

# فیملی ایڈوینچر کے لیے تدریسی محرکات



## 19\_ بچوں کو بوریٹ محسوس کرنے دی جانی چاہیے

والدین نہیں جانتے کہ جب ان کے بچے یہ جملہ کہتے ہیں: میں بہت بور ہو رہا ہوں! کبھی کبھار نہیں، لیکن یہ صورتحال والدین کے لیے تناؤ پیدا کرتی ہے۔ جب بچے بوریٹ محسوس کرتے ہیں تو ان کا بڑبڑانا بہت سے لوگوں کے لیے برداشت کرنا آسان نہیں ہوتا۔ بہت سے والدین بہت کوشش کرتے ہیں اور پیشکشیں کرتے ہیں جس سے بچے عموماً انکار کر دیتے ہیں۔ یا پھر بچوں کو ٹی وی، موبائل فون یا کمپیوٹر دیکھنے کی اجازت دی جاتی ہے۔ پھر وہ عموماً خاموش ہو جاتے ہیں۔ لیکن کیا یہ معنی خیز ہے؟

آجکل بہت سے بچے اور یہاں تک کہ نوعمر بھی حد سے زیادہ تحریک دہ ہوتے ہیں۔

وہ ہر جگہ مشغول ہو جاتے ہیں: کنڈرگارٹن میں، اسکول میں، مختلف کورسوں میں۔ آپ کو ایک پیشکش سے دوسری پیشکش کی جانب لے جایا جائے گا۔ جیسے ہی وہ گھر پہنچتے ہیں، وہ چاہتے ہیں کہ ان کے والدین انہیں مصروف رکھیں۔ لیکن باہر سے یہ مسلسل محرک انہیں اپنی خواہشات اور خیالات تک رسائی سے روکتا ہے۔ ان میں خاموشی، ان کے باطن کے ساتھ رابطے کا فقدان ہو جاتا ہے، جس سے انہوں نے یہ کھوجنا تھا کہ وہ دراصل اپنے لیے کیا چاہتے ہیں، وہ کیا پسند کرتے ہیں، ان کے لیے کیا اچھا ہے۔ مستقل تفریح بچوں کو عادی بنا دیتی ہے۔ یہ عمل اپنی ذات سے، اپنی تخلیقی صلاحیتوں سے ربط بند کر دیتا ہے۔ بچے جو ایک کے بعد ایک پیشکش پر "عمل کاری" کرتے ہیں، صارفین بن جاتے ہیں، دوسروں پر انحصار کرنے لگتے ہیں کہ وہ انہیں بتائیں کہ وہ کیا کر سکتے ہیں۔

اگلی بار جب آپ کا بچہ بور ہو تو اس حوالے سے ایک صاف ضمیر رکھیں۔

آپ کو کچھ نہیں کرنا پڑے گا۔ آپ سکون سے اپنے بچے کی آنکھوں میں دیکھ سکتے ہیں اور نرم مزاجی سے کہہ سکتے ہیں: آہ، آپ بوریٹ محسوس کر رہے ہیں؟ پھر میں یہ جاننے کے لیے متجسس ہوں گا کہ آپ اگلے 20 منٹ میں کیا کرنے کے بارے میں سوچ سکتے ہیں۔"

اگر آپ بور ہیں تو آپ بچے جین محسوس کرتے ہیں۔ لیکن یہ گزر جائے گا۔ کچھ وقت کے بعد، بچہ تخلیقی بننا جائے گا اور ہو سکتا ہے کرسیوں سے ہوائی جہاز بنا لے اور پوری دنیا میں پرواز کرتا پھرے۔ یا یہ ایسی بلی بن جاتا ہے اور پڑوسی بلیوں کے ساتھ پریشان کرنیوالے کتوں سے متعلق بات کرنے لگتا ہے۔ یہ بوریٹ کے ذریعے ہی ہے کہ ہم اپنی تخلیقی صلاحیتوں کو کھوجتے ہیں۔ ہم آزادانہ طور پر دریافت کرتے ہیں کہ ہم اپنے آپ پر کس طرح قبضہ رکھنا چاہتے ہیں۔ اس طرح تخلیقی صلاحیتوں اور خود مختاری کو تقویت ملتی ہے۔ اس سے بچے کی شخصیت مستحکم ہوتی ہے۔ دونوں ایسی خصوصیات ہیں جو اس کی زندگی بھر مدد کریں گی۔

اس کا تعلق ذہن سازی سے بھی ہے۔

جب ہم اپنی بات خود سننا شروع کر دیتے ہیں اور دریافت کرتے ہیں کہ ہم کیا چاہتے ہیں، ہمارے لیے اچھا کیا ہے، تو ہم اپنی باطنی آواز کو سننا سیکھ لیتے، اپنے جذبات کا ادراک کرنا سیکھ لیتے ہیں۔ یہ ایک اور خوبی ہے جس کی ہمیں بڑوں کے طور پر ضرورت ہے اگر ہم اپنی اچھی دیکھ بھال کرنا چاہتے ہیں۔

ماہر نفسیات وینیسلا لاپوانٹ اسے خوبصورتی سے کہتی ہیں کہ: بچوں کو اپنی بوریٹ میں غوطہ زن ہونے کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ ان کے اردگرد کی دنیا اس قدر پُرسکون ہو جائے کہ وہ خود اپنی آواز سننے لگیں۔ یہ علم والدین کو بھی آرام و سکون دیتا ہے۔ اس لیے آپ اطمینان سے اپنا اخبار پڑھنا جاری رکھ سکتے ہیں، چاہے قریب بیٹھا ہوا بچہ بوریٹ سے بے حد تنگ آیا ہوا ہو، یہ جانتے ہوئے کہ یہ تجربہ کتنا اہم ہے۔

لاپوانٹ ایک انٹرنیٹ بلاگ میں لکھتی ہیں: جب میرے شوہر چھوٹے تھے تو ان کا خاندان ایک دیہی علاقے میں رہتا تھا جس میں گھومنے پھرنے کے لیے خاصی جگہ تھی۔ وہ اس بارے میں کہانیاں سناتا ہے کہ کس طرح اس نے ہر ایک فارغ گھنٹہ سوراخ کھودنے، خزانے چھپانے، اور چھوٹی چھوٹی ایجادات کے ساتھ ردوبدل کرتے ہوئے گزارا۔ میں اس کی بو بہو شبیہ بنا سکتی ہوں، اس کام میں مکمل طور پر مگن ہوا، اپنے تخیل کی دنیا میں کھویا ہوا، لیکن اس سے بھی اہم بات، کہ اس کی دنیا میں۔ میرے شوہر کے بارے میں یہ جاننا، کیا یہ

# فیملی ایڈوینچر کے لیے تدریسی محرکات



تعجب کی بات ہے کہ وہ اب مکینیکل انجینئر ہیں؟ وہ ابھی بھی تعمیر اور ردوبدل اور ایجادات کر رہے ہیں۔ یہ وہی کچھ ہے جو وہ ہے - یہ اس کا جوہر ہے جو اسے چلاتا ہے۔ اس کے بچپن کی بوریٹ - اس کے وجود کے لیے چھوٹی گئی جگہ - آج بھی اس میں رہتی ہے اور اس کی شخصیت پر اس کا گہرا اثر ہے۔"

افسانوی بیبی لینگسٹرمپ کی تخلیق کار، ایسٹریڈ لینڈگرین تسلیم کرتی ہیں کہ نئے خیالات یا احساسات اکثر لمحوں میں کسی منصوبے کے بغیر ابھرتے ہیں۔ اس نے تبصرہ کیا کہ: "اور پھر آپ کو بس وہاں بیٹھنے اور اپنے سامنے دیکھنے کے لیے وقت کی ضرورت ہو گی۔"

جیسپر جول جوڑوں میں بھی بوریٹ کا خیر مقدم کرتے ہیں: اگر آپ اکتھے ہوئے ہوئے لگیں تو یہ اور بھی بہتر ہو گا: آپ دیکھیں گے کہ آپ ایک دوسرے کو اچانک ایسی چیزوں کے بارے میں بات کرنا اور بتانا شروع کر دیتے ہیں جو صرف اس وقت ذہن میں آتی ہیں جب "گفتگو کا موڈ" آف ہو اور آپ باطنی افراتفری پر قابو پا چکے ہوں۔ یہی وہ مقام ہے جس پر حقیقی قربت ممکن ہو جاتی ہے۔ آپ اسے اپنے ساتھی کے ساتھ بھی آزما سکتے ہیں۔"

منن: الزبتھ کوسٹاسچر | [www.familie.it](http://www.familie.it)