

کپڑے پہننا

دوسرے بچوں کی طرح معذور بچوں کی بھی ابتدائی عمر سے حوصلہ افزائی کرنی چاہئے کہ وہ خود کپڑے پہن سکیں۔ لیکن یہ ضروری ہے کہ بچے کو وہ صلاحیتیں دیکھنے پر مجبور نہ کیا جائے جو اس کی نشوونما کی سطح کی مناسبت سے مشکل ہوں۔

صحت مند بچوں کیلئے کپڑے پہننے کی صلاحیت حاصل کرنے کی اوسط عمر

تین سال کا بچہ اکیلے کپڑے پہنتا ہے۔

ایک سال کا بچہ کپڑے پہناتے وقت دو سال کا بچہ اکیلے کپڑے اتارتا ہے۔
تعاون کرتا ہے۔

ایک سال سے کم عمر کا بچہ بالکل مدد نہیں کرتا



چھ سال کا بچہ
جو تباہ شدہ
ہے یا درست کر
سکتا ہے۔



پانچ سال کا بچہ مشکل
مرطوب کے علاوہ خود
کپڑے پہن سکتا ہے۔

چار سال کا بچہ بڑے شہن بند کرتا ہے۔



بچے کپڑے پہننے کی صلاحیت مختلف عمروں میں سیکھ سکتے ہیں۔ اس بات کا انحصار مقامی رسم و رواج اور والدین کی طرف سے ان صلاحیتوں کو سیکھنے کو دی جانے والی اہمیت پر ہے۔ یہ مشاہدہ کریں کہ آپ کے گاؤں میں دوسرے بچے مختلف عمروں میں کیا کر سکتے ہیں۔ بچے دو سال کی عمر سے پہلے ہی اپنے کپڑے اتارنا سیکھ سکتے ہیں لیکن ہو سکتا ہے کہ پانچ یا چھ سال کی عمر تک بھی اپنے کپڑے صحیح طرح پہننا نہ سیکھ سکیں۔ اکثر ایک چھ سالہ بچی اپنی قمیض اتارنا سیکھ سکتی ہے یا بابا یا جوتا دائیں پیر میں پہن سکتی ہے۔

وہ بچے جن کی نشوونما مست ہو یا جن کو حرکت کرنے میں دشواری ہو، وہ کپڑے پہننے کی صلاحیت سیکھنے میں سست ہو سکتے ہیں۔ ماں یا بہن کیلئے یہ آسان اور تیز دکھائی دے سکتا ہے کہ بچے کے ساتھ بغیر کسی رابطے کے اس کو کپڑے پہنائے۔ لیکن اس سے بچے کی نشوونما میں مزید تاخیر ہوگی۔

یہ ضروری ہے کہ کپڑے پہننے کو دوسرے کئی شعبوں، مثلاً آگہی، توازن، حرکت اور زبان بھی، میں بچے کی نشوونما کے موقع کے طور پر استعمال کیا جائے۔

بچے کو کپڑے پہناتے وقت اس کے ساتھ باتیں کریں۔ اس کو اپنے جسم کے حصوں، کپڑوں کے نام اور ان کا آپس میں تعلق بتائیں۔ ”ہاتھ آستین کے اندر جاتا ہے۔“ پیر

شلوار کے اندر جاتا ہے وغیرہ وغیرہ۔ اس سے بچہ نہان اور اپنے جسم کے حصوں کو اپنی حرکتوں اور اپنی ارد گرد کی چیزوں کے ساتھ جوڑنا، سیکھنا شروع کرے گا۔



بچے کو کپڑے پہنانے کی صلاحیت سکھانے کے لئے وقت اور حوصلے کی ضرورت ہوتی ہے۔ وہ خود جو کچھ کر سکتا ہے اس کو کرنے دیں۔ اگر اس کے لئے مشکل ہو جائے تو مدد کیلئے تیار رہیں۔ لیکن صرف ضرورت کے مطابق یہ اچھا نہیں ہوتا کہ بچے کو عروسی کا احساس دلایا جائے کہ وہ پھر دوبارہ خود کوشش نہیں کرنا چاہے گا۔ اس بات کو بھی یقینی بنائیں کہ کام بچے کی نشوونما کی سطح کی مناسبت سے ہو۔

یہ ٹھیک ہے اپنے ہاتھ میرے کانٹوں پر رکھو۔ اب جاگلیا میں اپنا پیڑ ڈالو، اچھی بیٹی

کپڑے پہنانے وقت بچے کی حالت

یہ معلوم کرنے کے لئے کہ کوئی حالت بہتر رہتی ہے۔ بچے کو مختلف حالتوں میں کپڑے پہنائیں۔

ایسا فالج زدہ بچہ جس کا جسم اکڑ جاتا ہے۔ اس کو کپڑے پہنانے وقت جسم کی حالت مخصوصی اہمیت کی جس بچے کا جسم اکڑتا ہو اس کو کپڑے پہنانے وقت اس کا جسم اور کولے آگے کی حالت ہوتی ہے۔ اگر بچے کو پیٹھ کے بل لٹا کر کپڑے پہنائے جائیں تو اس کا جسم اکثر پیچھے کی طرف اکڑ طرف بھگانا بہتر ہوتا ہے۔ جاتا ہے۔

اچھی حالت:



اچھی حالت:
کولے مزے ہوئے
گود کے اوپر چہرہ نیچے کے
ہوئے۔

خراب حالت:

بچے کا جسم پیچھے کی طرف
اکڑ جاتا ہے۔



اگر کپڑے پہنانے وقت چہرہ اوپر رکھنا ضروری ہو تو سر کے نیچے سخت تکیہ رکھنا اور گھٹنے اور کولے مزے ہوئے رکھنے کی کوشش کریں۔ اس سے بچے کا جسم ڈھیلا رہنے اور اکڑنے سے محفوظ رہنے میں مدد ملے گی۔

اگر بچے کا جسم اکڑتا ہے تو اس کو کپڑے پہنانے وقت اس کا جسم اور کولے آگے کی حالت ہوتی ہے۔ اگر بچے کو پیٹھ کے بل لٹا کر کپڑے پہنائے جائیں تو اس کا جسم اکثر پیچھے کی طرف اکڑ طرف بھگانا بہتر ہوتا ہے۔ جاتا ہے۔



گھٹنے اور کولے مزے ہوئے۔
سر آگے کی طرف



گھٹنے مزے ہوئے
سر اوپر کی طرف

پہرے کی طرف اور گھٹنے علیحدہ رکھ کر بیٹھنا،
کھیلنے اور کپڑے پہننے کے لئے اچھی حالت ہے اگر ٹانگیں
آپس میں جڑی ہوئی ہوں تو انگوٹھے کے نیچے دھاڑ ڈالنے
ہوئے گھٹنے کو باہر کرنے کی کوشش کریں۔

اگر بیٹھے ہوئے تو وزن خراب ہو یا بچہ

بچھے کی طرف اگڑتا ہو تو کونے میں بٹھا کر کپڑے
پہننے کی کوشش کریں۔

بیٹھنے کی حالت میں بچے کو کپڑے پہننے میں مدد دینے کے لئے
اس کو مستحکم حالت میں رکھیں۔ اس طرح اپنے کو لمبے مزے
رکھنے اور جسم آگے رکھنے میں آپ اس کی مدد کر سکتے ہیں۔



پہرا کیلئے

ابتدا میں مدد کے

ساتھ اور



بچے کو ایسی حالت معلوم کرنے میں مدد دیں جس میں کپڑے پہننے کے لئے
وہ جسم کو قابو میں رکھ سکے۔

لختیائیز قانع والا بچہ جب اپنے بازو اٹھانے یا بولنے کی کوشش کرتا ہے تو اس کے پیر زمین
سے اٹھ سکتے ہیں۔ یا ٹانگیں پھیل سکتی ہیں۔ ان کو ایک ساتھ رکھنے کے لئے گھٹنوں پر دھاڑ ڈالنے کی
کوشش کریں یا پیروں کے اوپر دھاڑ ڈالیں۔



کپڑے پہننے کے لئے تجاویز:

☆ اگر ایک بازو یا ٹانگ دوسری سے زیادہ متاثر ہو تو متاثرہ حصے پر کپڑے پہنانا آسان ہوتا ہے۔

☆ کپڑے ایسی جگہ پر رکھیں جہاں بچہ آسانی سے اپنے کو دیکھ سکے اور ان تک پہنچ سکے تاکہ وہ کسی بھی

ممکن طریقے سے مدد کر سکے۔

☆ اگر بازو مڑا ہوا ہو تو پہلے اس کو آہستہ سیدھا کرنے کی کوشش کریں اور پھر آستین



پڑھادیں۔ (اگر آپ زور لگا کر یا تیزی سے سیدھا کرنے کی کوشش کریں گے تو وہ مزید اکڑ سکتا ہے۔)

اس کی کمر کے نچلے حصے پر ہاتھ رکھنے سے اس کے کولہے اور ٹانگیں موڑنے میں مدد ملے گی۔
یا آپ اپنے ہاتھ سے اس کا گھٹنا موڑنے میں مدد کر سکتے ہیں۔

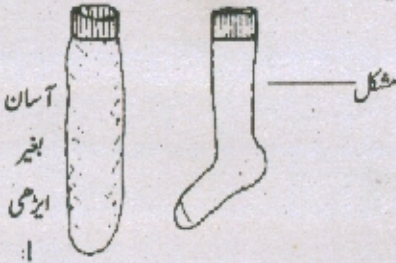


☆ اگر ٹانگیں سیدھی اکڑی ہوئی ہوں تو شلوار یا جوتے پہنانے اس سے ٹانگیں ڈھیلی رہتی ہیں اور بچہ بہتر طور پر قابو حاصل کرتا ہے۔

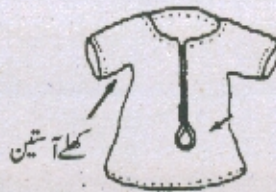
☆ کپڑے پہنانا آپ شروع کریں مگر بچے کو خود ختم کرنے دیں۔ رفتہ رفتہ اس کو زیادہ سے زیادہ خود کرنے دیں۔ اگر وہ سب کچھ خود کر سکے تو اس کو وقت دیں۔ اگر وہ خود کرنے میں دشواری محسوس کر رہا ہو تو آپ اس کے لئے جلدی کرنے کی کوشش مت کریں۔ جب وہ بہتر انداز میں کرتا ہے یا کوشش کرتا ہے تو اس کی تعریف کریں۔

☆ ڈھیلے اور پسینے میں آسان کپڑے استعمال کریں۔ یہاں کچھ تجاویز ہیں:

بغیر ایزمی والی جراثیم سے بچنے کیلئے پسینے میں آسان ہوتی ہیں۔



کھینچنا آسان بنانے کیلئے زپ کے ساتھ چھندا



الاسٹک کا کر بند



ٹخن یا زپ استعمال نہ کریں۔ یا ویلکرو (چپکنے والا) کپڑا استعمال کریں (کپڑا استعمال کریں)

ٹخن والے ٹخن کھولنے میں آسان ہوتے۔ اگر ٹخن استعمال کئے جائیں تو بڑے ٹخن استعمال کریں اور کاج بہت بڑے بنائیں۔

ٹخن کی بجائے ویلکرو (چپکنے والا کپڑا) ویلکرو (چپکنے والا کپڑا)



☆ جو بچے انگلیوں کو قابو میں نہیں رکھ سکتے، ٹخن کھولنے اور بند کرنے کے لئے ایک سادہ اوزار بنائیں۔

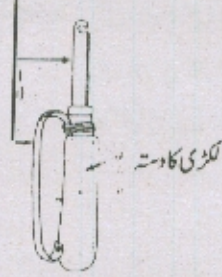
ہاتھ کے گرد پکڑ کیلئے سرامز اہوا۔
دھات کا پتلا اور سخت ٹکڑا

سخت پٹی تار

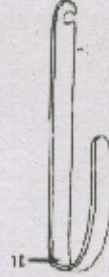
اگر بہت کمزور ہو تو پکڑنے کیلئے پٹی



ٹکڑی کا گولہ بکھرا



ٹکڑی کا دستہ



ہر جوتے پر کسی جانور کی آدمی تصویر اس طرح بنائیں کہ

جب جوتے صحیح طرح پہنے
جائیں تو دونوں حصے مکمل
جانور کی تصویر بناتے ہوں۔



☆ جو بچے لباس اٹایا جوتا غلط طور پر پہنتا ہو اس کو یاد
دلانے کے لئے کوئی نشانی بنائیں مثلاً
اس کے لباس کے اگلے حصے پر رنگدار لگائیں

☆ جس بچے کو اپنے عیروں تک پہنچنے میں دشواری ہو تو کندھے والا ڈانڈا مفید ہو
تمام مقاصد کیلئے استعمال
ہونے والا اوزار

سکتا ہے۔

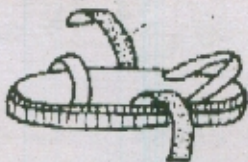


جوتوں کیلئے تجاویز:

بگل کے بجائے

☆ اوپر مزے ہوئے بچوں کیلئے آپ جوتے کے اوپر
والا حصہ کاٹ سکتے ہیں یا کھلی چیل استعمال کر سکتے

ہیں۔

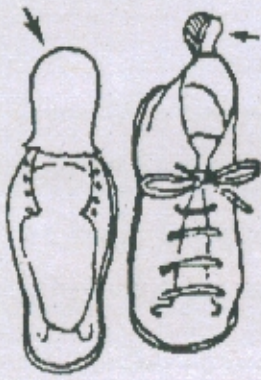


ویکرو کی پٹیاں



بڑے سوراخ

☆ کپڑے کے جوتے یا جوں تک کھلنے والے جوتے پہننے میں آسان ہوتے ہیں۔

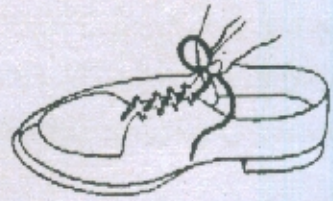
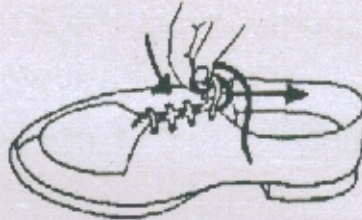


ایزمی پر لگا ہوا چمڑے یا کپڑے
کے پھندے سے کھینچنا آسان
ہو جاتا ہے۔
بڑی ٹاپ کے جوتے استعمال
کرنے پر غور کریں۔



آسانی سے بند کرنے کے
لئے ویلکرو کی جیٹوں سے بچے
جوتے پہننے میں زیادہ خود مختار
ہو سکتے ہیں۔

صرف ایک ہاتھ سے جوتوں کو کیسے باندھا جائے



یہاں سے کاٹیں

☆ اگر ہیرے کی طرف اس طرح سیدھا اگڑتا ہو کہ جوتا پہننا مشکل ہو تو آپ جوتے کا پچھلا حصہ کاٹ سکتے ہیں اور
ہیرے سے ڈال سکتے ہیں۔

☆☆☆☆☆