

فیملی ایڈوینچر کے لیے

# تدریسی محرکات



## 51\_ مدد کرنا، میرے بچے کو دھونس دھمکیاں دی جاتی ہیں!

ٹم نو سال کا ہو گیا ہے۔ وہ اچھا کام نہیں کر رہا ہے۔ اسکول میں، اسے تنگ کیا اور اسے چھیڑا جاتا ہے۔ ٹم اس کا شکار ہو رہا ہے۔ شاید ہی اس کا کوئی دوست بنے۔ جب وہ گھر آتا ہے اور اپنی مشکلات کے بارے میں اپنے والدین کو بتاتا ہے تو وہ اسے تسلی دینے کی کوشش کرتے ہیں: دوست بنانا کوئی اس قدر اہم بات نہیں ہے۔ "لیکن دیکھو، آپ اسکول میں اچھے جا رہے ہیں، یہی بات سب سے اہم ہے۔" "آپ کی ساری چیزیں ٹھیک ہو جائیں گی۔" لیکن ٹم کو اس بات سے راحت محسوس نہیں ہوتی۔ وہ سوچتا ہے کہ اس کے والدین اس کی باتوں کو نہیں سمجھتے اور اس لیے وہ اکیلا بھی ہے اور اسے لگتا ہے کہ وہ اپنے دکھ درد کو کسی کے ساتھ بانٹ نہیں سکتا ہے۔

### بچوں کو ایسے بالغ افراد کی ضرورت ہوتی ہے جو ان کی تکلیف کا احساس کریں۔

پہچان سے مراد ہے: میں دیکھ رہا ہوں کہ آپ بہت اداس ہیں اور دوست نہ ہونے کی وجہ سے آپ دکھی محسوس کرتے ہو۔ کیا کچھ ایسا ہے جو میں آپ کی مدد کرنے کے لیے کر سکوں؟" اس طرح سے، ٹم محسوس کرتا ہے کہ وہ اپنی تکلیف میں تنہا نہیں ہے۔ مزید برآں، اس کی خود اعتمادی بڑھتی ہے کہ وہ اپنے والدین کو سب کچھ بتا سکتا ہے۔ اس سے اس کی عزت نفس کہیں زیادہ مستحکم ہوتی ہے۔

ٹم کے لیے، عمر کے اس حصے میں اس کے والد بھی بے حد اہم ہیں۔ ایک ساتھ گزارا ہوا وقت، جہاں دونوں ایک ساتھ مزے کرتے ہیں، ٹم کو استحکام دے گا۔ ایک اچھا خیال ایک ساتھ مل کر الٹے سیدھے کام کرنا ہے۔ ٹم وہاں اپنی قوت محسوس کر سکتا ہے اور اپنے والد سے اچھا رابطہ استوار رکھتا ہے۔ جب ٹم محسوس کرتا ہے کہ اپنے والد کے لیے وہ اسی طرح سے قابل قدر ہے جس طرح کا وہ ہے، تو یہ اس کی خود توفیری کو بھی مستحکم کرتا ہے۔

### خود توفیری کو مستحکم کرنا اس قدر اہم کیوں ہے؟

کیونکہ اس سے ٹم کو احساس ہوتا ہے: میں جس طرح کا بھی ہوں، میں ٹھیک ہوں۔ میں جس طرح کا بھی ہوں، میں قابل قدر ہوں۔ صحت مندانہ عزت نفس کے حامل لوگوں کو دھونس دھمکی کا اس قدر خطرہ نہیں ہوتا ہے۔ ٹم کے لیے ضروری ہے کہ اپنی حدود کو ظاہر کرنے کے لیے اس کی حوصلہ افزائی کی جائے، بلند آواز کے ساتھ اور واضح طور پر "نہیں" اور "اسے بند کریں، مجھے یہ پسند نہیں ہے" کہنا سیکھیں۔ اساتذہ کو بھی اس کے متعلق بتانے کی ترغیب دی جائے۔ متاثرہ بچے کو یہ بتانا ضروری ہے کہ وہ اس صورت حال کا ذمہ دار نہیں ہے۔

### بچے کو خود سے کچھ کرنے کے سلسلے میں ترغیب دیں۔

والدین کو چاہیے کہ وہ بچے کی دوستیاں کرنے میں حوصلہ افزائی کریں۔ دوستیاں طاقت دیتی ہیں۔ بچے کو کیا کرنا چاہئے اس کے متعلق فوری مشورہ عام طور پر کام نہیں کرتا ہے۔ بچے سے پوچھنا بہتر ہے: ان حالات میں آپ نے اب تک کیا کیا ہے؟ آپ مختلف طریقے سے کیا کر سکتے ہیں؟ دھونس دھمکی کے حالات میں کیا کرنا ہے اس بارے میں خیالات پیدا کرنے میں بچے کی مدد کریں۔

### دھونس دھمکی دینے والوں کو بھی تکلیف ہوتی ہے اور انہیں مدد کی ضرورت پڑتی ہے۔

اکثر وہ اندر سے متاثرین کی طرح محسوس کرتے ہیں۔ وہ بھی اپنی قدر کم محسوس کرتے ہیں۔ لیکن بجائے دستبرداری اختیار کرنے کے، وہ بیرونی طور پر اپنی مایوسی اور جارحیت کے ساتھ رہتے ہیں اور گروپ کے کسی رکن کو تکلیف پہنچانے کے متلاشی رہتے ہیں۔ مظلوم فرد کو نیچا دکھا کر، وہ اپنی خود کی کمزوری اور خوف کا ادراک نہیں کرتے ہیں۔ کم از کم تھوڑے وقت کے لیے۔ جارحیت ہمیشہ ایک بچے کی مدد کی پکار ہوتی ہے۔

# فیملی ایڈوینچر کے لیے تدریسی محرکات



## دھونس دھمکی بھی قیادت کا مسئلہ ہے۔

لوگ اس مسئلے کو بچوں تک پہنچا کر خوش ہوتے ہیں۔ لیکن جو قائدانہ کردار اپناتا ہے - باس، ڈائریکٹر، استاد، والدین - ایک تنظیم میں رائج کلچر کا ذمہ دار ہوتا ہے۔ چنانچہ وہ لوگ جو قیادت کرتے ہیں انہیں اپنے قائدانہ انداز/طرز پر نظر ثانی کرنی چاہیے اور ایک باعزت ماحول کو یقینی بنانا چاہیے۔ ہماری تنظیم میں دھونس دھمکی کی کوئی جگہ نہیں ہے، اس طرح کے بیانات اہم ہوں گے۔ اس نکتے کو اکثر صرف نظر انداز کر دیا جاتا ہے۔ دھونس دھمکی بنیادی طور پر اس وقت واقع ہوتی ہے جب اسے بونے دیا جاتا ہے یا اس کا نوٹس نہیں لیا جاتا ہے۔ اگر دھونس دھمکی پہلے سے واقع ہو رہی ہے، تو اس کے متعلق بات کرنا ضروری ہے۔ خاموشی مسئلہ کو زیادہ بگاڑ دیتی ہے۔ اس مسئلے کو ٹم کی کلاس، یا اسکول میں بھی عام لوگوں تک پہنچانے کی ضرورت ہے۔ بالغ افراد کے لیے اس بارے میں واضح ہونے کی ضرورت ہے کہ وہ اسکول میں کس طرح سے عزت و احترام کا ماحول بنانا چاہتے ہیں۔

متن: ایسٹرڈ ایگر | [www.familie.it](http://www.familie.it)

آپ [www.forum-p.it](http://www.forum-p.it) پر "دھونس دھمکی" کے موضوع پر مزید معلومات حاصل کر سکتے ہیں۔