہو۔
- ☆ بچوں کو جب اپنا دودھ چھڑایا جاتا ہے تو ان کو پہلے دست کی بیماری اور پھر خشک آنکھوں کی بیماری ہو جاتی ہے اس لئے جب بچہ دوسری چیزیں کھانا شروع کرے تو ایسی چیزیں زیادہ کھلائیں جن میں وٹامن اے کی مقدار زیادہ ہو۔
- ☆ گھر اور بچے کو صاف رکھیں، لیٹرین بنا کر استعمال کریں اور ان کو ڈھانپ کر رکھیں کھینوں سے حفاظت کرنے کی کوشش کریں۔ ہاتھوں کو صابن اور پانی سے دھوئیں خصوصاً کھانے اور لیٹرین استعمال کرنے کے بعد
- ☆ بچے کی آنکھیں صاف رکھیں جب ان میں انفیکشن یا پیپ ہو جائے تو صاف پانی میں نم کئے ہوئے کپڑے سے صاف کرتے رہیں اور ہیاتھ ورکر سے ملیں۔
- ☆ خسرہ والے بچوں کو ایسی خوراک دیں جس میں وٹامن اے کی مقدار زیادہ ہو (یا وٹامن اے کے کپسول) کیونکہ خسرے کے ساتھ خشک آنکھوں کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔
- ☆ نگرے کی علامات والے افراد کا جلدی علاج کریں۔ آنکھ کے مختلف مسائل کے علاج کے لئے ہیاتھ ورکر سے مشورہ کریں۔
- ☆ تیز اور نوکدار چیزیں، گولیاں، دھماکہ نیز مواد اور تیزاب بچوں کی پہنچ سے دور رکھیں اور ان کو ان کے خطرات سے آگاہ کریں۔ مزید بتلیں، ٹین کے ڈبے یا گولیاں آگ میں پھینکنے کے خطرات سے ان کو آگاہ کریں اور آنکھوں کو نقصان پہنچانے والے پودوں کے بارے میں بھی ان کو بتائیں۔ آنکھ کے کسی بھی زخم کا جلدی اچھا علاج کرائیں۔
- ☆ بچوں کو پتھر اور ڈنڈے پھینکنے یا ٹھیلوں سے دوسرے افراد کو مارنے سے منع کریں۔
- ☆ بچوں میں آنکھوں کے مسائل یا بیماریوں میں مشکلات کی ابتدائی علامات دیکھیں۔ دو مہینے کی عمر اور سکول شروع کرنے سے پہلے ان کی نظر کا معائنہ کروائیں۔
- ☆ بچوں کو منظم کریں کہ وہ اپنے چھوٹے بھائیوں اور بہنوں کی نظر کا معائنہ کر سکیں۔
- ☆ سب لوگوں کو یہ سمجھانے کی کوشش کریں کہ بچوں میں اکثر اندھا پن روکا جاسکتا ہے۔ لوگوں کو سکھائیں کہ وہ کیا کر سکتے ہیں۔
- ☆ جو افراد اپنی آنکھوں میں محسوس کرنے کی صلاحیت کھو چکے ہوتے ہیں ان کی آنکھوں کی حفاظت کیلئے خصوصی احتیاطی تدابیر جزام کے بارے میں، باب 26 دیکھیں۔