

فیملی ایڈوینچر کے لیے تدریسی محرکات



5_ علیحدگی اور پھر!؟

خاندانی معالج جیسپر جول کا واضح اور صاف صاف طور پر کہنا ہے کہ خوشگوار طلاقوں کا وجود نہیں ہوتا۔ علیحدگی والدین کو اور بچوں کو بھی تکلیف دیتی ہے۔

دو سے بارہ سال کے بچوں کے لیے، علیحدگی ہمیشہ ایک تباہی ہوتی ہے۔

یہ احساس وجود میں آتا ہے کہ اب تک جو کچھ میں نے جانا ہے، وہ میں نے کھو دیا ہے۔ بچے ایک قسم کے صدمے اور شدید تکلیف میں آجاتے ہیں – البتہ جیسپر جول کے مطابق، جس کا مطلب صدماتی نقصان نہیں ہے۔

بچے والدین سے پیار کرتے ہیں اور بدستور اچھے اختتام کی امید رکھتے ہیں۔ وہ "نامید رومانوی" ہیں، اس بات سے فرق نہیں پڑتا کہ والدین کا رشتہ کتنا ہی تباہ کن کیوں نہ ہو۔ اس سبب سے، اپنے والدین کو دوبارہ یکجا کرنے کے مقصد سے بچے ہر قسم کے کام کرتے ہیں۔ کچھ شدید بیمار بھی پڑ جاتے ہیں (جیسے دیگر کے مابین، عدم اشتہا کا مرض) یا نمایاں بن جاتے ہیں تاکہ والدین ایک ساتھ مل کر اس مسئلے سے نمٹیں۔ تاہم دیگر "غیر مرئی/پوشیدہ" ہوجاتے ہیں، جو مسائل پیدا نہیں کرنا چاہتے اور اس طرح لاشعوری طور پر والدین کو راحت پہنچانا چاہتے ہیں، جس سے بہر حال بچے کی شخصیت کی بڑھوتری پر منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ نوجوان افراد کے لیے بھی علیحدگی نہایت افسوسناک ہے، اگرچہ بہت سے راحت بھی پاتے ہیں۔

بچوں کو ایسے والدین کی ضرورت ہوتی ہے جو ایک دوسرے کے ساتھ بہترین ہوں۔

یہ بات اہم ہے کہ بڑے علیحدگی کی پوری ذمہ داری اٹھائیں۔ اس سے مراد ہے کہ انہیں سوچنا چاہیے کہ بچے/بچوں کو کب اور کس طرح بتایا جائے؟ آپ کیا کہتے ہیں اور کیسے تیار کرتے ہیں؟ اپنے جذبات کے حوالے سے والدین کو ایماندار ہونا چاہیے اور یہ بھی کہنا چاہیے کہ وہ اداس ہیں۔ انہیں اب تک موجودہ احساسات کے حوالے سے بات کرنا سیکھ لینا چاہیے۔ بہت سے لوگوں کے لیے البتہ یہ مشکل ہوتا ہے کیونکہ وہ اب تک ایسا نہیں کر پائے ہیں۔

تاہم، اگر والدین رضامند نہیں ہو سکتے ہیں اور بہت زیادہ تصادمی بحث و مباحثے رکھتے ہیں، تو انہیں ایک ساتھ یا پھر مدد لینے کی ضرورت ہے۔ طلاق کے سبب بچوں پر تکلیف دہ اثرات کو روکنے کے لیے، والدین کو ایک دوسرے کے ساتھ عزت و احترام سے پیش آنا چاہیے۔ کم سے کم اس قدر احترام کے ساتھ جتنے احترام سے وہ کسی اجنبی کے ساتھ پیش آئیں گے۔ طاقت کی کشمکش اور ایک دوسرے پر تنقید بچوں کے لیے ایک بڑا بوجھ ہے۔

بچوں کا غم کرنے کا انداز بڑوں کی نسبت مختلف ہوتا ہے۔

اگرچہ غمگین بڑے افراد طویل عرصے میں کافی افسردہ ہوتے ہیں، بچے تیزی سے غمزدہ ہو جاتے ہیں۔ وہ پانچ منٹ کے لیے اداس ہوتے ہیں، پھر کھیلتے ہیں، پھر اداس ہو جاتے ہیں، پھر سو جاتے ہیں، روتے ہیں، پھر کھاتے ہیں،...

والدین اکثر جب اپنے بچوں کو خوشی سے کھیلتے ہوئے دیکھتے ہیں تو یہ سمجھتے ہیں کہ بچے کا وہ غم، اداسی ختم ہوگئی ہے۔ لیکن بچوں کو اس غم پر قابو پانے کے لیے تین سے چار سال لگتے ہیں – جیسے کسی موت کے غم میں ہوتا ہے۔

انہیں پیچھے ہٹنے کے لیے اپنی اذیت، وقت اور جگہ کو سمجھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایسا ہو سکتا ہے کہ بچہ ٹھیک سے نہ سوتا ہو، ٹراؤنے خواب دیکھتا ہو یا پیٹ میں درد ہو، یکدم بچکانہ اور ہر وقت ساتھ رہنے والا بن جاتا ہو، وہ شدت سے کھانے کی خواہش کرتا ہو اور پھر بھوک باقی نہ رہے، وہ والد یا والدہ کے جانب جارحانہ رویہ اختیار کرنے لگ جاتا ہو۔ دیگر کافی دور ہو جاتے ہیں اور جذباتی طور پر پسپائی اختیار کر لیتے ہیں۔ یہ ضروری ہے کہ بچے کے تمام جذبات کا ایک مقام ہو اور انہیں تسلیم کیا جاتا ہو۔ آپ بچوں سے تکلیف دہ احساسات کو دور تو نہیں کر سکتے ہیں، لیکن ان کے ساتھ کے لیے آپ ان کے پاس موجود رہ سکتے ہیں۔

فیملی ایڈوینچر کے لیے تدریسی محرکات



اس وقت کے دوران بچے تحفظ سے محروم ہو جاتے ہیں۔

وہ خود کو اکیلے محسوس کرتے ہیں اور سب سے بڑھ کر قصور وار محسوس کرتے ہیں۔ انہیں لگتا ہے کہ وہ علیحدگی کے ذمہ دار ہیں، کیونکہ بہت سے بحث و مباحثے بچوں سے وابستہ ہوتے ہیں۔ آپ ہمیشہ میرے متعلق لڑتے رہتے ہیں! کبھی کبھار بچوں کو متعدد مرتبہ بتانا بھی ضروری ہوتا ہے کہ وہ علیحدگی کے قصور وار نہیں ہیں۔ یہ اہم ہے کہ بڑے بچوں کے جذبات کا احترام کریں، ان سے گفتگو کریں، صرف وہیں ساتھ رہیں اور ان کے ساتھ وقت گزاریں۔ اکٹھے ہونے کے وقت کے دوران تفریح سے متعلق دباؤ دینا، بچے کا مسلسل دھیان بٹانا یا اسے تحائف دے کر خوش کرنا اتنا دانشورانہ عمل نہیں ہے۔ یہ آپ کے اپنے بڑے ضمیر کے لیے ایک معاوضہ ہے۔

واضح رضامندیاں جن کی والدین پابندی کرتے ہیں، اسی کے ساتھ رسومات بچے کو وہ تحفظ فراہم کرتے ہیں جس کی اسے اس مشکل وقت میں ضرورت ہے۔

متن: الزبتھ کوسٹاسچر | www.familie.it