

باب نمبر 40

سیکھنے اور رویہ بہتر بنانے کے طریقے

”میں اب بھی سلیم کو خود کھانا کھلاتی ہوں۔ کیونکہ جب وہ خود کھاتا ہے تو سارا کھانا ادھر ادھر پھینکتا ہے۔ زیادہ حرا دینے سے اس کا رویہ مزید بدتر ہو جاتا ہے۔“



”میں جب بھی سلیم کو تھوڑی دیر کے لئے بھاتی ہوں تو وہ رونا اور چیخنا شروع کر دیتی ہے۔ جہاں پر دوسرے لوگ موجود ہوں وہاں وہ اور بھی زیادہ روتی ہے۔ دریا پر وہ اتنی روتی ہے کہ میں کپڑے نہیں دھو سکتی۔“



”ارشد گھر اور سکول میں دوسرے بچوں کے ساتھ جھگڑا شروع کرتا ہے یا ان کو تنگ کرتا ہے۔ ایسا دکھائی دیتا

ہے کہ جب لوگ اس پر غصہ ہو رہے ہوں تو وہ لطف اندوز ہوتا ہے۔“



معذور اور صحت مند دونوں بچوں میں رویے سے متعلق یہ اور اس طرح کے دوسرے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں لیکن کچھ معذور بچوں کو قابل قبول اور مناسب رویہ دیکھنے میں خصوصی دشواری ہوتی ہے۔ ذہنی طور پر معذور بچوں کا رویہ خراب ہو سکتا ہے کیونکہ اپنے والدین اور دوسرے لوگوں سے ملنے والے غیر واضح یا متضاد بیانات سے وہ پریشان ہو سکتے ہیں۔ جسمانی طور پر معذور بچے بعض اوقات شرارتی ہو جاتے ہیں کیونکہ وہ اپنے کاموں کے لئے دوسروں کے محتاج ہوتے ہیں ان میں خود اعتمادی نہیں ہوتی اور بھلائے جانے سے خوفزدہ ہوتے ہیں۔ دوسری طرف خاموش اور اچھے رویے والے بچوں کو جب نظر انداز کیا جاتا ہے تو وہ دوسروں کی توجہ حاصل کرنے کے لئے بدسلوکی سیکھ سکتے ہیں۔

اصولاً جب بچے بار بار بدسلوکی کرتے ہیں تو اس کی وجہ سے یہ ہوتا ہے کہ ان کو اپنے خراب رویے سے کچھ اطمینان یا تسلی ملتی ہے۔ اس لئے بچوں کو قابل قبول رویہ دیکھنے میں مدد دینے کے لئے ہمیں ہمیشہ ان کو یہ دکھانا چاہئے کہ اچھا رویہ خراب رویے سے زیادہ اطمینان بخش ہے۔

اس باب میں اس کے متعلق مختلف طریقے بتائے گئے ہیں۔ طرز عمل کے طریقے کو پانچ مختلف حصوں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔

(۱) اپنے بچے کے ناقابل قبول طرز عمل کے حالات کا بغور مشاہدہ کریں۔

(۲) اپنے بچے کے خراب رویے کی وجہ سمجھنے کی کوشش کریں۔

(۳) اس کی فوری ضروریات اور نشوونما کی سطح کی بنیاد پر بہتری کا معقول ہدف مقرر کریں۔

(۴) چھوٹے اقدامات سے یہ ہدف پورا کرنے کی منصوبہ بندی کریں۔ ہمیشہ اچھے طرز عمل کو سراہیں اور خراب رویے پر خوشی یا توجہ نہ دکھائیں۔

(۵) بچے کا رویہ بہتر ہونے کے بعد رفتہ رفتہ اس کے سکھانے کے زیادہ قدرتی طریقے اپنائیں۔

سیکھنے اور بہتر رویہ کے لئے طرز عمل کا طریقہ

پہلا قدم: اپنے بچے کے طرز عمل کے حالات کا مشاہدہ کریں۔

اپنے بچے کو زیادہ قابل قبول رویہ اپنانے میں مدد دینے کے لئے پہلے اس چیز کا بغور مشاہدہ کریں کہ جب بچہ پریشان کن رویے کی حرکات شروع کرتا ہے تو اس کے ارد گرد یا اس کے ساتھ کیا ہو رہا ہوتا ہے۔ ایک یا دو ہفتے تک بغور مشاہدہ کرتے رہیں۔ ان موقعوں کو زیادہ واضح دیکھنے کے لئے اپنے مشاہدات لکھنا مفید ہوتا ہے اپنے ریکارڈ کو واضح اور آسان بنانے کی کوشش کریں۔ پر وہ چیز نوٹ کریں مثلاً سلیم کی ماں مندرجہ ذیل چیزیں نوٹ کر سکتی ہے۔

سلیم آرام سے بیٹھوٹیں مصروف ہوں۔

سکول کا وقت ہو گیا ہے تم دونوں جلدی کھاؤ

یہ ہے تمہارا
ناشہ



وہ مجھے پکارتا رہا لیکن میں مصروف تھی اور اس سے کہا کہ خاموش رہے۔



پھر میں نے بڑے بچوں کو سکول کیلئے تیار کیا



میں نے اس کو کرسی میں بٹھا کر خوراک دی

سلیم آئندہ کبھی اپنا کھانا مت بھینکتا اور نہ تمہارے لئے بہت برا ہوگا۔

تھینر

ای سلیم پھر اپنا کھانا پیچک رہا ہے۔

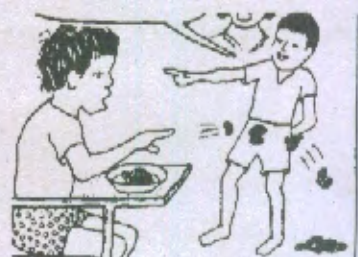


پھر اپنے کھلونوں سے کھیلنے کیلئے میں نے اس کو بچھاتا



اب رونا بند
کر دیا اور کھاؤ

وہ رونے لگا اس کو چپ کرانے کیلئے میں نے اس کو ناشہ کھلایا۔



میں نے اس کو تھپس مارا
سلیم کھانا پیچکنے لگا

دوسرا قدم: اپنے مشاہدات کی بنیاد پر یہ معلوم کریں کہ آپ کا بچہ کیسے رو یا اختیار کرتا ہے۔ ان سوالات کے جوابات تلاش کریں۔

☆ کوئی چیز اس کے مقابل قبول روئیے کا سبب بنتی ہے؟

☆ کیا اس کے طرز عمل کی جزوی وجہ آپ یا دوسرے ہیں؟

☆ اس کے رویے سے کون سے ایسے اطمینان بخش نتائج نکلتے ہیں جن کی وجہ سے وہ دوبارہ ایسا کرنا چاہتا ہوگا؟

☆ کیا بچے کے طرز عمل کی جزوی وجہ خوف یا اپنے آپ کو غیر محفوظ سمجھنا ہے؟

بار بار یہ مشاہدہ کرنے کے بعد کہ سلیم کے کھانا پھینکنے سے پہلے کیا ہوتا تھا اس کی ماں کو کچھ جوابات ملنا شروع ہو گئے۔

☆ سلیم زیادہ تر اس وقت کھانا پھینکتا ہے جب میں اس کو اکیلا چھوڑ دیتی ہوں۔ خصوصاً جب میں دوسرے بچوں کے ساتھ مصروف ہوتی ہوں۔

☆ سلیم کیلئے میرے پیغامات فیروا ضح اور آپس میں متصادم ہوں۔ میں ایک ہی وقت میں اس کو ڈانٹتی بھی ہوں اور توجہ بھی دیتی ہوں۔ مثلاً چھوٹے بچے کی طرح اس کو کھانا

کھلاتی ہوں۔

☆ کھانے کی چیزیں پھینکنے سے سلیم کو بہت اطمینان ملتا ہے۔

سلیم کا خوراک کی چیزیں پھینکنے کی مسکن وضاحت:

اس کو کیا ملتا ہے۔

☆ اس کو پورے خاندان کی توجہ ملتی ہے۔

☆ اس کی ماں جلدی دوسرے بچوں کو چھوڑ کر اس کے پاس چلی جاتی

ہے۔

☆ جب اس کی ماں اس کو ڈانٹتی یا تھپڑ مارتی ہے اور وہ روتا ہے تو وہ

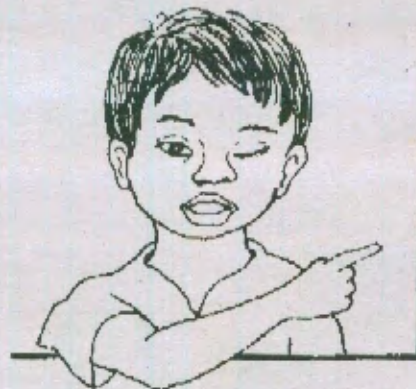
چھوٹے بچے کی طرح اس کو تسلی دیتی ہے اور اس کا خیال رکھتی ہے۔

☆ اور پھر اس کو اپنے کھلونے کھیلنے کیلئے ملتے ہیں۔

☆ جب اس کو چھوٹے بچے کی طرح کھلایا جاتا ہے تو اس وقت اس کا یہ

خوف دب جاتا ہے کہ وہ بڑا ہو کر اپنی ماں کی توجہ اور دیکھ بھال کھور ہا

ہے۔



سبب

خوراک کی چیزیں پھینکنے سے وہ کیا کھوتا ہے۔
سلیم کو نظر انداز کیا جاتا ہے جب اس کی اس کی ماں کو غصہ آتا ہے، اس کو ڈانٹتی ہے اور تھپڑ مارتی ہے۔

ماں دوسرے بچوں کے ساتھ مصروف

ہوتی ہے تو اس کو اکیلا چھوڑ دیا جاتا

ہے۔ اس کو یہ خوف ہو سکتا ہے کہ اگر وہ

خود کھائے تو اس کو مزید نظر انداز کیا جاتا

ہے۔ وہ اپنی ماں کی توجہ اور دیکھ بھال کا

بہت محتاج ہے۔

تیسرا قدم بچے کا طرز عمل بہتر بنانے کے لئے ہدف مقرر کریں۔

اگر بچے کے طرز عمل میں کئی مسائل ہوں تو ایک وقت میں ایک کو بہتر بنانے کی کوشش کرنی چاہیے۔ مثبت سوچ رکھیں اپنی خواہش کے اچھے طرز عمل کے مطابق ہدف مقرر کرنے

کی کوشش کریں آپ کے ہدف کا مقصد صرف خراب رویے کا خاتمہ نہیں ہونا چاہیے۔ سلیم کیلئے ہدف یہ ہو سکتا ہے کہ وہ خاموشی سے خود کھانا سیکھ سکے (صرف یہ نہیں کہ وہ خوراک کی چیزیں

بچہ کیلئے نشوونما کی سطح پر اہداف ممکن ہونے چاہئیں۔

چوتھا قدم بچہ کا رویہ بہتر بنانے کیلئے منصوبہ بندی کریں:

اچھے طرز عمل کو مسلسل سراہتے رہیں۔ ہر مرتبہ جب بچہ آپ کی مرضی کے مطابق رویہ اختیار کرتا ہے تو فوراً اس کی تعریف کریں۔ تعریف کے چند الفاظ گلے لگانے، خصوصی رعایت (اپنے ہنسدیدہ کھلونے سے کھیلنے کا موقع) انعام کی مختلف شکلیں ہو سکتی ہیں۔ یا بچے کو کھانے کی ہنسدیدہ چیز تھوڑی سی دے دیں لیکن اس بات کا خیال رکھنا چاہئے کہ صرف پتلے بچوں یا جب کوئی اور چیز کارگر ثابت نہ ہو تو خوراک کی چیزیں انعام کے طور پر دی جاسکتی ہیں۔ رٹے بچے کو بدسلوکی پر سزا دینے کی بجائے ممکن حد تک نظر انداز کریں۔ بدسلوکی پر سزا دینے کے بجائے اچھے رویے پر انعام دینے سے والدین اور بچے دونوں کیلئے برے احساسات کے بغیر، بہتری آتی ہے۔

ہمیشہ اچھے رویئے کا صلہ دیں اور کبھی بھی بدسلوکی پر سزا مت دیں، طرز عمل کے طریقے میں یہ بات

اہم ہے۔

مثلاً جب بھی سلیم خوراک کی چیزیں چھینکے بغیر کھاتا ہو تو سارے خاندان کو اس کی تعریف اور حوصلہ افزائی کرنی چاہئے۔



شاہا ش سلیم! اب تم بھی دوسرے

سلیم کو معلوم ہوتا ہے کہ اچھے رویئے سے انعام اور توجہ ملتی ہے۔

بچوں کی طرح خود کھا سکتے ہو۔

لیکن جب بھی وہ اپنا کھانا پھینکتا ہو تو خاندان کے افراد اس کو نظر انداز کریں یا شاید صرف کہیں ”سلیم مجھے افسوس ہے کہ تم نے ایسا کیا“ یا ”اگر تم نے ایک مرتبہ اور ایسا کیا تو میں تم سے کھانا لے لوں گی کیونکہ میں یہ گند صاف کرتے ہوئے تھک گئی ہوں۔“ (اس کو سزا بنانے کی بجائے نتیجہ بتائیں) ہمیشہ وہ کچھ کریں جو آپ کہتے ہیں کہ کریں گے۔



آج تمہارا سکول کیسا تھا؟

وہ جلدی یہ سیکھ لیتا ہے کہ کھانا پھینکنے سے کوئی اچھا صلہ نہیں ملتا

اچھا تھا امی

اضافی مشورے:

☆ اپنے بچے کے رویے پر یکساں رد عمل دکھائیں۔ اگر بعض اوقات آپ اچھے رویے پر انعام دیتے ہیں اور دوسرے اوقات نظر انداز کرتے ہیں یا اگر بعض اوقات آپ بدسلوکی کو نظر انداز کرتے ہیں اور کبھی بچے کو ڈانٹتے ہیں یا بچے جو چاہتا ہے وہ کرتے ہیں تو یہ پریشان کن ہوگا۔ اس کا رویہ بہتر ہونے کا زیادہ امکان نہیں ہوتا۔

انتباہ: یہ طریقہ استعمال کرتے وقت شروع میں بچے کا رویہ حقیقتاً بدتر ہو سکتا ہے۔ جب سلیم اپنا کھانا پھینک کر بھی اپنی ماں کی توجہ حاصل نہیں کرتا تو وہ برتن بھی پھینک سکتا ہے۔ بہت ضروری ہے کہ اس کی ماں اس کے مطالبات کے آگے ہار نہ مانے بلکہ اپنے طریقہ کار میں یکساں رہے۔ جب وہ مستقل مزاج رہے گی تو صرف تب ہی وہ یہ سیکھ سکے گا کہ بدسلوکی کی بجائے اچھے رویے سے اس کو سب کچھ ملتا ہے۔

☆ چھوٹے چھوٹے اقدامات کے ذریعے اپنے ہدف کی طرف بڑھیں۔ اگر آگے کے قدم چھوٹے اور واضح ہوں تو اکثر بچہ زیادہ آسانی سے نکلے گا اور بعض اوقات بدسلوکی کے ابتدائی وقت سے بچا جاسکتا ہے۔

مثلاً جب ماں دوسرے بچوں کے ساتھ مصروف ہو تو یہ توقع رکھنا کہ سلیم اچانک خاموشی سے کھانا کھائے گا، غلط ہوگا۔ اس کے بجائے اس کی ماں اس ہدف تک پہنچنے میں اس کی مدد کر سکتی ہے۔

سلیم کی ماں کیلئے ایک ممکنہ ابتدائی قدم یہ ہو سکتا ہے کہ دوسرے بچوں کے سکول جانے کے بعد سلیم کو اس کا کھانا دے۔ اس طرح جب وہ کھاتا ہے تو ماں اس کے قریب رہ سکتی ہے۔



ماں کیلئے دوسرا قدم یہ ہو سکتا ہے کہ جب سلیم کھا رہا ہو تو وہ اپنا کام کرے مگر اس کے ساتھ باتیں کرتی رہے اور جب وہ بہتر کرے تو اس کی تعریف کرے۔ سلیم تم بہت اچھے بچے ہو تم بہت بڑے ہو جاؤ گے۔

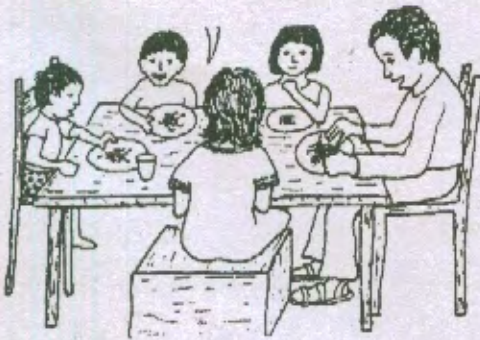


اب ایک اور نوالہ لو تمہارے لئے اچھا ہے۔ اچھا بیٹا، اچھے تم پر فخر ہے۔

اس طرح سلیم یہ دیکھے گا کہ خود کھانا کھانے کا مطلب یہ نہیں کہ اکیلا چھوڑ دیا جائے بلکہ اس کو اپنی ماں سے زیادہ توجہ ملتی ہے۔

پانچواں قدم: بچہ کا بہتر رویہ عادت بننے کے بعد بچہ کو سکھانے کیلئے رفتہ رفتہ زیادہ قدرتی طریقہ کی طرف بڑھیں۔

کیا یہ بہتر نہیں ہے کہ اب ہم سب مل کر آرام سے کھاتے ہیں۔



بچے کو اس کا رویہ بہتر بنانے میں مدد دینے کے لئے بتایا گیا طرز عمل کا طریقہ اکثر اچھے نتائج دیتا ہے۔ بچے کی حرکتوں پر آپ کے رد عمل یکساں ہوتے ہیں اور ان کی احتیاط سے منسوب بندی کی جاتی ہے۔ لیکن انسانی تعلقات میں ایسا محدود طریقہ قدرتی نہیں ہوتا۔ دوسرے لوگوں کی طرح والدین اور بچوں کو یہ سیکھنے کی ضرورت ہے کہ ان کے آپس کا تعلق کسی منصوبے کے تحت نہیں ہونا چاہیے یا اس لئے کہ ہر عمل کا صلہ ملتا ہے بلکہ اس لئے کہ انہیں ایک دوسرے کو خوش رکھنے میں حزمہ ہے۔

اس لئے بچے کا نیا طرز عمل بننے کے بعد آخری قدم یہ ہوتا ہے کہ بہتر تعلق کی خوشی بانٹتے ہوئے فوری انعامات کو رفتہ رفتہ کم کیا جائے۔

بچہ کی نشوونما کی سطح کی بنیاد پر معقول اہداف رکھنا:

بچے کے طرز عمل میں بہتری کیلئے ہدف رکھتے وقت یا نئی صلاحیت سیکھتے وقت، حقیقت پسند ہیں۔ پہلے بچے کی نشوونما کی سطح معلوم کریں اور اس سطح سے ہم آہنگ ہدف مقرر کریں (بچے کی نشوونما کی سطح معلوم کرنے کے لئے باب 34 بچے کی نشوونما اور نشوونما میں تاخیر دیکھیں)

صفحہ 349 پر سطح کی مثال لیں کہ جب بھی اس کی ماں اسے بٹھاتی ہے تو وہ چیخا اور رونا شروع کر دیتی ہے۔ سطحی وقتی معذور ہے، جس کا مطلب ہے کہ اپنی عمر کے حساب سے اس کی نشوونما سے روٹنے اور پیچھے کے دوروں سے نیچے کے لئے اس کی عمر نہیں بلکہ اس کی نشوونما کی سطح کو مد نظر رکھتے ہوئے اس کی ماں اقدامات کی منصوبہ بندی کر سکتی ہے۔

فرض کریں کہ سطحی بہت چھوٹے۔ بچہ کا نشوونما اس سطح پر ہے وہ اپنے ہاتھوں کو قابو میں نہیں رکھ سکتی اور اس میں خود کھینے کی صلاحیت نہیں ہے، یا دوسروں کی نقل نہیں کر سکتی۔ اس کو بہت بنیادی اقدامات اور واضح اور آسان پیغامات سے شروع کرنا چاہئے۔ مختصر وقت کے لئے اس کو بٹھا کر اس کی ماں اس وقت تک اس کی تعریف کر سکتی ہے، اس سے بات کر سکتی ہے یا اس کے لئے گاسکتی ہے جب تک وہ رونا اور چیخا شروع نہیں کرتی۔ جب وہ رونا شروع کرے تو اس کی ماں کو اسے کم سے کم توجہ دینی چاہئے اور اس کے مطالبات کے آگے ہار نہیں مانی چاہئے۔ اگر وہ سانس لینے کے لئے بھی رونا بند کرے تو صرف اس وقت اس کی ماں کو اسے توجہ دینی چاہئے اور سراہنا چاہئے۔ اس طرح سطحی یہ سیکھنا شروع کرے گی کہ رونے کے بجائے اچھے طرز عمل سے وہ صلہ حاصل کرتی ہے۔



سطحی! میں بھی تمہاری مدد کروں گی۔
اچھی بیٹی! کپڑے دھونے میں میری مدد کرو



میں بہت خوش ہوں کہ تم نے رونا بند کیا میں تمہیں گلے لگاتی ہوں۔

نوٹ: اس سطح پر سطحی زیادہ دیر تک ایک کام جاری نہیں رکھ سکتی۔ رونے کے دوروں سے نیچے کے لئے اس کی ماں کو ان کاموں کو اکثر تبدیل کرتے ہوئے دلچسپ بنانے اور اس سے بہت باتیں کرنے کی ضرورت ہوگی۔ اس سارے عمل میں دوسرے بچے بہت مددگار ہو سکتے ہیں۔



بچے کو اپنی دنیا کا احساس کرنے میں مدد دینا:
بچے کو اپنی اور گردی دنیا کا احساس کرنے کے لئے ہم اس کے ساتھ رابطہ بہتر بنانے پر زیادہ زور دیتے ہیں۔ بچے کا طرز عمل تبدیل کرنے کی بجائے ہمیں بچے کو چیزیں واضح طریقے سے سمجھنے میں مدد کرنی چاہئے تاکہ وہ ایسا رویہ اختیار کرے کہ ہر ایک کیلئے زندگی کو مزید خوشگوار بنا کر پیش کرے تو اس کی تعریف کرنی سکے۔ یہ مقصد حاصل کرنے کے لئے پہلے والدین بچے کے ساتھ اپنا طرز عمل سمجھنا اور تبدیل کرنا چاہئے۔

سکھتے ہیں۔ وہ بچے سے رابطے کے ایسے طریقے ڈھونڈتے ہیں جو یکساں اور مفید ہوں اور جو اچھے طرز عمل کو آگے بڑھاتے ہوں۔

طرز عمل کے اس طریقے کے ذریعے سلیم اور سلپی جیسے ذہنی طور پر معذور یا نشوونما میں تاخیر والے بچوں کی اکثر مدد کی جاسکتی ہے کہ وہ دوسرے لوگوں سے بہتر انداز میں پیش آئیں اور بنیادی صلاحیتیں جلدی سکھ سکیں۔

یہ طریقہ تقریباً کسی بھی عمر میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔ چھوٹی عمر کے بچوں کے لئے اکثر آسان ہوتا ہے (1 سے 4 سال کی نشوونما کی عمر) کم عمر میں شروع کرنے سے طرز عمل کے چھوٹے مسائل بعد میں بڑے مسائل بننے سے روکے جاسکتے ہیں۔ بہت کم عمر کے یا شدید ذہنی معذور بچے کے لئے بنیادی اہداف مقرر کرنے چاہئیں اور ان اہداف کی طرف پیش رفت کو چھوٹے اقدامات میں تقسیم کرنا چاہئے۔ ہر اقدام پر عبور حاصل کرنے کے لئے ہر چھوٹی پیش رفت پر یکساں تعریف اور انعامات کے ساتھ بہت زیادہ ہر آنے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

جو بچے ذہنی طور پر صحت مند لیکن جسمانی طور پر معذور ہوں بعض اوقات ان میں بھی طرز عمل کے ناقابل قبول نمونے نمودار ہوتے ہیں۔ طرز عمل کا یہ طریقہ ان کے لئے بھی مفید ہو سکتا ہے۔ نیچے دی گئی کہانی سے معلوم ہوتا ہے کہ یہ طریقہ استعمال کرتے ہوئے کس طرح ارشد کا طرز عمل بہتر بنایا گیا۔

ارشد کی کہانی

گھر پر دادی نے ایسی چیزیں ڈھونڈنی شروع کی جن میں ارشد اس کی مدد کر سکتا تھا اور جب وہ ان کو کرتا تھا تو وہ اپنی خوشی کا اظہار کرتی تھی۔ جلانے کی ککڑیاں لانے میں مدد دینے کے لئے دادی نے اس کے لئے دونوں اطراف سے کھلا کر پر لگانے والا تھیلا بنایا۔ دادی اس کے خراب رویے پر خاموشی سے پتھہ کر لیتی تھی اور جب بھی وہ خاموشی سے سکول یا گھر کا کام کرتا تو وہ اپنی خوشی کا اظہار کرتی۔

ارشد ایک دس سالہ ذہین بچہ ہے جس کی ٹانگیں پولیو کی وجہ سے مفلوج ہو گئیں ہیں۔ وہ اپنی دادی کے ساتھ رہتا ہے۔ وہ بہت شور کرتا ہے اور بدتمیز ہے اور جب بھی دوسرے بچوں کے ساتھ کھیلتا ہے۔ یہ کھیل جھگڑے میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ ارشد کلاس میں اتنے زیادہ مسائل پیدا کر چکا ہے کہ حال ہی میں اس کے استاد نے اس کی دادی سے کہا کہ اگر اس نے اپنا رویہ تبدیل نہ کیا تو وہ اس کو سکول سے نکال دے گا۔ اس کا استاد اور دادی دونوں اس کو ڈانٹنا اور مارنا آزما چکے ہیں لیکن اس سے ارشد کا طرز عمل بدتر ہوا ہے۔ اس کی دادی کہتی ہے کہ اس کو یہ اچھا لگتا ہے کہ لوگ اس پر غصہ ہوں۔



آگ کیلئے ککڑیاں لانے کا بہت شکر یہ، آؤ کیک کھاؤ، بیوس میں تمہارے لئے پکایا ہے۔



سکول میں استاد نے دوسرے بچوں سے بات کی کہ کس طرح ارشد کو اپنے کھیلوں میں شامل کیا جائے۔ جب وہ فٹ بال کھیلتے تو ارشد گول کیپر بن جاتا یہ بات سب کے لئے باعث حیرت تھی کہ ارشد بہترین گول کیپر تھا۔ وہ اپنی بیساکھیوں کی مدد سے گیند کے پاس

حال ہی میں ارشد کی دادی اس کو مشورے کے لئے گاؤں کے بحالی مرکز لے گئی۔ ارشد کا رویہ بہتر طریقے سے سمجھنے کے لئے ایک دیہاتی کارکن نے اس کی دادی کو ارشد اور اس کے اپنے طرز عمل کا مشاہدہ کرنے میں مدد دی اس کو احساس ہوا کہ۔

بچے کو دوسروں کے مقابلے میں گیند کو زیادہ قاصطے تک لات مار کر پہنچاتا۔ جلد ہی تمام بچوں کی خواہش ہو گئی کہ ارشد ان کی طرف سے کھیلے۔ ابتدا میں ارشد نے کچھ جھگڑے شروع کئے لیکن جب وہ جھگڑا کرتا تو اس کو خاموشی سے ایک جانب بٹھا دیا جاتا جلد ہی اس نے یہ سیکھ لیا کہ کھیل جاری رکھنے کے لئے اس کو بچوں کو مارنے سے گریز کرنا چاہئے۔



جب ارشد خاموش ہوتا ہے اور اس کا طرز عمل اچھا ہوتا ہے (جو اکثر نہیں ہوتا) تو ہر کوئی اس کو نظر انداز کرتا ہے یا اس کو بھول جاتا ہے۔

نتیجتاً ارشد کو احساس ہوتا ہے کہ کوئی اس سے پیار نہیں کرتا اور بے کار ہے۔ وہ جذباتی انسانی رابطہ چاہتا ہے اور وہ لوگوں کو غصہ دلا کر یہ رابطہ حاصل کرتا ہے۔

اسی لئے ارشد کے خراب رویے کی وجہ سے اس کو بہت زیادہ انسانی رابطہ ملتا ہے، اگرچہ یہ بہت تکلیف دہ ہوتا ہے۔ جب کبھی وہ اچھا بننے کی کوشش کرتا ہے تو وہ محسوس کرتا ہے کہ کوئی اس سے پیار نہیں کرتا اور خود کو غیر ضروری محسوس کرتا ہے۔

اس کی دادی نے بتایا کہ میں حقیقتاً اس سے بہت پیار کرتی ہوں لیکن میرے خیال میں، میں اپنا پیار زیادہ نہیں دکھاتی۔ میں اس کی وجہ سے بہت غم مند ہوں۔

اچھا طرز عمل اختیار کرنے کے لئے ارشد کو یہ یقین دلانے کی ضرورت تھی۔ خراب رویے کی بجائے دوستانہ اور مددگار طرز عمل کے ذریعے وہ لوگوں کے زیادہ قریب آ سکتا ہے۔ اس وجہ سے دیہاتی کارکن، دادی، استاد، سکول کے بچوں، بحالی ٹیم اور خود ارشد نے مل کر ایسے طریقے ڈھونڈنے کی کوشش کی کہ وہ خود کچھ سکے کہ خراب طرز عمل سے اچھا رویہ بہتر ہوتا ہے۔



گاؤں کے بحالی مرکز میں دیہاتی کارکن نے ارشد کو دعوت دی کہ وہ آ کر چھوٹے اور معذور بچوں کے لئے تعلیمی کھلونے بنانے میں اس کی مدد کرے وہ کھلونا بنانے کی ابتدا کرنے میں ارشد کی مدد کرتا اور مکمل کرنے پر اس کی تعریف کرتا۔ جلد ہی ارشد نے وہ کھلونے خود بنانا سیکھ لیا اور وہ اپنے کام پر فخر محسوس کرتا۔ جب وہ دوسرے معذور بچوں کو اپنے ہاتھ کے بنے ہوئے کھلونوں سے کھیلتے اور دیکھتا تو بہت خوش ہوتا۔ اس نے فیصلہ کیا کہ بڑا ہونے کے بعد وہ ایک بحالی کارکن بنے گا۔

سزا کے بجائے صلہ نہ دینا، یا (ٹائم آؤٹ)

طرز عمل کا طریقہ استعمال کرتے ہوئے جس طرح ارشد کے دوستوں اور خاندان نے اس کی مدد کی، یہ کہانی کافی آسان اور سادہ دکھائی دیتی ہے۔ لیکن حقیقی زندگی میں یہ سزا دہرائی اتنا آسان ہوتا ہے۔ خراب رویہ بعض اوقات اتنا خراب ہوتا ہے کہ اس کو نظر انداز کرنا مشکل ہوتا ہے۔

عموماً خراب رویے کو بچے کیلئے غیر دلچسپ بنانے اور اہمیت نہ دینے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ بغیر صلے کا رد عمل دکھایا جائے۔ لیکن اس بات کو بھی یقینی بنائیں کہ اچھے طرز عمل کا صلہ دیا جائے۔ اس کا مطلب ہے کہ خراب رویے کے نتیجے میں ہر اطمینان بخش چیز رک جاتی ہے۔ (عام حالات میں ہر اطمینان بخش چیز شروع ہو جاتی ہے)

مثلاً جب سلیم کھانے کی چیزیں پھینکتا ہے تو اس کو ڈانٹنے اور کھلانے کے بجائے صورت حال کو ممکن حد تک غیر دلچسپ بنانے کے لئے تین یا چار منٹ کیلئے اس کی ماں کھانا اور خود کو وہاں سے ہٹا دیتی ہے۔

خوراک بنانے کو سزا سمجھا جا سکتا ہے۔ لیکن اس کا مقصد صورت حال کو ناخوشگوار بنانے کی بجائے غیر دلچسپ بنانا ہوتا ہے۔ چیزیں کم دلچسپ بنانے کے لئے بعض اوقات ہم

بچے کو کھتر وقت کے لئے اس صورتحال سے ہٹا سکتے ہیں۔ اس کو اکثر ٹائم آؤٹ کہتے ہیں۔



مثلاً جب ارشد کی دادی نے پہلے طرز عمل کا طریقہ اپنایا تو اس کو غصہ دلانے کے لئے چیختا اور اپنی بیساکھیوں سے چوڑوں کو مارتا لیکن معمول کی ڈانٹ ڈپٹ کے بجائے وہ اس سے کہتی کہ اگر وہ خاموش نہیں ہوتا تو وہ اس کو کونے میں اکیلے بٹھا دے گی۔ اگر اس کے بعد بھی وہ ٹھک کرنا جاری رکھتا تو اس کی دادی اس کو کونے میں لے جا کر کہتی کہ خاموش ہونے کے پانچ منٹ بعد تک اس کو وہاں رہنا پڑے گا۔ وہ ایک الارم گھڑی رکھتی جو پانچ منٹ بعد بجے گنتی مچی۔ شروع میں ارشد کونے میں بیٹھ کر رونا جاری رکھتا لیکن ہر مرتبہ ایسا کرنے پر دادی اس کے خاموش ہونے کے بعد گھڑی کا الارم پانچ منٹ بعد بجنے پر لگا دیتی۔ اس دوران وہ اس کو کوئی توجہ نہ دیتی اور اپنا کام جاری رکھتی۔

اس طرح کونے میں بیٹھے ہوئے ارشد نے سیکھا کہ زندگی کو دلچسپ بنانے کا واحد طریقہ یہ ہے کہ پریشانی پیدا کرنا بند کی جائے۔ چونکہ وہ ذہین تھا اس لئے اس نے جلدی سیکھ لیا تھا۔ (ست بچوں کو اکثر زیادہ عرصہ لگتا ہے۔)

ہمیں ٹائم آؤٹ (اکیلے بٹھانا) کو سزا کے طور پر نہیں بلکہ کوئی صلہ نہ دینے کے طور پر استعمال کرنا چاہئے۔ لیکن چونکہ ٹائم آؤٹ ایسا عمل ہے جو بڑے چھوٹوں سے زبردستی کرواتے ہیں تو یہ سزا دکھائی دیتا ہے۔ اس کو اس وقت آزمانے کی کوشش کریں جب بغیر صلے کے دوسرے کم پر زور طریقوں سے کام نہیں چلتا۔ ٹائم آؤٹ کا وقت پانچ منٹ سے زیادہ نہیں ہونا چاہئے (بہت کم عمر بچے کے لئے اس سے کم ہونا چاہئے)۔ اگر پانچ منٹ میں بچے کا طرز عمل بہتر نہیں ہوتا تو مزید پانچ منٹ کے بارے میں سوچیں۔ اگر بچہ خاموش نہ ہو تو پھر بھی اس کو کبھی بھی آدھے گھنٹہ سے زیادہ ٹائم آؤٹ (اکیلے) میں مت چھوڑیں۔

انتباہ: 5 سال سے کم عمر یا شدید ذہنی معذور بچہ کہ لٹری وقت پندرہ منٹ سے زیادہ مت بڑھائیں۔ اس دوران یہ دیکھتے رہیں کہ کیا بچہ قابل قبول رویے کیلئے تیار ہو رہا ہے یا نہیں۔

بچے کی نشوونما اور نئی صلاحیتیں سیکھنے کے لئے طرز عمل کا طریقہ

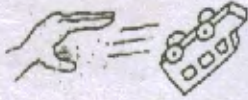
اس باب میں ہم نے زیادہ تر خراب رویے کو ٹھیک کرنے کے بارے میں بات کی ہے۔ البتہ بچوں کی نشوونما جاری رکھنے کے لئے بنیادی صلاحیتیں سیکھنے میں مدد دینے کے لئے بھی طرز عمل کا طریقہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔ یہ طریقہ عموماً ان بچوں کے لئے مفید ہوتا ہے جن کی نشوونما ذہنی یا جسمانی وجوہات کے بنا پر سست ہوتی ہے۔

بچے کی نشوونما کی بارے میں باب 34 میں ہم نے طرز عمل کے طریقے کی اہم خصوصیات بتائیں (1) واضح پیغامات دیں (2) سکھانے والی چیزوں پر ہمیشہ انعام دیں اور (3) چھوٹے اقدامات سے نئی صلاحیتوں کی جانب بڑھیں۔ کھلانے، کپڑے پہنانے اور رفع حاجت میں تربیت کے بارے میں ابواب میں بھی آپ طرز عمل کے اس طریقے کی نشاندہی کریں گے۔ یہاں پر ہم ان طریقوں کا جائزہ لیں گے جن کے ذریعے بچے کی بنیادی نشوونما اور سیکھنے کے عمل میں طرز عمل کا طریقہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔

شروع کرنے کے لئے بچے کو کلی طور پر دیکھنا:

بچے کی نشوونما میں مدد دینے کے لئے ابتدا میں ہی یہ دیکھیں کہ بچہ کیا کچھ کر سکتا ہے اور کیا نہیں کر سکتا۔ طرز عمل کے حوالے سے ہم اپنے مشاہدات کو چار حصوں میں تقسیم کر سکتے

منفی رویے: ایسی چیزیں جو وہ کرتا ہے لیکن جو خطرناک پریشان کن ہوں یا نشوونما میں حائل ہوتی ہوں۔ (مثلاً چیزیں توڑنا، لوگوں کو مارنا، نہلانے کے وقت چیخنا، کھلونوں سے کھیلنے کی بجائے ان کو پھینکنا)



اچھا بچہ مثبت رویے: بچے میں موجود صلاحیتیں اور خصوصیات خصوصاً جو نئی چیزیں سیکھنے میں اس کو مدد دیتی ہیں۔ (مثلاً اس کو اپنی تعریف سنانا اچھا لگتا ہے۔)

بنیادی ضروریات: یہ بچے کے طرز عمل میں ایسے مسائل ہوتے ہیں جو سیکھنے کا عمل آگے بڑھانے کے لئے حل کرنا ضروری ہوتے ہیں۔ نشوونما کی سطح کی بنیاد پر یہ مختلف ہوتے ہیں۔ (مثلاً بچے کا اپنی ماں سے کھیلنے کے لئے یہ ضروری ہے کہ وہ اپنے نام پر جواب دے جب ماں اس سے بات کرے تو وہ اس کو دیکھتا رہے اور ساتھ ساتھ کرکم از کم چند لمحے توجہ دے۔ یہ

بنیادی ضروریات بولنا اور کھیلنا سیکھنے یا نئی صلاحیتوں کی نشوونما میں ابتدائی اقدامات ہیں۔)



درمیانے رویے: ان کے مثبت اور مثبتی دونوں پہلو ہوتے ہیں اور ان کو مزید مثبت بنانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ (مثلاً خود خوراک شروع کرنے والا ایسا بچہ جو اپنے کپڑے اور چہرہ خوراک سے گندہ کرتا ہو، جب وہ خود کھاتا ہے تو ہم اس کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں (جو کہ مثبت ہے) لیکن گند پھیلانے کی حوصلہ افزائی نہیں کرتے۔ (جو کہ مثبتی ہے) جس بچے کو دوسروں سے بات چیت کرنے میں بہت دشواری ہو تو ضرورت کے تحت چیخنا یا رونے بھی مثبت تصور کئے جاسکتے ہیں۔ ہمیں اس کے رالبلوں کو مزید اطمینان بخش بنانے کی ضرورت ہے۔



ان مختلف رویوں کی فہرست بنا کر لکھنا مفید ہو سکتا ہے۔ ایک چھوٹی لڑکی کی ماں نے ایک ایسے دیہاتی صحت کارکن کی مدد سے مندرجہ ذیل فہرست بنائی تھی، جس نے یہ کتاب پڑھی تھی۔

بچہ: بشری عمر چار سال نہیں

مثبت رویے جو اب اس میں موجود ہیں اور جس کو ہم آگے بڑھا سکتے ہیں۔

☆ اپنی انگلیوں کی مدد سے خود کھاسکتی ہے۔

☆ کھوٹی میں تین دائرے ڈال سکتی ہے۔

☆ نہلانے سے لطف اندوز ہوتی ہے۔



☆ اپنے کپڑے اتار سکتی ہے۔

☆ اپنے کھیل سے لطف اندوز ہوتی ہے۔

☆ طاقت کا استعمال کیا جاتا ہے۔

☆ چھالقاڑ سکتی ہے: ماں، بابا، دودھ، ٹائی، موم اور ٹا

درمیانے رویے۔ جن کے مثبت اور منفی دونوں پہلو ہوتے ہیں۔

☆ تھوڑی دیر کیلئے کھلونوں سے کھیل کر پھینک دیتی ہے۔

☆ سوسو کہہ کر اپنے

کپڑے گیلے کرتی ہے۔



منفی رویے۔ جو اس کی نشوونما میں حائل ہیں یا خاندان کو پریشان کرتے ہیں۔

☆ جب غصے ہو جائے تو لوگوں کو مارتی ہے۔

☆ دودھ کی بوتل ہر وقت لئے پھرتی ہے اور جب بوتل چھین لی جائے تو چیخنے لگتی ہے۔

☆ اپنی خوراک دوسروں

پر تھوکتی ہے۔



بنیادی ضروریات (ایسی ترتیب سے کہ نئی صلاحیتیں اور طرز عمل نشوونما کر سکے)

☆ زیادہ دیر تک بیٹھنا اور توجہ دینا۔

☆ دوسری چیزوں کے لئے ہاتھ خالی کرنے کے لئے بوتل چھوڑ دینا۔

یہ فیصلہ کرنا کہ کہاں سے ابتدا کی جائے۔

☆ روپوں کی فہرست بنانے اور بشری کی بنیادی ضروریات کا جائزہ لینے کے بعد ہیلتھ ور کرنے، ابتدا کرنے کی منصوبہ بندی کے لئے بشری کی ماں کی مدد کی۔ اس نے بتایا کہ چونکہ ہم ایک وقت میں ساری چیزیں تبدیل نہیں کر سکتے۔ اس لئے ہمیں اپنی ترجیحات کا تعین کرنا چاہیے۔ اس لئے ہم اس رویے کا انتخاب کرتے ہیں جو ہم سب سے زیادہ متعارف یا تبدیل کرنا چاہتے ہیں۔

☆ اگر ہم نیارویہ یا صلاحیت متعارف کرانے کی کوشش کر رہے ہوں تو ہمیں اس رویے کے تمام پہلوؤں کے بارے میں سوچنا چاہیے۔ اس کے بعد ہم علیحدہ ان چھوٹے اقدامات کی منصوبہ بندی کرتے ہیں جو اس صلاحیت کے لئے ضروری ہوں۔ یہ واضح کرتے ہوئے کہ ہر قدم پر ہم کیا توقع رکھے ہوئے ہیں ہم قدم بہ قدم آگے بڑھنے میں بچے کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں اور مستقل تعریف اور چھوٹے انعامات دیتے رہیں۔

☆ درمیانے رویے بہتر بنانے کے لئے ہم بچے کو وہ صلاحیت بہتر بنانے میں مدد دے سکتے ہیں جو اس میں پہلے سے تھوڑی بہت موجود ہو۔ پہلے ہمیں اس کے رویے کے مختلف حصوں کے بارے میں سوچنا چاہیے۔ جن کا ہم سے واسطہ ہو۔ پھر ہم یہ فیصلہ کرتے ہیں کہ کون سے حصے مفید دکھائی دیتے ہیں اور کون سے حصے مفید نہیں ہیں۔ پھر ہم اچھے رویے کا صلہ دیتے ہیں اور خراب رویے کو نظر انداز کرتے ہیں۔ بچے میں بہتری آنے کے ساتھ، اس کو انعام دینے سے پہلے ہم اس سے اس وقت تک زیادہ توقع کر سکتے ہیں جب تک وہ رویے مکمل طور پر بہتر نہیں ہو جاتا۔

☆ اگر ہم پرانا طرز عمل کم یا روکنے کی کوشش کر رہے ہیں تو ہمیں دو چیزیں کرنی چاہئیں۔ پہلے ہم یہ دیکھتے ہیں کہ کب اور کہاں یہ طرز عمل ہوتا ہے اور اس سے پہلے اس کے دوران اور اس کے بعد کیا ہوتا ہے۔ ہم اس بات کا بغور مشاہدہ کرتے ہیں کہ بچہ کیا کرتا ہے اور ہم خود کیا کرتے ہیں۔ دوسرا، ہم یہ اندازہ لگانے کی کوشش کرتے ہیں کہ خراب رویے سے بچے کو کیا ملتا ہے۔ پھر ہمیں اس طرح تبدیل کرنے کی کوشش کرتے ہیں کہ خراب رویے سے اچھا رویہ زیادہ فائدہ مند ہو۔ یہ کرنے کے لئے ہم نئے اچھے رویے کا صلہ دیتے ہیں اور خراب رویے کو نظر انداز کرتے ہیں۔

بشری کے طرز عمل کے بارے میں سوچتے ہوئے اس کی ماں کو احساس ہوا کہ اس میں پہلے سے ہی کئی کارآمد صلاحیتوں کی ابتدا ہو چکی ہے۔ وہ اپنے ہاتھ بہتر طریقے سے استعمال کرتی ہے اور اس میں خود کھانے اور کپڑے پہننے کی صلاحیتوں کی ابتدا ہو چکی ہے۔ وہ چند الفاظ بھی کہہ سکتی ہے۔ اگرچہ یہ اچھا ہوتا اگر وہ ہاں اور نہیں بھی کہہ سکتی۔

اچھی

بچی



یہ بہت اہم ہے کہ اس کو تعریف کرنا اور گلے لگانا، نہلانا اور کھیل کود پسند ہیں۔ اسکا مطلب ہے کہ انصاف کا طریقہ کار استعمال کرنے سے وہ غالباً اچھی طرح سیکھ لے گی۔



لیکن کچھ چیزیں بشری کی صلاحیتوں کی مزید نشوونما سے روکتی ہیں۔ ایک جگہ پر بیٹھنے اور توجہ دینے کی وجہ سے اس کے لئے دوسرے لوگوں سے سیکھنا اور اپنے کھلونوں سے کھیلنا (جو وہ اکثر پیچھے چھپتی ہے) مشکل ہو جاتا ہے۔ اس کی دودھ کی بوتل بھی ایک بڑا مسئلہ ہے۔ بوتل کے لحاظ سے اس کی عمر زیادہ ہو چکی ہے لیکن اس کی ماں اس سے بوتل لینے میں خوفزدہ ہے کیونکہ بشری پھر جھنجھی ہے۔ اس کی ماں بوتل کو بیٹھے مشروب سے بھر دیتی ہے (جس کی وجہ سے بشری کے دانت خراب ہونا شروع ہو گئے ہیں)۔ سب سے بڑا مسئلہ یہ ہے کہ ہر وقت بوتل پکڑنے کی وجہ سے دوسری چیزیں کرنے کے لئے بشری کے ہاتھ آزاد نہیں ہوتے۔ مثلاً اپنے کھلونوں سے کھیلنا یا پیشاب کرنے کے لئے اپنی شلوار اتارنا۔

ان وجوہات کے بنا پر بشری کی ماں نے فیصلہ کیا کہ دوسرے شعبوں میں آگے بڑھنے کے لئے جن بنیادی ضروریات کو حل کرنا ضروری ہے، وہ یہ ہیں:

☆ بشری کو خاموشی سے بیٹھنے اور کسی چیز پر توجہ مرکوز کرنے میں مدد دینا

☆ ہر وقت اپنے ہاتھوں میں بوتل نہ پکڑنے میں بشری کی مدد کرنا۔

دیلتھ وکرنے بشری کی ماں کو آئینہ کے پارے میں ہدایات دیں۔ خاموش بیٹھنے اور چیزوں پر توجہ مرکوز کرنے میں بشری کو مدد دینے کے لئے اس کی ماں نے فیصلہ کیا کہ ان اوقات سے شروع کیا جائے جب بشری پہلے سے ہی خاموش بیٹھنے کے لئے راضی ہو۔ جو کہ کھانے اور نہانے کے اوقات تھے۔

مثلاً بشری کو کھانا دینے کے بعد اور اس کو آخری میٹھی چیز دینے سے پہلے اس کی ماں یا بڑا بھائی اس کے ساتھ پانچ منٹ یا زیادہ وقت کے لئے کھیلتے ہیں اور جب بھی وہ توجہ دیتی ہے تو اس کی تعریف کرتے ہیں۔ اب تم اس کو پھونک مارو

بشری! اب اس کو جاتے ہوئے

دیکھو

نشئی جاتی ہے ہر

اچھی بچی

ہر



ٹھیک ہے! ڈولی نے سوسو کرنا ہے! اس کو شلوار نیچے کرنے میں مدد دو

اچھی بچی،

ڈولی کو کہو کہ وہ اچھا بچہ ہے،

کہو اچھا بچہ

سوسو

بشری کی ماں نے فیصلہ کیا کہ بوتل کا استعمال رفتہ رفتہ کم کرنے میں اس کی مدد کرے۔ ابتدا میں وہ بوتل میں صرف پانی ڈالتی۔ چند دنوں بعد اس نے بوتل بھرنے سے انکار

کیا۔

شروع میں بشری چینچی اور لائیں مارتی تھی۔ لیکن جب وہ ایسا کرتی تو اس کی ماں اس کو میں تمہاری بوتل نہیں بھروں گی۔ لیکن اگر تم نظر انداز کرنے کی ہر ممکن کوشش کرتی۔ البتہ جیسے ہی بشری خاموش ہو جاتی تو وہ اسے گھاس سے کوئی خاموش رہو تو میں تمہیں لیموں کے شربت کا بیٹھا مشروب دیتی یا کوئی اور انعام دیتی۔



بعض اوقات بشری ٹھسے میں اپنی بوتل پھینک دیتی لیکن کچھ عرصہ بعد دوسرے کھلونے اگر تم نے دو بارہ مجھے لات ماری تو میں تمہیں یا چیزیں اٹھانے کیلئے وہ بوتل اکڑھیے رکھنے کی آخر کار اس کی ماں نے بوتل چھپا دی۔ دو بارہ پانچ منٹ کی لئے باہر کھڑا کروں گی۔

جب بشری اپنی بوتل بھول چکی تھی تو اس نے اپنے ہاتھوں سے کئی دوسری چیزیں دریافت کرنا شروع کر دیں۔ جب اس کو پیشاب آتا تو خود اپنی شلوار اٹھ کر لیٹی اور چند ہفتوں میں رفع حاجت کے قابل ہو گئی۔ اس نے اپنے کھلونے پھینکنے کے بجائے ان سے کھیلنا شروع کیا۔ جب اس نے چیزوں کو زیادہ توجہ دینا شروع کی تو اس نے کئی ایسی چیزیں دریافت کیں جن سے وہ لطف اندوز ہوتی تھی۔ چیخنا، خوراک تھوکانا اور لائیں مارنا جیسے اس کے طرز عمل کے کئی مسائل ختم ہونا شروع ہو گئے۔ اس کے ماں باپ اور بھائی اس کے ساتھ باتیں کرتے اور کھیلتے ہوئے زیادہ وقت گزارتے۔ جب وہ اچھا رویہ اختیار کرتی تو وہ اس کی تعریف کرتے اور اس کا خراب رویہ نظر انداز کرنے کی کوشش کرتے۔

جہاں ضروری ہوتا اس کی ماں نے طرز عمل کے طریقہ کار کے تحت کپڑے پہننا، کھانا اور باتیں کرنا اور دوسری صلاحیتوں کی نشوونما میں بشری کی مدد کرنا شروع کی۔ اس کی زبان کی صلاحیتیں بڑھانے کے لئے وہ ملکہ تصویروں والی کتابیں دیکھتیں اور گیت سنتیں۔



اپنے خاندان کی کوششوں کے نتیجے میں بشری کافی بڑی ہوئی ہے اور زیادہ خوش اور قابل چھوٹی لڑکی ہے۔ رونما ہونے والی تبدیلیوں کے بارے میں سوچتے ہوئے اس کی ماں نے کہا "میرے خیال میں میرا رویہ بھی اتنا ہی تبدیل ہوا ہے جتنا کہ بشری کا۔ میں اس کو چھوٹی پٹی سمجھتی۔ اب جبکہ میں اس سے زیادہ توقع رکھتی ہوں اور اس کی کوشش سہاوتی ہوں، اس کی نشوونما تیز ہو گئی ہے اور اس کے ساتھ رہنا بہت آسان ہو گیا ہے۔ ہم دونوں نے ایک دوسرے کا بہت ساتھ دیا"

طرز عمل کے طریقے کے تحت، بچوں کو بنیادی صلاحیتیں سیکھنے میں مدد دینے کی مثالیں یا طریقے دوسرے ابواب میں بتائے گئے ہیں۔ باب 36 کھانا، باب 37 کپڑے پہننا اور باب 38 رفع حاجت کی تربیت ہم جو بڑھتے ہیں کہ بچے کی نشوونما کے بارے میں باب 34 دو بارہ پڑھیں اور غور کریں کہ طرز عمل کا طریقہ کار استعمال کرتے ہوئے نشوونما کے مختلف مشکل مراحل میں کس طرح بچے کی مدد کی جاسکتی ہے۔

معذور بچوں میں پیدا ہونے والے رویے کے مخصوص مسائل:

رونے اور چیخنے کے دورے (Tantrums)

اس میں بچہ روتا اور چیختا ہے اور غصے میں ہوتا ہے۔ بچہ اپنی دسترس میں موجود کئی بھی چیز یا شخص کو توڑنے، پھینکنے، لانا مارنے، کانٹے یا دوسرے طریقوں سے نقصان پہنچانے کی کوشش کر سکتا ہے۔ وہ اپنے آپ کو بھی نقصان پہنچا سکتا ہے۔

ایسے دورے بچے اور خاندان دونوں کے لئے خوف ناک ہو سکتے ہیں۔ یہ دورہ شروع ہونے کے بعد بچے کے ساتھ بحث کرنا یا اس کو خاموش کرنا مشکل ہوتا ہے۔ اکثر سزا

سے یہ بدتر ہو جاتا ہے۔

بچے بشمول کچھ ذہنی اور جسمانی معذور بچوں کے رونے اور چیخنے کو اپنی مرضی منوانے کے لئے استعمال کرنا سیکھ سکتے ہیں۔ صفحہ 354 پر سلی، اس کی ایک مثال ہے۔ یہاں ایک اور مثال دی گئی ہے۔

اس کی ماں کو یہ ڈر ہوتا ہے کہ کہیں وہ خود کو نقصان نہ پہنچانے وہ اس کے پاس آ جاتی ہے۔ اب اکرم کو اپنی ماں کی پوری توجہ حاصل ہے۔

اکرم رونے اور چیخنے لگتا ہے۔

اکرم کو کھیلنے کے لئے اکیلا چھوڑ دیا گیا ہے۔ وہ چاہتا ہے کہ اس کی ماں اس کے پاس آ کر اس کو توجہ دے۔



خراب طرز عمل کی حوصلہ افزائی ہوتی ہے۔

اور یہاں پر توجہ دینے سے

یہاں پر توجہ دینے سے انکار کرتا

اس طرح بچے رونے اور چیخنے سے اپنی مرضی منوائتے ہیں۔ بچے میں رونا اور چیخنا کم کرنے میں مدد دینے کیلئے والدین کو چاہئے کہ اپنی ضروریات اور خود غطا ہر کرنے کے لئے بچے کو دوسرے، زیادہ قابل قبول طریقے معلوم کرنے میں مدد دیں اور سب سے زیادہ اہم یہ ہے کہ والدین قابل قبول طریقوں پر صلہ دیں اور ساتھ ہی بچے کو اس وقت نظر انداز کریں جب وہ سچ رہا ہو۔ اب دیکھتے ہیں کہ اکرم کی ماں نے یہ کیسے سیکھا۔

لیکن جب وہ رونا اور چیختا ہو۔

آخر یہ کیا ہے؟ کیا تم میری مدد کرنا چاہتے ہو۔ اس گندھے ہوئے آنے سے روٹی بنانے میں میری مدد کرو۔

جب اکرم کا رویہ اچھا ہو۔

۴۴

اکرم ، جب تم روتے ہو تو مجھے تمہارے ساتھ کام کرتے ہوئے حرج نہیں آتا



ایسے طرز عمل کی حوصلہ افزائی ہوتی ہے۔

اور یہاں پر توجہ دینے سے انکار کرنے سے

یہاں پر توجہ دینا

اس طرح اکرم کے اچھے رویے کی حوصلہ افزائی کرنے اور روتے وقت اس کے مطالبات پر توجہ دینے سے اکرم کی ماں نے اس کو یہ سیکھنے میں مدد دی کہ رونے اور چیخنے سے وہ اپنی مرضی نہیں منوا سکتا، شروع میں وہ پہلے سے زیادہ زور سے رونا اور چیخنا تھا۔ لیکن جب اس سے بھی اس کو اپنی مرضی کے نتائج نہیں ملے تو اس نے رونا اور چیخنا بند کر دیا۔ اس کو احساس ہوا کہ راتوں کے دوسرے طریقوں سے زیادہ اطمینان بخش نتائج ملتے ہیں۔

سائنس روکنا:



رونے اور چیخنے کے دوران توجہ نہ دینا اچھا دکھائی دیتا ہے لیکن میرا بچا سنے غصے میں آجاتا ہے کہ سائنس روک لیتا ہے اور نیلا پڑ جاتا ہے۔ میں مجبور ہو جاتی ہوں۔
لیکن اپنے بچے کو اکثر سائنس روکنے سے منع کرنے کے لئے کچھ نہ کرنا اکثر سب سے اچھا ہوتا ہے۔

بچہ سائنس روک کر اپنے آپ کو نقصان نہیں پہنچائے گا۔ زیادہ سے زیادہ وہ بے ہوش ہو جائے گا اور ہوا کا فقدان پیدا ہونے سے پہلے صحیح طرح سائنس لینا شروع کر دے گا۔

جب بچے کو ایک مرتبہ یہ معلوم ہو جائے کہ اس کے سائنس بند کرنے سے اس کے والدین خوفزدہ اور پریشان ہو جاتے ہیں تو اس بات کا زیادہ امکان ہے کہ جب بھی اس کو ان پر غصہ آتا ہو تو وہ یہ عمل دہرائے گا۔ (کئی ہالک صحت مند بچے بھی ایسا کرتے ہیں۔) جب بچہ سائنس روک لیتا ہے اور نٹا ہو جاتا ہے تو والدین کو پریشانی کا اظہار نہیں کرنا چاہئے۔ اس کی بجائے ہمیں اس وقت تک انتظار کرنا چاہئے جب وہ ہمیں خوفزدہ کرنے کی کوشش چھوڑ دے اور دوبارہ صحیح طرح سائنس لینا شروع کرے۔ پھر ہم اپنی محبت کا اظہار کرنے کے لئے کچھ کر سکتے ہیں۔ لیکن اس وقت نہیں جب اس نے اپنا سائنس روکا ہو اور۔

سر شکرانا، کاٹنا اور دوسرے طریقوں سے خود کو نقصان پہنچانا:

اپنے والدین کو خوفزدہ اور سزا دینے کے لئے بچے یہ چیزیں کرتے ہیں۔



البتہ بعض اوقات دماغ میں نقص، مرگی اور شدید ذہنی مسائل والے بچوں کی یہ عادت بن جاتی ہے کہ خود کو کاٹتے ہیں، کسی چیز سے سر کرنا ہے، یا اپنے بال کھینچتے ہیں یا دوسرے طریقوں سے خود کو نقصان پہنچاتے ہیں۔

وجہ جو بھی ہو لیکن خود کو نقصان پہنچانے والی سرگرمیوں کو نظر انداز نہیں کیا جاسکتا۔ بچے کو خود کو نقصان پہنچانے سے روکنے کے لئے والدین کو سادہ اور آسان طریقے اپنانے چاہئیں۔ مثلاً خود کو کاٹنے سے محفوظ رکھنے کے لئے وہ بچے کے ہاتھ پکڑ سکتے ہیں۔



بچے کو خود کو نقصان پہنچانے سے روکنے کے لئے اس کو خاموشی سے پیچھے سے مضبوطی سے پکڑیں تاکہ وہ آپ کو نہ دیکھ سکے اور آپ کی طرف سے اس کو کم سے کم جواب ملے

طرز عمل کے طریقہ کار سے اکثر ان مسائل کو حل کرنے میں مدد ملتی ہے۔ اس بات کا خیال رکھیں کہ جب بچہ خود کو نقصان پہنچانے تو اس کو اضافی توجہ مت دیں یا پریشان مت ہوں۔ ساتھ ہی اچھے طرز عمل کا صلہ دینے کی ہر ممکن کوشش کریں اور خود اعتمادی حاصل کرنے، نئی صلاحیتیں سیکھنے، کھلونوں اور دوسرے بچوں کے ساتھ کھیلنے اور دوسرے لوگوں کے ساتھ دوستانہ رویہ رکھنے میں بچے کی مدد کریں۔ یقیناً بعض بچوں کی ذہنی صلاحیت زیادہ سیکھنے یا کھیلنے کی اجازت نہیں دے گی۔ ایسے وقت میں جب یہ بچے خود کو نقصان نہیں پہنچا رہے ہوں تو ان بچوں سے بہت زیادہ پیار کرنے، گلے لگانے ان سے بات کرنے اور ان کیلئے گیت گانے اور ان کے ساتھ ان کی مرضی کے کام کرنے سے ایسی سرگرمیاں روکنے میں مدد مل سکتی ہے۔ جب بچہ خود کو نقصان پہنچانے والے کام کرنا بند کر دے تو

اس وقت اس کی حوصلہ افزائی کرنے سے بچے کو اکثر ایسے کام کرنے سے روکنے میں مدد مل سکتی ہے۔

لیکن اس بات کو یقینی بنائیں کہ جب بچہ خود کو نقصان نہیں پہنچا رہا ہو تو اس وقت اس کی زیادہ حوصلہ افزائی کریں اور اس کو زیادہ توجہ دیں۔ اگر ممکن ہو تو بچوں کے نفسیاتی معالج سے

مشورہ کریں۔

عجیب و غریب طرز عمل:

مختلف معذور یوں والے بچوں میں بعض اوقات انوکھی عادتیں یا رویے پیدا ہو جاتے ہیں یہ خصوصاً ان بچوں میں ہوتا ہے جو ذہنی طور پر معذور ہوں یا ان کے دماغ میں نقص ہو اور اس کی وجہ سے پریشان یا خوفزدہ ہوتے ہیں کیونکہ انہیں اپنے ارد گرد ہونے والی چیزوں کو سمجھنے میں دشواری ہوتی ہے۔

ایسی مشکلات میں بچوں کی مدد کرنے کے لئے پہلے ایسے طرز عمل کی وجہ سمجھنے کی کوشش کریں مثلاً



جھولنا:

”شیر اکثر آگے پیچھے جھولنا شروع کر دیتا ہے اور اپنی دنیا میں کھو جاتا ہے۔ پھر وہ اپنے ارد گرد ہونے والی چیزوں میں کوئی دلچسپی نہیں لیتا۔ بعض اوقات وہ تقریباً ایک گھنٹے تک جھولتا رہتا ہے۔“

”ایسا زیادہ تر کب ہوتا ہے؟“

”جب وہ دوسرے بچوں کے ساتھ ہو یا یہاں پر مہمان ہوں، لیکن بعض اوقات جب وہ بالکل اکیلا ہو۔“

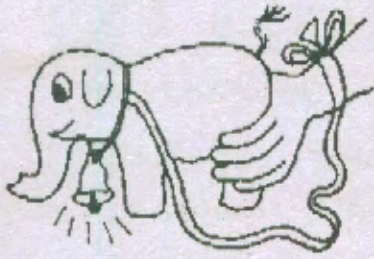
جب شیر کیلئے ارد گرد ہونے والی چیزیں پریشان کن، ڈراؤنی یا غیر دلچسپ ہو جاتی ہیں تو وہ جھولنے کی اپنی دنیا میں کھو جاتا ہے۔ اس کا جھولنا بند کرنے میں اس کو مدد کی ضرورت ہے۔ رفتہ رفتہ اس کو یہ احساس دلا یا جائے کہ دوسرے افراد اور چیزوں سے بات چیت اور کھیلتا پر لطف ہو سکتا ہے لیکن اس کو پریشانی اور مایوسی سے بچانے کے لئے ان لوگوں، جن کو وہ سب سے زیادہ جانتا اور بھروسہ کرتا ہے کے ذریعے نئے لوگ، کھلونے اور سرگرمیاں، تھوڑا تھوڑا کر کے متعارف کرانے چاہئیں۔ جب وہ دوسرے بچوں یا نئے کھلونوں کے ساتھ کھیلنے میں دلچسپی کا اظہار کرے یا مسکرائے تو آپ اس کی تعریف یا حوصلہ افزائی کر سکتے ہیں۔ جب وہ جھولنا شروع کرنے تو اس کی توجہ اس کی پسند کی چیزوں کی طرف مبذول کرانے کی کوشش کریں۔ (لیکن اس بات کا خیال رکھیں کہ جس وقت وہ جھول رہا ہوتا ہے اس وقت اس کے ساتھ اس کی پسند کے کام کرنے میں زیادہ وقت گزاریں ورنہ آپ کی توجہ حاصل کرنے کے لئے زیادہ جھولنے میں آپ اس کی حوصلہ افزائی کریں گے۔)

آنکھوں میں کوئی چیز ٹھونسنا:

”میری پانچ سالہ بیٹی شبنم اندھی اور ذہنی طور پر تھوڑی معذور ہے۔ اپنی انگلیاں اپنی آنکھوں میں ٹھونسنا اس کی عادت ہے۔ نتیجتاً اس کی آنکھیں اکثر زخمی ہو جاتی ہیں۔“

شبنم جو اندھیرے میں رہتی ہے، کیلئے ہمیشہ زندگی زیادہ دلچسپ نہیں ہوتی۔ وہ ایسی چیزیں نہیں دیکھ سکتی جن سے کھیل سکے جب وہ کچھ ڈھونڈنے کی کوشش کرتی ہے تو چیزوں سے ٹکراتی ہے۔ اس کو یہ معلوم ہو گیا ہے کہ آنکھوں میں انگلیاں ٹھونسنے سے چیز روشنی کی چمک پیدا ہوتی ہے۔ اس لئے اس نے اس کو کھیل بنا دیا ہے۔ اس کو یہ بھی پتہ ہے کہ جب بھی وہ اپنی آنکھوں میں انگلیاں ٹھونسے تو اس کی ماں دوڑتی ہوئی اس کے پاس آتی ہے بعض اوقات ماں اس کے ہاتھوں پر تھپڑ مارتی ہے مگر کم از کم اس طرح اس کو توجہ مل جاتی ہے۔





شبنم کو اپنی آنکھوں میں انگلیاں نہ ٹھونسنا سکھانے کیلئے زیادہ دلچسپ اور مفید چیزیں معلوم کرنے میں بہت مدد کی ضرورت ہوگی:

☆ دلچسپ شکلوں اور سطحوں والے کھلونے اور جو مختلف آوازیں نکالتے ہوں۔

☆ شاید اس کی اپنی جگہ یا گھر کا وہ حصہ جہاں پر ہر چیز اپنی جگہ پر پڑی ہوتا کہ وہ اپنا راستہ اور کھلونے

تلاش کرنا سیکھ سکے (باب 130 اندھا پن)

(اس وقت اس کو زیادہ توجہ دینا اور اس کی زیادہ تعریف کرنا جب وہ اپنی آنکھیں نہیں مل رہی ہوتی

←

جب بھی آپ کا بچہ ایسا رویہ اختیار کرے جو آپ کو سمجھنے میں مشکل ہو تو یہ پوچھنا مفید ہو سکتا ہے:
 بچے کو ایسے طرز عمل سے کیا ملتا ہے؟ اس کے پاس متبادل کیا ہیں اور کس طرح وہ کم اطمینان بخش
 ہے؟ اور اس کے لئے زیادہ اطمینان بخش متبادل فراہم کرنے میں ہم کس طرح مدد کر سکتے ہیں۔

☆☆☆☆☆☆