

# فیملی ایڈوینچر کے لیے تدریسی محرکات



## 35\_ موبائل فون کے بغیر اب یہ ممکن نہیں

ایسا لگتا ہے کہ سپین اب اپنے موبائل فون کے بغیر رہ سکتی۔ پندرہ سالہ بچی، عملی طور پر سارا دن آن لائن رہتی ہے اور اگر آپ اسے موبائل فون ایک طرف رکھ دینے کا کہیں، تو ایک ہنگامہ برپا کر دیتی ہے۔ بحیثیت والدین کیا کیا جائے؟

پہلی بات، یہ سمجھنا ضروری ہے کہ نو عمر بچوں کے لیے موبائل فون کا کیا مطلب ہے (اور نہ صرف نو عمر بچوں کے لیے، بلکہ بہت سے بالغ لوگوں کے لیے بھی): یہ رابطے اور تعلق کی خواہش کو پورا کرتا ہے۔ اور یہ دوسروں کی طرف سے قبول کیے جانے اور پہچانے جانے کی خواہش کو پورا کرتا ہے، حتیٰ کہ انہیں ایسا کرنے کے لیے چاہے ہر وقت انٹرنیٹ سے جڑے ہوئے ہی کیوں نہ رہنا پڑے۔ یہ جاننا ضروری ہے، ہم سب کو پہلے نئے میڈیا کا صحت مندانہ استعمال سیکھنے کی ضرورت ہے۔

### خود کے استعمال کا جائزہ لیں

والدین کو موبائل فون کے خود کے استعمال سے آگاہ ہونا چاہیے: کیا میں ہر بیپ پر یہ چیک کرنے کے لیے چھلانگ لگانا شروع کر دوں کہ کس نے مجھے واٹس ایپ پر میسیج لکھا ہے یا کیا فیس بک پر کچھ پوسٹ کیا ہے؟ تو جب میں بچوں کے ساتھ کھانا کھا رہا ہوں، ان کے ساتھ ہنسی خوشی میں مشغول ہوں، تو موبائل فون کتنا موجود ہوتا ہے؟ یا میں ہر وقت کال پر رہتا/رہتی ہوں؟ خاندان میں اس وقت جو کچھ ہو رہا ہے کیا باہر سے آنے والی معلومات، ای میلز، خبروں کو ان پر ترجیح دی جاتی ہے؟ ہمارے خاندان میں عمومی طور پر میڈیا کا کس قدر عمل دخل موجود ہے؟ کیا کھانا کھانے کے دوران ٹی وی یا ریڈیو آن رہتا ہے؟ کیا مجھے ہمیشہ انتشار توجہ کرنے کی ضرورت ہوتی ہے؟ کیا رات کے وقت میرے ساتھ بستر پر موبائل فون آن لائن رہتا ہے یا رات کے وقت کیا ہم سب اسے کچن میں چھوڑ آتے ہیں؟ کیا ایسے اوقات ہوتے ہیں جب وائی فائی بند ہو؟

خاندان میں مقررہ اوقات متعارف و نافذ کرنا سمجھ میں آتا ہے جہاں آن لائن ہونے کی اجازت ہوتی ہے اور ہر فرد ایک ڈیجیٹل میڈیا کے ساتھ مشغول ہو سکے۔ صرف بصورت اگر والدین نئے میڈیا کے مناسب استعمال کی خود سے مثال قائم کریں گے تو ہی وہ بچوں کے لیے قابل اعتبار ہوں گے۔ اگر بچوں کو ابتدائی عمر سے سکھایا جاتا ہے تو اس موضوع پر ان کے ساتھ متفق ہو سکتا آسان ہو جاتا ہے۔

### پیڑا کے ساتھ ڈنر

اگر آپ کا بچہ موبائل فون پہلے سے زیادہ استعمال کرتا ہے، تو اسے پیڑا کی دعوت دینا سمجھ میں آتا ہے۔ اسے بتا دیں کہ آپ اس سے اس کے موبائل فون کے استعمال کے متعلق بات کرنا چاہتے ہیں۔ اس بات میں دلچسپی لیں کہ موبائل فون آپ کے بچے کے لیے اس قدر اہم کیوں ہے اور وہ حقیقت میں اس پر کیا کچھ کرتا رہتا ہے۔ اس کی بات سنیں۔ وہ جو کر رہا ہے اس کی سمجھ بوجھ پیدا کریں۔ اور پھر اسے مہربانی کر کے بنا کوئی ملامت کیے ہوئے یہ بتائیں کہ آپ کو موجودہ حالات پسند نہیں ہیں۔ اس بارے میں بات چیت کریں کہ آپ کیا سوچتے ہیں، آپ کو کن باتوں کی فکر ہے اور آپ اپنے بچے سے کیا چاہتے ہیں۔ اپنے نو عمر بچے سے اس طرح سے بات چیت کریں جیسے آپ یہ باتیں کسی بالغ دوست کے ساتھ کر رہے ہیں، اور جس کے ساتھ آپ بات چیت ختم کرنے کے بعد بھی ویسے ہی دوست رہنا چاہتے ہیں۔ لہذا، کوئی الزام، کوئی دھمکی، کوئی تنقید مت کریں۔ لیکن یہ واضح طور پر بتائیں کہ آپ صورتحال کو کس طرح دیکھتے ہیں۔

مذاکرات کی طرف جائیں: ہم کہاں ملاقات کر سکتے ہیں؟ میں آپ سے کہاں پر ملنے کے لیے تیار ہوں اور آپ کہاں پر مجھ سے ملاقات کے لیے تیار ہو؟ اپنے بچے سے پوچھیں کہ وہ اس بارے میں کیا سوچتا ہے اور اس کے پاس کون سی تجاویز ہیں۔ اگر کوئی بھی نہ بتائی جائے تو یہ کہیں: ٹھیک ہے، پھر اس کے بارے میں سوچنا۔ میں آپ سے تین دن میں دوبارہ پوچھوں گا۔" اور تین دن میں آپ دوبارہ پوچھ لیں۔

# فیملی ایڈوینچر کے لیے تدریسی محرکات



پابندیاں ترغیبی ہوتی ہیں، لیکن ہمیشہ مؤثر ثابت نہیں ہوتی ہیں۔

والدین کے طور پر، یہ دھمکی دینا یا پابندیاں نافذ کرنا ہمیشہ پرکشش ہوتا ہے۔ چنانچہ آپ بھی ایسا ہی کر سکتے ہیں۔ لیکن سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کس مقصد کے لیے؟ کیا آپ چاہتے ہیں کہ آپ کا بچہ اپنی زندگی سے متعلق ذمہ داریاں لینے کے سلسلے میں قدم بہ قدم سیکھے یا آپ ایک فرمانبردار و مطیع بچہ یا ایسا بچہ چاہتے ہیں جو آپ کی غیر موجودگی میں ممنوعات کی جانب دوڑتا چلا جاتا ہے؟ اگر آپ پہلی والی بات چاہتے ہیں، تو ایک جانب آپ کو ایک واضح موقف اختیار کرنا چاہیے اور اپنے خیالات اور احساسات کی تائید میں اٹھ کھڑے ہونا چاہیے اور دوسری جانب آپ کو اپنے بچے میں دلچسپی لینی چاہیے اور اس کے ساتھ احترام سے پیش آنا چاہیے۔ مذاکرات اسی عمل کا حصہ ہیں۔

جب بچے اور نوعمر لڑکے تجربہ کرتے ہیں کہ آپ فوری طور پر ان کے نقطہ نظر کی کوئی مذمت کیے بغیر اس میں دلچسپی رکھتے ہیں، جب وہ تجربہ کرتے ہیں کہ والدہ اور والد کی ایک رائے ہے اور وہ اس عمل میں بچے کی کوئی توہین کیے بغیر اس کی نمائندگی کرتے ہیں، جب مکالمے اور گفت و شنید احترام کے ساتھ انجام دی جاتی ہے، تو یہ عمل رشتہ کے استحکام کا باعث بنتا ہے۔ بطور والدین، آپ کو ہمیشہ وہ نہیں ملتا ہے جو آپ چاہتے ہیں، لیکن بچے بہت کچھ سیکھتے ہیں: میں ایسے حالات سے کیسے نمٹوں جہاں دوسرے فرد کو نیچا دکھانے بغیر ہم مختلف آراء رکھ سکتے ہیں۔

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