

فیملی ایڈوینچر کے لیے تدریسی محرکات



06_ بچے کا احتیاط کے ساتھ خیال رکھنا

بچہ یہاں ہے! کیا خوشی ہے! اور کنیوں کے لیے ایک مشکل مرحلہ ہوتا ہے۔ ننھے انسان کے ساتھ کیسا برتاؤ کیا جائے؟ مجھے کس شے پر توجہ دینے کی ضرورت ہے؟ کیا میں سب کچھ بالکل ٹھیک کر رہا ہوں؟

ہنگری کے ماہر امراض اطفال ایمی پکزر (1902-1984) نے اسے پہلے ہی 1930 کی دہائی میں تسلیم کر لیا تھا: ہم پیدائش سے ہی ایک شیر خوار بچے کے ساتھ بات چیت کر سکتے ہیں، اور شیر خوار بچہ ردعمل دے گا اور لگے گا کہ اسے سمجھ لیا گیا ہے۔ یہ ہمدردانہ اور کامیاب تعامل بچے کو بھروسہ اور تحفظ فراہم کرتا ہے اور اس سے زندگی کے لیے ایک اچھا بنیادی احساس پیدا کرنے میں مدد حاصل ہوتی ہے۔ انہی لمحات میں، یہ والدین کو اپنے بچے کو سنبھالنے، رکھنے میں تحفظ اور قابلیت کا احساس دیتا ہے۔

اپنے دل کو اس میں ڈالنا

خاص کر دیکھ بھال کرنا ایک دوسرے کو جاننے اور بھروسہ مند رشتہ تشکیل دینے کا ایک بہترین موقع فراہم کرتا ہے۔ شیر خوار بچے کی دیکھ بھال کرنے کے انداز بچے کے اپنے اور دنیا سے متعلق اس کے ادراک کو ایک صورت میں ڈھالتے ہیں؛ یہ اس کے خودی کے احساس اور اس کی عزت نفس کے احساس کو ایک صورت میں ڈھالتا ہے۔

جب آپ شیر خوار بچے کی دیکھ بھال کرتے ہیں - بچے کو لپیٹنا، نہلانا، کھلانا پلانا، کپڑے پہنانا - یعنی آپ اس کے ساتھ ہوتے ہیں۔ اس وقت کو اپنی پوری توجہ دینے میں استعمال کریں۔ اپنی پوری کوشش اور توجہ اس پر مرکوز کریں۔ مثلاً، بچے کو دودھ پلاتے یا تبدیل کرتے وقت آپ فون بند کر دیں۔

اپنے بچے سے بات کریں

اس سے بات کر کے اسے اپنی نگہداشت میں شامل کریں۔ اسے ہمیشہ بتائیں کہ آپ آگے کیا کرنے لگے ہیں اور ایک لمحہ انتظار کریں اور اس کے ردعمل کا مشاہدہ کریں۔ بلاشبہ، وہ شروع میں آپ کی باتوں کو نہیں سمجھے گا، تاہم وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ وہ آپ کی آواز سے مفہوم اخذ کر سکے گا اور الفاظ کو آپ کے افعال سے وابستہ کرے گا۔ اپنے بچے کو اپنی نگہداشتی افعال کے غیر فعال وصول کنندہ کے بجائے اسے ایک اس میں ایک فعال شرکت کنندہ کار سمجھیں۔

کچھ عرصہ بعد، وہ اپنا ننھا بازو آپ کی طرف بڑھائے گا جب آپ اسے کہیں گے کہ آپ اب اسے چھوٹی جیکٹ پہنانا چاہتے ہیں۔ اس طرح آپ زیادہ سے زیادہ بات چیت میں شامل ہو جائیں گے جس سے دونوں لطف اندوز ہوں گے۔ اس بات کو فعال طور پر بتانا کہ آپ آگے کیا کرنے لگے ہیں بحیثیت انسان اسے قابل قدر ہونے کا احساس دیتا ہے۔ اس طرح سے، یہ ایسی چیز نہیں کہ جس کے ساتھ بس کام ختم کر لیا جائے، بلکہ جو کچھ ہو رہا ہو اس میں حصہ لیتا ہے۔ یہ دیکھتا اور محسوس کرتا ہے کہ کیا کوئی واقعی اس میں دلچسپی رکھتا ہے۔ اس سے اس کی شخصیت میں استحکام آتا ہے۔

ری چارج ہونے کا وقت

وقت نگہداشت، جیسے ایندھن بھرائی کا وقت، دلی طور پر اکٹھے ہونے کے وقت کو کو ایک خصوصی شے کے طور پر سمجھیں، یہ بات ذیل کی کتاب کی مصنفہ میگڈا گیربر نے لکھی: آپ کا بچہ آپ کو راستہ دکھاتا ہے۔ یہ بڑے کے ساتھ ساتھ بچے کے لیے بھی اچھا ہے اگر وہ - خود کو بچے کا خیال رکھنے میں وقف کرنے سے پہلے - خود کو آرام کرنے کی اجازت دیتا ہے۔ یہ سکون دو چیزوں کو ممکن بناتا

فیملی ایڈوینچر کے لیے تدریسی محرکات



ہے: پہلی یہ کہ، آپ پُرسکون ہو جاتے ہیں اور بچے کو آپ کے کاموں میں حصہ لینے میں آسان وقت ملتا ہے۔ دوسری جانب، اندرونی سکون ایک فرد کو خوشی محسوس کرنے دیتا ہے۔ نگہداشت کار کے چہرے پر یہ خوشی بچے کو اس کی قدر دانی کا احساس دیتی ہے۔ بچے کا خیال رکھنے کے دوران بڑے فرد کو ملنے والی خوشی بھی اسے پروان چڑھاتی ہے اور اسے اہم ہونے کا احساس دلاتی ہے۔

ایسا پرورش کرنے کے دوران ہوتا ہے کہ بچہ مختلف قسم کے تجربات کا سامنا کرتا ہے اور خود کو اور دوسرے شخص کو چھوتے وقت محسوس کرتا ہے۔ ایسی پیکلر اس بارے میں اس کتاب میں بات کرتی ہیں: پُرامن بچے – آسودہ مائیں "باتھ دنیا کے ساتھ شیر خوار بچے کا پہلا تعلق قائم کرتے ہیں۔ باتھ اسے اٹھاتے ہیں، اسے لٹاتے ہیں، اسے نہلاتے ہیں، اسے کپڑے پہناتے ہیں، اسے کھلاتے پلاتے ہیں۔ کیا فرق ہے: دنیا کی وہ تصویر کس قدر مختلف ہوتی ہے جو خود کو بچے کے سامنے ظاہر کرتی ہے جب پُرسکون، صابر، محتاط، پھر بھی یقینی اور پُرعزم باتھ اسے سنبھالتے ہیں – اور تب دنیا خود کو کس قدر مختلف صورت دیتی ہے جب وہ باتھ بے صبر، سخت یا جلدباز، بے چین اور گھبراہٹ کا شکار ہوں۔ ابتدا میں، نومولود کے لیے، باتھوں کا مطلب ہی سب کچھ ہے، وہی فرد، دنیا ہوتے ہیں۔"

متن: ایسٹریڈ ایگر

www.familie.it