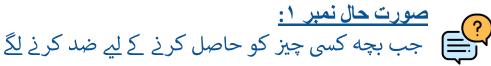


Nurturing Believers Solutions





چیزیں مانگنا بچوں کی طبیعت ہے، اور اکثر اوقات بچوں کے مطالع ناجائز اور غیر معقول ہوتے ہیں (اگرچه بچوں کے نزدیک بالکل جائز اور معقول ہوتے ہیں!)۔ اور بچے اپنے مطالح کرتے ہوئے اکثر ضد کرتے ہیں، بالخصوص جب انھیں تجربے سے یہ پتہ ہو کہ یوں رونے دھونے اور شور مچانے سے ان کو توجہ بھی ملے گی اور ان کا مطالبہ بھی پورا ہوگا۔

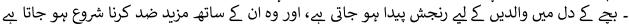
اکثر اوقات والدین بچوں کے اس ضد اور واویلا کرنے پر درج زیل میں سے کوئی غلط رد عمل دیتے ہیں:

۱۔ بچے کو خاموش کروانے کے لیے اس کا مطالبہ پورا کر دینا، بالخصوص اگر ارد گرد دوسرے لوگ موجود ہوں

۔ بچہ سیکھتا ہے که رونے دھونے اور شور مچانے اور ماں باپ کو دوسروں کے سامنے شرمندہ کرنے سے مطالبه پورا ہوگا، غرض اس طرح کے واقعات میں اضافہ ہی هوتا جاتا ہے



۔ بچے کو غصه آ جاتا ہے اور بد تمیزی میں اضافه ہو جاتا ہے





٣۔ بچے سے خاموش ہو جانے پر انعام کا وعدہ کرنا، لیکن خاموش ہونے پر وعدہ پورا نہ کرنا

۔ بچے کا والدین پر اعتماد ختم ہو جاتا ہے



۔ بچے میں غصہ بھر جاتا ہے

۔ بچے کے دل میں والدین کے لیے رنجش پیدا ہو جاتی ہے ، اور وہ ان کے ساتھ مزید ضد کرنا شروع ہو جاتا ہے

۴۔ بچے پر چیخنا اور اسے سزا کی دھمکیاں دینا

و بچ اور زور و شور سے واویلا کرنا شروع ہو جاتا ہے ۔ ۔ بچ اور زور و شور سے واویلا کرنا شروع ہو جاتا ہے



پھر اس صورتحال میں کیا کرنا چاہئیے؟

اگر بچے کا مطالبہ جائز ہے اور با آسانی پورا کیا جا سکتا ہے (مثلاً بچے کو بسکٹ چاہئیے)...

بحے کو وضاحتاً کہیں،



"جب تک اصرار کرتے رہو گے، مطالبه پورا نہیں ہوگا۔'' یه پیغام سادہ لیکن واضح الفاظ میں بار بار دہراتی رہیں، اور پریشر کی وجه سے اس موقف سے پیچھے نه ہٹیں۔

بحے کو یہ بھی کہیں که



"اگر تم نے اصرار کرنا چھوڑ دیا تو ۔۔۔۔۔ کے بعد تمہیں مطلوبہ چیز میں خود سے دے دوں گی۔'' کوئی وقت متعین کر لیں (جیسے ۱۵

منٹ یا آدھا گھنٹا)؛ فورًا بھی نه دیں کیونکه بحے کو صبر سکھانا ہے، لیکن اتنی لمبی مدت بھی طے نه کریں که بچے کے صبر کا زیادہ امتحان ہو جائے۔ یا پھر مطلوبہ چیز کے ملنے کو کسی اور عمل کے ساتھ لنک **کریں**، مثلاً کھانا ختم کرنا، یا کمرہ صاف کرنا)۔ بچے کو بتا دیں که اس دوران اس کو دوبارہ وہ چیز مانگنے کی اجازت نہیں ہے؛ اگر وہ تذکرہ کر ہے تو انتظار کی مدت پھر سے شروع کر دیں۔



اس بات کا اہتمام کریں که بحے سے کیا ہوا وعده يورا كربي، اور مدت يا متعلقه كام مكمل ہونے پر اسکی مطلوبہ چیز اس کو ضرور دیں۔ یه نهایت اہم سے، تاکه ابحے کو یه سبق ملے که صبر کا پھل میٹھا ہوتا ہے، اور وہ آئندہ بھی آپکی بات پر اعتماد کر ہے۔



بحے کو وضاحتا کہیں، "اگر اصرار کرو گے تو کچھ نہیں ملے گا۔ خاموش ہوگے تو ڈسکس کریں گے۔" پھر جب تک بچہ روتا اور اصرار کرتا رہے، اسے بالکل اگنور كربر، سوائے يه كه وقتاً فُوَقتاً اسے ياد دلاتی رہیں که جب تک روئے گا کچھ نہیں ملے گا۔

اگر بچے کا مطالبہ نا جائز ہے اور فی الوقت پورا کرنا

ممکن نہیں (مثلاً بچے کا گلا خراب ہے اور وہ ٹھنڈی

آئیس کریم کھانے پر اصرار کر رہا ہے)۔۔۔

جب وہ رونا بند کر ہے تو اسے تسلی سے سمجھائیں کہ کیوں اسے اسکی مطلوبہ چیز نہیں مل سکتی؛ یاد رکھیں که بچے کی نظر میں اسكا مطالبه بالكل جائز اور معقول سے۔

مطلوبہ چیز کی جگہ بچے کو کوئی دوسری پسند کی چیز کی پیشکش کریں، یا اسکا دھیان کسی اور پسند کے کام میں لگا دیں (مثلا کہیں که آئیس کریم تو نہیں مل سکتی کیونکہ آپکا گلا خراب ہے، آئیس کریم ٹھنڈی ہوتی ہے، اس سے گلا زیادہ خراب ہوگا، لیکن میں آپکو نئی کلرنگ بک خرید دیتی ہوں، یا آئو مل کر بلاکس سے کھیلیں)۔

ایک دفعه بچه پر سکون ہو جائے تو اسے بتائیں که جنت میں اسے اپنی مطلوبه چیز مانگنی بھی نہیں پڑے گی، جب اور جتنی چاہے گا مل جائے گی۔ مثلا، آئیس کریم سے تو اسے بتائیں که وہ ایسی ہوگی جس سے گلا بھی نہیں خراب ہوگا۔ پھر جنت کے خیال پر اپنی خوشی کا اظہار کریں، اور بحے کو بتائیں که وہاں آپ کس طرح کی اور کتنی آئیس کریم کھائیں گی، اور خوب بحے سے اس کو ڈسکس کریں۔ مثلا کہیں کہ میرے پاس تو آئیس کریم کا پہاڑ ہوگا، آپکے پاس کیا

اس سے بچہ بہلے گا بھی، اسکا دل بھی خوش ہوگا، اور

اسکے دل میں جنت کی تمنا بھی پیدا ہوگی۔



- ۔ کبھی بھی محض بچے کو خاموش کروانے کے لیے اسکا مطالبہ فورا پورا نه کریں، چاہے اسکا رونا دھونا دوسروں کے سامنے آپکی شرمندگی کا باعث ہی کیوں نه ہو۔ آپکے بچے کی تربیت، لوگوں کی آپکے بار نے میں رائے سے زیادہ اہم ہے۔
- ۔ ''جب تک اصرار کرتے رہو گے، مطالبہ پورا نہیں ہوگا'' کو اپنے گھر کا پکا اصول بنا لیں، یہاں تک که بچوں کو معلوم ہو جائے که اصرار کرنے سے کوئی فائدہ نہیں ہوگا، اور وہ ابتداءً ہی مطالبے کا بہتر طریقه اختیار کریں۔
 - ۔ اگر بچہ آپکے کہنے پر اصرار چھوڑ دے، تو اسے متعینہ مدت یا کام کے ختم ہونے پر مطلوبہ چیز یا اسکا نعم البدل ضرور دیں، تاکہ بچے کو سمجھ آ جائے که صبر کا پھل میٹھا ہوتا ہے۔

