SIDDEEQA INSTITUTE

Nurturing Believers Solutions

صورت حال نمبر ۱:

جب بچہ کسی چیز کو حاصل کرنے کے لیے ضد کرنے لگے

چیزیں مانگنا بچوں کی طبیعت ہے، اور اکثر اوقات بچوں کے مطالبے ناجائز اور غیر معقول ہوتے ہیں (اگرچہ بچوں کے نزدیک بالکل جائز اور معقول ہوتے ہیں!)۔ اور بچے اپنے مطالبے 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

نتیجہ:

- بچہ سیکھتا ہے کہ رونے دھونے اور شور مچانے اور ماں باپ کو دوسروں کے سامنے شرمندہ کرنے سے مطالبہ پورا ہوگا، غرض اس طرح کے واقعات میں اضافہ ہی ہوتا جاتا ہے

۲۔ بچے کا مطالبہ پورا کرنے سے صاف انکار کر دینا

نتیجہ:

- بچے کو غصہ آ جاتا ہے اور بد تمیزی میں اضافہ ہو 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

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

نتیجہ:

- بچے کا والدین پر اعتماد ختم ہو جاتا ہے
- بچہ سیکھتا ہے کہ جھوٹ بولنے میں کوئی حرج نہیں
- 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

نتیجہ:

- بچے 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)۔۔۔	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)۔۔
بچے کو وضاحتاً کہیں، ''جب تک اصرار کرتے رہو گے، مطالبہ پورا نہیں ہوگا۔'' یہ پیغام سادہ لیکن واضح الفاظ میں بار بار دہراتی رہیں، اور پریشر کی وجہ سے اس موقف سے پیچھے نہ ہٹیں۔	بچے کو وضاحتاً 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 کریں، سوائے یہ کہ وقتاً فوَقتاً اسے یاد دلاتی رہیں کہ جب تک روئے گا کچھ نہیں ملے گا۔
بچے کو یہ بھی کہیں کہ ''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 نہ دیں کیونکہ بچے کو صبر سکھانا ہے، لیکن اتنی لمبی مدت بھی طے نہ کریں کہ 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 کہ اس دوران اس کو دوبارہ وہ چیز مانگنے کی اجازت نہیں ہے؛ اگر وہ تذکرہ کرے تو انتظار کی مدت پھر سے شروع کر دیں۔	جب وہ رونا بند کرے تو **اسے تسلی سے سمجھائیں کہ کیوں اسے اسکی مطلوبہ چیز نہیں مل سکتی**؛ یاد رکھیں کہ بچے کی نظر میں اسکا مطالبہ بالکل جائز اور معقول ہے۔ **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 کہ 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)۔
اس بات کا اہتمام کریں کہ بچے سے کیا ہوا وعدہ پورا کریں، اور مدت یا متعلقہ کام مکمل ہونے پر اسکی مطلوبہ چیز اس کو ضرور دیں۔ یہ نہایت اہم ہے، تاکہ ابچے کو یہ سبق ملے کہ صبر کا پھل میٹھا ہوتا ہے، اور وہ آئندہ بھی آپکی بات پر اعتماد کرے۔	ایک دفعہ بچہ پر سکون ہو جائے تو اسے بتائیں کہ جنت میں اسے اپنی مطلوبہ چیز مانگنی بھی نہیں پڑے گی، جب اور جتنی چاہے گا مل جائے گی۔ مثلا، آئیس کریم ہے تو اسے بتائیں کہ وہ ایسی ہوگی جس سے گلا بھی نہیں خراب ہوگا۔ پھر جنت کے خیال پر اپنی خوشی کا اظہار کریں، اور بچے کو بتائیں کہ وہاں آپ کس طرح کی اور کتنی آئیس کریم کھائیں گی، اور خوب بچے سے اس کو ڈسکس کریں۔ مثلا کہیں کہ میرے پاس تو آئیس کریم کا پہاڑ ہوگا، آپکے پاس کیا ہوگا؟ اس سے بچہ بہلے گا بھی، اسکا دل بھی خوش ہوگا، اور اسکے دل میں جنت کی تمنا بھی پیدا ہوگی۔

یاد رکھیں!!!

۔ کبھی بھی محض بچے کو خاموش کروانے کے لیے اسکا مطالبہ فورا پورا نہ کریں، چاہے اسکا رونا دھونا دوسروں کے سامنے آپکی شرمندگی کا باعث ہی کیوں نہ ہو۔ آپکے بچے کی تربیت، لوگوں کی آپکے بارے 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 کہ بچوں کو معلوم ہو جائے کہ اصرار کرنے سے کوئی فائدہ نہیں ہوگا، اور وہ ابتداءً ہی مطالبے کا بہتر طریقہ 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 کہ صبر کا پھل میٹھا ہوتا ہے۔