

## بچے کی نشوونما اور نشوونما میں تاخیر:

سست ذہنی نشوونما کی وجوہات:	سرسے باہر کے حالات
دماغ چھوٹا یا نامکمل	جسمانی معذوری جس سے کاموں میں مشکل پیدا ہوتی ہے۔
دماغ کو نقصان	دماغ کے مکمل استعمال کا فقدان (ٹاکائی ترغیب)

باب 32 میں ہم نے ذہنی معذوری کی اہم وجوہات کا ذکر کیا تھا ہم نے زیادہ تر ان معذور بچوں کا ذکر کیا تھا جو بچے کے سر کی اندرونی حالت کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں۔ جب دماغ کو نقصان پہنچے۔ دماغ بہت چھوٹا ہو یا دوسری کسی وجہ سے دوسرے بچوں کے دماغ جتنا تیز کام نہ کرتا ہو۔

اس باب میں ہم دیکھیں گے کہ کس طرح بچے کی ابتدائی نشوونما بچے کے سر سے باہر کے حالات پر منحصر ہے۔ وہ مواقع جن میں بچہ اپنے ارد گرد کی چیزوں کے بارے میں جاننے کے لئے اپنے حواس غصہ ذہن اور جسم کو استعمال کرتا ہے۔ ہم ایک صحت مند بچے کی نشوونما کے مختلف مرحلوں اور ایسے طریقوں کا جائزہ لیں گے جن سے ہم بچے کو تیزی سے سیکھنے اور چیزیں کرنے کی ترغیب دے سکتے ہیں۔ ہم نہ صرف ذہنی طور پر معذور بچوں کے بارے میں فکرمند ہیں بلکہ ایسے بچوں کے بارے میں بھی فکرمند ہیں جن کی نشوونما کسی بھی وجہ سے سست ہو یا اس میں تاخیر ہو۔

جن بچوں کی ذہنی نشوونما سست ہوتی ہے عموماً ان کی جسمانی نشوونما بھی سست ہوتی ہے۔ وہ دوسرے بچوں کی نسبت اپنے سر اٹھانا، لڑھکانا، بیٹھنا، اپنے ہاتھوں کا استعمال، کھڑا ہونا، چلنا اور دوسرے کام کرنا، تاخیر سے شروع کرتے ہیں۔ ان کی ذہنی نشوونما میں تاخیر کی وجہ سے ان کی جسمانی نشوونما بھی سست ہوتی ہے۔

بعض بچوں میں اس کی متضاد بات صحیح ہوتی ہے۔ ان کے ذہن بنیادی طور پر مکمل اور صحیح سلامت ہوتے ہیں لیکن کچھ جسمانی معذوریوں یا ان کے ذہنوں کے استعمال کی نشوونما کو مشکل اور سست بنا دیتی ہیں۔ مثلاً بہرہ پیدا ہونے والا بچہ جس کا دماغ صحیح ہو اس کو لوگوں کی بات سمجھنے اور بولنا سیکھنے میں دشواری ہوگی۔ نتیجتاً اس کے ساتھ خیالات اور معلومات کا تبادلہ نہیں کیا جاتا۔ چونکہ ذہن کی مکمل نشوونما کیلئے زبان بہت ضروری ہے اس لئے وہ بعض حوالوں سے اپنی عمر کے حساب سے ذہنی طور پر سست نظر آ سکتا ہے۔ الٹ جس عمر میں دوسرے بچے بولنا سیکھتے ہیں اگر اس عمر میں وہ اشاروں کی زبان میں اپنے خیالات اور خواہشات دوسروں تک پہنچانا سیکھ لے تو اس کی سوچنے کی صلاحیت (ذہانت) عموماً صحیح طرح بڑھے گی۔



بچے کے جسم کی طرح اس کے ذہن کو بھی

ملا تھور ہونے کیلئے ورزش کی ضرورت ہوتی ہے۔



آگے ایک جہی کہانی ہے جس سے پتہ چلتا ہے کہ کس طرح شدید جسمانی معذوری کی وجہ سے ذہنی نشوونما سست ہو سکتی ہے اور کس طرح بچے کا خاندان اس کی بھرپور نشوونما کی

طریقے ڈھونڈے۔

### اکرم کی کہانی:

اکرم کی پیدائش مشکل تھی۔ وہ نیلا اور لنگڑا پیدا ہوا تھا۔ تقریباً تین منٹ تک اس نے سانس لینا شروع نہیں کیا تھا۔ نتیجتاً اس کو شدید قانچ ہوا۔ اس کا جسم آکڑا تھا اور عجیب بے قابو کتیں کرتا تھا۔ اس کا سر آکڑا ایک جانب مڑ جاتا اور اس کو ننگے میں مشکل ہوتی۔



اس کی حفاظت کے لئے اس کی ماں اس کو اپنے جسم پر کوئی کنٹرول حاصل نہیں ہوا۔ اس نے اپنے پچھین کا زیادہ تر حصہ اس طرح گزارا کہ کمر کے ٹل لینا ہوتا۔ قہقہی کی طرح ناقص ایک دوسرے کے اوپر ہوئیں۔ سر پیچھے کھنچا ہوتا، چھت اور دیواروں کو گھورتا رہتا۔ تین سال کی عمر میں اس نے بہت مشکل سے چند الفاظ سیکھے تھے۔ چھ سال کی عمر میں وہ چھوڑا اور بول سکتا تھا وہ بہت زیادہ روتا۔

غصہ ہوتا اور پیٹھ اور پاخانے پر قابو نہیں رکھ سکتا۔ کئی طریقوں سے وہ بالکل بچ رہا۔ مگر آنے والی ایک نرس اس کو ذہنی مشورہ کھتی۔ اکیلے پڑے ہوتے ہوئے اکرم سب سے الگ تھلگ بڑا ہوتا رہا۔ سات سال کی عمر میں، اگر اس کی ماں نے اس کو صحیح سمجھا ہوا اس نے اپنے آپ کو گولی مارنے کے لئے بندوق مانگی۔



اس کے فوراً بعد اکرم کی ماں اور بڑی بہن اس کو قریب کے گاؤں میں بحالی کارکنوں کے پاس لے گئیں کارکنوں کو احساس ہوا کہ وہ غالباً اپنے ہاتھوں اور ناگوں پر کبھی بھی زیادہ کنٹرول حاصل نہیں کر پائے گا لیکن خاندان اور گاؤں کی زندگی میں شامل ہونے کے لئے اس کو دوسرے لوگوں کے ساتھ تبادلہ خیالات اور اپنے ارد گرد ہونے والے چیزوں کو دیکھنے کی اشد ضرورت تھی۔ لیکن ایٹ کر وہ یہ کیسے کر سکتا تھا اس کی ماں نے کئی مرتبہ اس کو کرسی پر بٹھانے کی کوشش کی مگر اس کا جسم اڑ جاتا اور وہ گر جاتا یا رو لگتا۔

بحالی کارکنوں نے اکرم کیلئے ایک خصوصی کرسی بنانے میں مدد دی جس میں اس کو بہتر حالت میں بٹھانے کے لئے ایک گدی اور کپے کی پٹی لگی ہوتی تھیں۔ انہوں نے اس کی ماں اور بہن کو سکھایا کہ اکرم کو کس حالت میں بٹھایا جائے تاکہ اس کا جسم زیادہ نڈا کرے۔



خصوصی گدی  
بعد میں انہوں نے  
کرسی کے ساتھ پیچے  
لگا دیے۔



اپنی نئی کرسی کے ساتھ اکرم بیٹھنے اور اپنے ارد گرد ہونے والی چیزوں کو دیکھنے کے قابل ہوا۔ وہ خوش تھا اور اس نے چیزوں میں زیادہ دلچسپی لینی شروع کی وہ میز پر بیٹھ کر خاندان کے دوسرے افراد کے ساتھ کھانا کھاتا (اگرچہ اب بھی اس کی ماں اسے کھلاتی) ہر کوئی اس سے باتیں کرتا اور جلد ہی اس نے زیادہ بولنا شروع کیا۔ اگرچہ اس کے الفاظ سمجھنے میں مشکل ہوتے لیکن وہ بہت کوشش کرتا۔ وقت گزرنے کے ساتھ وہ مزید واضح طریقے سے بولنے لگا۔ وہ جب رفع حاجت محسوس کرتا تو دوسروں کو بتا دیتا۔ اس نے دریافت کیا کہ وہ اب مزید پیچھے نہیں رہا اور وہ ٹیکس چاہتا تھا کہ اس کے ساتھ بچوں جیسا سلوک کیا جائے۔

اکرم کے لئے ایک  
خوشحال اور بھرپور  
زندگی کا آغاز ہو چکا



اکرم کی بہن اور بھائی ہر روز سکول جاتے ایک دن اکرم نے بھی سکول جانے کے لئے دست کی اور وہ اس کو اس کی کرسی میں لے گئے۔ جلد ہی وہ روزانہ جانے لگا اور پڑھنا سیکھنا شروع کیا۔ اکرم اپنے سر کو زیادہ کنٹرول کرنے لگا۔ تھا۔ دیہاتی کارکنوں نے اکرم کے لئے اس کی کرسی کے ساتھ کتاب رکھنے کی جگہ اور سر کی پٹی جس کے ساتھ صفحے پلٹانے کے لئے تاریکی ہوتی تھی بنانے میں اس کے استاد کی مدد کی۔

اکرم کی کہانی سے پتہ چلتا ہے کہ جسم، ذہن اور حواس خمسہ کی نشوونما اس طرح ایک دوسرے پر اثر انداز ہوتے ہیں اکرم کی ذہنی نشوونما اس لئے ست تھی کہ وہ کچھ بھی نہیں



اکرم کی بہن اس کو بتی  
کری میں بیٹھنے میں مدد  
کر رہی ہے۔

کرنا تھا اور ایک کونے میں پڑا رہتا تھا۔ طاقتور ہونے کے لئے اس کے ذہن کو وہ ترغیب (سرگرمی، ورزش اور خوشی) نہیں ملتی تھی۔ اس کو اپنے جسم کی حرکتوں پر تقریباً کنٹرول نہیں تھا۔ البتہ اس کی آنکھیں اور کان اچھی حالت میں تھے۔ جب اس کو آخر کار ایسی حالت میں رکھا گیا کہ وہ اپنے ارد گرد کی دنیا کو زیادہ دیکھ اور محسوس کر سکتا تھا اور دوسرے لوگوں کے ساتھ زیادہ واسطہ پڑتا تھا تو اس کے ذہن کی نشوونما تیزی سے ہونے لگی۔ تھوڑی سی مدد اور تصور سے اس نے کئی ایسی چیزیں سیکھیں جس کا وہ اور اس کا خاندان خواب بھی نہیں دیکھ سکتے تھے۔

ہم نے دیکھا کہ اکرم کی جسمانی کمزوری نے کس طرح اس کی ذہنی نشوونما کو مست کر دیا تھا۔ اسی طرح وہ بچہ جس کی ذہنی نشوونما

ست ہو اکثر اس کی جسمانی نشوونما بھی ست ہوتی ہے۔ جسم اور ذہن کی نشوونما کا قریبی تعلق ہے ذہن جسم کی راہنمائی کرتا ہے لیکن پھر بھی لوگوں اور چیزوں کے علم کے لئے جسم کے حواس (دیکھنا، سننا، چھونا، چمکھنا اور سونگھنا) کا محتاج ہے اس لئے۔

جب تک جسم اور ذہن دونوں کی ممکن حد تک نشوونما

کے لئے بچے کی خصوصی دیکھ بھال نہ کی جائے۔

ذہنی معذوری کی

سبب بن سکتی ہے

جسمانی معذوری کی

جسمانی معذوری کی

سبب بن سکتی ہے

ذہنی معذوری کی

یہ حقیقت ہے کہ ہر بچے کی اپنی مخصوص ضروریات ہوتی ہیں۔ والدین اور بھالی کارکن ان ضروریات کو معلوم کر کے پورا کر سکتے ہیں (چیزیں دیکھنے اور کرنے کیلئے اکرم کا خاص حالت میں: وہ اس کی ایک مثال ہے)

لیکن سب بچوں کی بنیادی ضروریات ایک جیسی ہوتی ہیں ان کو پیار، اچھی خوراک اور تحفظ کی ضرورت ہوتی ہے اور اپنے جسموں اور ارد گرد کی دنیا کو بھر پور انداز میں دریافت کرنے کا موقع بھی ان کے لئے ضرور ہونا ہے۔

ابتدائی ترغیب:

ترغیب کا مطلب ہے اپنے ارد گرد کی چیزوں، محسوس دریافت کرنے اور ان کے ساتھ کھیلنے کے لئے بچے کو مختلف قسم کے مواقع فراہم کرنا جسم کی حرکت اور تمام حواس خصوصاً سننا، دیکھنا اور چھونا کا استعمال اس میں شامل ہیں۔

ہر بچے کے جسم اور ذہن کی صحت مند نشوونما کیلئے ابتدائی ترغیب ضروری ہے۔ دوسرے لوگوں اور چیزوں کے ساتھ واسطہ پڑنے سے صحیح بچوں کے لئے ترغیب قدرتی اور آسان ہوتی ہے لیکن اپنی ارد گرد کی دنیا کو محسوس اور دریافت کرنا ایک معذور بچے کے لئے اکثر زیادہ مشکل ہوتا ہے اس کے ذہن اور جسم کی ممکن حد تک جلد اور بھر پور نشوونما کیلئے اس کو اضافی دیکھ بھال اور خصوصی سرگرمیوں کی ضرورت ہوگی جو سیکھنے کے آسان اور پر لطف مواقع فراہم کریں۔

جتنی کم عمر میں ترغیب کا پروگرام شروع کیا جائے تو عمر بڑھنے کے ساتھ بچہ ذہنی طور پر

اتنا ہی کم معذور یا سست ہوگا۔

1 کھیلنے کیلئے ہاتھ استعمال کرتا ہے۔

2 کسی کے سہارے بیٹھتا ہے۔

3 بازو آگے بڑھاتا ہے۔

4 سر کو اٹھاتا اور قابو کرتا ہے۔

5 آنکھوں سے چیزوں کا پتلا کرتا ہے

### عام بچے کی نشوونما :

یہ جاننے کیلئے کہ بچے کی نشوونما کتنی اچھی ہو رہی ہے اور کن شعبوں میں اس کو خصوصی مدد کی ضرورت ہے۔ ہم اس کی نشوونما کا

مواز نہ دوسرے بچوں سے کر سکتے ہیں۔

ایک عام بچے کی نشوونما کی سبب معذور بچے کی پیش رفت میں مددگار سرگرمیوں کی منصوبہ بندی میں ہمارے رہنمائی کر سکتی ہے۔

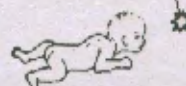


بچے کی صلاحیتوں کی نشوونما ایک خاص ترتیب سے ہوتی ہے۔

ہر بچے میں اہم شعبوں میں نشوونما کرتا ہے جسمانی (جسم) ذہنی (ذہن) اور سماجی (دوسرے لوگوں کے ساتھ رابطہ کرنا) ہر شعبے میں اس میں ایک خاص ترتیب سے مرحلہ وار صلاحیتوں کی نشوونما ہوتی ہے پیدائش کے بعد پہلے سال میں عموماً بچہ اپنے جسم پر زیادہ سے زیادہ کنٹرول حاصل کر لیتا ہے۔

جسم کا کنٹرول سے شروع ہو کر رفتہ رفتہ نیچے کی طرف جاتا ہے۔

نشوونما سے شروع ہو کر جڑوں تک آتی پہلے سر اور آگے کا کنٹرول پھر بازو اور ہاتھ کا کچھ کنٹرول پھر تنے (جسم) کا کنٹرول، اور آخر کار ہاتھوں کا کنٹرول بیٹھنا اور توازن قائم رکھنا۔



چلنا شروع کرنے سے پہلے بچے کو نشوونما کے کئی مرحلوں سے گزرنا پڑتا ہے پہلے اس کو اس قابل ہونا چاہیے کہ اپنا سر اوپر رکھ سکے اور اپنے ارد گرد دیکھ سکے۔ اس سے بازوؤں اور ہاتھوں کے استعمال میں اس کی حوصلہ افزائی ہوتی ہے تاکہ وہ بیٹھنے کے لئے اپنے آپ کو اٹھا سکے۔ بیٹھے ہونے وہ آگے بڑھنا، جھلکانا اور مزنا شروع کر دیتا ہے۔ ان سب سے اس کو توازن بڑھانے اور اپنا وزن ایک سے دوسری جانب منتقل کرنے میں مدد ملتی ہے۔ یہ ایسی صلاحیتیں ہیں جو کھڑے ہونے اور چلنے کے لئے ضروری ہیں۔ ان مرحلوں میں آگے بڑھنے کے لئے جس ترغیب کی ضرورت ہوتی ہے وہ عموماً لوگوں اور چیزوں کے ساتھ روزمرہ کے عام رابطے سے پیدا ہوتی ہے۔ البتہ معذور بچے کی پیش رفت کو برقرار رکھنے کے لئے خصوصی مدد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ اور پوری گئی مثال میں یہ بات نوٹ کریں کہ بچے کی دیکھنے کی صلاحیت کی وجہ سے وہ چیزوں کو دیکھتا ہے اور ان تک پہنچنے اور تلاش کرنے کی خواہش کرتا ہے۔ دیکھنے سے اس کو مزید دیکھنے اور کرنے کی ترغیب ملتی ہے۔ اگر بچہ دیکھ نہ سکا ہو تو ابتدائی ترغیب کے اس بنیادی حصے کا فقدان ہوتا ہے اس کو ترغیب ملتی ہے۔ اس کو پیچھے رہنے سے بچانے کے لئے ہمیں دوسرے ایسے طریقے ڈھونڈنے چاہئیں کہ چیزیں دیکھنے اور کرنے میں اس کی حوصلہ افزائی ہو سکے۔ بچے کی نشوونما کے مخصوص مرحلے کے مطابق ترغیب کی قسم میں تبدیلی لاتے ہوئے ہم چھونے اور آواز کے ذریعے یہ کر سکتے ہیں۔ مثلاً اگر بچہ دیکھ نہیں سکتا:

ابتدا میں ہمیں اس کو اٹھا کر اس سے بہت باتیں بعد میں اپنا سر اٹھانے اور گھمانے اور مختلف جب وہ بیٹھنا شروع کر دے تو مختلف جب وہ چلنا شروع کرے تو راہنمائی کے کرنی چاہئیں۔ مختلف چیزوں کو چھونے اور اوازوں کی طرف جھپٹنے میں ہم اس کی حوصلہ آوازیں پچھاننے اور ان تک جھپٹنے میں ڈنڈوں اور دوسرے طریقوں سے اپنا محسوس کرنے میں اس کی مدد کریں۔ افزائی کر سکتے ہیں۔ اس کی مدد کی جا سکتی ہے۔ راستہ تلاش کرنے میں اس کی مدد کی جا سکتی ہے۔ اچھی پکی جھنجھنا کدھر ہے؟ میاؤ میاؤ ہے۔



والدین کو یہ معلوم ہونا چاہئے کہ بچے کے جسم کا کنٹرول اور استمال کی نشوونما ایک خاص ترتیب سے ہوتی ہے۔

سر کا کنٹرول سنے کا کنٹرول (بیٹھنا اور توازن) کھڑا ہونا اور چلنا

یہ بڑی عمر کے بچے کے لئے بھی صحیح ہوتا ہے اکثر بڑی عمر کے بچے، جن کی نشوونما میں تاخیر ہو، کے والدین کو شش کرتے ہیں کہ اس کے تیار ہونے سے پہلے اس کو اگلے



جب بچہ چلنے کیلئے تیار نہ ہو اور آپ اس کو چلنے کیلئے کہیں تو یہ ویسے ہی ہے جیسے آپ اس کو پھلانگ لگانے کیلئے کہتے ہیں۔

سے اکثر والدین اور بچے دونوں کو مایوسی ہوتی ہے۔ مثلاً نینا ایک تین سالہ فارج زدہ لڑکی ہے اپنا سر اوپر رکھنے یا بغیر گرنے بیٹھنے میں اس کو اب بھی مشکل ہوتی ہے۔ البتہ اس کی ماں کو یقین ہے کہ وہ چلنے کے لئے تیار بننا ہے دن میں کئی مرتبہ وہ نینا کو کھڑا کر کے آگے جانے کی کوشش کرتی ہے اور وہ بچوں کے بل جھکوں کے ساتھ



قدم اٹھاتی ہے اس کی ماں کو یہ معلوم نہیں کہ اس طرح قدم اٹھانا ایک ابتدائی اضطراب ہے جو عموماً چھوٹے

بچوں میں پایا جاتا ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ نینا کی نشوونما اب بھی کچھ حوالوں سے تین ماہ کے بچے کی سطح پر ہے وہ ابھی چلنے کے لئے تیار نہیں ہے۔ اس کو قدم اٹھانے پر مجبور کرنے سے اس کی ابتدائی اضطراب فعال رہے گی جو چلنا سیکھنے کے لئے ضروری ہے کہ وہ کھودے۔



ایک مہینے کے بچے میں قدم اٹھانے کا اضطراب

ہمیں نینا کی ماں کو یہ احساس دلانا چاہئے کہ چلنے کے لئے تیار ہونے سے پہلے نینا کو نشوونما کے دوسرے اہم مرحلوں میں مدد کی

ضرورت ہے۔ اس کی مزید نشوونما کیلئے اس کی ماں کو چاہئے کہ:

(1) یہ معلوم کریں کہ بچہ نشوونما کی کس عمر یا مرحلے پر ہے۔

(2) فیصلہ کریں کہ اگلے مرحلے کو نئے ہیں تاکہ عام بچوں کی نشوونما کی ترتیب کی طرح وہ اپنی موجودہ صلاحیتوں کے بعد ہی چیزیں سیکھ سکے۔

یہ چیزیں کرنے سے پہلے نینا کی ماں کو چاہئے کہ پہلے بچی کا بغور مشاہدہ کرے۔ نشوونما کے ہر شعبے میں وہ سب چیزیں دیکھتی ہیں جو نینا کر سکتی ہیں، ابھی نہیں کر سکتی اور جو چیزیں وہ کرنا شروع کر رہی ہے یا کرنے کی کوشش کر رہی ہے لیکن ابھی بھی اس کو ان میں مسئلے ہیں۔ پھر نینا کے ہم عمر بچوں کے ساتھ اس کا موازنہ کیا جاتا ہے کہ وہ کیا کچھ کر سکتی ہے اور کیا نہیں کر سکتی۔ اس کے بعد وہ فیصلہ کر سکتی ہے کہ اس کی بچی نشوونما کی اس سطح پر ہے اور کون سے اگلے مرحلوں میں کام کرنے کی ضرورت ہے۔

### صحیح بچے کی نشوونما کیلئے چارٹ:

اگلے دو سطحوں پر دیئے گئے چارٹ میں ایک صحیح بچے کی نشوونما کے کچھ مرحلے دیئے گئے ہیں آپ اس کو استعمال کرتے ہوئے بچے کی نشوونما کی سطح معلوم کر سکتے ہیں اور جن اگلے مرحلوں میں اس کو مدد کی ضرورت ہے ان کی منصوبہ بندی کر سکتے ہیں۔

احتیاط: نشوونما کے چارٹ میں بچے کی وہ اوسط عمریں دی گئیں ہیں جن میں وہ چیزیں کرنا شروع کرتا ہے لیکن جن عمروں میں صحت مند بچوں میں مختلف صلاحیتیں پیدا ہوتی ہیں وہ بہت مختلف ہوتی ہیں۔ اگر بتانی گئی عمروں میں بچے میں مخصوص صلاحیتیں پیدا نہیں ہونیں تو اس کا یہ مطلب نہیں کہ وہ پیچھے ہے یا اسے کوئی مسئلہ ہے بچے کو کلی طور پر دیکھیں۔

### بچے کی نشوونما کے چارٹ کو کیسے استعمال کرنا چاہئے:

دیئے گئے چارٹ کو مندرجہ ذیل کیلئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔

- (1) بچے کی نشوونما کی سطح معلوم اور ریکارڈ کریں۔
- (2) نشوونما کی اگلی سطح یا سرگرمیوں کی منصوبہ بندی کی جائے جس میں بچے کی مدد کی جاسکتی ہے اور
- (3) مختلف حوالوں سے بچے کی نشوونما اور اس کی مقدار کو ریکارڈ کرنا۔



نام \_\_\_\_\_ تاریخ پیدائش \_\_\_\_\_  
 بچے کی ہفتی اور سہ ماہی کا ترجمہ \_\_\_\_\_  
 نام \_\_\_\_\_ تاریخ پیدائش \_\_\_\_\_  
 بچے کی ہفتی اور سہ ماہی کا ترجمہ \_\_\_\_\_

جسمانی نشوونما	مصلحت شروع	تاریخ	تاریخ پیدائش	بچے کی ہفتی اور سہ ماہی کا ترجمہ
رابطہ زبان	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا
سہ ماہی	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا
اپنی دیکھ بھال	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا
توجہ اور چٹکی	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا
کھیل	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا
زبات اور کھینا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا	بچے کی آواز سننا

اگر بچے چھپے ہو تو کیا کرنا چاہیے۔  
 بچے کے ساتھ آواز کی بات کریں اور اس کے ساتھ کھائیں اگر ضروری ہو تو بچوں کو پالنے کے تبادلہ طریقے بتائیں تاکہ بچے کے تعلق میں کوئی غلطی نہ ہو۔  
 آواز۔  
 اس کے ساتھ منور کرنے میں بچے کو مدد فراہم کرنی۔  
 ابتدائی ترغیب کی سرگرمیاں (اب 25)۔  
 کھلونے سے کھیلنے کی مدد فراہم کیے۔  
 زیادہ ترغیب اور مدد سے بچوں کے ساتھ کھیلنا چاہئے۔  
 ابتدائی ترغیب بہت زیادہ ملنے لگتی ہے۔  
 بچے کو مدد فراہم کرتے ہوئے۔



بچے کی نشوونما کے چارٹ کو کیسے استعمال کیا جائے۔

پچھلے صفحوں پر دیئے گئے چارٹ کو مندرجہ ذیل کیلئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔

- (1) بچے کی نشوونما کی سطح معلوم اور ریکارڈ کرنے کے لئے
- (2) نشوونما کے اگلے اقدامات یا سرگرمیوں کی منصوبہ بندی کرنا، جس سے بچے کی مدد کی جاسکے۔
- (3) اور یہ ریکارڈ کرنا کہ کن شعبوں میں بچہ کتنا آگے بڑھ رہا ہے۔

### فرض کریں کہ ایک دیہاتی

ہیلتھ ورکر نینا کی ماں کی مدد کرنا چاہتا ہے کہ اس کو پتہ چل سکے کہ اپنی تین سالہ بچی کی ابتدائی صلاحیتوں کی نشوونما کیلئے آگے کیا کرنا چاہئے دونوں ملکر چارٹ کو دیکھتے ہیں۔ پہلے وہ ان چیزوں کے ارد گرد دائرے لگا دیتے ہیں جو نینا کر سکتی ہے چونکہ اس کو اب بھی اپنا سر اٹھانے میں مشکل ہوتی ہے وہ یہاں پر دائرہ لگا دیتے ہیں۔

نینا کو اپنے پیٹ سے سگری طرف کروٹ بدلنے میں مدد کی ضرورت ہے اس لئے وہ اس حصے کے ارد گرد جزوی دائرہ لگا دیتے ہیں۔ نشوونما کے ہر شعبے میں نینا کی سطح کے ارد گرد دائرہ لگانے کے بعد وہ دیکھ سکتے ہیں کہ جسم کی عمومی حرکتوں اور کنٹرول میں نینا ابھی بھی دو سے چار مہینے کی عمر والے بچے کی سطح پر ہے اس کے ہاتھ کا کنٹرول تقریباً چھ مہینے کی سطح پر ہے اس کی بیٹائی اور ساعت تقریباً ٹھیک ہے اور ذہنی نشوونما تقریباً دو سال کی عمر کی ہے۔

اس کے بعد وہ دائرے والے مرحلوں کے بعد نشوونما کے اگلے مرحلوں پر چوکور کا نشان لگاتے ہیں چوکور کے نشان والے مرحلوں سے ہمیں پتہ چلتا ہے کہ نینا کو اب ان میں مدد کی ضرورت ہے چونکہ نینا کے سر کا خراب کنٹرول اس کو دوسرے شعبوں میں پیچھے رکھ رہا ہے اس لئے وہ فیصلہ کرتے ہیں اس میں اور کروٹ بدلنے اور جسم کو موڑنے میں اس کی زیادہ مدد کی جائے۔ شاید وہ بیٹھنے اور پگھلنے سے شروع کر سکتے ہیں لیکن جب تک اس کے سر کا کنٹرول بہتر نہیں ہو جاتا ان میں آگے نہیں بڑھ سکتی۔ ہاتھوں کے کنٹرول میں وہ اپنی عمر کے حساب سے پیچھے ہے لیکن اس کی جزوی وجہ اس کے سر کا خراب کنٹرول ہو سکتا ہے اس لئے وہ فیصلہ کرتے ہیں کہ اس کو روزانہ مختصر وقفوں کے لئے خصوصی کرسی میں بٹھائیں جب اس کے سر کو اچھی حالت میں رکھنے کے لئے سہارا ملتا ہو تو وہ اس کو کھلوانے اور کرنے کو دوسری چیزیں دے سکتے ہیں تاکہ اس کے ہاتھوں کا بہتر استعمال بڑھ سکے۔ لیکن وہ اس بات میں محتاط رہتے ہیں کہ اس کے سر کو زیادہ وقت تک سہارا نہ دیں کیونکہ اس سے وہ سر کو خود سہارا دینا سیکھ سکے گی وہ اس بات میں بھی محتاط ہیں کہ جسم کے دوسرے حصوں کے بہتر کنٹرول کیلئے اس کو کم سے کم سہارا دیں۔ اس کا کنٹرول بہتر ہونے کے ساتھ سہارا کم کیا جائے گا۔

چونکہ نینا کی آنکھیں، کان، ذہن اور گویائی کی نشوونما صحیح طرح ہو رہی ہے اس لئے عمر بڑھنے کے ساتھ وہ ان کو بہترین طریقے سے استعمال کرنا سیکھے گی۔ اس لئے اس کے والدین فیصلہ کرتے ہیں کہ ان صلاحیتوں کو بہتر کرنے میں زیادہ سے زیادہ مدد کریں اس کی ذہنی نشوونما میں مدد دینے کے لئے وہ تصویریں، گانے، کہانیاں، کھیل اور بہت زیادہ ترغیب استعمال کرتے ہیں لیکن وہ یہ یاد رکھنے کی کوشش کرتے ہیں کہ وہ اب بھی صرف تین سال کی ہے۔ بعض اوقات اس کے لئے بہتر ہوتا ہے کہ ایک وقت میں ایک یا دو شعبوں میں صلاحیت اور اعتماد حاصل کرے۔

بچے کی پیش رفت قلم بند کرنے کے لئے بچے کی نشوونما کا چارٹ استعمال کرنے کے لئے آپ ہر مہینے یا دوسرے مہینے چارٹ پر نئے دائروں کا اضافہ کر سکتے ہیں۔ ہر مرتبہ مختلف رنگ کی سیاہی استعمال کریں اور تاریخ بھی اسی سیاہی سے لکھیں۔ اس کے بعد نشوونما کے اگلے مرحلوں کی نشاندہی کے لئے نئے چوکوروں کا اضافہ کریں۔

### ابتدائی ترغیب کی ضرورت:

بچے کی ابتدائی نشوونما اور سیکھنے کے عمل کیلئے والدین اور خاندان بہت اہم ہیں جو بچے نشوونما میں مست ہوتے ہیں ان کو بھی اسی ترکیب (ان سے بات کرنا، موسیقی، ہم اور پیار) کی ضرورت ہوتی ہے جو کسی بھی دوسرے بچے کو ہوتی ہے لیکن اپنے ذہنوں اور جسموں کے استعمال کیلئے ان کو زیادہ مدد اور بار بار سرگرمیوں کی ضرورت ہوتی ہے۔

جب بچے کی نشوونما سست ہو تو اس کے جسم اور ذہن کے تمام شعبوں کی نشوونما کے لئے ترغیب اور سرگرمیوں کی ضرورت ہوتی ہے۔

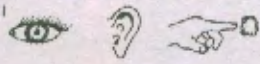
بچے کی نشوونما کے وہ شعبے جن میں ابتدائی ترغیب اور سیکھنے کی سرگرمیوں سے مدد دی جاسکتی ہے۔

(1) حرکت، جسم کا کنٹرول، قوت اور توازن (2) ہاتھوں کا استعمال: ہاتھوں کے استعمال (3) حواسِ غرضہ: خصوصاً پہچانی، سماعت (4) تبادلہ خیال: سنا، بولی ہوئی بات سمجھنا: ان سے بچے کو حرکت کرنے، کھیلنے اور کام اور ہاتھوں اور بچے کو جو کچھ نظر آتا ہے ان اور محسوس کرنا ان سے بچے کو اپنی دنیا کو اور بولنا سیکھنا یا کسی بھی ممکن طریقہ سے تبادلہ کرنے میں مدد ملے گی۔

میں ربط میں اضافے سے بچے میں کئی پہچانے اور جواب دینے میں مدد ملے گی۔ خیالات کرنا۔

ملا جیتوں کی نشوونما میں مدد ملتی ہے۔

کھنٹی بجائے



(5) دوسرے لوگوں میں کھل مل جانا: مسکراتا کھیلنا، (6) روزمرہ زندگی کیلئے بنیادی سرگرمیاں: کھانا، پینا، کپڑے پہننا اور (7) مشاہدہ کرنا، سوچنا اور کرنا، غور و فکر والے فیصلے کرنا سیکھنا۔



پیشاب اور پاخانے کو کنٹرول

کرنا ان صلاحیتوں سے بچے

زیادہ خود مختار ہوتا ہے۔

متناسب رویہ اختیار کرنا اور دوسروں کے ساتھ چلنا۔

ابتدائی ترغیب کے پروگرام کے مقاصد یہ ہوتے ہیں کہ بچے کو ممکن حد تک قابل، خود انحصار خوش اور مسروران بنایا جائے۔

ابتدائی ترغیب اور سیکھنے کے خصوصی عمل کا پروگرام:

ترغیب دینے کے اقدامات:

پہلا: نشوونما کے ہر شعبے میں جو کچھ بچہ کر سکتا ہے اور جو کچھ نہیں کر سکتا کا تجزیہ کرنے کیلئے بچے کا بغور مشاہدہ کریں۔

دوسرا: دیکھیں کہ وہ کیا کچھ کرنا شروع کر رہا ہے یا ابھی بھی کرنے میں مشکل ہے۔

تیسرا: موجود صلاحیتوں کو آگے بڑھانے کے لئے فیصلہ کریں کہ کوئی نئی صلاحیت سکھائی جائے یا کون سے کام کی حوصلہ افزائی کی جائے۔

چوتھا: ہر نئی صلاحیت کو چھوٹے اقدامات میں تقسیم کریں جو سرگرمیاں بچہ ایک یا دو دنوں میں سیکھ سکتا ہے اور اس کے بعد اگلے مرحلے پر جائیں۔

احتیاط: فوراً زیادہ کی امید مت رکھیں۔ حقیقت پسند رہیں بچہ جو کچھ بہتر طور پر کر سکتا ہے وہاں سے شروع کر کے پھر تھوڑا زیادہ کرنے میں اس کی حوصلہ افزائی کریں۔ صحیح وقت پر صحیح مدد دینے سے مدد کرنے والے اور بچے دونوں کامیاب اور خوش محسوس کریں گے۔

کسی بھی بچے کے ساتھ سیکھنے کی سرگرمیاں کرنے کے لئے تجاویز:

صبر سے مشاہدہ کرتے رہیں: بچے ہر وقت نہیں سیکھتے بعض اوقات ان کو آرام کی ضرورت ہوتی ہے جب ان کو آرام ملے تو وہ دوبارہ آگے بڑھنا شروع کر دیں گے۔ بچے کا بغور مشاہدہ کریں یہ سمجھنے کی کوشش کریں کہ وہ کیا سوچتا ہے اس کو کیا معلوم ہے اور اپنی نئی صلاحیتوں کو کیسے استعمال کرتا ہے۔ اس کے بعد آپ کو پتہ چلے گا کہ ان صلاحیتوں کی مشق اور ان کو بہتر کرنے میں اس کی مدد کیسے کی جائے۔ بچے سے بات نہ کرنا اس کو جواب دینے کے لئے وقت دیں۔ باری باری بات کریں یاد رکھیں کہ مشق اور بار بار یاد دہرائی اہم ہیں۔

منظم اور یکساں رہیں: ایک صلاحیت سے دوسری کی طرف قدرتی طور پر بڑھنے کے لئے خصوصی سرگرمیوں کی منصوبہ بندی کریں ہر روز تقریباً ایک ہی وقت پر بچے سے کھیلنے اور اس کے کھلونے، اوزار، کپڑے اور دوسری چیزیں ایک جگہ پر رکھنے کی کوشش کریں۔ سکھانے، پیارا اور روئے کی نشوونما کا ایک ہی انداز اپنائیں۔ اس سے بچے کو سمجھنے اور زیادہ پر اعتماد اور محفوظ محسوس کرنے میں مدد ملے گی۔

مختلف اقسام استعمال کریں: بار بار دہرانے کے ساتھ ساتھ تبدیلی بھی ضروری ہے۔ روزانہ سرگرمیوں کو تھوڑا تبدیل کریں تاکہ بچہ اور مدد کرنے والے اکتانہ جائیں۔ چیزوں کو مختلف طریقوں اور گھر کے اندر اور باہر مختلف جگہوں پر کریں۔ بچے کو دریا، بازار اور کھیتوں میں لے جائیں اس کو بہت ساری چیزیں کرنے کے لئے دیں۔

پنپنے احساسات کا اظہار کرتے رہیں: اپنے احساسات اور خیالات دکھانے کے لئے اپنا چہرہ اور آواز استعمال کریں۔ واضح اور آسان زبان استعمال کریں (لیکن بچہ کی زبان مت بولیں) اکثر بچے کی تعریف اور حوصلہ افزائی کریں۔

اچھا وقت، گزاریں: تمام سرگرمیوں کو کھیل میں تبدیل کرنے کے طریقے تلاش کریں تاکہ بچہ اور آپ دونوں لطف اندوز ہوں۔

قابل عمل رہیں: جب بھی ممکن ہو تو ایسی صلاحیتوں اور سرگرمیوں کا انتخاب کریں جن سے بچے کو زیادہ خود مختار بننے اور اپنے اور دوسروں کیلئے زیادہ کام کرنے کے قابل بننے میں مدد ملے۔ بچے کو زیادہ آزادی کیلئے تیار کرنے کے لئے اس کی ضرورت سے زیادہ حفاظت مت کریں۔

پر اعتماد رہیں: تمام بچے دیکھ بھال، توجہ اور پیار پر کسی طرح رد عمل دکھائیں گے آپ کی مدد سے نشوونما میں تاخیر والا بچہ زیادہ اہل اور آزاد بن سکتا ہے۔

سیکھنے کا خصوصی پروگرام، اگر اچھی طرح ترتیب اور احتیاط سے کیا جائے تو نشوونما میں تاخیر والے بچے میں زیادہ پیش رفت ہوگی۔

بچے کی نشوونما میں مدد دینے کے لئے عمومی رہنما اصول:

خاندان کا کوئی فرد یا خالی کارکن بچے کو نئی صلاحیتیں سکھانے کی کوشش کرتے وقت جس طرح سے اس کے ساتھ پیش آتا ہے اس سے بچے کی مکمل نشوونما میں بہت فرق پڑتا ہے۔ یہ اس بات پر اثر انداز ہوتا ہے کہ بچہ کتنی تیزی یا اچھے طریقے سے اپنی صلاحیت سیکھتا ہے۔ اس سے زیادہ اہم یہ ہے کہ یہ بچے کے اعتماد، رویے اور سیکھنے کے لئے تیاری پر اثر انداز ہو سکتا ہے۔

کچھ ایسے آسان طریقے ہیں جن سے بچے کو اپنا جسم بہتر طریقے سے سمجھے اس کو زبان سمجھنے کے لئے تیار کرنے اور دوسرے لوگوں سے دوستانہ انداز میں پیش آنے میں آپ اس کی مدد کر سکتے ہیں۔ یہ درہنما اصول خصوصاً اس وقت مفید ہوتے ہیں جب نشوونما میں تاخیر والے بچوں کے ساتھ سمجھنے کی ابتدائی عملی سرگرمیاں کی جائیں۔

(1) بچے کی زیادہ تعریف کریں۔ اس کی تعریف کریں پیار سے گلے لگائیں یا جب کوئی کام اچھی طرح کرتا  
ہے (یا اچھی کوشش کرتا ہے) تو اس کو چھوٹا سا انعام دیں۔  
شباباش تم نے بالکل ٹھیک کیا  
دونوں ہاتھوں سے بال پکڑو



### احتیاط: انعام کے طور پر میٹھی چیزیں یا خوراک مت دیں۔ خصوصاً اگر بچہ موٹا ہو۔

(2) بچے سے زیادہ باتیں کریں: آسان اور واضح الفاظ استعمال کرتے ہوئے وہ سب  
کچھ کہیں جو آپ اس کے ساتھ کرتے  
ہیں۔  
اب اپنی ناک کو ہاتھ لگاؤ



(3) جب آپ نئی صلاحیت سمجھنے میں بچے کی مدد کر رہے ہوتے ہیں تو اپنے ہاتھوں سے اس کی حرکتوں کی راہنمائی کریں۔ مثلاً بچے کو یہ  
سکھانے کے لئے کس طرح اپنا ہاتھ منہ تک لائے (یا خود کھانا سکھانے کیلئے) آپ  
اس کی پسند کی خوراک میں اس کی انگلی رکھیں اور پھر انگلی اس کے منہ میں ڈالنے میں  
میں اس کی مدد کریں۔

تفصیل: کسی چیز کا طریقہ  
بتانے سے یہ بہتر ہوتا ہے کہ  
بچے کی راہنمائی کی جائے اگر  
کچھ کرنے کی کوشش میں مشکل  
ہو تو کامیابی کیلئے اس کے ہاتھ  
کی راہنمائی کرنے سے اس  
میں سمجھنے کا زیادہ جذبہ پیدا ہوگا  
جسے اس کے کہ آپ کہیں  
”نہیں اس طرح کرو“



تفصیل: آئینے سے بچے کو اپنے جسم کے حصے دیکھنے اور پہچاننے میں مدد ملتی ہے یہ  
خصوصاً ان بچوں کے لئے مفید ہوتا ہے جن کو یہ معلوم نہیں ہوتا کہ ان کے جسم کے مختلف  
حصے کہاں پر ہیں؟ (دہنی معدوری، قانچ، سپائل کارڈ کے زخم اور سپاٹھلیڈز کی بعض  
اقسام میں یہ ہو سکتا ہے)



(4) بچے کو اپنے جسم کے ہارے میں اپنے  
ہاتھوں کا استعمال سمجھنے کیلئے آئینہ استعمال  
کریں۔  
تمہاری آنکھ کدھر ہے؟

تفصیل: یعنی طور پر معذور کئی بچے (خصوصاً آڈون سنڈروم والے بچے) دوسروں کی نقل اتارنا پسند کرتے ہیں جسٹانی سرگرمیوں سے لے کر آوازوں اور الفاظ تک کئی چیزیں سکھانے کا یہ ایک اچھا طریقہ ہے۔



تالی تالی

(5) نقل کا استعمال کریں: نیا کام یا صلاحیت سکھانے کے لئے پہلے خود کریں اور پھر بچے کی حوصلہ افزائی کریں کہ آپ کی نقل اتارے اس کو ایک کھیل میں تبدیل کریں۔

(6) بچے کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ چیزوں تک پہنچنے یا ان کی طرف جائے۔

آڈورا پنا پسندیدہ کھلونا لالو

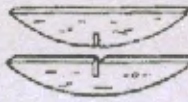
جب یہ بہت آسان ہو جائے تو راستے میں رکاوٹیں ڈالیں لیکن ان کو زیادہ مشکل مت بنائیں۔



تفصیل: بچہ جو چیز حاصل کرنا چاہتا ہے نشوونما کے ابتدائی مرحلوں میں بھی وہ اس کے ہاتھ میں رکھنا ایک غلطی ہوتی ہے اس کے بجائے بچے کے جسم اور زبان کی ابھرتی ہوئی صلاحیتوں کو اس کی خواہش حاصل کرنے کے لئے استعمال کریں۔ آگے بڑھنے، مڑنے، اٹھنے، رہننے یا جو کچھ بھی وہ سیکھ رہا ہے اس کے ذریعے

تفصیل: بچے اس وقت بہترین طریقے سے سیکھتے اور تعاون کرتے ہیں جب وہ ان چیزوں سے لطف اندوز اور خوش ہوتے ہیں۔ اس وقت تک وہ کام کرتے رہیں جب تک وہ بچے کے لئے خوشی کا باعث ہو جیسے وہ اس کے لئے پر لطف نہ رہے تو تھوڑی دیر کے لئے سرگرمی روک لیں یا بچے کی دلچسپی پیدا کرنے کے لئے اس میں تھوڑی تبدیلی لائیں۔

گلدی کے دو کلوے



(7) سیکھنے کے عمل کو پر لطف بنائیں: ہمیشہ ایسے طریقے تلاش کریں کہ سیکھنے کی سرگرمیاں کھیل بن جائیں:



پانی بائی

تفصیل: یہ بحالی کا زرین اصول ہے جب بچے کو کچھ کرنے میں دشواری ہو یا اس میں سست یا بے ڈھنگا ہوتو اکثر والدین اس کے لئے وہ کام کرتے ہیں لیکن بچے کی نشوونما کے لئے یہ زیادہ مفید ہوگا اگر بچے کو اپنا کام خود کرنے دیا جائے۔ حوصلہ افزائی کیلئے صرف وہاں پر اس کی مدد کریں جس سے وہ اپنے لئے زیادہ کام کر سکے۔

(8) بچے کو اپنا کام زیادہ سے زیادہ خود کرنے کی ضرورت کے مطابق اس کی مدد کریں۔ مثلاً اگر



جسم اگڑنے کی وجہ سے بچے کو کپڑے پہننے میں دشواری ہوتی ہے تو کندھے اور کمر آگے جھکانے میں اسکی مدد کریں لیکن اس کو اپنے کپڑے خود پہننے دیں۔

اب اپنا دوسرا ایجنڈا اٹھانے کی کوشش کرو اچھی لڑکی

تفصیل: بچے اس وقت اپنی پوری کوشش کرتے ہیں جب ان کو کسی چیز کی اشد ضرورت ہو اور ان کی مدد کے لئے کوئی نہ ہو سکھانا ضروری ہے مگر اسی طرح بچے کو تلاش کرنے اپنے حدود کو آزمانے اور اپنے لئے کام کرنے کے مواقع بھی ضروری ہیں۔



(9) جب کوئی استاد موجود نہ ہو تو اس وقت بچہ بہتر سیکھتا ہے۔

اس نے پہلے کبھی یہ کرنے کی کوشش نہیں کی

پیاسا ہوگا۔

تفصیل: بعض بچے نئے کھلونوں، سہولت فراہم کرنے والے اوزار یا خصوصی کرسیوں سے خوفزدہ ہو سکتے ہیں اگر دوسرا بچہ پہلے ان کو آزمانا ہے اور ظاہر کر کے کہ اس کو پسند ہے تو اکثر بچے اس کو آزمانا چاہے گا۔



(10) بڑے بھائیوں اور بہنوں سے نئے سامان کا مظاہرہ کروائیں اس کو آزمانا بڑا حرا آتا ہے۔

یاد رکھیں: اچھے طریقے سے سکھانے سے فرق پڑے گا۔ بچہ کہ ساتھ زیادہ وقت گزارنے سے یہ زیادہ ضروری ہے کہ آپ کتنا بہتر سکھاتے، کھیلتے اور اپنے پیار کا اظہار کرتے ہیں۔



ایک ذہنی طور پر معذور بچے کے کنگڑوں کو جوڑ کر چہرہ بنانا سکھ رہا ہے۔



ذہنی طور پر معذور بچوں کو پڑھانے کے لئے کتب چھتیاں استعمال کی جا رہی ہیں ہر کتبہ چھتی نے ایک رنگ کا لباس پہنا ہے اور اس کا نام بھی اس رنگ کا ہے۔ بچے ان کتبہ چھتیوں کے نام یکے لیتے ہیں اور اس طرح رنگوں کے نام یکے نام شروع کرتے ہیں۔