

DDEC101CCT

# ابتدائی بچپن میں بالیدگی اور نشوونما

(Growth and Development in Early Childhood)

ڈپلوما ان ارلی چائلڈ ہولڈ کیئر اینڈ ایجوکیشن

(پہلا سمسٹر)

نظامت فاصلاتی تعلیم

مولانا آزاد نیشنل اردو یونیورسٹی

حیدرآباد-32، تلنگانہ-انڈیا

© **Maulana Azad National Urdu University, Hyderabad**  
**Course: Growth and Development in Early Childhood**  
**ISBN: 978-81-968517-8-1**  
**First Edition :December, 2023**

Publisher : Registrar, Maulana Azad National Urdu University  
Publication : 2023  
Copies : 500  
Price : 290/-(The price of the book is included in admission fee of distance mode students.)  
Copy Editing : Mr. Faheem Anwar, DDE, MANUU, Hyderabad  
Cover Designing : Dr. Mohd Akmal Khan, DDE, MANUU, Hyderabad  
Printer : Print Time and Business Enterprises, Hyderabad

**Growth and Development in Early Childhood**  
for  
Diploma in Early Childhood Care and Education  
1<sup>st</sup> Semester

*On behalf of the Registrar, Published by:*  
**Directorate of Distance Education**  
Maulana Azad National Urdu University

Gachibowli, Hyderabad-500032 (TS), India

Director: [dir.dde@manuu.edu.in](mailto:dir.dde@manuu.edu.in) Publication: [ddepublication@manuu.edu.in](mailto:ddepublication@manuu.edu.in)

Phone number: 040-23008314 Website: [manuu.edu.in](http://manuu.edu.in)

© All right reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronically or mechanically, including photocopying, recording or any information storage or retrieval system, without prior permission in writing form the publisher ([registrar@manuu.edu.in](mailto:registrar@manuu.edu.in))



Content and Language Editors	مدیران مواد اور زبان
<p>Dr. Talib Ather Ansari Associate Professor (Education) MANUU, CTE - Bidar</p>	<p>ڈاکٹر طالب اطہر انصاری ایسوسی ایٹ پروفیسر (تعلیم) مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، بیدر</p>
<p>Dr. Hina Hasan Associate Professor (Education) MANUU, CTE - Bidar</p>	<p>ڈاکٹر حنا حسن ایسوسی ایٹ پروفیسر (تعلیم) مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، بیدر</p>
<p>Dr. Shaikh Wasim Shaikh Shabbir Associate Professor (Education) DDE, MANUU</p>	<p>ڈاکٹر شیخ وسیم شیخ شہبیر ایسوسی ایٹ پروفیسر (تعلیم) ڈی ڈی ای، مانو</p>

پروگرام کو آرڈی نیٹر

ڈاکٹر شمینہ بسو

ایسوسی ایٹ پروفیسر (تعلیم)، نظامت فاصلاتی تعلیم، مولانا آزاد نیشنل اردو یونیورسٹی، حیدرآباد

مصنفین

اکائی نمبر

- 1 ڈاکٹر نوشاد حسین، ایسوسی ایٹ پروفیسر (تعلیم)، شعبہ تعلیم و تربیت، مانو، حیدرآباد
- 2 ڈاکٹر شمینہ بسو، ایسوسی ایٹ پروفیسر (تعلیم)، ڈی ڈی ای، مانو
- 3 ڈاکٹر طالب اطہر انصاری، ایسوسی ایٹ پروفیسر (تعلیم)، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، بیدر
- 4 ڈاکٹر نہال احمد انصاری، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، آسنسول
- 5 ڈاکٹر رابعہ اسماعیل، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، شعبہ تعلیم و تربیت، مانو، حیدرآباد
- 6 جناب سونور جگ، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، دربھنگا
- 7 ڈاکٹر مومن سمیہ، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، شعبہ تعلیم و تربیت، مانو، حیدرآباد
- 8 ڈاکٹر فائزہ الطاف، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، آسنسول
- 9 ڈاکٹر طیبہ نازلی، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، شعبہ تعلیم و تربیت، مانو، حیدرآباد
- 10 ڈاکٹر وی۔ ایس۔ سومی، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، شعبہ تعلیم و تربیت، مانو، حیدرآباد
- 11 ڈاکٹر طالب اطہر انصاری، ایسوسی ایٹ پروفیسر (تعلیم)، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، بیدر
- 12 ڈاکٹر ترنم خان، اسٹنٹ پروفیسر (کانٹریکچر)، تعلیم، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، بھوپال
- 13 ڈاکٹر شیخ وسیم شیخ شعیب، ایسوسی ایٹ پروفیسر (تعلیم)، ڈی ڈی ای، مانو، حیدرآباد
- 14 ڈاکٹر محمد بہاؤ الدین، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، دربھنگا
- 15 ڈاکٹر شبیر احمد، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، بھوپال
- 16 پروفیسر شاہین الطاف شیخ، پروفیسر (تعلیم)، شعبہ تعلیم و تربیت، مانو، حیدرآباد
- ڈاکٹر عبد الباسط انصاری، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، بھوپال
- ڈاکٹر امین انصاری، اسٹنٹ پروفیسر (تعلیم)، مانو کالج آف ٹیچر ایجوکیشن، آسنسول

پروف ریڈرس:

اول	:	جناب فہیم انور
دوم	:	ڈاکٹر فرحت علی
فائنل	:	ڈاکٹر شمینہ بسو

## فہرست

7	وائس چانسلر	پیغام
8	ڈائریکٹر	پیغام
9	پروگرام کو آرڈینیٹر	کورس کا تعارف

### بلاک 1: ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی ارتقا

11	ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم	اکائی 1
31	ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے تئیں خدمات	اکائی 2
51	ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں رجحانات اور پالیسیاں	اکائی 3
63	بچوں کی نشوونما کا جائزہ	اکائی 4

### بلاک 2: ابتدائی بچپن میں نشوونما کے پہلو

78	بچے کی نشوونما کے مراحل	اکائی 5
95	بچے کی جسمانی نشوونما	اکائی 6
122	بچے کی حرکی نشوونما	اکائی 7
133	بچے کی سماجی نشوونما	اکائی 8

### بلاک 3: بچوں کی نشوونما: وقوفی اور لسانی

145	وقوفی نشوونما	اکائی 9
156	وقوفی نشوونما کے نظریات	اکائی 10
172	لسانی نشوونما	اکائی 11
185	لسانی نشوونما کے نظریات	اکائی 12

#### بلاک 4: جذباتی نشوونما، طرز عمل میں تبدیلی اور خدشات

205	بچے کی جذباتی نشوونما	اکائی 13
223	طرز عمل اور اس کی ترمیم کی تفہیم	اکائی 14
244	ابتدائی بچپن میں طرز عمل کے خدشات	اکائی 15
267	مطابقت اور ذہنی صحت	اکائی 16

286

نمونہ امتحانی پرچہ

## پیغام

مولانا آزاد نیشنل اردو یونیورسٹی 1998 میں وطن عزیز کی پارلیمنٹ کے ایکٹ کے تحت قائم کی گئی۔ اس کے چار نکاتی مینڈیٹس یہ ہیں۔  
(1) اردو زبان کی ترویج و ترقی (2) اردو میڈیم میں پیشہ ورانہ اور تکنیکی تعلیم کی فراہمی (3) روایتی اور فاصلاتی تدریس سے تعلیم کی فراہمی اور (4) تعلیم نسواں پر خصوصی توجہ۔ یہ وہ بنیادی نکات ہیں جو اس مرکزی یونیورسٹی کو دیگر مرکزی جامعات سے منفرد اور ممتاز بناتے ہیں۔ قومی تعلیمی پالیسی 2020 میں بھی مادری اور علاقائی زبانوں میں تعلیم کی فراہمی پر کافی زور دیا گیا ہے۔

اردو کے ذریعے علوم کو فروغ دینے کا واحد مقصد و منشا اردو داں طبقے تک عصری علوم کو پہنچانا ہے۔ ایک طویل عرصے سے اردو کا دامن علمی مواد سے لگ بھگ خالی رہا ہے۔ کسی بھی کتب خانے یا کتب فروش کی الماریوں کا سرسری جائزہ اس بات کی تصدیق کر دیتا ہے کہ اردو زبان سمٹ کر چند ”ادبی“ اصناف تک محدود رہ گئی ہے۔ یہی کیفیت اکثر رسائل و اخبارات میں دیکھنے کو ملتی ہے۔ اردو قاری اور اردو سماج دور حاضر کے اہم ترین علمی موضوعات سے نابلد ہیں۔ چاہے یہ خود ان کی صحت و بقا سے متعلق ہوں یا معاشی اور تجارتی نظام سے، یا مشینی آلات ہوں یا ان کے گرد و پیش ماحول کے مسائل ہوں، عوامی سطح پر ان شعبہ جات سے متعلق اردو میں مواد کی عدم دستیابی نے عصری علوم کے تئیں ایک عدم دلچسپی کی فضا پیدا کر دی ہے۔ یہی وہ چیلنجز ہیں جن سے اردو یونیورسٹی کو نبرد آزما ہونا ہے۔ نصابی مواد کی صورت حال بھی کچھ مختلف نہیں ہے۔ اسکولی سطح پر اردو کتب کی عدم دستیابی کے چرچے ہر تعلیمی سال کے شروع میں زیر بحث آتے ہیں۔ چوں کہ اردو یونیورسٹی کا ذریعہ تعلیم اردو ہے اور اس میں عصری علوم کے تقریباً سبھی اہم شعبہ جات کے کورسز موجود ہیں لہذا ان تمام علوم کے لیے نصابی کتابوں کی تیاری اس یونیورسٹی کی اہم ترین ذمہ داری ہے۔

مجھے اس بات کی بے حد خوشی ہے کہ یونیورسٹی کے ذمہ داران بشمول اساتذہ کرام کی انتھک محنت اور ماہرین علم کے بھرپور تعاون کی بنا پر کتب کی اشاعت کا سلسلہ بڑے پیمانے پر شروع ہو چکا ہے۔ ایک ایسے وقت میں جب کہ ہماری یونیورسٹی اپنی تاسیس کی 25 ویں سالگرہ منا رہی ہے، مجھے اس بات کا انکشاف کرتے ہوئے بہت خوشی محسوس ہو رہی ہے کہ یونیورسٹی کا نظامت فاصلاتی تعلیم از سر نو اپنی کارکردگی کے نئے سنگ میل کی طرف رواں دواں ہے اور نظامت فاصلاتی تعلیم کی جانب سے کتابوں کی اشاعت اور ترویج میں بھی تیزی پیدا ہوئی ہے۔ نیز ملک کے کونے کونے میں موجود تشنگان علم فاصلاتی تعلیم کے مختلف پروگراموں سے فیضیاب ہو رہے ہیں۔ گرچہ گزشتہ برسوں کے دوران کووڈ کی تباہ کن صورت حال کے باعث انتظامی امور اور ترسیل و ابلاغ کے مراحل بھی کافی دشوار کن رہے تاہم یونیورسٹی نے اپنی حتی المقدور کوششوں کو بروئے کار لاتے ہوئے نظامت فاصلاتی تعلیم کے پروگراموں کو کامیابی کے ساتھ روبہ عمل کیا ہے۔ میں یونیورسٹی سے وابستہ تمام طلباء کو یونیورسٹی سے جڑنے کے لیے صمیم قلب کے ساتھ مبارکباد پیش کرتے ہوئے اس یقین کا اظہار کرتا ہوں کہ ان کی علمی تشنگی کو پورا کرنے کے لیے مولانا آزاد نیشنل اردو یونیورسٹی کا تعلیمی مشن ہر لمحہ ان کے لیے راستے ہموار کرے گا۔

پروفیسر سید عین الحسن

وائس چانسلر

## پیغام

فاصلاتی طریقہ تعلیم پوری دنیا میں ایک انتہائی کارگر اور مفید طریقہ تعلیم کی حیثیت سے تسلیم کیا جا چکا ہے اور اس طریقہ تعلیم سے بڑی تعداد میں لوگ مستفید ہو رہے ہیں۔ مولانا آزاد نیشنل اردو یونیورسٹی نے بھی اپنے قیام کے ابتدائی دنوں ہی سے اردو آبادی کی تعلیمی صورت حال کو محسوس کرتے ہوئے اس طرز تعلیم کو اختیار کیا۔ مولانا آزاد نیشنل اردو یونیورسٹی کا آغاز 1998 میں نظامتِ فاصلاتی تعلیم اور ٹرانسلیشن ڈویژن سے ہوا اور اس کے بعد 2004 میں باقاعدہ روایتی طرز تعلیم کا آغاز ہوا اور بعد ازاں متعدد روایتی تدریس کے شعبہ جات قائم کیے گئے۔ نو قائم کردہ شعبہ جات اور ٹرانسلیشن ڈویژن میں تقرریاں عمل میں آئیں۔ اس وقت کے اربابِ مجاز کے بھرپور تعاون سے مناسب تعداد میں خود مطالعاتی مواد تحریر و ترجمے کے ذریعے تیار کرائے گئے۔

گزشتہ کئی برسوں سے یو جی سی۔ ڈی ای بی UGC-DEB اس بات پر زور دیتا رہا ہے کہ فاصلاتی نظام تعلیم کے نصابات اور نظامات کو روایتی نظام تعلیم کے نصابات اور نظامات سے کما حقہ ہم آہنگ کر کے نظامتِ فاصلاتی تعلیم کے طلباء کے معیار کو بلند کیا جائے۔ چونکہ مولانا آزاد نیشنل اردو یونیورسٹی فاصلاتی اور روایتی طرز تعلیم کی جامعہ ہے، لہذا اس مقصد کے حصول کے لیے یو جی سی۔ ڈی ای بی کے رہنمایانہ اصولوں کے مطابق نظامتِ فاصلاتی تعلیم اور روایتی نظام تعلیم کے نصابات کو ہم آہنگ اور معیار بلند کر کے خود اکتسابی مواد SLM از سر نو بالترتیب یو جی اور پی جی طلباء کے لیے چھ بلاک چوبیس اکائیوں اور چار بلاک سولہ اکائیوں پر مشتمل نئے طرز کی ساخت پر تیار کرائے جا رہے ہیں۔

نظامتِ فاصلاتی تعلیم یو جی پی جی بی ایڈ ڈپلوما اور سرٹیفکیٹ کورسز پر مشتمل جملہ پندرہ کورسز چلا رہا ہے۔ بہت جلد تکنیکی ہنر پر مبنی کورسز بھی شروع کیے جائیں گے۔ متعلمین کی سہولت کے لیے 9 علاقائی مراکز بنگلور، بھوپال، در بھنگہ، دہلی، کولکاتا، ممبئی، پٹنہ، رانچی اور سری نگر اور 6 ذیلی علاقائی مراکز حیدرآباد، لکھنؤ، جموں، نوح، دارانسی اور امراتوٹی کا ایک بہت بڑا نیٹ ورک تیار کیا ہے۔ ان مراکز کے تحت سر دست 161 متعلم امدادی مراکز (Learner Support Centres) نیز 20 پروگرام سنٹرس (Programme Centres) کام کر رہے ہیں، جو طلباء کو تعلیمی اور انتظامی مدد فراہم کرتے ہیں۔ نظامتِ فاصلاتی تعلیم نے اپنی تعلیمی اور انتظامی سرگرمیوں میں آئی سی ٹی کا استعمال شروع کر دیا ہے، نیز اپنے تمام پروگراموں میں داخلے صرف آن لائن طریقے ہی سے دے رہا ہے۔

نظامتِ فاصلاتی تعلیم کی ویب سائٹ پر متعلمین کو خود اکتسابی مواد کی سائٹ کا پیاں بھی فراہم کی جا رہی ہیں، نیز جلد ہی آڈیو ویڈیو ریکارڈنگ کالنگ بھی ویب سائٹ پر فراہم کیا جائے گا۔ اس کے علاوہ متعلمین کے درمیان رابطے کے لیے ایس ایم ایس کی سہولت فراہم کی جا رہی ہے، جس کے ذریعے متعلمین کو پروگرام کے مختلف پہلوؤں جیسے کورس کے رجسٹریشن، مفوضات، کونسلنگ، امتحانات وغیرہ کے بارے میں مطلع کیا جاتا ہے۔

امید ہے کہ ملک کی تعلیمی اور معاشی حیثیت سے پچھڑی اردو آبادی کو مرکزی دھارے میں لانے میں نظامتِ فاصلاتی تعلیم کا بھی نمایاں رول

ہو گا۔

پروفیسر محمد رضاء اللہ خان

ڈائریکٹر، نظامتِ فاصلاتی تعلیم

## کورس کا تعارف

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں ڈپلومہ، جو کہ مولانا آزاد نیشنل اردو یونیورسٹی کے نظامت فاصلاتی تعلیم کی جانب سے پیش کیا جا رہا ہے، ابتدائی بچپن کی نشوونما کا ایک مکمل اور جامع جائزہ پیش کرتا ہے۔ اس پروگرام کے کورس "ابتدائی بچپن میں بالیدگی اور نشوونما" میں بچوں کے ابتدائی مراحل کے دوران ان کے ذہن کو سمجھنے اور اسے فروغ دینے کے لیے ضروری عوامل کے بارے میں اہم سمجھ فراہم کی گئی ہے۔

یہ کورس مختلف اکائیوں پر مشتمل ہے جس میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم سے متعلق موضوعات کی ایک وسیع رینج کا احاطہ کیا گیا ہے۔ اس کے آغاز میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے بنیادی نظریات کو بیان کیا گیا ہے، اور اس موضوع کی اہم شخصیات کی خدمات کا جائزہ لینے کے ساتھ ساتھ حالیہ پیش رفت اور پالیسیوں کو بھی زیر بحث لایا گیا ہے۔

اس کورس میں نشوونما کے مختلف مراحل میں بچوں کے جسمانی، حرکی، سماجی، علمی اور جذباتی پہلوؤں کا احاطہ کیا گیا ہے۔ ابتدائی بچپن میں جسمانی نشوونما کے ماڈل، حرکی مہارت کی نشوونما، سماجی تعامل، علمی صلاحیت، اور جذباتی نشوونما کا جائزہ پیش کیا گیا ہے۔

مزید برآں، یہ کورس ان نظریات پر توجہ مرکوز کرتا ہے جو علمی نشوونما، زبان کے حصول، اور جذباتی نشوونما کی وضاحت کرتے ہیں اور اس بات کی گہری سمجھ فراہم کرتے ہیں کہ یہ عوامل بچے کی نشوونما پر کیسے اثر انداز ہوتے ہیں۔

بچوں کی نشوونما کے مراحل کی وضاحت کے علاوہ، اس کورس میں عملی موضوعات کا بھی احاطہ کیا گیا ہے جیسے کہ رویے کو کیسے سمجھنا اور تبدیل کرنا ہے، چھوٹے بچوں میں رویے سے متعلق مسائل کی نشاندہی اور ان سے نمٹنے کے طریقے، اور بچوں کی نشوونما کے لیے مطابقت و دماغی صحت کی اہمیت بھی واضح کی گئی ہے۔

آخر میں، اس کورس میں طلباء کو بچوں کی نشوونما کے نظریات، طرز عمل کے پہلوؤں اور بچوں میں صحت مند بالیدگی اور نشوونما کے فروغ کے لیے عملی حکمت عملیوں کی مکمل تفہیم فراہم کی گئی ہے۔

ڈاکٹر شمینہ بسو

پروگرام کوآرڈینیٹر

# ابتدائی بچپن میں بالیدگی اور نشوونما

(Growth and Development in Early Childhood)

# اکائی 1- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم

(Early Childhood Care and Education-ECCE)

اکائی کے اجزاء

- 1.0 تمہید (Introduction)
- 1.1 مقاصد (Objectives)
- 1.2 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم: تصور اور مفہوم (ECCE: Concept and Meaning)
- 1.3 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی نوعیت (Nature of ECCE)
- 1.4 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی ضرورت اور اہمیت (Need and Importance of ECCE)
- 1.5 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی وسعت (Scope of ECCE)
- 1.6 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے مقاصد (Objectives of ECCE)
- 1.7 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)
- 1.8 فرہنگ (Glossary)
- 1.9 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)
- 1.10 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

1.0 تمہید (Introduction)

ہندوستان ایک وسیع و عریض ملک ہے۔ مردم شماری 2011ء کے مطابق ملک کی آبادی 121 کروڑ سے زیادہ تھی جو کہ 2023ء میں عنقریب 142 کروڑ سے بھی زیادہ ہو گئی ہے۔ آبادی کے لحاظ سے ہمارا ملک اس وقت دنیا میں سرفہرست ہے۔ جس کی 25 فیصد آبادی کی عمر 14 سال سے کم ہے، 11 فیصد آبادی کی عمر 5 سے 9 سال کے درمیان ہے جبکہ 9 فیصد آبادی کی عمر 4 سال سے کم ہے۔ مردم شماری کی اعداد و شمار کا تجزیہ کرنے سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ ملک میں اس وقت تقریباً 15 کروڑ سے زیادہ تعداد ایسے بچوں کی ہے جن کی عمر 6 سال سے کم ہے۔ یہ ایسا قیمتی انسانی اثاثہ ہے جسے ترقی پذیر ہندوستان کی تقدیر کہا جاسکتا ہے۔ سن 2047ء تک ملک کو ترقی یافتہ بنانے کے لیے اس قیمتی اثاثے کی دیکھ بھال، تعلیم اور نشوونما کو اہمیت دینے کی اشد ضرورت ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قومی تعلیمی پالیسی 2020ء میں ابتدائی بچپن کی

نگہداشت اور تعلیم پر کافی زور دیا گیا ہے۔ قومی تعلیمی پالیسی 2020ء کے نکات 1.1 میں بھی نفسیاتی تحقیق کے اہم نتیجے کی جانب توجہ مبذول کی گئی ہے کہ بچوں کے دماغ کی 85 فیصد نشوونما ابتدائی چھ سال میں ہی ہو جاتی ہے۔ پالیسی نے بچوں کی مناسب جسمانی اور ذہنی نشوونما کو یقینی بنانے کے لیے اس کے ابتدائی چھ سال کو بہت اہم تسلیم کیا ہے۔ اس میں اس بات کا اقرار کیا گیا ہے کہ موجودہ وقت میں خاص طور پر سماجی اور معاشی اعتبار سے پسماندہ و محروم کروڑوں بچوں کے لیے ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم معیار کے مطابق دستیاب نہیں ہے۔ پالیسی یہ بھی تسلیم کرتی ہے کہ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم ملک میں مساوات قائم کرنے میں سب سے طاقتور ذریعہ ثابت ہو سکتی ہے۔ اس لیے ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور نشوونما کے لیے معیاری تعلیم کی فراہمی کے عالم گیر انتظام کو 2030ء سے پہلے یقینی بنایا جانا چاہیے تاکہ درجہ اول میں داخلہ پانے والے سبھی بچے معیاری اسکولی تعلیم کے لیے پوری طرح سے تیار ہو سکیں۔ اس لیے معلمین کے لیے ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور نشوونما کے نظریاتی پہلوؤں سے واقفیت ضروری ہے تاکہ وہ بچوں کی بہترین نشوونما میں اپنا کردار ادا کر سکیں۔ اس باب میں ہم ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم کے تصور اور مفہوم کا مطالعہ کریں گے۔ مزید یہ کہ، عمر کے اس دور میں نگہداشت اور تعلیم کی نوعیت، ضرورت، اہمیت، وسعت اور مقاصد پر بھی تفصیلی بحث کریں گے۔

## 1.1 مقاصد (Objectives)

- اس اکائی کے مطالعہ کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا تصور واضح کر سکیں۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا مفہوم بیان کر سکیں۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی نوعیت بیان کر سکیں۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی ضرورت اور اہمیت پر بحث کر سکیں۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی وسعت کا جائزہ پیش کر سکیں۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے مقاصد کی فہرست سازی کر سکیں۔

## 1.2 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم: تصور اور مفہوم (Concept and Meaning of ECCE)

ابتدائی بچپن کی تعلیم سے مراد خاندان سے باہر کے لوگوں کے ذریعے بچوں کو رسمی تعلیم فراہم کرنے سے ہے۔ عام طور پر ابتدائی بچپن کی تعریف اسکول کی رسمی تعلیم شروع ہونے سے پہلے کی عمر کے ضمن میں کی جاتی ہے۔ اکثر ممالک میں 5 سال سے پہلے کی عمر کو ابتدائی بچپن میں شامل کیا جاتا ہے حالانکہ ایو. ایس. نیشنل ایسو سیٹیشن فار دی ایجوکیشن آف ینگ چلڈرن نے 8 سال تک کی عمر کو ابتدائی بچپن میں شمار کیا ہے۔ ہندوستانی تناظر میں ابتدائی بچپن سے مراد پیدائش سے شروعاتی چھ سال کی زندگی تک کے مرحلے سے ہے۔ چونکہ زندگی کے اس مرحلے میں ذہنی، جسمانی، و قونی، سماجی، جذباتی اور لسانی نشوونما کی بنیاد پڑتی ہے اس لیے عمر کے اس زمانے کو تعمیر کی عمر کہتے ہیں۔

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کی اصطلاح تین اہم الفاظ: ابتدائی بچپن، نگہداشت یا دیکھ بھال اور تعلیم سے مل کر بنی ہے۔ ابتدائی بچپن میں پیدائش سے 6 سال تک کا زمانہ شامل کیا جاتا ہے۔ ابتدائی بچپن کی قومی پالیسی 2013ء کے مطابق نشوونما کی خصوصیات کی بنیاد پر عمر کے ابتدائی ایام کو تین ذیلی مراحل؛ حمل سے پیدائش تک، پیدائش سے 3 سال کی عمر تک اور 3 سے 6 سال کی عمر تک، میں تقسیم کیا گیا ہے۔ نشوونما کے نقطہ نظر سے یہ زندگی کا سب سے اہم زمانہ ہے کیوں کہ اس دور میں بچوں کی بالیدگی اور نشوونما بہت ہی تیز رفتاری سے ہوتی ہے۔

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی اصطلاح کا دوسرا لفظ 'نگہداشت یا دیکھ بھال' ہے۔ اس سے مراد ہے سبھی بچوں کو محبت، شفقت فراہم کرنا اور صحت مند، صاف ستھرا، محفوظ اور سرگرم ماحول فراہم کرنا۔ اصطلاح کا تیسرا لفظ 'تعلیم' ہے۔ تعلیم دریافت، تجربہ، مشاہدہ، شراکت اور تعامل کے ذریعے علم، مہارت، رویوں اور اقدار کے حصول کا عمل ہے۔ یہ تمام تجربات بچوں کو اپنی داخلی اور خارجی دنیا کی معلومات فراہم کرنے میں مدد کرتے ہیں۔ اس طرح ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کے تحت بچوں کو ابتدائی زمانے میں صحت، غذا، پرورش، دیکھ بھال اور سیکھنے کے بہترین مواقع فراہم کر کے ان کی بہترین نشوونما کی جاسکتی ہے۔ کھیل کود اور نشوونما کی ضروریات پر مبنی سرگرمیوں والا محفوظ اور متحرک ماحول بچوں کی جسمانی، حرکی، وقوفی، سماجی، جذباتی اور لسانی نشوونما میں کلیدی کردار ادا کرتا ہے۔ اس طرح ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم بچوں کی آئندہ زندگی کی ہمہ جہت نشوونما کے لیے بنیاد تیار کرنے کا کام کرتی ہے، جو مستقبل میں ملک، قوم و ملت کی پایہ دار ترقی کا باعث بنتی ہے۔

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم ایک مجموعی عمل ہے جس کے مختلف اجزاء ہیں۔ یہ تمام اجزاء مل کر بچوں کی نشوونما اور فلاح و بہبود کے لیے کام کرتے ہیں۔ یہ اجزاء درج ذیل ہیں

**صحت، غذائیت اور صفائی (Health, Nutrition and Sanitation):** اس میں ماں اور بچوں کو صحت سے متعلق مستقل معاونت فراہم کرنا شامل ہے۔ اس میں پیدائش سے پہلے اور پیدائش کے بعد کی دیکھ بھال جیسے اچھی اور کافی غذا، ماں کو ٹیکے لگوانا، صحت کی جانچ، تناؤ سے آزاد ماحول، ہسپتال میں محفوظ پیدائش شامل ہے۔ اسی طرح پیدائش کے بعد بچوں کو متوازن اور اچھی غذا، انفیکشن سے حفاظت، وقت پر ٹیکے لگانا اور طبی دیکھ بھال کے لیے اہتمام کے ساتھ ساتھ صحت مند اور صاف ماحول فراہم کرنے کی ضرورت ہے۔

**دیکھ بھال اور حفاظت (Child Care and Protection):** اس میں سبھی بچوں کو مستحسن افزائش اور نشوونما کے لیے طبعیاتی اور جذباتی طور پر صحت مند، محفوظ اور سلامتی کا ماحول فراہم کرنا شامل ہے۔ نشوونما کے لیے محفوظ، متحرک اور مثبت ماحول فراہم کرنا ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا ایک اہم جزو ہے۔ بچوں کی دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے ضروری ہے کہ وہ بچوں کی نفسیاتی، سماجی اور جذباتی ضرورتوں کی تکمیل کریں۔ یہ یقینی بنانے کے لیے انھیں حسب ضرورت مناسب محرکات فراہم کرنا چاہیے۔

**ابتدائی محرکات (Initial motivations):** بچوں کی نشوونما میں جسمانی، حرکیاتی، سماجی، جذباتی، وقوفی اور لسانی پہلو بہت اہمیت کے حامل ہوتے ہیں۔ یہ تمام پہلو ایک دوسرے سے باہم مربوط ہوتے ہیں۔ زندگی کے ابتدائی مراحل میں ان سبھی پہلوؤں میں افزائش اور نشوونما کی رفتار کافی تیز ہوتی ہے۔ ابتدائی محرکات سے مراد تین سال کی عمر تک بچوں کو دیکھنے، سننے، محسوس کرنے، سو گھننے اور ذائقہ لینے سے

متعلق محرکات فراہم کرنا ہے۔ اس کا مقصد بچوں کی مکمل استعداد میں اضافہ کرنا ہے۔ تحقیقی مطالعات یہ عیاں کرتے ہیں کہ محرکات اعصابی نظام کی تعمیر کے ذریعے دماغ کی نشوونما میں مدد کرتے ہیں جو مستقبل کی آموزش میں معاونت فراہم کرتے ہیں۔ اس لیے یہ ضروری ہے کہ ابتدائی عمر میں بچوں کو متحرک اور سرگرم ماحول فراہم کیا جائے۔

ابتدائی آموزش (Initial Training): ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا ایک اہم جزو بچوں کے ابتدائی ایام میں انھیں سیکھنے کے مواقع فراہم کرنا ہے۔ 3 سے 6 سال کے بچوں کو عمر اور نشوونما کے مطابق سیکھنے کے مواقع لازمی طور پر دستیاب کرنا چاہیے۔ یہ ضروری ہے کہ ان بچوں کو معیاری تعلیم مہیا کرائی جائے جن میں کھیل کود، حقیقی تجربات، مشاہدات، دستی مہارتیں شامل ہوں۔ اس سے انھیں اپنے بارے میں، دوسرے لوگوں کے بارے میں اور اپنے آس پاس کی دنیا کے بارے میں سیکھنے کا موقع ملتا ہے۔

نشوونما کے دیگر مراحل کے مقابلے بچوں کی زندگی کے ابتدائی چھ سال بہت زیادہ اہمیت کے حامل ہوتے ہیں۔ اس دوران شخصیت کے تمام پہلوؤں میں ان کی نشوونما کی رفتار بہت تیز ہوتی ہے۔ نیوروسائنس کے شعبے میں کی گئی تحقیقات نے بچوں کی زندگی کے ابتدائی ایام کی اہمیت کو قبول کیا ہے۔ ان تحقیقات نے یہ واضح کیا ہے کہ جب تک بچہ چھ سال کا ہوتا ہے تب تک اس کے 90 فیصد دماغ کی نشوونما ہو چکی ہوتی ہے۔ اس طرح بچے کی ہمہ جہت نشوونما کے نقطہ نظر سے خاص طور پر دماغ کی نشوونما کے نظریے سے یہ زمانہ بہت ہی اہمیت کا حامل ہے۔ توارث اور ماحول کی وجہ سے نشوونما کے عمل میں آئی کوئی بھی دشواری ان کی نشوونما کو روک سکتی ہے۔ گھر اور اسکول میں صحت مند ماحول کا فقدان، محرکات کی کمی، ناکافی غذائیت، صحت کی نگہداشت میں لاپرواہی، کچھ ایسی عمومی وجوہات ہیں جن کی وجہ سے بچوں کی نشوونما میں تاخیر ہوتی ہے۔ ان ایام میں بچے متعدد جسمانی، حرکیاتی، وقوفی، سماجی، جذباتی اور زبان سے متعلق اہلیتوں کی حصولیابی کرتے ہیں۔ اس لیے انھیں مثبت تجربات پر مبنی متحرک اور سرگرم ماحول ملنا چاہیے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے دوران بچوں کو مہیا کرائی گئی معیاری ابتدائی دیکھ بھال اور تعلیم انھیں اس قابل بناتی ہے کہ وہ اپنی عمر کے مطابق علم، مہارت اور رویہ جات کا حصول کر سکیں جس کی بنیاد پر آئندہ زندگی میں اسکول کے رسمی ماحول سے وہ خود کو آہنگ کر سکیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: اسکول میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی ضرورت و اہمیت بیان کیجیے؟

سوال: ابتدائی بچپن کی نگہداشت کا تصور اور مفہوم بیان کیجیے؟

### 1.3 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی نوعیت (Nature of ECCE)

تعلیمی نقطہ نظر سے ابتدائی بچپن کا زمانہ سب سے زیادہ اہمیت کا حامل ہے۔ بچوں کی نفسیات کے ماہر ویلنٹائن (Valentine) اسے سیکھنے کا بہترین زمانہ تسلیم کرتے ہیں۔ ماہر نفسیات واٹسن (Watson) نے اپنی تحقیقات و مشاہدات کی

بنیاد پر اس حقیقت کو واضح کیا ہے کہ ابتدائی بچپن کے زمانے میں سیکھنے کی رفتار طفولیت اور نوبلوغت کے زمانے کی بہ نسبت بہت زیادہ ہوتی ہے۔ ماہرین نفسیات نے تجربات و مشاہدات کے ذریعے یہ بھی واضح کیا کہ ابتدائی چھ سال میں بچے اگلے چھ سال سے دو گنا سیکھتے ہیں۔ ایسا ہی وقت ممکن ہوتا ہے جب کہ بچے کی تعلیم کا نظم ان کی جسمانی، ذہنی، جذباتی اور سماجی نشوونما کو ذہن میں رکھ کر کیا جاتا ہے۔ ماہرین نفسیات کے نقطہ نظر سے بچوں کی دیکھ بھال اور تعلیم کا انتظام کچھ مخصوص طرح سے کرنا ضروری ہے۔ اس کے لیے ابتدائی بچپن کی خصوصیات کو ملحوظ رکھنا ضروری ہے۔ جسمانی، ذہنی، جذباتی اور سماجی نشوونما کے نقطہ نظر سے ابتدائی بچپن میں بچوں میں مندرجہ ذیل خصوصیات پائی جاتی ہیں۔

**تیز رفتار جسمانی نشوونما (Rapid Physical Growth):** پیدائش سے تین سال کی عمر میں بچوں کے جسم کے ساتھ ساتھ دیگر سبھی خارجی اور اندرونی اعضاء کی ساخت اور وزن میں اضافہ ہوتا ہے۔ وہ جسمانی قوت کو جذب کرتے ہیں۔ تین سے چھ سال کی عمر میں ان کی جسمانی نشوونما کم رفتار سے ہوتی ہے لیکن عضو میں مضبوطی اور پختگی آتی ہے۔

**تیز رفتار ذہنی نشوونما (Rapid Mental Growth):** ماہرین نفسیات کے مطابق بچوں کی ذہنی نشوونما دیگر سبھی زمانوں کی بہ نسبت بہت زیادہ تیز رفتار سے ہوتی ہے۔ ابتدائی تین سال میں ان کے دماغی اور ذہنی عمل (یکسوئی، حواس، تخیلات اور قوت حافظہ) کی نشوونما ہوتی ہے۔ آخری تین سال یعنی تین سے چھ سال کی عمر میں ان کی اس نشوونما میں مضبوطی آتی ہے اور ساتھ ہی تجسس کی جبلت بہت زیادہ ہوتی ہے۔

**تقلید اور اعادہ کی شدید جبلت (Strong Tendency to Imitate and to Repeat):** ایک سال کی عمر پوری ہونے تک بچے اپنے متعلق لوگوں کی سرگرمیوں اور آوازوں کی نقل کرنے لگتے ہیں۔ دوسرے سال میں ان کے حرکات و سکنات کی تقلید کرنے لگتے ہیں۔ تیسرے سال میں بچے اپنے بڑوں کے طور طریقوں کا مقلد ہوتا ہے۔ ابتدائی بچپن کی عمر میں بچے زیادہ تر تقلید کے ذریعے سیکھتے ہیں۔ اس عمر میں بچے اکثر اپنے سوالوں کو دہراتے ہوئے حقائق کو دہراتے ہیں اور ان کی دہرانے کی یہ جبلت سیکھنے میں بہت زیادہ معاون ہوتی ہے۔ اس جبلت کی وجہ سے ہی بچے نظم، گیت اور کہانیاں یاد کرتے ہیں اور انہیں دہرانے میں دلچسپی لیتے ہیں۔

**تیز رفتار لسانی نشوونما (Rapid Language Development):** ماہرین نفسیات کے مطابق زبان سیکھنے کی سب سے عمدہ عمر ابتدائی بچپن کا زمانہ ہوتا ہے۔ ایک سال کی عمر میں بچے آوازوں کی نقل کرنے لگتا ہے اور نقل کے ذریعے الفاظ کو دہرانے لگتا ہے۔ دو سال کی عمر میں بچے چھوٹے چھوٹے جملے دہرانے لگتا ہے۔ تین سال کی عمر مکمل ہونے پر اپنے مانی الضمیر کا اظہار کرنے لگتا ہے۔ تین سے چھ سال کی عمر زبان سیکھنے کے نقطہ نظر سے سب سے زیادہ اہمیت کی حامل ہوتی ہے۔ اس وقت بچے کو جو بھی زبان سکھائی جاتی ہے وہ بہت جلد سیکھ جاتا ہے۔ بشرطیہ کہ اس میں ان کی دلچسپی اور ان کی فطرت کا خیال رکھتے ہوئے تفریحی انداز میں سکھائی جائے۔

**تجسس کی شدید جبلت (Strong Tendency of Curiosity):** ایک سال کی عمر میں بچوں میں تجسس کی جبلت رونما ہونے لگتی ہے۔ یہ بات دیگر ہے کہ بچے زبان کی حسب ضرورت نشوونما ہونے کی وجہ سے اس کا اظہار نہیں کر پاتے۔ تین سے چھ سال کی عمر میں بچوں میں یہ جبلت دیگر سبھی زمانوں کی بنسبت بہت زیادہ تیز ہوتی ہے۔ بچے ہر نئی اشیاء اور عمل کے بارے میں معلومات حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ ان کی یہ جبلت سیکھنے میں حد درجہ معاون ہوتی ہے۔

تخیل کی شدید جبلت (Tendency of Imagination): تین سے چھ سال کی عمر کے درمیان بچوں میں قوت متخیلہ بہت تیز ہوتی ہے۔ وہ اکثر اپنے خیالوں میں گم ہو جاتے ہیں۔ ماہر نفسیات تھارن ڈائیک (Thorndike) نے اپنے تجربات اور مشاہدات کی بنیاد پر اس حقیقت کو واضح کیا ہے کہ تین سے چھ سال کی عمر میں بچے اکثر نیم خواب کی حالت میں ہوتے ہیں۔

کھیل کود کی جبلت (Play Tendency): کھیل کود کی چار اہم صفات ہوتی ہیں۔ دلچسپی، آزادی، سرگرمی اور لطف اندوزی! یہ جبلت بچوں میں بہت زیادہ ہوتی ہے۔ بچے ان سرگرمیوں کو پسند کرتے ہیں جس میں ان کی دلچسپی ہوتی ہے، جس میں انہیں آزادی کا احساس ہوتا ہے اور جس میں انہیں لطف حاصل ہوتا ہے۔ اس مخصوص عمر کے بچے کھیل کود میں کسی طرح کے قانون و ضوابط کو قبول نہیں کرتے۔ وہ کھیل کود کی آزادی کے ساتھ کھیلنا چاہتے ہیں اور اسے تب تک کھیلنا چاہتے ہیں جب تک انہیں لطف حاصل ہوتا ہے۔ ماہرین نفسیات بچوں کی تعلیم میں اس جبلت کا فائدہ اٹھانے پر زور دیتے ہیں۔

جذبات کے اظہار میں شدت (Intensity in Expression of Emotions): ابتدائی بچپن کے زمانے میں جذبات کی نشوونما شروع ہو جاتی ہے۔ ابتدا میں بچہ دوسروں پر منحصر رہتا ہے۔ وہ دوسروں سے محبت، ہمدردی اور مدد کی امید کرتا ہے۔ تھوڑا بڑا ہونے پر وہ دوسروں کے تئیں محبت کا اظہار کرتا ہے۔ اپنی خواہش کی تکمیل نہ ہونے کی حالت میں وہ شدید غصے کا اظہار کرتا ہے اور چھوٹی چھوٹی باتوں پر ہاتھ پیر مار کر رونے لگتا ہے۔ چھ سال کی عمر تک اس کے جذبات میں کچھ حد تک پختگی آ جاتی ہے۔

سماجی نشوونما (Social Development): ابتدا میں بچوں کا طرز عمل بنیادی جبلت پر مبنی ہوتا ہے۔ خاندان اور سماج کے لوگوں کے درمیان ہم آہنگ ہونے کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ دو سے تین سال کی عمر میں بچوں میں اپنے ربط و ضبط کے لوگوں کے تئیں پسند اور نفرت کے جذبات پیدا ہونے لگتے ہیں۔ جن لوگوں کے تئیں بچے میں دلچسپی پیدا ہوتی ہے انہیں وہ اپنے کھانے اور کھیلنے کی چیزوں کا حصہ دار بناتے ہیں اور جن لوگوں کے تئیں ان میں نفرت پیدا ہوتی ہے انہیں وہ اپنا ساتھی نہیں بناتے ہیں۔ اس عمر میں بچے اپنے سے متعلق لوگوں کے تئیں محبت کا اظہار کرنے لگتے ہیں اور ان کے تکلیف و آرام کا احساس کرنے لگتے ہیں۔ تین سے چھ سال کی عمر کے بچے مناسب اور غیر مناسب میں امتیاز کرنے لگتے ہیں۔ وہ معاشرے میں ہم آہنگ ہونے کے لیے معاشرے کی زبان اور آداب زندگی سیکھنے لگتے ہیں۔ اس طرح رفتہ رفتہ ان کی سماجی نشوونما ہونے لگتی ہے۔

ضروریات کی تکمیل میں شدت (Intensity of Need Satisfaction): ابتدائی بچپن کے زمانے میں بچوں کی جسمانی نشوونما تیزی سے ہوتی ہے۔ اس کے لیے انہیں صحت مند غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ بھوک لگتے ہی بچے چاہتے ہیں کہ فوراً غذا مہیا کرائی جائے۔ اس زمانے میں ان کی کھیل کود کی جبلت میں شدت ہوتی ہے۔ وہ چاہتے ہیں کہ انہیں کھیلنے کا سامان اور جگہ فوراً مہیا کرائی جائے۔ اس زمانے میں ان کی تجسس کی جبلت میں شدت ہوتی ہے۔ وہ چاہتے ہیں کہ ان کے سوالوں کا فوراً جواب دیا جائے۔ اس طرح ان کی جذباتی اور سماجی نشوونما بھی شروع ہو جاتی ہے۔ وہ چاہتے ہیں کہ سبھی لوگ اس سے محبت کریں اور اس کی معاونت کریں۔ وہ ہر کام میں فوراً سے پیشتر ہر عمل کا رد عمل چاہتے ہیں۔ اگر ان خواہشات کی فوراً تکمیل کی جائے تو ان کی نشوونما تیزی سے ہوتی ہے۔

سیکھنے کی رفتار میں شدت (Fast Rate of Learning): پیدائش سے تین سال تک کی عمر میں بچے جسمانی اور ذہنی صلاحیتیں جذب کرتے ہیں۔ تین سال کی عمر پوری ہونے پر ان کی ان صلاحیتوں میں مضبوطی آنے لگتی ہے۔ اس دوران ان کی تقلید اور تجسس کی جبلت بھی بہت تیز ہوتی ہے۔ چنانچہ تین سے چھ سال کے درمیان بچے نسبتاً زیادہ سیکھتے ہیں اور تیز رفتا سے سیکھتے ہیں۔ انہیں ان کی کھیل کود کی جبلت کے سہارے سیکھنے کے مواقع فراہم کرنا چاہئے۔ ماہرین نفسیات نے اپنے تجربات و مشاہدات کی بنیاد پر اس حقیقت کو واضح کیا ہے کہ بچے پیدائش سے چھ سال کے درمیان نسبتاً زیادہ سیکھتے ہیں اور تیز رفتا سے سیکھتے ہیں۔ ماہرین نفسیات نے اپنے تجربات و مشاہدات کی بنیاد پر اس حقیقت کو بھی واضح کیا ہے کہ بچے پیدائش سے چھ سال کے درمیان، چھ سال سے بارہ سال کی عمر کی نسبت تقریباً دو گنی رفتا سے سیکھتے ہیں۔ اس طرح ابتدائی بچپن کی خصوصیات کو مد نظر رکھتے ہوئے تعلیم کا انتظام کر کے بچوں میں آئندہ تعلیم کے لیے آمادگی پیدا کی جاتی ہے۔ بچوں کی ہمہ جہت نشوونما کے لیے ضروری ہے کہ ان کی ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر مکمل توجہ مرکوز کی جائے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی نوعیت کو واضح کیجیے؟

#### 1.4 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی ضرورت اور اہمیت

(Need and Importance of ECCE)

جیسا کہ واضح ہو چکا ہے انسانی زندگی کے ابتدائی چھ سال نشوونما کے نقطہ نظر سے بہت اہمیت کے حامل ہوتے ہیں۔ یہ عمر کا ایسا زمانہ ہے جو آئندہ زندگی میں بچوں کی ہمہ جہت شخصیت کی نشوونما کے لیے بنیاد فراہم کرتا ہے۔ یہ عمر کا ایسا زمانہ ہے جس میں جسمانی، ذہنی، سماجی، جذباتی، لسانی، جمالیاتی تمام پہلوؤں کی نشوونما کی رفتار بہت تیز ہوتی ہے۔ نیوروسائنس کے محققین نے بھی یہ ثابت کیا ہے کہ دماغ کی 90 فیصد نشوونما عمر کے ابتدائی چھ سال میں ہی مکمل ہو جاتی ہے۔ تحقیقات سے یہ بھی اشارہ ملتا ہے کہ دماغ کی نشوونما صحت، غذائیت اور معیاری دیکھ بھال سے متاثر ہونے کے ساتھ ساتھ بچوں کو فراہم کیے گئے نفسی-سماجی ماحول سے بھی متاثر ہوتی ہے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی اہمیت کو درج ذیل نکات کی بنیاد پر واضح کیا جاسکتا ہے۔

- غور کیجئے کہ پیدائش کے وقت عام طور سے بچے کا وزن تقریباً سات پونڈ ہوتا ہے اور پہلے سال کے اندر ہی تین گنا ہو جاتا ہے۔ بچے کے قد میں اس دوران تقریباً چالیس فیصدی اضافہ ہوتا ہے۔ عمر کے ابتدائی مرحلے میں جب کہ بچے کی غذا صرف ماں کے دودھ پر منحصر ہوتی ہے اس کی صحت، وزن، قد و قامت کا انحصار بڑی حد تک ماں کی صحت اور غذا کی فراہمی پر ہوتا ہے۔ اس لیے ان ایام میں بچے کے ساتھ ساتھ ماں کی دیکھ بھال کی ضرورت بہت زیادہ ہے۔

- چھ ماہ کی عمر میں بچہ بیٹھنا شروع کر دیتا ہے، 9 ماہ کی عمر میں سہارا لے کر کھڑا ہونے لگتا ہے اور بارہ ماہ سے پندرہ ماہ کی عمر تک بچہ چھٹتے چھٹتے وہ بغیر سہارے کے چلنے لگتا ہے۔ پیدائش سے تین سال تک بچوں کی جسمانی نشوونما تیزی سے ہوتی ہے۔ عمر کے پہلے سال میں بچوں کی ہڈیوں عضلات اور دیگر عضو کی نشوونما ہو جاتی ہے۔ وہ بیٹھنے اور کھڑے ہونے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ ایسا ہی وقت ممکن ہے جب بچوں کی غذائیت پر مکمل توجہ دی جائے اور ان کی دیکھ بھال کی جائے۔
- اگر بچوں کی صحت، غذائیت، صفائی، ستھرائی، دیکھ بھال کی جائے تو تین سال کی عمر تک بچوں کی لمبائی اور وزن میں مسلسل اضافہ ہوتا ہے، دانت نکل آتے ہیں، پٹھے مضبوط ہو جاتے ہیں، اعضاء اور حواس خمسہ سرگرم ہو جاتے ہیں۔ اس زمانے میں بچوں میں جسمانی صلاحیتوں کی نشوونما کی حصولیابی ہوتی ہے۔
- پیدائش کے بعد سے ہی بچے کی ذہنی نشوونما کی شروعات ہو جاتی ہے۔ اس کا ہر عمل و مشاہدہ اس کے لئے ایک نیا تجربہ ہوتا ہے اور اس کی معلومات میں اضافہ کرتا ہے۔ ابتدا میں بچہ چیزوں کو دیکھ کر، اس کے بعد چھو کر، اور جب وہ اپنے ذہن کو اور زیادہ وسعت کے ساتھ استعمال کرنا سیکھ جاتا ہے تو دیکھ کر تجربہ حاصل کرتا ہے۔ یہ سارا عمل اس کی ذہنی نشوونما کا مظہر ہوتا ہے۔ ابتدائی محرکات اور آموزش کے ذریعے بچوں کی اس جبلت کا فائدہ اٹھا کر ان کی ذہنی نشوونما کو صحیح سمت اور تیز رفتار فراہم کی جاسکتی ہے۔
- زبان سیکھنے کے نقطہ نظر سے ابتدائی بچپن کا زمانہ بہت قیمتی ہوتا ہے۔ ابتدائی بچپن کے پہلے سال میں بچے کا ذخیرہ الفاظ تقریباً 10، الفاظ پر مشتمل ہوتا ہے۔ دوسرے سال یہ تعداد 50 الفاظ، تیسرے سال 800 سو الفاظ، چوتھے سال میں 1,200 الفاظ اور پانچ سال کی عمر میں اس کا ذخیرہ الفاظ تقریباً 2,000، الفاظ پر مشتمل ہو جاتا ہے۔ ابتدائی محرکات اور آموزش کے ذریعے بچوں کو مختلف زبانیں سکھائی جاسکتی ہیں اور ان کے ذخیرہ الفاظ میں اضافہ کر کے انہیں آئندہ اسکولی تعلیم کے لیے تیار کیا جاسکتا ہے۔
- ماہرین نفسیات کے مطابق پیدائش سے تین سال کی عمر تک بچے کی ذہنی نشوونما بہت تیز رفتار سے ہوتی ہے۔ جہاں تک اس کے دماغ کی بات ہے وہ آسان سے مشکل کی جانب ترقی کرتا ہے۔ اس کے خلیے (Cells) میں اضافہ ہوتا ہے۔ جہاں تک اس کے ذہنی عمل کی بات ہے ابتدائی سال میں بچے اپنے ماحول کے لوگوں، چرند و پرند اور اشیاء کی شناخت کرنے لگتے ہیں اور ان کے لئے استعمال ہونے والے الفاظ کی تقلید کرنے لگتے ہیں۔ ابتدائی بچپن کی تعلیم میں کہانی، کھیل، گیت اور سرگرمیوں کا استعمال کر کے ان کی ذہنی نشوونما کو رفتار فراہم کی جاسکتی ہے۔
- ابتدائی بچپن میں بچے مشاہدہ تو کرتے ہیں لیکن موازنہ اور تجزیہ کرنے سے قاصر ہوتے ہیں۔ مثلاً: بچے ہر سفید جانور (گائے، بیل اور گھوڑے) کو گائے ہی سمجھتے ہیں۔ وہ ان میں امتیاز نہیں کر پاتے۔ تیسرے سال میں ان کی ذہنی صلاحیت کی نشوونما تیزی سے ہوتی ہے۔ تین سال کی عمر پوری کرتے کرتے بچے تقریباً سبھی طرح کے ذہنی عمل کرنے لگتے ہیں۔ ان کی یکسوئی، تخیل، ادراک اور قوت حافظہ سرگرم ہو جاتی ہے۔ ابتدائی بچپن میں تعلیم کا بندوبست کر کے بچوں کی ان صلاحیتوں کا فروغ کیا جاسکتا ہے۔
- تین سے پانچ سال کی عمر میں بچوں کا دماغ اور قوی ہو جاتا ہے۔ اس وقت ان کی قوت مستحید اور قوت حافظہ میں مزید اضافہ ہو جاتا ہے اور ساتھ ہی تجسس کی جبلت بہت تیز ہو جاتی ہے۔ اس وقت وہ جس بھی نئی اشیاء امر واقع یا عمل کو دیکھتے ہیں اس کے بارے میں معلومات

حاصل کرنے کا تجسس رکھتے ہیں۔ کیوں؟ اور کیسے؟ جیسے سوالات پوچھتے ہیں۔ اپنے سوالات کو دہراتے ہیں۔ ان کے دہرانے کی یہ جہلت ان کے علم کے اضافے میں معاون ہوتی ہے۔ 5 سے 6 سال کے درمیان بچوں کی استدلالی صلاحیت کی نشوونما بھی شروع ہو جاتی ہے۔ ابتدائی بچپن کے تجسس کی تسکین کرنے، قوت متخیلہ کو پرواز دینے، قوت حافظہ کو قوی کرنے اور استدلال کی صلاحیت کو مستحکم کرنے کے لیے ابتدائی بچپن کی تعلیم ضروری ہے۔

• لسانی نشوونما کی مخصوص ترتیب؛ سننا، بولنا، پڑھنا اور لکھنا ہوتی ہے۔ دیکھا یہ گیا کہ جیسے جیسے بچوں کی جسمانی اور ذہنی نشوونما ہوتی ہے ان کے سننے، بولنے، پڑھنے اور لکھنے کی لسانی مہارتوں میں اضافہ ہوتا ہے۔ ذہنی نشوونما اور لسانی نشوونما کا تعلق لازم و ملزوم جیسا ہے۔ یہ ایک دوسرے پر منحصر کرتے ہیں۔ پیدائش کے بعد چھ ماہ تک بچے رونے ہنسنے اور کچھ بے معنی آواز نکالتے ہیں۔ انہیں کسی طرح کا لفظی علم نہیں ہوتا۔ تقریباً بارہ ماہ کی عمر میں بچے اپنے بڑوں کی تقلید کر کے ما، پاپا، دو، جیسے مبہم الفاظ بولنے لگتے ہیں۔ دو سال میں وہ نزدیکی لوگوں اور اشیاء جیسے ماما، پاپا، دودھ، روٹی وغیرہ الفاظ بولنے لگتے ہیں۔ تیسرے سال میں وہ اپنے ماحول میں استعمال کئے جانے والے الفاظ بولنے لگتے ہیں۔ تین سال کی عمر پوری ہونے پر بچے اپنے ماحول کے اسم، جمع، ضمیر اور فعل الفاظ کو سیکھنے لگتے ہیں۔ چار سال کی عمر مکمل ہونے پر ان کا ذخیرہ الفاظ کل 1,200 الفاظ پر مشتمل ہوتا ہے۔ اس عمر میں بچے چار چار، پانچ پانچ اور چھ چھ الفاظ پر مشتمل جملے بھی بولنے لگتے ہیں اور سنی ہوئی چھوٹی چھوٹی کہانیوں کو اپنے لفظوں میں سنانے لگتے ہیں۔ چھ سال کی عمر پوری کرتے کرتے وہ اپنی صلاحیت اور استعداد کا استعمال پڑھنے اور لکھنے میں بھی شروع کر دیتے ہیں۔ لیکن یہ سب کچھ ان کی تعلیم اور ماحول کے انتظام پر منحصر کرتا ہے۔ اس لیے ابتدائی بچپن کی تعلیم کی اہمیت ہے۔

• ابتدائی بچپن کے پہلے سال میں بچوں میں محبت، غصہ اور خوف کے جذبات کی نشوونما ہوتی ہے۔ ایک سال کے بچے کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ اس سے متعلق سبھی لوگ اسے پیار کریں۔ اگر اس کے والدین کسی دیگر بچے کو گود میں لے کر پیار کرتے ہیں تو وہ اس بچے سے حسد کرنے لگتا ہے۔ اگر کوئی اس کے راستے میں رکاوٹ ڈالتا ہے تو وہ اس پر غصہ کرنے لگتا ہے۔ تین سال کی عمر مکمل ہوتے ہوتے بچوں میں تقریباً سبھی اہم جذبات کی نشوونما ہو جاتی ہے۔ بچوں کی مناسب جذباتی نشوونما کے لیے ضروری ہے کہ انہیں محبت، شفقت سے بھرپور صحت مند، محفوظ اور سلامتی والا ماحول فراہم کیا جائے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم اس میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: لسانی نشوونما کی ضرورت و اہمیت بیان کیجیے؟

سوال: تین سے پانچ سال کی عمر میں بچوں کا دماغ اور قوی ہو جاتا ہے، واضح کیجیے؟

## 1.5 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی وسعت (Scope of ECCE)

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا دائرہ بچے کے ماں کے شکم میں آتے ہی شروع ہو جاتا ہے اور رسمی اسکولی تعلیم کے آغاز پر ختم ہوتا ہے۔ بھارت کے تناظر میں اس کا تعلق پیدائش سے چھ سال کی ابتدائی زندگی کی دیکھ بھال اور تعلیم سے ہے۔ اس کا مقصد تمام بچوں کی صحت مند اور محفوظ پیدائش کے ساتھ ساتھ ان کو صحت مند غذا، صاف ستھرا مثبت ماحول، اچھی دیکھ بھال، پرورش، تحفظ اور سلامتی فراہم کرنا ہے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا انتظام اس لیے کیا جاتا ہے جس سے کہ ہر بچے کو ہمہ جہت نشوونما کے لیے مضبوط بنیاد فراہم کی جا سکے۔ درج ذیل نکات کے ذریعے اس کی وسعت کا ادراک کیا جاسکتا ہے؛

- پیدائش سے تین سال کی عمر تک کے بچوں کی تعلیم اس کے خاندان میں ہوتی ہے۔ چنانچہ اس مرحلے کا نصاب خاندان اور خاندان کے ماحول تک ہی محدود رہنا چاہئے۔ تین سال کی عمر کے بعد جب بچے کلشن اطفال (بال وایٹکا) میں آئیں تو ماہرین نفسیات کے مطابق ان کے نصاب میں مندرجہ ذیل اجزاء کو شامل کرنا چاہئے۔

i- بچوں کا فطری اور سماجی ماحول۔

ii- کھیل کود اور دلچسپ کہانیاں۔

iii- زبان کی مہارتیں: سننا، بولنا، پڑھنا، لکھنا۔

iv- آسان حساب۔

v- روزمرہ کے کام جیسے طہارت، غسل، کپڑے پہننا، صفائی وغیرہ کی تربیت۔

- بچے ابتدائی زمانے میں تقلید کے ذریعے سیکھتے ہیں۔ یہ سیکھنے کا فطری طریقہ بھی ہے۔ اس کے بعد وہ عمل کے ذریعے آزادی اور لطف اندوزی سے سیکھتے ہیں۔ آزادی، عمل اور لطف اندوزی یہ تینوں کھیل کود کی جبلت کی خصوصیات ہیں۔ اس بنیاد پر دور جدید میں کھیل کود کے تدریسی طریقے کا فروغ ہوا ہے۔ بچوں میں تجسس کی جبلت ہوتی ہے۔ تجسس کی تسکین کے ذریعے ہم انہیں حقائق کا علم فراہم کر سکتے ہیں۔ اس مرحلے کے بچے کہانی سننے میں بہت دلچسپی لیتے ہیں۔ انہیں اس کے ذریعے بھی سکھایا جاسکتا ہے۔ اپنے جذبات کا اظہار کرنا چاہتے ہیں۔ انہیں اس کی آزادی فراہم کر کے ہم ان کی لسانی مہارتوں کی نشوونما کر سکتے ہیں۔ اس طرح اس مرحلے میں خاص طور سے نقل کا طریقہ، کھیل کود کا طریقہ، کہانی کا اور گیت کا طریقہ استعمال کرنا چاہئے۔ اس مرحلے پر یہ بھی ضروری ہوتا ہے کہ بچوں کو اپنے جذبات اور احساسات کو ظاہر کرنے کے لیے آزاد مواقع فراہم کئے جائیں۔ ان کے تجسس کی تسکین کی جائے۔ ان کے سوالوں کا خوش اسلوبی اور خوش دلی کے ساتھ جواب دیا جائے۔

- ماہرین نفسیات کے نظریے سے بچے آزاد رہنا چاہتے ہیں۔ اس لیے اس مرحلے میں بچوں پر کسی طرح کے اصول و ضوابط اور معیار کا بار نہیں ڈالنا چاہئے۔ انہیں تو شفقت و محبت سے لبریز بہترین ماحول فراہم کرنا چاہئے جس سے کی تقلید کے ذریعے ان کی شخصیت میں خود بہ خود ڈسپلن آجائے۔

• ماہرین تعلیم اس بات پر زور دیتے آئے ہیں کہ کسی بھی مرحلے کی تعلیم میں انسانی اقدار کے پہلو کو سب سے زیادہ اہمیت دینا چاہئے۔ ان کی نظر میں معلم / معلمہ اور متعلم میں باپ / ماں: بیٹے / بیٹی جیسا رشتہ ہونا چاہئے۔ آج ماہرین نفسیات اس بات کو قبول کرتے ہیں۔ ان کی نظر میں؛

i- معلم / معلمہ کو بچوں کے ساتھ محبت، ہمدردی اور معاونت کا طرز عمل کرنا چاہئے۔ کسی بھی حالت میں انہیں ڈانٹنا، مارنا اور بیٹھنا نہیں چاہئے۔ ورنہ اس سے ان کی فطری نشوونما میں رکاوٹ پیدا ہو جائے گی۔

ii- معلم / معلمہ کے ذریعے بچوں کو کھیل کود اور انہیں اپنی صلاحیتوں کے اظہار کے لیے آزاد مواقع فراہم کرنا چاہئے۔ اس سے بچوں کی فطری نشوونما ہوتی ہے۔

iii- معلم / معلمہ کو بچوں کے تجسس کی تسکین فوراً خوش دلی اور خوش اسلوبی سے کرنا چاہئے۔

iv- معلم / معلمہ کو بچوں کو غیر ضروری ضابطہ، اصول اور معیار کا پابند نہیں کرنا چاہئے بلکہ ایسا طرز عمل پیش کرنا چاہئے جس سے کی تقلید کے ذریعے بچے خود شریف اور مہذب بن جائیں۔

• ماہرین تعلیم کے نظریہ سے بچوں کی تعلیم خوشگوار ماحول میں ہونی چاہئے۔ ان کا گلشن اطفال (بال و ایٹیکا)؛

i- صاف ستھرے ماحول میں تعمیر کرنا چاہئے۔

ii- اس کی عمارت خوبصورت ہونا چاہئے اور اس میں کھیل کود وغیرہ کی اشیاء ہونی چاہئے۔

iii- اس میں نظام الاوقات کی پابندی کم سے کم ہونی چاہئے۔

iv- گلشن اطفال (بال و ایٹیکا) بچوں کی دلچسپی کا مرکز و مظہر ہونا چاہئے۔

v- ماہرین نفسیات کے مطابق پیدائش سے تین سال تک بچوں کی تعلیم کا 100 فیصد بار سرپرستوں پر ہونا چاہئے اور تین سے چھ سال تک کے بچوں کی تعلیم کا 50 فیصد بار سرپرستوں پر اور 50 فیصد معلم / معلمہ پر ہونا چاہیے۔ اس مرحلے کی تعلیم میں سرپرستوں کی مندرجہ ذیل ذمہ داریاں ہیں:

i- بچوں کی مناسب پرورش کا انتظام اور بیمار ہونے پر ان کا علاج کرانا۔

ii- بچوں کے تجسس کی فوراً تسکین کرنا اور انہیں اظہار کے آزاد مواقع فراہم کرنا۔

iii- بچوں کے ساتھ محبت، شفقت، معاونت کا معاملہ کرنا اور ان کی ضروریات کی تکمیل کرنا۔

iv- بچوں کے سامنے معیاری طور طریقے اور آداب و اکرام پیش کرنا، جس کی تقلید کر کے بچے اچھے شہری بن سکیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: بچے ابتدائی زمانے میں تقلید کے ذریعے سیکھتے ہیں، بیان کیجیے؟

## 1.6 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے مقاصد (Objectives of ECCE)

ماہرین نفسیات نے اپنے تجربات و مشاہدات کے ذریعے یہ واضح کیا کہ ابتدائی بچپن کے زمانے میں بچوں کی جسمانی، ذہنی اور لسانی نشوونما کی رفتار میں شدت ہوتی ہے۔ ان میں جذباتی اور سماجی نشوونما ہونے لگتی ہے۔ اس نظر یہ سے ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں انہیں پہلوؤں کی نشوونما پر زور دینا چاہئے۔ مثلاً؛

- i- بچوں کی جسمانی نشوونما عضو اور حواس خمسہ کی تربیت کرنا۔
- ii- بچوں کی ذہنی صلاحیتوں جیسے یکسوئی، قوت مخید اور قوت حافظہ کی نشوونما کرنا۔
- iii- بچوں کی لسانی مہارتوں جیسے سننے، بولنے اور اپنے مافی الضمیر کے اظہار کرنے کی صلاحیت کی نشوونما کرنا۔
- iv- بچوں کو اپنے قدرتی اور سماجی ماحول کی اشیاء، افراد، اعمال اور عوامل کی عمومی معلومات حاصل کرنے میں مدد کرنا۔
- v- بچوں میں مناسب جذبات کی نشوونما کرنا۔
- vi- بچوں کی فطرت پر مبنی سماجی نشوونما کرنا۔
- vii- بچوں میں بہترین عادتوں کی تعمیر کرنا۔

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا مقصد سبھی بچوں کو ان کی ہمہ جہت نشوونما کے لیے تعمیری ایام کے دوران معیاری دیکھ بھال اور آموزش کے مواقع دستیاب کرانا ہے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا قومی درسیات کا خاکہ 2013ء میں اس کے مقاصد کو بیان کیا گیا ہے۔ اس کی روشنی میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے درج ذیل مقاصد ہیں؛

- i- یہ یقینی بنایا جائے کہ بچے محفوظ، سلامت، قابل قبول اور باعزت محسوس کریں۔
- ii- یہ یقینی بنایا جائے کہ بچوں کو اچھی اور متوازن غذائیت حاصل ہو۔
- iii- بچوں میں صحت مند عادتوں، صاف-صفائی اور خود کی مدد کر سکنے والی مہارتوں کی نشوونما کرنا۔
- iv- بچوں کی زبان، تریلی صلاحیت اور مافی الضمیر کے اظہار کی مہارتوں کی نشوونما کرنا۔
- v- بچوں کی ممکنہ استعداد کے مطابق جسمانی اور حرکیاتی اہلیتوں کی مستحسن نشوونما کرنا۔
- vi- سرگرم اور متحرک سرگرمیوں کے ذریعے شمولیت حاصل کر کے بچوں کی حسی اور قونی اہلیتوں کی پرورش کرنا۔
- vii- بچوں کی جذباتی ہم آہنگی کو ملحوظ رکھتے ہوئے مطلوبہ سماجی مہارتوں اور سماجی استعداد کی نشوونما کرنا۔
- viii- بچوں کو اسکول کی رسمی تعلیم کے لیے تیار کرنا۔
- ix- بچوں کے تجسس کی تسکین کرنا اور ان کی تخلیقی صلاحیتوں کا فروغ کرنا۔
- x- بچوں کی ہمہ جہت شخصیت کی نشوونما کے لیے مضبوط بنیاد فراہم کرنا۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: بچوں میں تخلیقی صلاحیتوں کا فروغ کس طرح کیا جاسکتا ہے؟

## 1.7 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درج ذیل باتیں سیکھیں:

- مردم شماری 2011ء کے مطابق ملک کی آبادی 121 کروڑ سے زیادہ ہے جبکہ 2023ء میں اس کی آبادی تقریباً 142 کروڑ ہے۔ آبادی لحاظ سے ہمارا ملک اس وقت دنیا میں سرفہرست ہے۔
- آبادی کی ساخت کا مطالعہ کرنے کے بعد یہ معلوم ہوتا ہے کہ ملک میں اس وقت تقریباً 15 کروڑ سے زیادہ تعداد ایسے بچوں کی ہے جن کی عمر 6 سال سے کم ہے۔
- قومی تعلیمی پالیسی 2020ء نے بچوں کی مناسب جسمانی اور ذہنی نشوونما کو یقینی بنانے کے لیے اس کے ابتدائی چھ سال کو بہت اہم تسلیم کیا ہے۔
- قومی تعلیمی پالیسی 2020ء اس بات کا اقرار کرتی ہے کہ موجودہ وقت میں خاص طور پر معاشرتی اور معاشی اعتبار سے محروم پس منظر کے کروڑوں بچوں کے لیے معیار کے مطابق بچپن کی ابتدائی دیکھ بھال اور تعلیم دستیاب نہیں ہے۔
- قومی تعلیمی پالیسی 2020ء تسلیم کرتی ہے کہ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم ملک میں مساوات قائم کرنے میں سب سے طاقتور ذریعہ ثابت ہو سکتی ہے۔
- ابتدائی بچپن کی تعریف عام طور پر اسکول کی رسمی تعلیم شروع ہونے سے پہلے کی عمر کے طور پر کی جاتی ہے۔ اکثر ممالک میں 5 سال سے پہلے کی عمر کو ابتدائی بچپن میں شامل کیا جاتا ہے حالانکہ 'یو۔ ایس۔ نیشنل ایسو سییشن فار دی ایجوکیشن آف ینگ چلڈرین' نے 8 سال سے پہلے کی عمر کو ابتدائی بچپن میں شمار کیا ہے۔ ہندوستانی تناظر میں ابتدائی بچپن سے مراد پیدائش سے چھ سال کی شروعاتی زندگی سے ہے۔
- ابتدائی بچپن کے زمانے میں جسمانی، وقوفی، سماجی، جذباتی اور لسانی نشوونما کی بنیاد پڑتی ہے اس لیے عمر کے اس زمانے کو تعمیر کی عمر کہتے ہیں۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) لفظ تین اہم لفظوں؛ 1- ابتدائی بچپن، 2- نگہداشت یا دیکھ بھال اور 3- تعلیم سے مل کر بنا ہے۔
- ابتدائی بچپن کی قومی پالیسی 2013ء کے مطابق نشوونما کی خصوصیات کی بنیاد پر عمر کے ابتدائی ایام کو تین ذیلی مراحل؛ i- حمل سے پیدائش تک، ii- پیدائش سے 3 سال کی عمر تک اور iii- 3 سے 6 سال کی عمر میں تقسیم کیا گیا ہے۔

- نشوونما کے نقطہ نظر سے ابتدائی بچپن زندگی کا سب اہم زمانہ ہے کیوں کہ اس میں بہت ہی تیز رفتار کے ساتھ افزائش اور نشوونما ہوتی ہے۔
- نگہداشت یاد رکھ بھال سے مراد سبھی بچوں کو محبت اور شفقت سے بھرپور، صحت مند، صاف ستھرا، محفوظ اور سرگرم ماحول فراہم کرانا ہے۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کا مطلب بچوں کو نشوونما کے ابتدائی زمانے میں صحت، غذا، پرورش، دیکھ بھال اور سیکھنے کے مواقع دستیاب کرانا ہے۔
- کھیل کود پر مبنی اور نشوونما کی ضرورتوں کے مطابق سرگرمیوں والا محفوظ اور متحرک ماحول بچوں کی جسمانی، حرکی، وقوفی، سماجی، جذباتی اور لسانی نشوونما کے لیے اہمیت کا حامل ہے۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں پیدائش سے پہلے اور پیدائش کے بعد کی دیکھ بھال جیسے؛ اچھی اور کافی غذا، ماں کو ٹیکے لگوانا، صحت کی جانچ، تناؤ سے آزاد ماحول، ہسپتال میں محفوظ پیدائش شامل ہے۔
- بچوں کو متوازن اور اچھی غذا، انفیکشن سے حفاظت، وقت پر ٹیکے لگانا اور طبی دیکھ بھال کے لیے اہتمام کے ساتھ ساتھ صحت مند اور صاف ستھرا ماحول فراہم کرنا ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے مقاصد ہیں۔
- نشوونما کے لیے محفوظ، متحرک اور مثبت ماحول فراہم کرنا ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا ایک اہم جزو ہے۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم سے منسلک لوگوں کے لیے ضروری ہے کہ وہ بچوں کی نفسیاتی، سماجی اور جذباتی ضرورتوں کی تکمیل کریں۔
- بچوں کی نشوونما میں جسمانی، حرکیاتی، سماجی، جذباتی، وقوفی اور لسانی پہلو بہت اہمیت کے حامل ہوتے ہیں۔ یہ تمام پہلو ایک دوسرے سے باہم مربوط ہوتے ہیں۔ زندگی کے ابتدائی مراحل میں ان سبھی پہلوؤں میں افزائش اور نشوونما کی رفتار کافی تیز ہوتی ہے۔
- ابتدائی محرکات سے مراد تین سال کی عمر تک بچوں کو دیکھنے، سننے، محسوس کرنے، سونگھنے اور ذائقہ لینے سے متعلق محرکات فراہم کرنا ہے۔ اس کا مقصد بچوں کی ممکنہ استعداد میں اضافہ کرنا ہے۔
- نیوروسائنس کے شعبے میں کی گئی تحقیقات کے مطابق جب تک بچہ چھ سال کا ہوتا ہے تب تک اس کے 90 فیصد دماغ کی نشوونما ہو چکی ہوتی ہے۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے دوران بچوں کو مہیا کرائی گئی معیاری ابتدائی دیکھ بھال اور تعلیم انھیں اس قابل بناتی ہے کہ وہ اپنی عمر کے مطابق علم، مہارت اور رویہ جات کا حصول کر سکیں جس کی بنیاد پر آئندہ زندگی میں اسکول کے رسمی ماحول سے وہ خود کو آہنگ کر سکیں۔
- بچوں کی نفسیات کے ماہر ویلنٹائن (Valentine) ابتدائی بچپن کو سیکھنے کا بہترین زمانہ تسلیم کرتے ہیں۔

- ماہر نفسیات واٹسن (Watson) نے اپنی تحقیقات و مشاہدات کی بنیاد پر اس حقیقت کو واضح کیا ہے کہ ابتدائی بچپن کے زمانے میں سیکھنے کی رفتار طفولیت اور نوبلوغت کے زمانے کی بہ نسبت، بہت زیادہ ہوتی ہے۔
- ماہرین نفسیات نے تجربات و مشاہدات کے ذریعے یہ بھی واضح کیا کہ ابتدائی چھ سال میں بچے اگلے چھ سال سے دو گنا سیکھتے ہیں۔
- ماہرین نفسیات کے مطابق ابتدائی بچپن کے تین سال میں بچوں کے دماغی اور ذہنی عمل (یکسوئی، حواس، تخیلات اور قوت حافظہ) کی نشوونما ہوتی ہے۔
- ابتدائی بچپن کی عمر میں بچے زیادہ تر تقلید کے ذریعے سیکھتے ہیں۔ اس عمر میں بچے اکثر اپنے سوالوں کو دہراتے ہوئے حقائق کو دہراتے ہیں اور ان کی دہرانے کی یہ جبلت سیکھنے میں بہت زیادہ معاون ہوتی ہے۔ اس جبلت کی وجہ سے ہی بچے نظم، گیت اور کہانیاں یاد کرتے ہیں اور انہیں دہرانے میں دلچسپی لیتے ہیں۔
- ماہرین نفسیات کی نظر میں زبان سیکھنے کی سب سے عمدہ عمر ابتدائی بچپن کا زمانہ ہوتا ہے۔ ایک سال کی عمر میں بچہ آوازوں کی نقل کرنے لگتا ہے اور نقل کے ذریعے الفاظ کو دہرانے لگتا ہے۔ دو سال کی عمر میں بچہ چھوٹے چھوٹے جملے دہرانے لگتا ہے۔ تین سال کی عمر مکمل ہونے پر اپنے مافی الضمیر کا اظہار کرنے لگتا ہے۔
- تین سے چھ سال کی عمر زبان سیکھنے کے نقطہ نظر سے سب سے زیادہ اہمیت کی حامل ہوتی ہے۔ اس وقت بچے کو جو بھی زبان سکھائی جاتی ہے وہ بہت جلد سیکھ جاتا ہے۔ بشرطیکہ اس میں ان کی دلچسپی اور ان کی فطرت کا خیال رکھتے ہوئے تفریحی انداز میں سکھائی جائے۔
- ماہر نفسیات تھارن ڈائیک (Thorndike) نے اپنے تجربات اور مشاہدات کی بنیاد پر اس حقیقت کو واضح کیا ہے کہ تین سے چھ سال کی عمر میں بچے اکثر نیم خواب کی حالت میں ہوتے ہیں۔
- کھیل کود کی چار اہم صفات ہوتی ہیں۔ دلچسپی، آزادی، سرگرمی اور لطف اندوزی! یہ جبلت بچوں میں بہت زیادہ ہوتی ہے۔ بچے ان سرگرمیوں کو پسند کرتے ہیں جس میں ان کی دلچسپی ہوتی ہے، جس میں انہیں آزادی کا احساس ہوتا ہے اور جس میں انہیں لطف حاصل ہوتا ہے۔
- ابتدائی بچپن کی عمر کے بچے کھیل کود میں کسی طرح کے قانون و ضوابط کو قبول نہیں کرتے۔ وہ کھیل کود کو آزادی کے ساتھ کھیلنا چاہتے ہیں اور اسے تب تک کھیلنا چاہتے ہیں جب تک انہیں لطف حاصل ہوتا ہے۔
- ابتدائی بچپن کے زمانے میں بچوں کی جسمانی نشوونما تیزی سے ہوتی ہے۔ اس کے لیے انہیں صحت مند غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ بھوک لگتے ہی بچے چاہتے ہیں کہ فوراً غذا مہیا کرائی جائے۔
- ابتدائی بچپن کے زمانے میں بچوں میں تجسس کی جبلت میں شدت ہوتی ہے۔ وہ چاہتے ہیں کہ ان کے سوالوں کا فوراً جواب دیا جائے۔ اس طرح ان کی جذباتی اور سماجی نشوونما بھی شروع ہو جاتی ہے۔
- ابتدائی بچپن میں بچے چاہتے ہیں کہ سبھی لوگ اس سے محبت کریں اور اس کی معاونت کریں۔ وہ ہر کام میں فوراً سے پیشتر ہر عمل کا رد عمل چاہتے ہیں۔ اگر ان خواہشات کی فوراً تکمیل کی جائے تو ان کی نشوونما تیزی سے ہوتی ہے۔

- پیدائش کے وقت عام طور سے بچے کا وزن تقریباً سات پونڈ ہوتا ہے اور پہلے سال کے اندر ہی تین گنا ہو جاتا ہے۔ بچے کے قد میں اس دوران تقریباً چالیس فیصدی اضافہ ہوتا ہے۔
- عمر کے ابتدائی مرحلے میں جب کہ بچے کی غذا صرف ماں کے دودھ پر منحصر ہوتی ہے اس کی صحت، وزن، قد و قامت کا انحصار بڑی حد تک ماں کی صحت اور غذا کی فراہمی پر ہوتا ہے۔ اس لیے ان ایام میں بچے کے ساتھ ساتھ ماں کی دیکھ بھال کی ضرورت بہت زیادہ ہے۔
- عام طور پر چھ ماہ کی عمر میں بچہ بیٹھنا شروع کر دیتا ہے، 9 ماہ کی عمر میں سہار لے کر کھڑا ہونے لگتا ہے اور بارہ سے پندرہ ماہ کی عمر تک پہنچتے پہنچتے وہ بغیر سہارے کے چلنے لگتا ہے۔ ایسا ہی وقت ممکن ہے جب بچوں کی غذائیت پر مکمل توجہ دی جائے اور ان کی دیکھ بھال کی جائے۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا دائرہ بچے کے ماں کے شکم میں آنے سے پہلے ہی شروع ہو جاتا ہے اور رسمی اسکولی تعلیم کے آغاز پر ختم ہوتا ہے۔
- ابتدائی بچپن کی تعلیم میں خاص طور سے نقل کا طریقہ، کھیل کود کا طریقہ، کہانی کا اور گیت کا طریقہ استعمال کرنا چاہئے۔ اس مرحلہ پر یہ بھی ضروری ہوتا ہے کہ بچوں کو اپنے جذبات اور احساسات کو ظاہر کرنے کے لیے آزاد مواقع فراہم کئے جائیں۔ ان کے تجسس کی تسکین کی جائے۔ ان کے سوالوں کا خوش اسلوبی اور خوش دلی کے ساتھ جواب دیا جائے۔
- ماہرین نفسیات کے مطابق پیدائش سے تین سال تک بچوں کی تعلیم کا 100 فیصد بار سرپرستوں پر ہونا چاہئے اور تین سے چھ سال تک کے بچوں کی تعلیم کا 50 فیصد بار سرپرستوں پر اور 50 فیصد معلم / معلمہ پر ہونا چاہئے۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا قومی درسیات کا خاکہ 2013ء کے مطابق یہ یقین بنایا جائے کہ بچے محفوظ، سلامت، قابل قبول اور باعزت محسوس کریں، انہیں اچھی اور متوازن غذائیت حاصل ہو۔

## 1.8 فرہنگ (Glossary)

ابتدائی بچپن (Early Childhood)	بچے کی ولادت سے آٹھ سال تک کی عمر کا دور عموماً ابتدائی بچپن کہلاتا ہے جس میں بچے کا دماغ اطراف کے ماحول کے تئیں بے حد حساس ہوتا ہے۔ بچے کی نشوونما کے لحاظ سے یہ دور بہت اہم ہوتا ہے۔
نگہداشت (Care)	کسی ذی حیات یا مادی شے کی نگرانی کرنا، یا اس کا خیال رکھنا اور اس کی ضروریات کی تکمیل کرنا نگہداشت کہلاتا ہے۔ خصوصاً جب وہ شہ خود اپنی دیکھ بھال نہ کر سکے یا دیکھ بھال کے لائق نہ ہو اس وقت نگہداشت کی ضرورت پیش آتی ہے۔ یہ ایک قسم کا انحصار ہوتا ہے۔
مردم شماری (Census)	حکومت کی جانب سے سروے کے ذریعے اپنی رعایا سے متعلق خاص اور متعین

معلومات حاصل کرنے کا عمل مردم شماری کہلاتا ہے۔ جو ایک متعین مدت کے بعد دہرایا جاتا ہے۔ اس کی مدد سے کسی خطے کی آبادی سے متعلق معلومات حاصل ہوتی ہے۔	
ایک ایسا عمل جس کے سبب کسی ذی حیات یا مادی شے کی طبیعی، سماجی، معاشی، یا ذہنی حالت میں مثبت اور مطلوبہ تبدیلی رونما ہو، نشوونما کہلاتا ہے۔	نشوونما (Development)
کسی ذی حیات یا مادی شے کی طبیعی حالت کی مقدار میں اضافہ نمو کہلاتا ہے۔	نمو (Growth)
کسی ذی حیات کو زندہ رہنے اور زندگی کے تمام کام انجام دینے کے لیے خوراک سے توانائی حاصل کرنے کا عمل غذائیت کہلاتا ہے۔	غذائیت (Nutrition)
اس سے مراد اصول و قوانین کا تمام افراد کے لیے یکساں ہونا۔ مثلاً حکومت کی جانب سے کسی اسکیم کا سبھی کے لیے یکساں ہونا یا کسی جرم کی سزا سبھی کے لیے مساوی ہونا۔	مساوات (Equality)
وہ شے یا حالت یا واقعہ جو انسان کو رد عمل کرنے کے لیے آمادہ کرے محرکہ کہلاتا ہے۔ یہ محرکہ اس انسان کے ماحول سے ہی وابستہ ہوتا ہے۔	محرکات (Stimuli)
انسانی جسم کا ایسا نظام جو انسان کے خیالات، نقل و حرکت اور فطری و فوری رد عمل پر قابو رکھتا ہے اور بروقت رد عمل کی ہدایت دیتا ہے، اعصابی نظام کہلاتا ہے۔ ساتھ ہی یہ جسم کے تمام نظام پر قابو اور باہمی ارتباط قائم کرتا ہے۔	اعصابی نظام (Nervous System)
ایسا عمل جس کے سبب کسی ذی حیات کے برتاؤ میں مثبت اور نسبتاً مستحکم تبدیلی رونما ہو، آموزش کہلاتا ہے۔ یہ تاحیات چلنے والا عمل ہوتا ہے۔ جو مہد سے لحد تک چلتا رہتا ہے۔	آموزش (Learning)

## 1.9 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1- قومی تعلیمی پالیسی 2020ء نے بچوں کی مناسب جسمانی اور ذہنی نشوونما کو یقینی بنانے کے لیے کس عمر کو اہم تسلیم کیا ہے؟

B-ابتدائی چھ سال

A-ابتدائی آٹھ سال

D-ابتدائی تین سال

C-ابتدائی چار سال

2- قومی تعلیمی پالیسی 2020ء کے مطابق ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم----- سب سے طاقتور ذریعہ ثابت ہو سکتی ہے۔

A- ملک کو ترقی یافتہ بنانے کا B- ملک میں تعلیمی بیداری کا

C- ملک میں مساوات قائم کرنے کا D- ملک کو شوگر و بنانے کا

3- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور نشوونما کے لیے معیاری تعلیم کے عالم گیر انتظام کو جلد سے جلد کب تک فراہم کرنے کا عزم کیا گیا ہے؟

A- 2025 سے پہلے B- 2030 سے پہلے

C- 2035 سے پہلے D- 2040 سے پہلے

4- 'ایو۔ ایس۔ نیشنل ایسوسی ایشن فار دی ایجوکیشن آف ینگ چلڈرین' نے----- کی عمر کو ابتدائی بچپن میں شمار کیا ہے۔

A- 8 سال سے پہلے B- 6 سال سے پہلے

C- 4 سال سے پہلے D- 2 سال سے پہلے

5- ہندوستانی تناظر میں ابتدائی بچپن سے مراد----- کی شروعاتی زندگی سے ہے۔

A- پیدائش سے 10 سال B- پیدائش سے 8 سال

C- پیدائش سے 6 سال D- پیدائش سے 4 سال

6- ابتدائی بچپن کے زمانے میں جسمانی، وقوفی، سماجی، جذباتی اور لسانی نشوونما کی بنیاد پڑتی ہے، اس لیے عمر کے اس زمانے کو----- کہتے ہیں۔

A- تعمیر کی عمر B- تحصیل کی عمر

C- تصنیف کی عمر D- تعبیر کی عمر

7- نیوروسائنس کے شعبے میں کی گئی تحقیقات کے مطابق جب تک بچہ چھ سال کا ہوتا ہے تب تک اس کے----- دماغ کی نشوونما ہو چکی ہوتی ہے۔

A- 60 فیصد B- 70 فیصد

C- 80 فیصد D- 90 فیصد

8- بچوں کی نفسیات کے ماہر ویلنٹائن (Valentine)----- کو سیکھنے کا بہترین زمانہ تسلیم کرتے ہیں۔

A- ابتدائی بچپن B- ابتدائی طفولیت

C- ابتدائی نوبلوغت D- درج بالا سبھی

9- کس ماہر نفسیات نے اپنے تجربات اور مشاہدات کی بنیاد پر اس حقیقت کو واضح کیا ہے کہ تین سے چھ سال کی عمر میں بچے اکثر نیم خواب کی حالت میں ہوتے ہیں؟

A- تھارن ڈائیک B- واٹسن

C- ویلنٹائن D- پیاجے

10- درج ذیل میں کون سا طریقہ ابتدائی بچپن کی تدریس کے لیے سب سے بہتر ہے؟

A- کہانی، کھیل کود، گیت B- سوال و جواب

C- بحث و مباحثہ D- لیکچر

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

- 1- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا تصور واضح کیجئے؟
- 2- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا مفہوم بیان کیجئے؟
- 3- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی نوعیت کیسی ہوتی ہے؟
- 4- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی ضرورت اور اہمیت کیوں ہے؟ مدلل بحث کیجئے؟
- 5- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی وسعت کا جائزہ پیش کیجئے؟

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

- 1- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا تصور واضح کرتے ہوئے اس کی اہمیت بیان کیجئے؟
- 2- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا مفہوم بیان کرتے ہوئے اس کے اغراض و مقاصد واضح کیجئے؟
- 3- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی نوعیت، وسعت اور درسیات برائے تعلیم اساتذہ میں اس کے مقام پر مدلل بحث کیجئے؟
- 4- ملک کی ترقی کے تناظر میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی ضرورت اور اہمیت پر تبصرہ کیجئے؟
- 5- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے مقاصد کی فہرست سازی کیجئے؟

---

1.10 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

- Early childhood education: an Introduction, National Council of Educational Research and Training, (2008)
- National Early Childhood Care and Education (ECCE) Curriculum Framework, ministry of Women and child Development.
- Singh, A.K. (2010). Educational Psychology, Patna: Bharti Bhawan Publishers and Distributors.

- Khan, N.A. & Husain S.M. (2019). Aspects of Educational Psychology: Aligarh. Educational Book House
- Kapil, H.K. (1991). Youth! Abnormal Psychology, Agra: Bhargava Publications.
- Mangal, S.K. (2014). Learner, Learning and Cognition, Ludhuana: Tondon Publications Publishers and Distributors.

• سید محمد عادل، قومی تعلیمی پالیسی 2020، اردو ترجمہ، شعبہ نشر و اشاعت، امارات شریعیہ، پھلواری شریف، پٹنہ

## اکائی 2۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے تئیں خدمات

(Contributions to Early Childhood Care and Education)

اکائی کے اجزاء

2.0	تمہید (Introduction)
2.1	مقاصد (Objectives)
2.2	ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں بیرون ملک مفکرین کی خدمات (Contributions of Foreign Thinkers to ECCE)
2.3	ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں ہندوستانی مفکرین کی خدمات (Contributions of Indian Thinkers to ECCE)
2.4	ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں مختلف اداروں کی خدمات (Contributions of Agencies to ECCE)
2.5	غیر سرکاری تنظیموں اور فلاحی معاشروں کی خدمات (Contributions of NGOs and Welfare Societies)
2.6	اكتسابی نتائج (Learning Outcomes)
2.7	فرہنگ (Glossary)
2.8	اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)
2.9	تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

### 2.0 تمہید (Introduction)

بچوں کی مجموعی ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور نشوونما میں، اس کے اہم ضرورت کی وجہ سے ہندوستان نے ابتدائی بچپن کی ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں اہم پیشرفت منظر عام پر ہے۔ پچھلے کئی برسوں سے ہندوستانی سرکار، مختلف تعلیمی اداروں، این جی او، اور سماجی اداروں نے ECCE کے منصوبوں اور طریقوں کو تشکیل دینے میں اپنی شراکت ظاہر کی ہے۔ اس اکائی میں ہم ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے شعبے کو نمایاں طور پر متاثر کرنے والے مختلف بیرون ملک اور ہندوستانی مفکرین کے ساتھ ساتھ سرکاری اور غیر سرکاری ایجنسیوں یا

اداروں، اور فلاحی معاشروں کی قابل قدر خدمات کا جائزہ لیں گے۔ ہندوستانی اور بیرون ملک مفکرین کے منفرد نقطہ نظر کو تسلیم کرتے ہوئے ان کے ذریعہ فراہم کردہ قیمتی آراء کا جائزہ لیں گے، جنہوں نے ابتدائی بچپن کی نگہداشت کو بہت متاثر کیا ہے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے لیے وقف اداروں کے ذریعے ادا کیے گئے اہم کردار پر بھی اپنی توجہ مرکوز کریں گے۔ مزید برآں، غیر سرکاری تنظیموں (این جی اوز) اور فلاحی معاشروں کے کردار پر بھی توجہ مرکوز کریں گے، جو ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی نشوونما اور بچوں کی ذہنی پرورش اور بہبود کے لیے اپنا تعاون پیش کرتے ہیں۔

## 2.1 مقاصد (Objectives)

- اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے شعبے میں کی جانے والی خدمات کی اہمیت کو تسلیم کر سکیں۔
  - ابتدائی بچپن کی نگہداشت کے نظریات اور طریقہ کار کے فروغ میں بیرون ملک مفکرین کے اثرات کی وضاحت کر سکیں۔
  - ابتدائی بچپن کی نگہداشت کے اصولوں اور طریقہ کار کے فروغ میں ہندوستانی مفکرین کے تعاون کا تجزیہ کر سکیں۔
  - ابتدائی بچپن کی نگہداشت پالیسیوں اور اقدامات کی تشکیل میں مرکزی اداروں اور UNICEF کے کردار کو سمجھ سکیں۔
  - معیاری ابتدائی بچپن کی نگہداشت پروگراموں تک رسائی کو فروغ دینے میں غیر سرکاری تنظیموں کے تعاون کا جائزہ لیں سکیں
  - ابتدائی بچپن کی نگہداشت کے دائرے میں فلاحی معاشروں کی موثر شراکت کو سمجھ سکیں۔
  - ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں شراکت کے بارے میں اضافی وسائل کو دریافت کر سکیں۔

## 2.2 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں بیرون ملک مفکرین کی خدمات

### (Contributions of Foreign Thinkers to ECCE)

اس اکائی میں ہم نامور بیرون ملک مفکرین کے نظریات اور فلسفوں سے آشنائی حاصل کریں گے جنہوں نے ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم کو فروغ دینے میں اہم کردار ادا کیا ہے۔ فریڈرک فروبل کے کنڈرگارٹن کے ابتدائی نقطہ نظر سے لے کر، ماریامونٹیسوری کی بچوں کی تبدیلیاتی تعلیم اور روڈولف اسٹینر کے مجموعی ترقیاتی تناظر تک ہم دیکھیں گے کہ ان مفکرین کی کوششوں اور کاوشوں نے بچوں کے ذہنوں کو کس طرح متاثر کیا ہے اور ان کی پرورش کرنے کے طریقے کو کس طرح تبدیل کیا ہے۔

### فریڈرک فروبل (Friedrich Froebel)

فریڈرک فروبل جرمنی میں 1782 میں پیدا ہوئے۔ بچوں کی تعلیمی نفسیات اور ان کی دلچسپیوں کو مد نظر رکھتے ہوئے فریڈرک فروبل نے کنڈرگارٹن کا انقلابی تصور متعارف کرایا، جس نے جدید تعلیمی طریقوں کی بنیاد رکھی۔ فروبل کے اختراعی انداز نے کھیل پر مبنی سیکھنے کی اہمیت اور بچے کے فطری تجسس کے فروغ پر زور دیا۔

• فروبل کا کنڈرگارٹن فلسفہ (Froebel's Kindergarten Philosophy): فروبل نے کنڈرگارٹن فلسفے کا بنیادی اصول پیش کیا جس کے مطابق چھوٹے بچے اپنی کارکردگیوں کی مشغولیت اور تجربات کے ذریعے بہترین طریقے سے سیکھتے ہیں۔ انہوں نے مشاہدہ کیا کہ بچے اپنے پسندیدہ ماحول کی تلاش کرتے ہیں، اپنی موجودگی اور اپنے تجربات کا احساس دلاتے ہیں، اور کھیل کے ذریعے تنقیدی و تخلیقی صلاحیتیں حاصل کرتے ہیں۔

• کھیل پر مبنی اکتساب (Play-Based Learning): فروبل کے کنڈرگارٹن نظریہ نے کھیل کو تعلیم کے لیے ایک لازمی آلہ کے طور پر تسلیم کیا۔ انہوں نے "تحائف" (Gifts) اور "پیشہ" (Occupations) کے نام سے تعلیمی مواد متعارف کرایا جو بچوں کو مقامی تعلقات دریافت کرنے، اشیاء کا انتظام کرنے اور اپنی تخلیقی صلاحیتوں کو فروغ دینے کی ترغیب دیتے ہیں۔ اس مواد نے عمدہ حرکی یا جسمانی مہارتوں، مسئلہ حل کرنے کی صلاحیتوں، اور ریاضی اور سائنسی تصورات کی ابتدائی تفہیم کی بنیاد رکھی۔

• منظم ماحول (Structured Environment): فروبل نے کنڈرگارٹن میں ایک منظم لیکن لچکدار ماحول کی اہمیت پر زور دیا۔ کلاس روم کو ہدایت شدہ سرگرمی اور بے ساختہ تلاش کے درمیان توازن فراہم کرنے کے لیے منظم کیا گیا۔ اس نظریہ نے ترتیب، معمول اور ضبط نفس کے احساس کو فروغ دیتے ہوئے بچوں کو تخلیقی طور پر اظہار خیال کرنے کی سہولت فراہم کی۔

• سماجی تعامل (Social Interaction): فروبل کے مطابق بچوں کی نشوونما کے لیے سماجی تعامل لازمی ہے۔ کنڈرگارٹن، بچوں میں تعاون، اشتراک اور ہم رشتگی، بھائی چارگی کو فروغ دینے کے لیے بنائے گئے جو بچوں میں گروہی سرگرمیاں، موسیقی، اور کھیل کے ذریعے سماجی اور جذباتی ذہانت کو بڑھانے میں مدد کرتے ہیں۔

فروبل کے کنڈرگارٹن نظریہ نے جدید ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے طریقوں پر گہرا اثر ڈالتا ہے۔ ان کے نظریات نے کھیل پر مبنی اکتساب، تجرباتی اکتساب (experiential learning) اور ابتدائی بچپن کی تفہیم کو ایک منفرد ترقیاتی مرحلے کے طور پر تسلیم کرنے کی بنیاد رکھی۔ فروبل کے تعلیمی افکار اور نظریات کا عملی اطلاق آج دنیا کے تمام تر ممالک میں دیکھا جاسکتا ہے۔ ہندوستان میں بھی متعدد اسکول کنڈرگارٹن طریقہ تعلیم کو اپنے ہاں رائج کیے ہوئے ہیں اور بچوں کے تعلیمی سفر میں اس سے مدد لے رہے ہیں۔

### ماریا مونٹیسوری (Maria Montessori)

ماریا مونٹیسوری، ایک طبیب اور ماہر تعلیم تھیں جنہوں نے ابتدائی بچپن کی تعلیم کے لیے ایک تبدیلیاتی (transformative) طریقہ متعارف کرایا جو خود ہدایتی اکتساب (self-directed learning) اور کھوج بین تحقیقی بنیاد پیدا کرنے کے لیے بچے کی فطری صلاحیت پر زور دیتا ہے۔ ان کے اختراعی طریقے آج بھی دنیا بھر میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے طریقوں کو متاثر کر رہے ہیں۔ ماریا مونٹیسوری نظریہ کی خصوصیات درج ذیل ہیں:

• طلباء مرکز تعلیم (Child-Centered Learning): مونٹیسوری کے درجہ یا کلاس روم بچوں کے لیے محتاط طریقہ سے بنائے گئے مثبت ماحول پر مبنی ہیں، جو بچوں کو با مقصد سرگرمیوں میں مشغول ہونے دیتے ہیں۔ ہر ماحول میں کارکردگی والے مواد کا ایک

وسیع ذخیرہ ہوتا ہے جو خاص طور پر خود کر کے سیکھنے کو فروغ دینے کے لیے تیار کیے گئے ہیں۔ یہ مواد علمی مہارتوں، عمدہ حرکات و سکنات، جسم اور ذہن کی ہم آہنگی، اور تصورات کی گہری تفہیم کی ترقی کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں۔

- آزادی اور انتخاب (Independence and Choice): مونٹیسوری کے کلیدی اصولوں میں سے ایک بچوں میں آزادی اور دلچسپی کو فروغ دینا ہے۔ مونٹیسوری کے اکتسابی تجربات میں، بچوں کو مواد کے انتخاب سے اپنی سرگرمیوں کا چننے اور انجام دینے یا کرنے کی آزادی ہے۔ یہ بچوں کے اندر فیصلہ سازی کرنے کی مہارتوں، خود ضابطے اور سیکھنے کے عمل کے احساس کو فروغ دیتا ہے۔
- مجموعی نشوونما (Total Development): مونٹیسوری کے فلسفہ تعلیم نے طلباء کی مجموعی طور پر بچے کی جسمانی، جذباتی، سماجی اور قونی نشوونما پر توجہ دینے کی اہمیت پر زور دیا۔

- فطری رجحانات کی حوصلہ افزائی اور فروغ (Encouragement and Development of Natural Tendencies): ماریا مونٹیسوری کے فلسفے کا بنیادی نظریہ ہے کہ بچے خود کر کے تجربات حاصل کرتے ہیں اور اپنے ارد گرد کی دنیا کو سمجھنے کی فطری خواہش رکھتے ہیں۔ ان کا ماننا تھا کہ ابتدائی سال و قونی اور سماجی ترقی کے لیے بہت اہم ہیں، بچے کی انہیں فطری رجحانات کی حوصلہ افزائی اور فروغ کے لیے مونٹیسوری کا تعلیمی و تدریسی نظریہ تیار کیا گیا ہے۔ مونٹیسوری کے مطابق بچوں کو اس رفتار سے اور اس طریقے سے سیکھنے کے لیے آزاد ہونا چاہیے جو ان کے لیے موزوں ہو۔

- حواس کی تربیت (Training of Senses): مونٹیسوری نے اس بات پر زور دیا کہ ذہن (mind) کی تربیت سے پہلے حواس (senses) کی تربیت ضروری ہے۔ حسی تربیت ذہنی نشوونما کی کلید ہے۔ ابتدائی سالوں میں بہت کچھ سیکھنے کو ملتا ہے اور اس وقت حواس بہت زیادہ متحرک ہوتے ہیں۔ اس لئے ان کا طریقہ تعلیم سب سے پہلے حواس کی تربیت فراہم کرنے پر زور دیتا ہے تاکہ بچے جسم کے وزن، آواز، رنگ، لمس اور درجہ حرارت کی حساسیت کی پہچان کر سکیں۔

- مناسب اور آزاد ماحول (Suitable and Free Environment): بچے کو بڑھنے اور اس کی مکمل صلاحیتوں تک کی نشوونما کے لیے مناسب ماحول فراہم کیا جانا چاہیے۔ اگر بچوں کو سخت اور جبر و تشدد والے ماحول میں رکھ کر تعلیم دینے کی کوشش کی جائے گی تو ان کی فطری صلاحیتیں پروان نہیں چڑھیں گی، لہذا انہیں ایک آزاد اور نظم و ضبط والے ماحول میں رکھ کر تعلیم و تدریس دی جائے تاکہ بچے کی انفرادیت کو مکمل طور پر اجاگر کرنے میں مدد مل سکے۔ مونٹیسوری کے کلیدی اصولوں میں سے ایک بچوں میں آزادی کو فروغ دینا ہے۔ مونٹیسوری ماحول میں بچے مختلف قسم کے مواد سے اپنی سرگرمیاں آزادی سے منتخب کر سکتے ہیں۔ یہ خود ضابطے، فیصلہ کرنے کی صلاحیتوں، اور سیکھنے کے عمل پر کنٹرول کے احساس کو فروغ دیتا ہے۔

- انفرادیت (Individuality): مونٹیسوری کے مطابق ہر بچہ منفرد ہوتا ہے اور ہر بچے کی نشوونما کی شرح بھی مختلف ہوتی ہے۔ تدریس کے اجتماعی طریقے بچے کی انفرادیت کو پکڑ دیتے ہیں اس لئے ہر بچے کو ایک انفرادی ہستی ماننے ہوئے اور خاص توجہ دیتے ہوئے اس طریقے سے مدد اور رہنمائی ملنی چاہیے جو ان کی مناسب نشوونما میں معاون ہو۔ نتیجے کے طور پر، تدریسی حکمت عملی کو طالب علم کی ضروریات، دلچسپیوں اور نشوونما کے مرحلے کے مطابق بنایا جانا چاہیے۔

- خود اکتساب (Self-Learning): مونٹیسوری نے تدریس سے زیادہ اکتساب پر زور دیا۔ ان کے مطابق خود اکتساب ہی حقیقی تعلیم ہے جو بچوں کو باضابطہ مطالعہ کے ذریعے معلومات حاصل کرنے کے بجائے اسے سیکھنے میں مدد فراہم کرتی ہے اور بچوں کو مطابقت اور ذمہ داری کی صلاحیت سے ہم کنار کرتی ہے۔
- عضلات کی تربیت (Training of Muscles): مونٹیسوری کے مطابق تعلیم کے ذریعے بچوں کے جسمانی عضلات کی بھی تربیت ہونی چاہیے۔ بچوں کے جسمانی اعضاء میں قوت و توانائی پیدا ہوتا کہ وہ تعلیم کی بنیادی مہارتوں کو حاصل کر سکیں اور ان میں خود کام کرنے کا شعور بیدار ہو۔
- حقیقی دنیا سے ہم آہنگ تجربات (Experiences Compatible to the Real World): مونٹیسوری کے مطابق پریوں کی کہانیاں (Fairy tales) چھوٹے بچوں کو الجھانے کا رجحان رکھتے ہیں اور بچے حقیقی دنیا کے ساتھ ہم آہنگ ہونے میں مشکل محسوس کرتے ہیں۔ انہوں نے بچوں کو ایسے تجربات فراہم کرنے کی اہمیت پر زور دیا جو ان کی نشوونما اور اپنے ارد گرد کے ماحول کو سمجھنے کے لیے حقیقی دنیا سے ہم آہنگ ہوں۔
- روڈولف سٹینر اور والڈورف اسکول (Rudolf Steiner and Waldorf School)
- روڈولف سٹینر، ایک بااثر فلسفی اور ماہر تعلیم، نے ”والڈورف“، تعلیمی نظریہ متعارف کرایا جس میں مجموعی نشوونما، فنکارانہ اظہار، اور بچے کی متنوع صلاحیتوں کی پرورش پر زور دیا جاتا ہے۔ سٹینر نے اپنے اختراعی طریقوں سے ابتدائی بچپن کی تعلیم پر دیر پا اثر چھوڑا ہے جس سے بچے کی جسمانی، جذباتی، فکری اور روحانی جہتوں کے باہمی ربط کی سمجھ بیدار ہوتی ہے اور یہی روڈولف سٹینر کے تعلیمی فلسفے کی بنیاد ہے۔ اس نقطہ نظر کا مقصد بچے کے وجود کے تمام پہلوؤں کو تقویت دیتے ہوئے بچوں کی مجموعی نشوونما کو فروغ دینا ہے۔
- والڈورف کے تعلیمی اصول (Education Principles): والڈورف تعلیم کی بنیاد اصولوں کے ایک سیٹ پر رکھی گئی ہے جو ہر بچے کی انفرادیت اور صلاحیتوں کا احترام کرتی ہے۔ سٹینر کے فلسفے کے مطابق، تعلیم کو بچپن کی نشوونما کے مختلف مراحل کے مطابق ڈھالنا چاہیے تاکہ بچے ان سرگرمیوں میں حصہ لے سکیں جو ان کی بدلتی ہوئی ضروریات اور صلاحیتوں کے مطابق ہوں۔
- نصاب اور فنکارانہ اظہار (Curriculum and Artistic Expression): والڈورف تعلیم تخلیقی صلاحیتوں اور تخیل (imagination) کو پروان چڑھانے میں فنکارانہ اظہار پر بہت زیادہ زور دیتی ہے۔ نصاب میں فنکارانہ (Artistic) سرگرمیاں جیسے موسیقی، پینٹنگ، ڈرامہ، اور دستکاری اس میں شامل کی گئی ہیں تاکہ بچے کے حواس خمسہ کو متحرک کیا جاسکے اور ہمہ گیر ترقی کو فروغ دیا جاسکے۔ یہ سرگرمیاں نہ صرف فنکارانہ مہارتوں کو بڑھاتی ہیں بلکہ وقوفی اور جذباتی نشوونما میں بھی مدد کرتی ہیں۔
- قدرتی دنیا کے ساتھ تعامل (Nature and Connection): سٹینر بچوں کو قدرتی دنیا سے جوڑنے کی اہمیت پر یقین رکھتے تھے۔ والڈورف کے کلاس رومز میں، تجسس اور ماحولیاتی شعور کو فروغ دینے کے لیے قدرتی مواد اور بیرونی تجربات کو کثرت سے شامل کیا جاتا ہے۔ قدرتی ماحول سیکھنے، دریافت کرنے اور حسی تعامل کے لیے ایک پس منظر فراہم کرتی ہے۔

- ترقیاتی طور پر منسلک تعلیم (Developmentally Aligned Education): والدورف تعلیم کے مطابق نشوونما کے ہر مرحلے کی اپنی منفرد خصوصیات اور ضروریات ہوتی ہے۔ نصاب کو ان مراحل کو حل کرنے کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے، جو ایک مرحلے سے دوسرے مرحلے میں بغیر کسی رکاوٹ کے منتقلی کو فروغ دیتا ہے۔ یہ معلم کا فرض ہے کہ وہ ان مراحل میں بچوں کی رہنمائی کرے، ان کی عمر کے مطابق کام اور ترقی کے مواقع فراہم کرے۔

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں فرویل، مونٹیسوری اور سٹینر کے فلسفے کا تقابلی تجزیہ

پہلو	فرویل	مونٹیسوری	سٹینر
تعلیمی فلسفہ	کھیل پر مبنی، فطرت مرکوز	فطرت مرکوز، آزادانہ/انفرادی اکتساب	مجموعی، روحانی نشوونما
اکتسابی ماحول	کنڈرگارٹن (بچوں کا باغ)، کھیل	تیار شدہ ماحول، خود ہدایتی اکتساب	والدورف اسکول، قدرتی ماحول
استاد کا کردار	سہولت کار، پرورش گار، رہنما	مشاہد، رہنما، سہولت کار	سرپرست، روحانی رہنما
اکتسابی مواد	فرویل تحفے، کہانیاں	مخصوص مونٹیسوری مواد، حسی تعلیم	فنکارانہ، قدرتی مواد، تخیل پر توجہ
تعلیمی طریقہ کار	کھیل پر مبنی، فرویل تحفے، کہانیاں	حسی تعلیم، عملی زندگی، تعلیمی توجہ	مربوط فنون، کہانی سنانے، علمی اور فنکارانہ انضمام
مرحلہ	ابتدائی بچپن (کنڈرگارٹن عمر)	ابتدائی بچپن	ابتدائی بچپن سے بلوغت تک
کھیل کا کردار	ترقیاتی نمو کے لیے ضروری	بامقصد، تعلیمی کھیل	تخیلاتی کھیل پر توجہ مرکوز کی۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: ابتدائی بچپن کی تعلیم میں غیر ملکی مفکرین کا نظریہ واضح کریں؟

### 2.3 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں ہندوستانی مفکرین کی خدمات

(Contributions of Indian Thinkers to ECCE)

ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم ملک ہندوستان میں بہت پرانے زمانے سے رائج ہے اور کئی ہندوستانی تعلیمی مفکرین اور مصلحین نے ہندوستان میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کو سمجھنے اور فروغ دینے میں نمایاں تعاون ادا کیا ہے۔ جن میں گورو ابندرا ناتھ ٹیکور، مہاتما گاندھی، مولانا آزاد، ڈاکٹر ذاکر حسین، سری آرو بندو، ڈاکٹر رادھا کرشنن، دھرم پال اور گوبھائی باڈھیکا وغیرہ کا نام شامل ہے،

مگر اس اوقت ہم صرف مہاتما گاندھی اور گوجوبھائی بڈھیکا کے ابتدائی تعلیم کی نگہداشت کے نظریات اور اقدامات پر ہی تبادلہ خیال کریں گے۔

### گوجوبھائی بڈھیکا (Gujubhai Badheka)

گوجوبھائی بڈھیکا ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم کے دائرے میں ایک روشن شخصیت کے طور پر ابھرے، تعلیم میں جوان کی ابتدائی تعلیم میں کئی تبدیلیوں کی وجہ سے ان کی شخصیت کو ایک اہم کردار بنا کر پیش کرتی ہے۔ جس میں بالمندر (Balmandir approach) کے نقطہ نظر کی پیش کش اور اس کی خصوصیات کے ساتھ ان کے اہم تعلیمی ابتدائی کہ منصوبہ نے ہندوستان میں ابتدائی بچپن کی تعلیم کے منظر نامے کو بدل دیا۔ ہندوستانی کلچر اور ثقافتی مطابقت اور تجرباتی تعلیم کو ملا کر، بڈھیکا کا نقطہ نظر ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم میں ایک ایسا ماحول پیدا کرنے کی کوشش کرتا ہے جہاں تعلیم نہ صرف علم پر مبنی ہو بلکہ بچے کے سماجی و ثقافتی تناظر کے لیے بھی پر اثر اور معنی خیز ہو۔ یہاں پر ہم بالمندر (Balmandir approach) کے نقطہ نظر کے عام اصولوں اور جدید ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم کے طریقوں پر اس کے گہرے اثرات پر بحث کریں گے۔

- کھیل پر مبنی تعلیم (Play-Based Learning): بالمندر (Balmandir approach) طریقہ کے نقطہ نظر کے مرکزی خیال میں کھیل کو رکھا گیا ہے، کھیل سے ہی اکتسابی تجربات حاصل کرنے اور علم کو سیکھنے کے قدرتی اور مؤثر انداز کے طور پر تسلیم کیا گیا ہے۔ بڈھیکا نے اس بات پر زور دیا کہ کھیل بچوں کو اپنی انفرادی رفتار سے علم حاصل کرنے، تجربہ کرنے اور سیکھنے کی ایک ایسی جگہ اور سہولت فراہم کرتا ہے۔ کھیل پر مبنی سرگرمیاں تجسس، تخیل اور تنقیدی سوچ کو ابھارتی ہیں، جو زندگی بھر سیکھنے کی بنیاد پر مبنی ہوتی ہیں۔

- ثقافتی انضمام (Cultural Integration): گوجوبھائی بڈھیکا نے ہندوستانی ثقافتی اقدار کو ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) میں شامل کرنے کی اہمیت پر زور دیا۔ اس کے مرکزی نقطہ نظر میں مقامی معاشرتی زاویات و روایات، اقدار، کلچر اور ثقافت کو کہانیوں، قصوں اور روداد میں بیان کرنا اور ان کو تدریسی طریقوں میں شامل کرنے کی حوصلہ افزائی کرنا ہے، ثقافتی پہچان بنانے کے احساس کو فروغ دینا ہے اور بچوں کو سیکھنے والوں کے درمیان تعلق قائم کرنا ہے۔

- طلباء کو تعلیمی ماحول (Child-Centered Environment): بالمندر کے تناظر میں، سیکھنے کے ماحول کو بچوں پر مرکوز اور بچوں کی شمولیت قائم کرنے کے لیے تیار کیا گیا ہے۔ اس کا مقصد تحقیق اور طلباء کی خود شناسی کے خیال کو فروغ دینے کے لیے کیا گیا ہے، ایسے تعلیمی مواد کے ساتھ جو بچے کی نشوونما کے مختلف پہلوؤں کو پورا کرتے ہوں۔ یہ تعلیمی ماحول بچوں کو اپنے انفرادی سیکھنے کے عمل کو قائم کرنے اور اس کو محفوظ رکھنے کی ترغیب دیتا ہے۔

- گوجوبھائی بڈھیکا کے بالمندر کے نقطہ نظر نے ہندوستان میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) میں شامل کرنے کی اہمیت پر دیر پا اثر ڈالا ہے۔ جو کہ طلباء کی مجموعی ترقی کو کھیل، سماجی اقداروں اور ثقافتی انضمام پر زور دیتا ہے جو کہ ہندوستانی تناظر میں بچوں کے علم سیکھنے کی ضروریات کے مطابق ہے۔ اساتذہ بڈھیکا کے تدریس کے طریقہ کار سے طلباء کی پرورش اور ثقافتی طور پر ان کو حساس تعلیمی ماحول

فراہم کرنے کے لیے تحریک حاصل کرتے رہتے ہیں جو ہر بچے کی انفرادیت کی ترقی اور مثبت نشوونما کے لیے بہت اہم ہے اور طلباء اس سے کافی حد تک قلبی سکون حاصل کرتے ہیں۔

مہاتما گاندھی کی نئی تعلیم یا بنیادی تعلیم کے نظریات

### (Mahatma Gandhi's Views on Pre-Basic Education)

نئی تعلیم، یا بنیادی تعلیم، مہاتما گاندھی کا ایک ایسا اصول ہے جو کہتا ہے کہ علم اور پیشہ کی مہارتیں الگ الگ نہیں ہو سکتی ہیں۔ مہاتما گاندھی نے اسی تعلیمی اصول کی بنیاد پر نئی تعلیم، یا بنیادی تعلیم کے ساتھ ایک تعلیمی نصاب کو جوڑ کر فروغ فراہم کیا۔ مہاتما گاندھی، ہندوستانی آزادی کے قائد اور معروف فلسفی اور سماجی کارکن تھے جن کے تعلیمی نظریات نے ہندوستانی ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) کے تعلیمی نظام کو بہت متاثر کیا۔ ان کی نظر میں نئی تعلیم، یا بنیادی تعلیم کی پیشہ ورانہ ہم آہنگی ایک اہم ترین طریقہ تھا جو سماجی ترقی اور انسانی حقوق کو تعلیم دینے کے لیے ضروری ہے۔ جس سے تعلیم کی ابتدائی سطح کو مضبوط کیا جاسکتا ہے، تاکہ بنیادی تعلیم ہر معاشرے کے لیے دستیاب ہو۔ ان کا مقصد بچوں کو ایک بہترین، جامع اور عملی تعلیم دینا تھا تاکہ وہ ایک مثبت سماجی تبدیلی کے حامل بنیں۔ گاندھی کا تعلیمی فلسفہ علمی پیشہ ورانہ عمل سے پروان چڑھا۔ ان کا ماننا تھا کہ تعلیم سے ایسے افراد کی نشوونما میں فروغ فراہم کرنا چاہیے جو نہ صرف ذہنی طور پر قابل ہوں بلکہ اخلاقی طور پر بھی سماجی، اخلاقی، معاشی طور پر مضبوط اور ذمہ دار ہوں، جس کے لیے انہوں نے مندرجہ ذیل پر زور دیا:

- تعلیم کے ذریعے کردار سازی (Character Building Through Education): مہاتما گاندھی نے اس بات پر زور دیا کہ تعلیم سے طلباء کے اندر سچائی، ہمدردی، عاجزی، اور خود نظم و ضبط جیسی خوبیاں پیدا کرنی چاہئیں۔ ان کا خیال تھا کہ یہ صفات ایک منصفانہ اور ہم آہنگ معاشرے کی تعمیر کے لیے ضروری ہیں۔ مہاتما گاندھی کے مطابق پری بنیادی یا نئی تعلیم، یا بنیادی تعلیم کو شروع سے ہی ان خوبیوں کی بنیاد طلباء میں رکھنی چاہیے۔

- تجربات کے ذریعے سیکھنا (Learning Through Experiences): مہاتما گاندھی نے پیشہ ورانہ اور مہارتی، عملی تجربات کے ذریعے سیکھنے کی وکالت کی، ان کا ماننا تھا کہ تعلیم کو حقیقی زندگی کے حالات سے جڑا ہوا ہونا چاہیے۔ یہ نقطہ نظر بچوں کو ان کے سیکھنے کے عملی مضمرات کو سمجھنے اور مسئلہ حل کرنے کی مہارتوں کو فروغ دینے میں مدد فراہم کرتا ہے۔

- انفرادی آزادی کو فروغ (Cultivating Independence): مہاتما گاندھی نے تعلیم کے مرکزی خیال میں نتائج کے طور پر خود انحصاری اور انفرادی آزادی پر زور دیا۔ ان کا خیال تھا کہ بچوں کو اپنی ضروریات کا خیال رکھنا سیکھنا چاہیے اور معاشرے کی بھلائی میں اپنا حصہ شامل کرنا چاہیے۔ یہ نقطہ نظر ذمہ داری اور خود اعتمادی کا احساس پیدا کرتا ہے۔

- دستکاری (Handicrafts): تعلیم کی روایتی اور نوآبادیاتی طریقوں میں خواندگی اور تجریدی، متن پر مبنی علم پر زور دیا گیا، جو کہ اعلیٰ انفرادی صلاحیتوں اور مہارتوں کو پیدا کرنے کے لیے اہم مانا گیا۔ مہاتما گاندھی کی طرف سے دستکاری کو اپنی درس گاہ کا مرکز بنانے کی تجویز کو پیش کیا گیا جس کا مقصد "ہندوستان میں اسکولی علم کی سماجیات کی بنیاد پرست تنظیم نولانا تھا جس میں کمزور طبقوں کے لیے تعلیمی خواندگی شامل تھی جس میں کتابی، بُنائی، چمڑے کا کام وغیرہ شامل تھا اس کے ساتھ ہی مٹی کے برتن، دھاتی کام، ٹوکری سازی اور کتابوں

کی بائڈنگ وغیرہ کی شمولیت تھی، جس نے آگے چل کر پیشہ ورانہ تعلیم کا تصور قائم کیا۔ دستکاری کے اس استعمال کا دوسرا مقصد اسکولوں کو مالی اور سماجی طور پر ریاست سے باہر نکال کر خود مختار بنانا تھا۔ چنانچہ 1937 میں ہریجن اخبار میں اس ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم پر اپنے اثر انگیز مضمون میں مہاتمانے دلیل دی کہ تعلیم سے میرا مطلب ہے بچے اور انسان کے جسم، دماغ اور روح میں بہترین سے ہمہ جہت کا خاکہ مرتب کرنا۔ خواندگی تعلیم کا مقصد کوئی حتمی مقصد نہیں ہے اور نہ ہی یہ ابتدا ہے۔ یہ صرف ایک ذریعہ ہے جس کے ذریعے مرد اور عورت کو تعلیم دی جاسکتی ہے۔ خواندگی بذات خود کوئی تعلیم نہیں ہے۔ اس لیے میں بچے کی تعلیم کا آغاز ایک مفید دستکاری سکھانے اور اس کی تربیت کے شروع ہونے سے ہی بچے کو انفرادی معاشرتی کردار ادا کرنے کے قابل بناؤں گا۔ اس طرح ہر اسکول کو خود کفیل بنایا جاسکتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: ابتدائی بچپن کی تعلیم سے انفرادی آزادی کو کس طرح فروغ دیا جاسکتا ہے؟

## 2.4 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں مختلف اداروں کا تعاون

(Contributions of Agencies to ECCE)

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کی تشکیل اور ترقی انفرادی مفکرین یا ماہرین تعلیم ہی نہیں کرتے بلکہ ان تنظیموں اور مختلف حکومتی اور آزادانہ تعلیمی اور غیر تعلیمی فلاحی اداروں کی مشترکہ کوششوں سے بھی ہوتی ہے جو ابتدائی تعلیم کے معیار اور رسائی کو فروغ دینے کے لیے بے انتہا محنت کرتے ہیں۔ یہ مختلف ادارے تعلیمی منصوبہ بندی کرتے ہیں اور ان منصوبہ پر عمل کرنے کے لیے، نصاب تیار کرنے اور بچوں کے سیکھنے کی مجموعی ترقی کے لیے سازگار ماحول قائم کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ ان کے باہمی تعاون کو سمجھ کر، ہم تعلیم کے وسیع تر ماحولیاتی نظام کے بارے میں علم اور جانکاری حاصل کرتے ہیں جو ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم کی تشکیل کرتا ہے۔

یہاں پر ہم ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی تشکیل میں مختلف اداروں کے تعاون پر بحث کریں گے۔ جس میں نیشنل کونسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ (NCERT) کے جامع اقدامات سے لے کر نیشنل کونسل فار ٹیچر ایجوکیشن (NCTE) اور اقوام متحدہ کے بچوں کے فنڈ (UNICEF) کی مؤثر کوششوں تک، ہم اس بات کی تحقیق کریں گے کہ یہ ایجنسیاں یا ادارے کس طرح تعاون کرتے ہیں۔

## 2.4.1 نیشنل کونسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ (NCERT)

National Council of Educational Research and Training (NCERT)

نیشنل کونسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ (NCERT) ہندوستان میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) کے تناظر کی تشکیل میں اہم رول ادا کرتی ہے۔ وزارت تعلیم کے تحت 1961 میں قائم کیا گیا یہ مرکزی ادارہ، NCERT تعلیم کے میدان میں تحقیق، نصاب کی ترقی، اور اساتذہ کی تربیت کے لیے وقف ہے، جو کہ ایک اہم مرکزی ادارے یا تنظیم کے طور پر ملک ہندوستان کی تعلیم پر کام کرتا ہے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) میں اس کی شراکتیں کثیر جہتی اور تبدیلی آمیز ہیں، جو اساتذہ کے لیے، طلباء کے اکتسابی عمل اور مجموعی تعلیمی نظام کو متاثر کرتی ہیں۔

### مخصوص کام، شراکتیں یا اعانت (Key Contributions)

- i. نصاب کی ترقی: نیشنل کونسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ (NCERT) ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) میں عمر کے مطابق اور تحقیق پر مبنی نصاب کی تشکیل کے لیے مشہور ہے۔ یہ مرکزی طور پر نصاب کا ایک خاکہ پیش کرتی ہے جسے ملک بھر کے مختلف ریاستوں میں قائم کردہ ”تعلیمی تحقیق اور تربیت کی ریاستی کونسل“ (State Council of Educational Research and Training) ادارے ریاستی اعتبار سے اس نظام کو تیار کرتے ہیں۔ یہ نصاب چھوٹے بچوں کی مکمل ترقیاتی ضروریات کو پورا کرتا ہے اور ایک جامع نشوونمائی نقطہ نظر پر زور دیتا ہے جو ذہنی، علمی، جذباتی، اور سماجی ترقی کو فروغ دیتا ہے۔ NCERT کے نصاب کو بچوں کے فعال سیکھنے، تنقیدی سوچ قائم کرنے اور تخلیقی اظہار کو فروغ دینے کے لیے بنایا گیا ہے۔
- ii. جامع تعلیم اور شمولیتی تعلیم (Inclusive Education): ہندوستان کے مکمل ثقافتی، لسانی، اور سماجی اقتصادی مقاصد کو تسلیم کرتے ہوئے، NCERT کے ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) کے اقدامات جامع تعلیم پر زور دیتے ہیں۔ یہ تنظیم ایسے نصاب کو فروغ دیتی ہے جو ملک کے ثقافت کی عکاسی کرتا ہے اور اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ مختلف پس منظر سے تعلق رکھنے والے بچے اپنے سیکھنے کے مواد میں اپنی نمائندگی کرتے ہوئے دیکھیں اور ترقی کی طرف گامزن ہوں۔ مختلف لسانی دشواریوں کو حل کرتے ہوئے، NCERT یقینی بناتا ہے کہ تعلیمی وسائل تمام بچوں کے لیے قابل رسائی ہوں، چاہے ان کی مادری زبان کچھ بھی ہو اور وہ کسی بھی ریاست سے تعلق رکھتے ہوں۔
- iii. تحقیق پر مبنی تدریسی وسائل (Research-Based Pedagogical Resources): این سی ای آر ٹی کے ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) کے اساتذہ کے لیے تحقیقی حمایت یافتہ تدریسی وسائل کا ایک سلسلہ تیار کرتا ہے۔ یہ وسائل مؤثر تدریسی طریقہ کار، تشخیصی حکمت عملی، اور کلاس روم کے انتظام کی تکنیکوں کے بارے میں عملی رہنمائی فراہم کرتے ہیں۔ اساتذہ کو مثالوں پر مبنی طریقوں سے آراستہ کر کے، NCERT ابتدائی بچپن کی تربیت میں تدریس اور سیکھنے کے تجربات کے معیار کو بڑھاتا ہے۔

iv. اساتذہ کی تربیت اور پیشہ ورانہ ترقی (Teacher Training and Professional Development): اساتذہ کی تربیت کے لیے NCERT ورکشاپس، تربیتی پروگرامز، اور ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) کے معلمین کے لیے صلاحیتوں کے فروغ سازی کے اقدامات کا انتظام کرتی ہے۔ ان پروگراموں کا مقصد اساتذہ کی تدریسی مہارتوں، موضوع کی معلومات، اور بچوں کی نشوونما کی علم و فہم کو بڑھانا ہے۔ اساتذہ کی پیشہ ورانہ ترقی کو پروان چڑھا کر، NCERT ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) کے معیار کو مجموعی طور پر بڑھانے میں اپنا کردار ادا کرتی ہے۔

v. پالیسی بنانے میں رہنمائی (Policy Advocacy and Guidance): NCERT قومی سطح پر ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم (ECCE) کی پالیسیوں کو متاثر کرنے میں ایک اہم کردار ادا کرتی ہے۔ تنظیم کے تحقیقی نتائج، سفارشات، اور بصیرتیں پالیسی مباحثوں میں اپنا کردار ادا کرتی ہیں، اس بات کو یقینی بناتے ہوئے کہ تعلیمی منصوبہ بندیاں بہترین طریقوں اور تحقیقی شواہد کے ساتھ ہم آہنگ ہوں۔ NCERT کی رہنمائی پالیسی سازوں کو مؤثر حکمت عملی تیار کرنے میں مدد کرتی ہے جو بچوں کے سیکھنے کے عمل کی ابھرتی ہوئی ضروریات کو پورا کرتی ہے۔

vi. جدید تدریسی مواد کی فراہمی (Innovative Teaching-Learning Materials): NCERT جدید تدریسی مواد کی ایک وسیع رینج تیار کرتا ہے، جس میں نصابی کتابیں، سرگرمی کی کتابیں، ملٹی میڈیا وسائل، اور ڈیجیٹل پلیٹ فارم وغیرہ کی شمولیت رہتی ہے۔ یہ مواد بچوں کے سیکھنے کے عمل کو مشغول کرنے، تجرباتی سیکھنے میں سہولت فراہم کرنے، اور انٹرایکٹو کلاس روم کے تجربات کو فروغ دینے کے لیے تیار کیا گیا ہے۔

## 2.4.2 نیشنل کونسل فار ٹیچر ایجوکیشن (NCTE)

### National Council for Teacher Education (NCTE)

نیشنل کونسل فار ٹیچر ایجوکیشن (NCTE) ہندوستان میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کے منظر نامے کو تشکیل دینے اور اسے بلند کرنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ 1995 میں وزارت تعلیم کے تحت ایک قانونی ادارہ کے طور پر قائم کیا گیا، NCTE پورے ملک میں اساتذہ کی تعلیم کے اعلیٰ معیار کو یقینی بنانے کے لیے وقف ہے۔ ECCE میں اس کے تعاون سے اساتذہ کے کورس کی پالیسی کی ترقی، پروگرام کی منظوری، اساتذہ کی تربیت، اور بچوں کے سیکھنے کے عمل کے لیے معیاری تعلیم کی ترقی کرنا اس کا مقصد اول ہے۔

### مخصوص کام، شراکتیں یا اعانت (Key Contributions)

i. پالیسی کی تشکیل اور ضابطہ کاری (Policy Formulation and Regulation): NCTE ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کے لیے اساتذہ کی تعلیم کے پروگراموں سے متعلق پالیسیوں، رہنما خطوط اور اصولوں کی تشکیل میں

ایک اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اساتذہ کی تعلیم کی تنظیم جامع اور معیاری فریم ورک قائم کرنے کے لیے کام کرتی ہے جو ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) اساتذہ کی تیاری کے معیار، مطابقت اور تاثیر کو یقینی بناتی ہے۔

.ii ٹیچر ایجوکیشن اداروں کی منظوری (Accreditation of Teacher Education Institutions):

NCTE ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کے لیے اساتذہ کی تعلیم کے مختلف اداروں کے پروگرام پیش کرنے والے اساتذہ کے تعلیمی و تربیتی اداروں کو تسلیم کرنے کا ذمہ دار ہے۔ ایک مشکل تشخیصی عمل کے ذریعے، NCTE اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ یہ ادارے بنیادی ساخت، اساتذہ کی اہلیت، نصاب، اور تدریسی طریقوں کے طے شدہ معیارات پر پورا اترتے ہیں۔ تصدیق کا یہ عمل ملک بھر میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کے لیے اساتذہ کی تعلیم کے پروگراموں کے معیار کو بڑھانے میں معاون ہے۔

.iii نصاب کی تدوین، ترقی اور اضافہ (Curriculum Development and Enhancement): NCTE

ماہرین تعلیم، ماہرین اور اسٹیک ہولڈرز (stakeholders) سماجی کارکنان کے ساتھ مل کر، ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کے اساتذہ کے اداروں کے نصاب تیار کرنے کے لیے تعاون کرتا ہے جو اساتذہ کی ابھرتی ہوئی ضروریات کے مطابق ہوں۔ یہ نصاب بچوں پر مرکوز تدریس، فعال سیکھنے، اور ابتدائی بچپن کی تعلیم کے لیے ایک جامع نقطہ نظر پر زور دیتے ہیں۔

.iv اساتذہ کی تربیت اور پیشہ ورانہ ترقی (Teacher Training and Professional Development):

NCTE ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) اساتذہ کی تدریسی مہارتوں اور علم کو معیاری بنانے کے لیے تربیتی پروگرام اور ورکشاپس کو منعقد کرتا ہے۔ ان پروگراموں کا مقصد اساتذہ کو ضروری قابلیت اور جدیدیت سے آراستہ کرنا ہے تاکہ سیکھنے کا حوصلہ افزا ماحول پیدا کیا جاسکے، سماجی جذباتی نشوونما کو فروغ دیا جاسکے اور چھوٹے بچوں کی مختلف سیکھنے کی ضروریات کو پورا کیا جاسکے۔

.v معیاری ECCE کے لیے وکالت (Advocacy for Quality ECCE): NCTE قومی اور علاقائی سطحوں پر

معیاری ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کی اہمیت کی وکالت کرتا ہے۔ یہ تنظیم ابتدائی بچپن کی تعلیم کی اہمیت پر زور دینے اور اس بات کو یقینی بنانے کے لیے پالیسی سازوں، تعلیمی اداروں اور اسٹیک ہولڈرز (stakeholders) یا سماجی کارکنان کے ساتھ تعاون کرتی ہے تاکہ اساتذہ کی تیاری کے پروگرام عالمی بہترین طریقوں سے ہم آہنگ ہوں۔

.vi تحقیق اور بہترین طرز عمل کا پھیلاؤ (Research and Best Practices Dissemination): NCTE

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) میں اساتذہ کی تعلیم کے اداروں میں بہترین طریقوں کی نشاندہی کرنے کے لیے تحقیقی اقدامات کرتا ہے۔ یہ تنظیم تحقیقی نتائج، کیس اسٹڈیز، اور اساتذہ کی تربیت کے لیے جدید اور تکنیکی طریقوں کو پھیلاتی ہے، جو ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) پروگراموں کی جاری بہتری میں اپنا ذمہ داری ادا کرتی ہے۔

### 2.4.3 اقوام متحدہ میں بچوں کا مالی ادارہ (UNICEF) United Nations Children's Fund:

اقوام متحدہ میں بچوں کا مالی ادارہ (یونیسف) (UNICEF) ایک عالمی ادارہ ہے جو پوری دنیا میں بچوں کی تعلیمی فلاح و بہبود اور حقوق کو فروغ دینے کے لیے وقف ہے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کے دائرے میں، UNICEF معیاری تعلیم تک مساوی رسائی کی وکالت کرنے اور چھوٹے بچوں کی مجموعی ترقی کو فروغ دینے والے اقدامات کی حمایت کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اقوام متحدہ کا متبادل برائے اطفال یا یونیسف (یونیسف) ایک عالمی ادارہ ہے جو اقوام متحدہ کی ذیلی شاخوں میں شامل ہے۔ اقوام متحدہ اس کا قیام 11 دسمبر 1946ء کو عمل میں لایا۔ اس وقت اسی طرز کا ادارہ، اقوام متحدہ کا مشیر برائے اطفال پہلے سے کام کر رہا تھا، اس کے بعد اس ادارے کے کام کو قیام کے نام سے بھی تبدیل کر دیا گیا۔ 1953ء میں اس ادارے کے نام سے حلقہ کا لفظ حذف کر دیا گیا اور یہ اقوام متحدہ کا متبادل برائے اطفال یا یونیسف کہلایا جانے لگا۔ یونیسف کا مرکزی دفتر امریکہ کے شہر نیویارک میں واقع ہے اور یہ ادارہ دنیا بھر میں زچہ و بچہ کی صحت و فلاح کا کام کر رہا ہے۔ اس ادارے کو امدادی رقوم مختلف حکومتوں اور مخیر فراہم کرتی ہیں۔ اس وقت یہ تقریباً تمام ممالک میں کام کر رہے ہیں۔ یونیسف اس وقت مندرجہ ذیل 5 شعبوں میں خدمات سرانجام دے رہا ہے:

- i. بچوں کی صحت اور ترقی
- ii. بنیادی تعلیم اور صنفی مساوات
- iii. بچوں کے حقوق کا تحفظ
- iv. ایڈز
- v. زچہ و بچہ کی صحت اور خوراک

ان شعبہ جات کے علاوہ ضمنی شعبہ جات میں بچوں کے لیے خاندانی تحفظ، تعلیم، کھیل اور ترقیاتی منصوبوں کی تشکیل بھی شامل ہے۔

#### مخصوص کام، شراکتیں یا اعانت (Key Contributions)

- i. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) تک مساوی رسائی کو فروغ دینا (Access to ECCE): یونیسف تمام بچوں، خاص طور پر پسماندہ اور کمزور معاشرہ کے لیے معیاری ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کی رسائی فراہم کرواتا ہے جس میں پوری دنیا کی شمولیت ہے۔ یہ تنظیم ان رکاوٹوں کو دور کرنے کی اہمیت پر زور دیتی ہے جو بچوں کو ابتدائی تعلیم تک رسائی سے روکتی ہیں۔
- ii. اعانتی منصوبہ بندی بنانا (Supporting Policy Development): یونی سیف حکومتوں اور دیگر سماجی کارکنان کے ساتھ مل کر ایسی پالیسیاں تیار کرنے اور ان پر عمل درآمد کرتا ہے جو ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کو ترجیح دیتی ہیں۔ یونی سیف تنظیم اپنی مہارت سے جامع پالیسیوں کی تشکیل میں تعاون کرتی ہے جو بچوں کی مجموعی نشوونما پر توجہ مرکوز کرتی ہیں، بشمول ان کی صحت، غذائیت، اور علمی نشوونما کے۔

- .iii طلباء مرکزیت کا نقطہ نظر کی وکالت (Advocacy for Child-Centered Approaches): یونیسیف ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) میں طلباء مرکزیت کا نقطہ نظر کی وکالت کو فروغ دیتا ہے جو بچے سیکھنے کے عمل کی فلاح و بہبود، علمی شراکت اور مختلف تعلیمی اداروں کو ترجیح دیتے ہیں۔ یہ تنظیم تعلیمی ماحول کی تخلیق کی حوصلہ افزائی بھی کرتی ہے جو تجسس، تخلیقی صلاحیتوں اور تنقیدی سوچ کو فروغ دیتا ہے، اور جس سے جدید تدریسی طریقوں سے ہم آہنگ ہونا لازمی ہو جاتا ہے۔
- .iv تحقیق اور اعداد و شمار یکجا کرنا (Research and Data Collection): یونیسیف ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) میں شامل مختلف عنوانات پر مبنی چیلنجوں اور مواقع کو سمجھنے کے لیے تحقیق کرتا ہے اور اعداد و شمار کو یکجا کرتا ہے۔ جس سے ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کی ترقی و فروغ، اور کمزوریوں کو سمجھا جاتا ہے۔
- .v صلاحیت کی تعمیر اور تربیت (Capacity Building and Training): یونیسیف ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) میں شامل معلمین اور دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے تربیت اور مختلف صلاحیت سازی کے پروگرام منعقد کرتا ہے۔ یہ اقدامات اساتذہ کو مؤثر تدریسی طریقوں، شمولیتی تعلیم کی حکمت عملیوں اور محفوظ اور معاون تعلیمی ماحول پیدا کرنے کے طریقوں سے باختیار بناتے ہیں۔

اقوام متحدہ میں بچوں کا مالی ادارہ (یونیسیف) (UNICEF) کے تعاون کا عالمی سطح پر کافی اثر پڑتا ہے، جو مختلف ممالک میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کی منصوبہ بندیوں، طریقوں اور سرمایہ کاری کو متاثر کرتی ہیں۔ یہ تنظیم ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کی وکالت اور اقدامات کو دنیا بھر میں ایک زیادہ مساوی اور جامع ابتدائی تعلیم کے منظر نامے میں پیش کرنا کر دار ظاہر کرتی ہیں۔

#### 2.4.4 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر مختلف اداروں کے اثرات

##### (Collaborative Impact of Agencies on ECCE)

نیشنل کونسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ (NCERT)، نیشنل کونسل فار ٹیچر ایجوکیشن (NCTE)، اور اقوام متحدہ کے چلڈرن فنڈ (UNICEF) جیسی ایجنسیاں ہر بچے کو اعلیٰ معیار اور مساوی ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کا تجربہ فراہم کرنے کا مشترکہ خواب اور کار عمل رکھتی ہیں۔ ان کا اجتماعی مقصد اچھے، سماجی طور پر ذمہ دار اور قابل افراد کی پرورش کرنا ہے، جس میں شامل ہیں:

- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم تکمیلی کردار اور مہارت۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی پالیسی کی تشکیل اور نفاذ۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم اساتذہ کی تربیت اور پیشہ ورانہ ترقی۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم مساوات اور شمولیت۔

- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم تحقیق اور اختراع۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم عالمی تناظر اور مقامی نفاذ۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم مثبت تبدیلی اور مستقبل کے امکانات۔

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں مختلف اداروں کے باہمی تعاون سے پالیسیوں، طریقوں اور تاثرات میں مثبت تبدیلیاں آئی ہیں۔ ان کی مشترکہ کوششیں ابتدائی تعلیم کے مستقبل کو تشکیل دینے کے لیے جاری ہیں، جامع، بچوں پر مبنی، اور تحقیق پر مبنی نقطہ نظر کو فروغ دیتی ہیں جو ہر بچے کی صلاحیت کو پروان چڑھاتی ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: ابتدائی بچپن کی تعلیم میں مثبت تبدیلی اور مستقبل کے امکانات کی وضاحت کریں؟

## 2.5 این جی اوز اور فلاحی سوسائٹیز کا تعاون

(Contributions of NGOs and Welfare Societies)

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں غیر سرکاری تنظیموں (این جی اوز) اور فلاحی معاشروں کی سرشار کوششوں سے بھی مالا مال ہے جو چھوٹے بچوں کے لیے معیاری تعلیم اور مجموعی ترقی کے مواقع فراہم کرنے کا سبب بنتی ہے۔ یہ غیر سرکاری تنظیمیں اور اداریں، سماجی تبدیلی اور معاشرہ کو باختیار بنانے کے لیے اپنی وابستگی سے کارفرما، اس بات کو یقینی بنانے میں اہم کردار ادا کرتی ہیں کہ ہر بچے کی پرورش اور ابتدائی تعلیم کے تجربے تک رسائی حاصل ہو سکے۔

• ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں این جی اوز کا کردار (Role of NGOs in ECCE): غیر سرکاری تنظیمیں (این جی اوز) ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے معیار، رسائی، اور شمولیت کو فروغ دینے میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔ سماجی تبدیلی اور معاشرہ کو باختیار بنانے کے لیے ان کی وابستگی کا ابتدائی تعلیم کے منظر نامے پر گہرا اثر پڑتا ہے، خاص طور پر پسماندہ اور پسماندہ آبادی کے لیے یہ ایک سرمایہ کے طور پر کام کو انجام دیتی ہیں۔ جس میں شامل رہتے ہیں:

- i. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کی معاشرہ تک رسائی اور مشغولیت۔
- ii. پسماندہ گروہوں کی تعلیم تک رسائی۔
- iii. بچوں کی مجموعی ترقی اور پرورش۔
- iv. جدید تدریسی طریقہ کار کا انعقاد۔

v. دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے صلاحیت کی تعمیر اور تربیت۔

vi. پالیسی میں تبدیلی کی وکالت اور ان کا انعقاد۔

vii. مختلف سماجی کارکنان کے ساتھ تعاون۔

viii. مقامی اور عالمی سطح پر مؤثر تعلیم کی فراہمی۔

ix. تعلیمی عمل سے بااختیار بنانا اور پائیدار تبدیلی۔

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں NGOs کے اہم کردار کو تسلیم کرنا حکومتوں، تنظیموں اور معاشروں کے درمیان باہمی تعاون کی کوششوں کی اہمیت کو اجاگر کرتا ہے۔ این جی اوز کے ساتھ تعاون اور اس تعاون کے ذریعے، ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں سماجی کارکنان زیادہ جامع، قابل رسائی، اور مؤثر ابتدائی تعلیم کے منظر نامے میں اپنی شراکت پیش کرتے ہیں، جو تمام بچوں کو ان کی مکمل صلاحیتوں تک پہنچنے کا اختیار دیتا ہے۔

• ابتدائی بچپن کی امداد میں فلاحی سوسائٹیز کے اقدامات (Welfare Societies' Initiatives): ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے لیے ضروری امداد اور خدمات فراہم کرنے میں فلاحی سوسائٹیز اہم کردار ادا کرتی ہیں۔ ان کے اقدامات سے بچوں کی پرورش کے مثبت ماحول قائم کرنے اور چھوٹے بچوں، خاص طور پر پسماندہ پس منظر سے تعلق رکھنے والے بچوں کی مجموعی ترقی کو فروغ دینے میں معاون ہیں جیسے۔

i. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم سے مجموعی بچوں کی نشوونما کو فروغ۔

ii. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں صحت اور غذائیت کے پروگرام کا انعقاد۔

iii. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم سے والدین اور دیکھ بھال کرنے والے کی مصروفیت۔

iv. ابتدائی تعلیم کے مراکز کا قیام۔

v. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم سے کھیل پر مبنی تعلیم۔

vi. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم سے مہارت کی ترقی اور بااختیار بنانا۔

vii. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم سے بچوں کے حقوق کی وکالت۔

viii. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم سے آنے والی نسلوں کو بااختیار بنانا۔

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم ECCE میں فلاحی معاشروں کی کوششوں کو تسلیم کرنا اور ان کی حمایت کرنا چھوٹے بچوں کے لیے ایک جامع اور معاون تعلیمی ماحول پیدا کرنے کے عزم کی مثبت عکاسی کرتا ہے۔ ان معاشروں کے ساتھ تعاون کر کے، سماجی کارکنان بچوں کی فلاح و بہبود اور ترقی میں اپنا رول اور کردار کو ظاہر کر سکتے ہیں، جو سب کے لیے روشن مستقبل کی راہ ہموار کرتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی رو سے کھیل پر مبنی تعلیم کی وضاحت کریں؟

## 2.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درجہ ذیل باتیں سیکھیں:

- بچوں کی مجموعی ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور نشوونما میں، اس کے اہم ضرورت کی وجہ سے ہندوستان نے ابتدائی بچپن کی ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) میں اہم پیشرفت منظر عام پر ہے۔ پچھلے کئی برسوں سے ہندوستانی سرکار، مختلف تعلیمی اداروں، این جی اوز، سماجی ادارے، اور نے ECCE کی منصوبوں اور طریقوں کو تشکیل دینے میں اپنی شراکت طاہر کی ہے۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت کی تعلیم کو فروغ دینے میں اہم کردار ادا کیا ہے۔ فریڈرک فروبل کے کنڈرگارٹن کے ابتدائی نقطہ نظر سے لے کر، ماریامونٹیسوری کی بچوں کی تبدیلیاتی تعلیم اور روڈولف اسٹینر کے مجموعی ترقیاتی تناظر تک ہم دیکھیں گے کہ ان مفکرین کی کوششوں اور کاوشوں نے بچوں کے ذہنوں کو کس طرح متاثر کیا ہے اور ان کی پرورش کرنے کے طریقے کو کس طرح تبدیل کیا ہے۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کے لیے ضروری امداد اور خدمات فراہم کرنے میں فلاحی سوسائٹیز اہم کردار ادا کرتی ہیں۔
- نیشنل کونسل آف ایجوکیشنل ریسرچ اینڈ ٹریننگ (NCERT)، نیشنل کونسل فار ٹیچر ایجوکیشن (NCTE)، اور اقوام متحدہ کے چلڈرن فنڈ (UNICEF) جیسی ایجنسیاں ہر بچے کو اعلیٰ معیار اور مساوی ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کا تجربہ فراہم کرنے کا مشترکہ خواب اور کار عمل رکھتی ہیں۔ ان کا اجتماعی مقصد اچھے، سماجی طور پر ذمہ دار اور قابل افراد کی پرورش کرنا ہے۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) میں مختلف اداروں کے باہمی تعاون سے پالیسیوں، طریقوں اور تاثرات میں مثبت تبدیلیاں آئی ہیں۔ ان کی مشترکہ کوششیں ابتدائی تعلیم کے مستقبل کو تشکیل دینے کے لیے جاری ہیں، جامع، بچوں پر مبنی، اور تحقیق پر مبنی نقطہ نظر کو فروغ دیتی ہیں جو ہر بچے کی صلاحیت کو پروان چڑھاتی ہیں۔

2.7 فرہنگ (Glossary)

کلی ترقی	Holistic Development
شمولیت	Inclusivity
علمبردار	Pioneering
فن تدریس	Pedagogy
ذہنی ترقی	Cognitive Development
جذباتی ترقی	Emotional Development
جسمانی نشوونما	Physical Development
معاشرتی ترقی	Social Development
ثقافتی مطابقت	Cultural Relevance
اشتراک	Collaboration
وکالت	Advocacy
پالیسی میں تبدیلی	Policy Change
ویلفیئر سوسائٹیز	Welfare Societies
بااختیار بنانا	Empowerment
نصاب	Curriculum
والدین کی مصروفیت	Parent Engagement
باہمی تعاون کا اثر	Collaborative Impact
میراث	Legacy
جامع تعلیم	Inclusive Education
کمیونٹی کی ملکیت	Community Ownership
صلاحیت کی تعمیر	Capacity Building

2.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

- 1- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں مجموعی ترقی پر زور دیا گیا ہے؟  
 (a) صرف علمی ترقی (b) جذباتی اور سماجی ترقی (c) صرف جسمانی نشوونما (d) سبھی پر۔
- 2- کنڈرگارٹن نقطہ نظر، جو فریڈرک فروبل نے متعارف کرایا، اس پر زور دیتا ہے:  
 (a) الگ تھلگ تعلیمی ماحول (b) کھیل پر مبنی سیکھنے اور تخلیقی صلاحیت  
 (c) سخت نظم و ضبط اور روٹ حفظ (d) ابتدائی پیشہ ورانہ تربیت
- 3- بچپن کی ابتدائی تعلیم کے لیے ماریامو نٹیسوری کا نقطہ نظر..... پر مرکوز ہے:  
 (a) انتہائی منظم کلاس روم ماحول (b) بچوں پر مبنی تعلیم اور آزادی  
 (c) روٹ حفظ اور تکرار (d) اساتذہ پر مبنی ہدایات
- 4- روڈولف اسٹینر کا والدورف ایجوکیشن اپروچ ان پر زور دینے کے لیے جانا جاتا ہے:  
 (a) صرف تعلیمی کامیابی (b) کلی ترقی اور فنون کا انضمام  
 (c) سخت معیاری جانچ (d) جسمانی نشوونما پر خصوصی توجہ
- 5- بنیادی تعلیم پر مہاتما گاندھی کا نقطہ نظر اس بات پر زور دیتا ہے:  
 (a) سخت رسمی تعلیم (b) کلی ترقی اور عملی مہارت  
 (c) صرف نظریاتی علم پر توجہ مرکوز (d) کم عمری میں معیاری جانچ

#### مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

- 1- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (ECCE) کی وضاحت کریں؟
- 2- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں مجموعی ترقی کا طریقہ کیا ہے؟
- 3- ماریامو نٹیسوری کا نقطہ نظر وایتی تعلیمی طریقوں سے کیسے مختلف ہے؟
- 4- گوبھائی بڈھیکاکون ہے، اور وہ کس بالمندر کے ساتھ منسلک ہے؟
- 5- UNICEF، NCERT، اور NCTE جیسی ایجنسیاں ECCE میں کیسے حصہ ڈالتی ہیں؟ ان کے کردار کی مختصر تفصیل کریں؟

#### طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

- 1- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے تناظر میں "مجموعی ترقی" کے تصور کی وضاحت کریں؟
- 2- ابتدائی بچپن کی تعلیم میں ثقافتی مطابقت کی اہمیت کی وضاحت کریں؟ ہندوستانی مفکرین اس پہلو پر کس طرح زور دیتے ہیں؟

- 3- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے تناظر میں "جامع تعلیم" سے کیا مراد ہے؟ یہ کیوں ضروری ہے؟
- 4- جدید تدریسی طریقہ کار ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر وگراموں کے معیار کو کیسے بڑھا سکتا ہے؟
- 5- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں ثقافتی مطابقت کے تصور کو دریافت کریں۔ ہندوستانی مفکرین ابتدائی تعلیم میں ثقافتی اقدار اور روایات کے انضمام پر کس طرح زور دیتے ہیں؟

## 2.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

1. Bronson, Martha & Tivnan, Terrence & Seppanen, Patricia. (1995). Relations between teacher and classroom activity variables and the classroom behaviors of pre-kindergarten children in Chapter 1 funded programs. Journal of Applied Developmental Psychology. 16. 253–282. 10.1016/0193-3973(95)90035-7.
2. Burger, Kaspar. (2013). New contributions to early childhood care and education research. 10.1007/978-3-658-01212-0\_3.
3. <https://childhood.in/contributors-and-founders-of-early-childhood-care-and-education/>
4. [https://wcd.nic.in/sites/default/files/national\\_ece\\_curr\\_framework\\_final\\_03022014%20%282%29\\_1.pdf](https://wcd.nic.in/sites/default/files/national_ece_curr_framework_final_03022014%20%282%29_1.pdf)
5. <https://www.right-to-education.org/issue-page/early-childhood-care-and-education>
6. <https://www.unesco.org/en/early-childhood-education/need-know>
7. [Mahatma Gandhi's Legacy in Majhihira Ashram Vidyalaya school](#)
8. Richards, Glynn (1996), [A Source-Book on Modern Hinduism](#), Routledge, ISBN 9780203990612
9. [Dinabandhu Dehury: Mahatma Gandhi's Contribution to Education](#)

# اکائی 3۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں رجحانات اور پالیسیاں

(Trends and Policies in ECCE)

اکائی کے اجزاء

- 3.0 تمہید (Introduction)
- 3.1 مقاصد (objectives)
- 3.2 تعلیم کی ابتدائی تحریک، آزادی سے قبل (Early Movements, Pre-Independence)
- 3.3 آزادی کے بعد کی تعلیمی تحریکیں: کوٹھاری کمیشن، یشپال کمیٹی،
- (Post Independence Constitutional provision: Kothari Commission, Yashpal Committee)
- 3.4 قومی تعلیمی پالیسی 1986، سرو و شیکشا ابھیان (NPE-1986, Sarva Shiksha Abhiyan)
- 3.5 قومی نصابی خاکہ، 2005، تعلیمی حقوق 2009، نئی قومی تعلیمی پالیسی، 2020
- (NCF-2005, Right to Education Act-2009, NEP-2020)
- 3.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)
- 3.7 فرہنگ (Glossary)
- 3.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)
- 3.9 تجویز کردہ اکتسابی وسائل کی فہرست (Suggested Learning Resources List)

3.0 تمہید (Introduction)

بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کسی بھی سماج کی اہم اور بنیادی ضرورت ہیں۔ ابتدائی تعلیم مستقبل کی تعلیم کی بنیاد ہوتی ہے۔ غور سے دیکھا جائے تو کسی بھی سماج یا خاندان کے لئے اپنے چھوٹے بچوں کی دیکھ بھال نہایت ہی اہم ہوتی ہے۔ ایک جمہوری ملک میں سرکار کی بھی ذمہ داری ہوتی ہے کہ وہ اپنے بچوں کا خیال رکھے، کیونکہ یہی بچے ملک کی تقدیر ہوتے ہیں۔ اسی جذبات اور ذمہ داریوں کے تحت سبھی ملکوں میں بچپن کی نگہداشت اور اس کی تعلیم سے متعلق پالیسیاں بنائی جاتی ہیں۔ ہندوستان میں بھی اس سے متعلق مختلف اقدامات اٹھائے گئے اور وقت بوقت اس پر سرکاری پالیسیاں بنائی جاتی رہی ہیں۔

### 3.1 مقاصد (Objectives)

- اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر مبنی پالیسی کو جان سکیں۔
- آزادی کے قبل ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے انتظام کو جان سکیں۔
- آزادی کے بعد آئین میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے متعلق اقدامات کو جان سکیں۔
- کوٹھاری کمیشن 66-1964 کے ذریعہ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر کئے گئے سفارشات کو جان سکیں۔
- یوٹیل کمیٹی کے ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر کئے گئے تجاویز کو جان سکیں۔
- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر نیشنل ایجوکیشن پالیسی 1986 کی پالیسی کو جان سکیں۔
- سروٹکنش ابھیان کے ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے فروغ کے اقدامات کو جان سکیں۔

### 3.2 تحریک قبل، آزادی سے قبل ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم

#### (Early Movements, Pre-Independence)

قدیم زمانے یا ویدک دور کی اگر بات کی جائے تو اس زمانے میں ابتدائی بچپن اور نگہداشت جیسے اصطلاح کا استعمال نہیں ہوتا تھا۔ لیکن اس زمانے میں ابتدائی تعلیم کا انتظام گھروں میں ہوتا تھا۔ اس زمانے میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم کے لئے کوئی رسمی تعلیمی نظام نہیں تھا۔ قرون وسطیٰ کے دور میں بھی کم و بیش اسی طرح کے نظام دیکھنے کو ملتا ہے۔ اس دور میں ابتدائی تعلیم مکتب میں دی جاتی تھی۔ اس دور میں بھی ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم جیسے نام کی کوئی تعلیمی نظام رسمی طور پر نہیں تھا۔ اس دور میں بھی پری پرائمری تعلیم گھر پر ہی دی جاتی تھی۔

آزادی سے قبل ہندوستان میں جدید تعلیمی نظام کی بنیاد ووڈ ڈسٹریکٹ 1854 سے مانی جاتی ہے۔ اس تعلیمی پالیسی کے ذریعہ ہندوستان میں پہلی بار بنیادی تعلیم سے لے کر اعلیٰ درجہ کی تعلیم مغربی طریقہ طرز پر شروع کرنے کی بات کہی گئی۔ اس کے بعد تعلیم کے فروغ کے لئے کئی تعلیمی کمیشن و کمیٹیاں قائم کی گئیں۔ لیکن ہندوستان میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم کو باضابطہ طور پر شروع کرنے کی سفارش پہلی بار سارجنٹ پلان 1944 میں ملتی ہے۔ اس پلان میں صاف طور پر اس بات کا ذکر کیا گیا کہ ہندوستان میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم پری پرائمری تعلیم کے نام سے شروع کرنے کی بات کی گئی ہے۔ اس پلان میں اس بات کا ذکر کیا گیا کہ کسی بھی ملک میں تعلیمی نظام کی شروعات پری پرائمری تعلیم سے ہونی چاہیے۔ اسے ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم کے رجحان کے طور پر دیکھا جاسکتا ہے۔ اس میں پلان میں مندرجہ ذیل اہم نکات کا ذکر کیا گیا۔

- ہندوستان میں 3 سے 6 سال کے بچوں کے لئے پری پرائمری اسکول کھولا جائے۔

- بچوں کی تعلیم مفت اور لازمی ہونی چاہئے۔
- بچوں کے اندر عام معلومات کے علاوہ کردار سازی اور سماجی شعور فروغ دیا جائے۔ ☆ اسکولوں میں صرف تربیت یافتہ معلمہ کی تفرری کی جائے۔
- اسکولوں میں بچوں کی حاضری لازمی ہونی چاہئے اور والدین کو بچوں کو اسکول بھیجنے کے لئے آمادہ کیا جائے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)
سوال: بچوں میں تخلیقی صلاحیتوں کا فروغ کس طرح کیا جاسکتا ہے؟

### 3.3 آزادی کے بعد (Post Independence)

ہندوستان 1947 میں آزاد ہوا۔ ملک جب آزاد ہوا تھا اس وقت ہندوستان کی تعلیمی حالات اچھے نہیں تھے۔ بنیادی سہولتوں کی بہت کمی تھی۔ سبھی لوگوں کی تعلیم تک پہنچ نہیں تھی۔ تعلیم نسواں کا تو بہت ہی برا حال تھا۔ ایسے حالات میں ہندوستانی سرکار کے سامنے سبھی تک تعلیم پہنچانا ایک بہت بڑا چیلنج تھا۔ آزادی کے بعد اس سمت میں کئی قدم اٹھائے گئے۔ اس وقت کے وزیر تعلیم مولانا آزاد نے ہندوستان میں تعلیمی ترقی کے لئے کئی اقدامات کیے۔ جب آئین کی تشکیل دی گئی تو اس میں بھی تعلیم کی ترقی اور فروغ سے متعلق کئی دفعات درج کی گئیں۔ تعلیم کی بہتری کے لئے کئی کمیشن اور کمیٹیاں بھی قائم کی گئیں اور ان کی سفارشات پر تعلیمی پالیسیاں اور ضابطے بنائے گئے۔ آئیے ہم ہندوستان کے آئینی اور دیگر اقدامات کو سمجھتے ہیں۔

#### 3.3.1 آئینی اقدامات (Constitutional Provisions)

آزادی ملنے کے بعد ہندوستان میں ایک آئین کمیٹی تشکیل دی گئی جس کی رپورٹ کو ملک میں 26 جنوری 1950 کو نافذ کیا گیا۔ ہندوستانی آئین کے حصہ تین میں آرٹیکل 12 سے لے کر 35 تک میں بنیادی حقوق کا ذکر کیا گیا ہے۔ حصہ چار میں ہدایتی اصول کی بات کی گئی ہے جو آرٹیکل 36 سے 51 تک ہے۔ غور سے دیکھا جائے تو یہ دونوں حصے بچوں کی تعلیم اور ان کی نگہداشت سے متعلق بالواسطہ اور بلاواسطہ طور سے جڑے ہوئے ہیں۔ آرٹیکل 14 جہاں سبھی کو قانون کے سامنے مساوات کی بات کرتا ہے تو وہیں آرٹیکل 21 جس میں زندگی کا حق دیا گیا ہے اسی آرٹیکل میں 6 سے 14 سال کے بچوں کو مفت اور لازمی تعلیم حاصل کرنا ان کا بنیادی حق بنایا گیا ہے۔ آرٹیکل 29 اور 30 قلیتوں کو اپنے بچوں کے لئے تعلیم کا انتظام کرنے کا حق فراہم کرتا ہے۔ آئین کے ہدایتی اصول بھی بچوں کی تعلیم اور ان کی دیکھ بھال کو یقینی بناتا ہے۔ آرٹیکل 39 میں اس بات کا ذکر ہے کہ ریاست مردوں اور عورتوں کی صحت اور بچوں کی کم عمری کی نگہبانی کرنے اور ساتھ ہی ساتھ دفعہ 45 میں کہا گیا کہ ریاست کے تمام بچوں کے لئے ابتدائی بچپن کی نگہبانی اور تعلیم کو مفت اور لازمی طور پر فراہم کرنے کی کوشش کرے گی اور

6 سے لے کر 14 سال تک کے سبھی بچوں کو ریاست مفت اور لازمی تعلیم کا انتظام مہیا کرنے کی کوشش کرے گی۔ 2002 میں آئین کے 86 ویں ترمیم کے ذریعہ دفعہ 45 میں یہ جوڑا گیا ہے کہ ریاست سبھی بچوں کو جب تک کہ وہ 6 سال تک کے نہیں ہو جاتے ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا انتظام کرے گی۔

### 3.3.2 کوٹھاری کمیشن (Kothari Commission-1964-66)

آزادی کے بعد سرکار نے ملک میں تعلیمی نظام کو بہتر بنانے کے لئے کئی اقدام اٹھائے۔ اس سلسلے میں 1964 میں ڈاکٹر ڈی ایس کوٹھاری کے صدارت میں 17 ممبروں کی ایک قومی تعلیمی کمیشن قائم کیا۔ کمیشن نے ہندوستانی تعلیمی نظام کا تجزیہ کر 1966 میں اپنی رپورٹ سرکار کو سپرد کی۔ کمیشن کا پہلا جملہ تھا کہ "ملک کا مستقبل اسکی کمرہ جماعت میں معمار ہو رہا ہے" اس جملہ سے یہ اندازہ لگایا جاسکتا ہے کہ کمیشن نے تعلیم کی کتنا زیادہ اہمیت دی۔ کمیشن نے اپنے رپورٹ میں تعلیم کے قومی مقاصد، تعلیم کی ساخت، معلموں کی حالات، تعلیم میں مساوات، تعلیم نسواں اور اسکولی تعلیمی نظام پر تفصیل سے روشنی ڈالی۔ کمیشن نے سرکار سے یہ سفارش کی کہ وہ اپنے بجٹ کا چھ فیصدی تعلیم پر خرچ کرے۔ کمیشن نے سفارش دی کہ مساواتی تعلیمی نظام قائم کرنے کی تجویز بھی دی۔ کمیشن نے پری پرائمری تعلیم پر بھی تفصیلی روشنی ڈالی۔ جسے ہم ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم کے رجحان کے طور پر دیکھ سکتے ہیں۔

کوٹھاری کمیشن نے 3 سال سے 5 سال تک کے بچوں کے لئے پری پرائمری تعلیم کے انتظام کی سفارش کی ہے وہ مندرجہ ذیل ہیں۔

- بچوں کی جسمانی، ذہنی، جذباتی اور ذہنی مہارتوں کو فروغ دینا۔
- بچوں کے اندر بنیادی عادات کھانے پینے، کپڑا پہننے، صاف صفائی جیسی مہارتوں کو فروغ دینا۔
- بچوں کو اپنے جذبات، احساسات کے اظہار کی مہارتوں کو فروغ دینا۔
- تعلیم مادری زبان یا علاقائی زبان میں دینا اور اس کے ذریعہ دوسری زبانوں کو سکھانا۔
- بچوں کو آس پاس کے ماحول سے آشنا کرنا اور ان کے اندر اس کے بارے میں جاننے اور سمجھنے کا رجحان پیدا کرنا۔
- موسیقی، کھیل کود میں دلچسپی پیدا کرنا۔
- بچوں کو بنیادی تعلیم کے لئے تیار کرنا اور ان میں خود اعتمادی پیدا کرنا۔
- خواتین ٹیچر کی تقرری ہو۔ بلاک سطح پر ان کو سروس ٹریننگ دی جائے۔
- ایک کمرہ میں 20-30 بچوں کے بیٹھنے کا انتظام ہو۔ والدین کو بچوں کی دیکھ بھال کے متعلق جانکاری فراہم کی جانی چاہئے۔
- ضلع اور ریاستی سطح پر پری اسکول تعلیمی ترقی سنٹر قائم کیے جانے چاہیے۔
- پری پرائمری تعلیم کا انتظام پانچائیت اور نگر پالیکا کے ہاتھوں میں دیا جائے۔
- کھانے اور پہننے کی مہارت کا فروغ، صاف صفائی کے شعور کا فروغ، سماجی شعور کا فروغ، کھیل کود کے ذریعہ زبان اور ریاضی کو سیکھانا، تخلیقی کاموں میں مشغولیت اور صحت سے متعلق بیداری پیدا کرنا۔

- ریاست پری پرائمری تعلیمی مرکز قائم کرے۔ ہر ضلع میں پری پرائمری تعلیم کا نشریاتی مرکز قائم کیا جائے۔ پرائمری اسکولوں میں پری پرائمری تعلیم کا انتظام کیا جائے۔ پری پرائمری اسکول چلانے والے اداروں کو سرکار مدد کرے اور انکی حوصلہ افزائی کرے۔ معلمین کو نوکری کے درمیان سروس ٹریننگ دی جائے۔

### 3.3.3 یشپال کمیٹی (Yashpal Committee 1992)

یشپال کمیٹی مروجہ نصاب اور نصابی کتاب میں نظر ثانی کے لئے بنائی گئی۔ کمیٹی نے "بوجھ کے بغیر اکتساب" (Learning without Burden) عنوان کے نام سے اپنی سفارشات سرکار کو پیش کی۔ اس رپورٹ میں مندرجہ ذیل تجاویز پیش کیے گئے۔

- 6 سال سے کم عمر کے سبھی بچوں کے لئے معیاری تعلیم کا انتظام کرنا۔
- بچوں کے لئے کتاب کا بوجھ کم کیا جائے اور اسکول میں کتاب اور بستہ لے کر آنے کی شرط نہ ہو۔
- بچوں کے لئے کتاب خریدنا ضروری نہ ہو، کتاب اسکول کی ملکیت ہونی چاہیے۔
- سبھی بچوں کو صحت اور غذائیت کا تحفظ کرنا۔
- سبھی بچوں کی مفت، شمولیاتی، آفاقی اور مساوی مواقع فراہم کرنا۔
- پری پرائمری میں بچوں کا داخلہ بغیر کسی ٹسٹ یا امتحان کے لیا جائے۔
- پری پرائمری تعلیم میں ہوم ورک نہ دیا جائے۔
- درس و تدریس میں سمعی، بصری، سمعی و بصری اور آئی سی ٹی کا استعمال کیا جائے۔
- اسکولوں میں کھیل کا سامان مہیا ہونا چاہئے۔
- بچوں پر مبنی اخلاقیات کی تعلیم ہونی چاہیے۔
- تمام اسکولوں میں یکساں طور اصول لاگو کیا جانا چاہیے۔
- بچوں کی شخصیت کا مکمل فروغ ہونا چاہئے۔
- تعلیمی انتظام میں پنچایتی اداروں کی شمولیت یقینی بنائی جائے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال :- ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم پر یشپال کمیٹی کی سفارشات کو لکھیں؟

## 3.4 قومی تعلیمی پالیسی (NPE-1986)

قومی تعلیمی پالیسی 1986 میں بچوں کی نگہبانی اور تعلیم پر خاص توجہ دی گئی۔ اس پالیسی میں اس بات کو قبول کیا گیا کہ تعلیم حاصل کرنا ہرنے کا پیدائشی حق ہے۔ اس پالیسی میں طلباء کو تعلیم کے نظریہ کو قبول کرتے ہوئے اس بات پر زور دیا گیا کہ سبھی بچوں کو بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے تحت تعلیم اور صحت کا خیال کیا جانا چاہئے۔ پیدائش سے لے کر 6 سال کی عمر تک کے سبھی بچوں کو بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے ذریعہ بچوں کی شخصیت کی مکمل ترقی اور فروغ دینے کی بات کہی گئی ہے۔ بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں پری پرائمری سطح پر سبھی بچوں کو معیاری تعلیم فراہم کی جائے گی۔ اس کے علاوہ مندرجہ ذیل باتوں پر بھی زور دیا گیا ہے۔

- بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کو پری پرائمری تعلیم کے طور پر دیکھا جائے اور ان کا تعلق پرائمری تعلیمی نظام سے جوڑنے پر زور دیا جائے۔
- بچوں کی مکمل صحت کی دیکھ بھال، مکمل غذائیت اور صاف و شفاف ماحول فراہم کی جانی چاہیے۔
- بچوں کی ذہنی، جسمانی، جذباتی، اخلاقی اور سماجی نشوونما ہونی چاہیے۔

### 3.4.1 سروٹشکشا ابھیان (SSA)

سروٹشکشا ابھیان کی شروعات 2001 میں کی گئی۔ اس پروگرام کی شروعات کا مقصد سبھی بچوں کو معیاری اور بنیادی تعلیم کو مشن موڈ میں پہنچانا تھا۔ اس پروگرام کے تحت علاقائی کمیونٹی کے ذریعہ اسکولی نظام کو بہتر اور اثر انداز طریقے سے پھیلا نا تھا۔ اس کے ذریعے 14 سال تک کے سبھی بچوں کو معیاری تعلیم کی فراہمی کو یقینی بنانا تھا۔ اس پروگرام کے تحت نئے اسکول کھولنا، موجودہ اسکولوں میں سبھی طرح کے سہولتیں جیسے کہ پینے کا پانی، بیت الخلاء، کمرہ جماعت کی تعمیر، اور حسب ضرورت معلم کی تفرری کرنا تھا۔ اس ابھیان میں جہاں 6 سے 14 سال کے سبھی بچوں کی ابتدائی تعلیم کو یقینی بنانے کی بات کی گئی وہیں اس میں بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر بھی زور دیا گیا۔ اس پروگرام میں اس بات پر زور دیا گیا کہ بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے تحت پرائمری تعلیم میں بچوں کی حصہ داری بڑھانے میں کافی مدد ملے گی۔ سروٹشکشا ابھیان میں اس بات کو صاف طور پر قبول کیا گیا کہ بچوں کو پری پرائمری تعلیم یا بچپن کی نگہداشت اور تعلیم سے محروم کرنا ان کے نفسیاتی، جذباتی، ذہنی اور سماجی فروغ سے دور کرنا ہے جو ان بچوں کے ساتھ نا انصافی ہے۔ اس ابھیان میں اس نظریہ کو قبول کیا گیا کہ بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کو نافذ کرنے سے گھر کے ان بڑے بچوں خاص کر لڑکیوں کو تعلیم حاصل کرنے میں کافی سہولت ہوتی ہے جو اپنے چھوٹے بھائی بہنوں کی دیکھ ریکھ کی وجہ سے اسکول نہیں جاتی ہیں۔ سروٹشکشا ابھیان میں بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے متعلق مندرجہ ذیل باتیں کہی گئیں۔

- 3 سے 6 سال کے سبھی بچوں کو بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے تحت تعلیم مہیا کرائی جانی چاہئے۔
- بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں بچوں کی دیکھ بھال کے علاوہ ان کے جذباتی، سماجی، اقداری، نفسیاتی اور اخلاقی پہلوؤں کو فروغ دینا۔
- بچوں کی صحت کا خیال رکھنا۔ انہیں مفت میں بہتر غذائیت کا کھانا مہیا کرنا۔
- سبھی بچوں کو مفت میں کتاب، درسی و تدریسی آلات مہیا کرنا۔

- اساتذہ کے لئے تربیتی پروگرام کا انعقاد کرنا۔
- بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے لئے سرکاری گرانٹ مہیا کرنا۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)
سوال: سروشکشا ابھیان کے تعلق سے اپنی رائے درج کریں؟

### 3.5 قومی نصابی ڈھانچہ – 2005 اور بچپن کی نگہداشت اور تعلیم

(National Curriculum Framework – 2005 and Early Childhood Care and Education)

قومی نصابی خاکہ 2005 میں بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی اہمیت پر زور دی گئی ہے۔ کم سے کم 2 سال کی پری اسکولنگ کا انتظام ہو اور اسی میں بچپن کی نگہداشت اور تعلیم بھی دی جائے۔ اس میں کہا گیا ہے کہ بنیادی بچپن کی نگہدانی اور تعلیم فراہم کرنے کی کوشش کی جائے۔ بچپن کی نگہداشت اور تعلیم بچوں کی بنیادی اسکولی تعلیم میں بہت اہم رول ادا کرتی ہے۔ قومی نصابی خاکہ 2005 کے بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں بچوں کے تعلیمی، ذہنی، جسمانی، جذباتی اور سماجی پہلوؤں کے فروغ پر زور دیا گیا ہے۔ اس درمیان بچوں کے نفسیاتی پہلوؤں پر خاص زور ہونا چاہئے۔ بچوں کو کھیل کھیل کے طریقہ تدریس سے تعلیم دی جانی چاہئے۔ بچوں کی صحت کا خیال رکھا جانا چاہئے۔ بچوں کو سرگرمیوں کے ذریعہ زبان اور ریاضی کی تعلیم دی جانی چاہئے۔ ان کے عادات اور رویہ پر نظر ثانی ہونی چاہئے۔ تعلیم کا تعلق نہ صرف اسکول کے نصاب سے ہو بلکہ اسکول سے باہری زندگی سے بھی ربط ہونا چاہئے۔ یعنی این سی ایف 2005 میں بچوں کے مکمل نشوونما کے فروغ پر زور دیا گیا۔ ان بچوں کی تعلیم مادری زبان یا علاقائی زبان میں دی جائے، ساتھ ہی ساتھ ان زبانوں کے ذریعہ دوسری زبانوں کو سکھانے کی کوشش ہونی چاہئے۔ بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے تحت پری پرائمری تعلیم کے فروغ کے لیے سرکار کے ذریعے انٹیگریٹڈ چائلڈ ڈویلپمنٹ سینٹر (Integrated Child Development Centre) قائم کیے جانے چاہیے۔

#### 3.5.1 تعلیم کا حق (Right to Education Act-2009)

86 ویں آئینی ترمیم 2009 کے ذریعہ ہندوستان میں 6-14 سال تک کے سبھی بچوں کو مفت اور لازمی تعلیم حاصل کرنا بنیادی حق بنا دیا گیا ہے۔ اسے 1 اپریل 2010 سے پورے ہندوستان میں نافذ کیا گیا۔ اس قانون کے بننے سے پہلے آئین کے ہدایتی اصول کے دفعہ 45 جس میں یہ بات درج تھی کہ ریاست 0-14 سال تک کے سبھی بچوں کے لئے تعلیم فراہم کرنے کے لئے ضروری اقدامات کرے گی۔ لیکن جیسا کہ ہم جانتے ہیں ہدایتی اصول کو نافذ کرنا یا نہ کرنا ریاست یا حکومت پر منحصر کرتا ہے اس کے لئے عوام دعویٰ نہیں کر سکتے یا اسے حاصل

کرنے کے لئے عدالت نہیں جایا جاسکتا۔ تعلیم کا حق 2009 کے ذریعہ آئین میں ترمیم کر دئے 45 سے 6 سے 14 سال تک کے بچوں کی تعلیم کو دفعہ 21 میں ڈال دیا گیا جو کہ بنیادی حقوق کے دائرے میں آتا ہے۔ اس ترمیم کے بعد اب دفعہ 21 کے تحت 6-14 سال تک کے سبھی بچوں کو مفت اور لازمی تعلیم حاصل کرنا بنیادی حق ہو گیا ہے۔ جہاں تک بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی بات ہے تو یہ اس ترمیم کے باوجود بھی آئین کے ہدایتی اصول کے دفعہ 45 میں ابھی بھی برقرار ہے۔ اور یہ ابھی بھی بچوں کا بنیادی حق نہیں بن پایا ہے۔ اس طرف سرکار قومی تعلیمی پالیسی 2020 میں آگے قدم بڑھانے کی تیاری میں ہے۔

### 3.5.2 نئی قومی تعلیمی پالیسی (NEP-2020)

قومی تعلیمی پالیسی 2020 میں بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر خاص توجہ دی گئی ہے۔ اس نئی قومی تعلیمی پالیسی 2020 میں اسکولی تعلیم کے لئے نیا فارمولا 4+3+3+5 کو اپنایا گیا ہے۔ اس میں 5 سال بنیادی تعلیم کے بارے میں ذکر ہے اس 5 سال میں 3 سال ای سی سی ای (ECCE) اور 2 سال بنیادی تعلیم شامل ہے۔ اس طرح دیکھا جائے تو بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا دائرہ بڑھ کر 3 سے 8 سال تک کے بچوں کے لئے ہو گیا ہے۔ ابھی تک بچپن کی نگہداشت اور تعلیم رسمی بنیادی تعلیم سے براہ راست نہیں جڑا ہوا تھا۔ اس پالیسی میں پہلی بار سے رسمی طور پر پرائمری اسکول کے ساتھ جوڑا گیا ہے۔ پالیسی میں بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کو اسکولی نظام کی بنیادی تعلیم سے مؤثر طور پر جوڑنے کی بات کی گئی ہے۔ قومی تعلیمی پالیسی 2020 میں اس بات پر زور دیا گیا ہے کہ 2025 تک 3 سے 6 سال تک کے سبھی بچوں کو مفت اور لازمی ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کو یقینی بنایا جائے۔ اس پالیسی کے مطابق ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے تمام پہلو وزارت تعلیم کے دائرہ کار میں آئیں گے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے لئے با معنی توسیع اور سہولتوں کا استحکام عمل میں لائے جائیں گے اور یہ کام مقامی ضروریات، جغرافیائی حالات اور موجودہ بنیادی ڈھانچے کے نقطہ نظر سے انجام دیا جائے۔

اس پالیسی میں جن اہم نقطوں پر زور دیا گیا ہے مندرجہ ذیل ہیں۔ (قومی تعلیمی پالیسی 2020 کے حوالے سے)

- بچپن کی تعلیم کے لئے با معنی توسیع اور سہولتوں کا استحکام عمل میں لایا جائے گا۔
- سماجی اور معاشی طور سے غیر مراعات یافتہ علاقوں میں اس تعلیم کو فروغ دینے کے لئے خاص توجہ دی جائے گی۔
- اساتذہ اور والدین کے مدد سے درسیاتی و تدریسیاتی خاکہ وضع کی جائے گی۔ خاکے میں 0-3 سال کے بچوں کی موزوں و قومی تحریک شامل کی جائے گی۔
- بچپن کی نگہداشت و تعلیم کے لئے طالب علموں کے لئے دوستانہ ماحول بنایا جائے گا۔ اور تربیت یافتہ اور پیشہ وارانہ اساتذہ کی تفریح کی جائے گی۔
- ابتدائی بچپن کی تعلیم کو اسکولی تعلیم سے جوڑا جائے گا، اور بہود خواتین و اطفال اور صحت و خاندانی بہود کی وزارتوں کے ذریعے 2019 تک آخری شکل دی جائے گی۔
- تمام قبل اسکولی تعلیم کا احاطہ معیاری کی ضابطہ کاری یا رسمی منظوری کا نظام قائم کیا جائے گا اور اسے یقینی بنایا جائے گا۔

- حق تعلیم 2009 کو اور وسیع کر بچپن کی نگہداشت و تعلیم کو قانونی طور پر مفت اور لازمی بنایا جائے گا۔
- اس کو معیاری اور موثر بنانے کے لئے اعلیٰ معیار کے حامل تربیت یافتہ اساتذہ کو پیشہ ورانہ تربیت کا موقع فراہم کیا جا رہا ہے۔ اساتذہ کو بنیادی خواندگی اور شماریات یعنی ایف ایل این اور نیپن مہم کے تحت تربیت فراہم بھی جا رہی ہے۔ حالانکہ ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم کو مکمل طور پر نافذ کرنے کے راہ میں ابھی کئی قدم اٹھانا باقی ہے لیکن ملک کی سرکار اس مہم کو لے کر بیحد سنجیدہ ہے اور اس کے لیے کئی اقدامات اٹھائے جا رہے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)
سوال:- ابتدائی بچپن کی نگہداشت و تعلیم پر قومی نصابی خاکہ 2005 پر تفصیلی رپورٹ لکھیے؟

### 3.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

- اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درجہ ذیل باتیں سیکھیں:
- آزادی سے قبل ہندوستان میں جدید تعلیمی نظام کی بنیاد ووڈ ووڈ سپیج 1854 سے مانی جاتی ہے۔ اس تعلیمی پالیسی کے ذریعہ ہندوستان میں پہلی بار بنیادی تعلیم سے لے کر اعلیٰ درجہ کی تعلیم مغربی طریقہ طرز پر شروع کرنے کی بات کہی گئی۔
- آرٹیکل 14 جہاں سبھی کو قانون کے سامنے مساوات کی بات کرتا ہے تو وہیں آرٹیکل 21 جس میں زندگی کا حق دیا گیا ہے اسی آرٹیکل میں 6 سے 14 سال کے بچوں کو مفت اور لازمی تعلیم حاصل کرنا ان کا بنیادی حق بنایا گیا ہے۔
- قومی تعلیمی پالیسی 1986 میں بچوں کی نگہبانی اور تعلیم پر خاص توجہ دی گئی۔ اس پالیسی میں اس بات کو قبول کیا گیا کہ تعلیم حاصل کرنا ہر بچے کا پیدائشی حق ہے۔
- سرو شکشا ابھیان کی شروعات 2001 میں کی گئی۔ اس پروگرام کی شروعات کا مقصد سبھی بچوں کو معیاری اور بنیادی تعلیم کو مشن موڈ میں پہنچانا تھا۔
- قومی نصابی خاکہ 2005 میں بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی اہمیت پر زور دی گئی ہے۔ کم سے کم 2 سال کی پری اسکولنگ کا انتظام ہو اور اسی میں بچپن کی نگہداشت اور تعلیم بھی دی جائے۔ اس میں کہا گیا ہے کہ بنیادی بچپن کی نگہدانی اور تعلیم فراہم کرنے کی کوشش کی جائے۔
- قومی تعلیمی پالیسی 2020 میں بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر خاص توجہ دی گئی ہے۔ اس نئی قومی تعلیمی پالیسی 2020 میں اسکولی تعلیم کے لئے نیفا فارمولا 4+3+3+5 کو اپنایا گیا ہے۔

3.7 فرہنگ (Glossary)

نگہداشت - دیکھ بھال	(Child care)
ابھیان - مہم	(Campaign)
سمعی - سننا	(Listening)
بصری - دکھائی دینے والا	(Visual)
ترمیم - بدلاؤ	(Change)
نافذ کرنا - لاگو کرنا	(Implement)

3.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

- 1- تعلیم کا حق آئین کے کس دفعہ میں درج ہے؟  
 23 (D)                      20 (C)                      21 (B)                      22 (A)
- 2- اقلیتوں کو تعلیمی ادارہ کھولنے کا حق آئین کے کس دفعہ سے ہے؟  
 27-26 (D)                      17-16 (C)                      15-14 (B)                      30-29 (A)
- 3- کوٹھاری کمیشن کس سن میں قائم کیا گیا؟  
 1964 (D)                      1986 (C)                      1906 (B)                      1952 (A)
- 4- سروٹکشا ابھیان کب لائی گیا؟  
 2005-2004 (D)                      2011-2010 (C)                      2006-2005 (B)                      2002-2001 (A)
- 5- "6 سے 14 سال تک کے بچوں کی تعلیم کا بنیادی حق" یہ آئین کے کس ترمیم سے کیا گیا؟  
 80 ویں (D)                      92 ویں (C)                      86 ویں (B)                      72 ویں (A)
- 6- "6 سے 14 سال تک کے بچوں کو تعلیم کا بنیادی حق" کس سال نافذ کیا گیا؟  
 2010 (D)                      2007 (C)                      2005 (B)                      2001 (A)
- 7- قومی تعلیمی پالیسی 2020 میں اسکولی تعلیم کا نیا فارمولہ ہے؟  
 3-5-4-4 (D)                      3-4-5-5 (C)                      5-4-3-3 (B)                      4-3-3-5 (A)
- 8- "بوجھ کے بغیر اکتساب" کس کمیٹی کی سفارش تھی؟

- (A) کوٹھاری کمیٹی (B) یشپال کمیٹی (C) کرشن کمیٹی (D) پال کمیٹی
- 9- قومی نصابی ڈھانچے میں کم سے کم کتنے سال کی پری تعلیم کی بات کی گئی تھی؟
- (A) 2 سال (B) 4 سال (C) 5 سال (D) 6 سال
- 10- نئی تعلیمی پالیسی 1986 پر کس سال نظر ثانی کی گئی؟
- (A) 1990 (B) 1992 (C) 1989 (D) 1995

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

- 1- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا تصور واضح کیجئے؟
- 2- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا مفہوم بیان کیجئے؟
- 3- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی نوعیت کیسی ہوتی ہے؟
- 4- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی ضرورت اور اہمیت کیوں ہے؟ مدلل بحث کیجئے؟
- 5- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی وسعت کا جائزہ پیش کیجئے؟

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

- 1- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا تصور واضح کرتے ہوئے اس کی اہمیت بیان کیجئے؟
- 2- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کا مفہوم بیان کرتے ہوئے اس کے اغراض و مقاصد واضح کیجئے؟
- 3- ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی نوعیت، وسعت اور درسیات برائے تعلیم اساتذہ میں اس کے مقام پر مدلل بحث کیجئے؟
- 4- ملک کی ترقی کے تناظر میں ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کی ضرورت اور اہمیت پر تبصرہ کیجئے؟
- 5- بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے مقاصد کی فہرست سازی کیجئے؟

3.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

1. آئین ہند / <https://legislative.gov.in/constitution-of-india-in-urdu>
2. کوٹھاری کمیشن-66-64 <http://www.academics-1964-india.com/Kothari%20Commission%20Report.pdf>
3. یشپال کمیٹی-1992، وزارت تعلیم، حکومت ہند

4. تعلیم کا حق قانون-2009، وزارت تعلیم، حکومت ہند،

[https://www.education.gov.in/sites/upload\\_files/mhrd/files/upload\\_document/RTE\\_Section\\_wise\\_rationale\\_rev\\_0.pdf](https://www.education.gov.in/sites/upload_files/mhrd/files/upload_document/RTE_Section_wise_rationale_rev_0.pdf)

5. قومی تعلیمی پالیسی-1986، وزارت تعلیم، حکومت ہند

6. نئی تعلیمی پالیسی 2020،

[https://www.education.gov.in/sites/upload\\_files/mhrd/files/nep/2020/urdu.pdf](https://www.education.gov.in/sites/upload_files/mhrd/files/nep/2020/urdu.pdf)

7. سروشکشا ابھیان رپورٹ،-2019 [https://dsel.education.gov.in/sites/default/files/2019-05/Manual\\_Planning\\_and\\_Appraisal.pdf](https://dsel.education.gov.in/sites/default/files/2019-05/Manual_Planning_and_Appraisal.pdf)

8. قومی نصابی خاکہ 2005، این سی ای آر ٹی- <https://ncert.nic.in/pdf/nc-framework/nf2005-english.pdf>

# اکائی 4۔ بچوں کی نشوونما کا جائزہ

(Overview of Child Development)

اکائی کے اجزاء

4.0 تمہید (Introduction)

4.1 مقاصد (objectives)

4.2 بچوں کی نشوونما کے معنی، تصور اور اصول

(Child Development Meaning Concept and Principles)

4.3 بچوں کی افزائش اور نشوونما کے اصول

(Principles of Growth and Development)

4.4 نشوونما اور افزائش کو متاثر کرنے والے عوامل: جنس، توارث اور ماحول

(Factors affecting Growth and Development: Heredity, Environment, Gender)

4.5 نشوونما اور افزائش کو متاثر کرنے والے عوامل: پختگی، سماجی اور اقتصادی حیثیت

(Factors affecting Growth and Development: Maturation, Social and Economic Status)

4.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

4.7 فرہنگ (Glossary)

4.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

4.9 تجویز کردہ اکتسابی وسائل کی فہرست (Suggested Learning Resources List)

---

4.0 تمہید (Introduction)

تعلیمی علم بچوں کی نشوونما اور افزائش کا ایک ایسا عمل ہے جو بچہ کے والدہ کے حمل میں آنے کے ساتھ ہی شروع ہو جاتا ہے۔ مختلف ماہرین نفسیات نے اس عمل کو سمجھنے کے لیے کئی دلائل پیش کیے ہیں۔ بچوں کی تعلیم و تربیت میں علمی تجزیے نے اہم کردار ادا کیا ہے اور بچوں

کے ذہنی، سماجی، جسمانی عضوی اور جذباتی ترقی کو سمجھنے میں اپنا ایک منفرد کردار و عوامل ترتیب وار طریقہ سے پیش کیے ہیں۔ جب ایک نوزائیدہ بچہ اس دنیا میں آتا ہے تب سے ہی اس کی دنیا کی کاوش، جدوجہد شروع ہو جاتی ہے۔ اس کی نشوونما اور افزائش اس وقت سے ہی شروع ہوتی ہے جب وہ ماں کے حمل میں ہوتا ہے۔ بچوں کی نشوونما کا دور ان کے پیدا ہونے سے شروع ہو کر ان کے گردشِ زمینی تک جاری رہتا ہے۔ تعلیم بچوں کی نشوونما اور افزائش میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ ایک نوزائیدہ بچہ جب پیدا ہوتا ہے تو اس کی جسمانی، ذہنی اور اخلاقی ترقی کا دور تعلیم و تربیت سے شروع ہو جاتا ہے، اس کی پہچان بچوں کے کردار و عادات سے ہو جاتی ہے۔ جس میں ان کے توارث، ماحول اور تعلیمی نظام کا بھی اہم کردار و عمل ہوتا ہے۔ ماں کی گود بچہ کی پہلی تربیت ہوتی ہے اس لیے بچوں کی ترقی میں ماں کا کردار بھی بہت اہم ہوتا ہے۔ ماں کی دیکھ بھال، پرورش اور اس کی محبت بچے کی ترقی میں نہایت اہمیت رکھتی ہے۔ سماجی تعلیمی نظام بھی بچوں کی نشوونما اور افزائش میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ اچھے تعلیمی نظام میں بچے کو ان کی صلاحیتوں، مہارتوں، دانشمندانہ صلاحیتوں اور فہم کو پروان چڑھانے کے مواقع فراہم کیے جاتے ہیں۔ بچوں کی ترقی، نشوونما اور افزائش میں آس پاس کے ماحول، ساتھی طلباء یعنی دوسرے بچوں کا کردار بھی اہم ہوتا ہے۔ بچے جب دوسرے بچوں کے ساتھ وقت گزارتے ہیں تو ان کی سماجی، ذہنی، جذباتی اور جسمانی ترقی میں گراں قدر اضافہ ہوتا ہے۔ اس طرح ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ بچوں کی ترقی، نشوونما اور افزائش کا عمل ایک متوازن معاشرتی نظامی ماحول، توارث جس میں ماں باپ کی دیکھ بھال، اچھے تعلیمی نظام اور محیط کی ترویج سے ہوتا ہے۔ بچے کی ترقی نشوونما اور افزائش کو سمجھنا اور ان کے فراہم کردہ مواقع کو استعمال کرنا انسان کی اولین ذمہ داری ہے تاکہ وہ معاشرت میں بہترین انسان بن سکے اور قوم و ملک و ملت کی ترقی میں اپنا کردار ادا کر سکے۔ ایک بچہ جب دنیا میں آتا ہے تو اس کی زندگی کا سفر قبل از پیدائش کے مرحلے سے ہی شروع ہو جاتا ہے۔ دنیا میں آنے کے بعد وہ شیر خوارگی کے مرحلے سے ہوتے ہوئے بچپن کی طرف بڑھتا ہے اور بلوغت کی دہلیز پر قدم رکھتا ہے۔ اس کے بعد پختگی کا دور آتا ہے اور آخر میں وہ بڑھاپے کے دور سے گزرتا ہے۔ نفسیات کا وہ حصہ جو بچے کی قبل از پیدائش سے لے کر بلوغت تک کے سفر کی ارتقا کا مطالعہ کرتا ہے چائلڈ ڈیولپمنٹ کہلاتا ہے۔ بچے کی ترقی، نشوونما اور افزائش سے مراد بچہ کی جسمانی، لسانی، ذہنی اور جذباتی تبدیلیوں کا سلسلہ ہے جو بچے میں پیدائش سے لے کر جوانی کے آغاز تک ہوتی رہتی ہیں۔ اس اکائی میں ہم بچے کی ترقی و نشوونما اور افزائش کے مختلف مراحل پر نظر ثانی کریں گے۔

#### 4.1 مقاصد (Objectives)

- اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:
- بچے کی نشوونما اور افزائش کے تصور کو سمجھ سکیں۔
  - بچے کی نشوونما اور افزائش کے مختلف مراحل کی وضاحت کر سکیں۔
  - بچے کی نشوونما اور افزائش کے اصولوں سے واقف ہو سکیں۔
  - بچے کی نشوونما اور افزائش کے مختلف عناصر کو سمجھ سکیں۔
  - بچے کی نشوونما اور افزائش پر اثر انداز ہونے والے عوامل کو بیان کر سکیں۔

- بچہ کی نشوونما اور افزائش میں ماحول اور توارث کے ساتھ جنس کی اہمیت کو سمجھ سکیں۔
- بچہ کی نشوونما اور افزائش میں ماحول اور توارث کے ساتھ چپکنگی، سماجی، معاشیاتی عنصر کو سمجھ سکیں۔

## 4.2 بچوں کی نشوونما کے معنی، تصور اور اصول

### (Child Development Meaning, Concept and Principles)

تعلیمی نفسیات میں بچوں کی نشوونما کے تعلق سے طلبا کی سماجی، ذہنی، جسمانی، جذباتی، اخلاقی نشوونما میں تعلیم کے کردار اور اس کے نظام کا مطالعہ کیا جاتا ہے کہ تعلیمی فراہمی کے تناظر میں بچے مختلف اپنی نشوونما کے مختلف حلقہ یاد اترہ کار میں مقصود نشوونما کی طرف مائل ہیں یا نہیں۔ اس نشوونما کو سمجھنے کے لیے ہمیں طلبا کی نشوونما کے مختلف مراحل کے مختلف عناصر کو سمجھنا لازمی ہو جاتا ہے جس میں علمی، سماجی، جذباتی اور جسمانی نشوونما کے تصورات، معنی اور اصولوں کو سمجھنا لازمی ہو جاتا ہے۔ بچوں کی نشوونما کے مختلف پہلوؤں کو سمجھنے کے لیے تعلیمی ماہرین نفسیات مختلف عوامل کا جائزہ لیتے ہیں جو بچے کی نشوونما پر اثر انداز ہوتے ہیں، جس میں حیاتیاتی، ماحولیاتی، سماجی، ثقافتی، اور تعلیمی پہلو میں شامل رہتے ہیں۔ تعلیمی ماہرین ان نظریات اور تحقیق کو بہتر طور پر سمجھنے کے لیے طلبا کی نشوونما کے مختلف پہلوؤں کو سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں کہ بچہ کس طرح علم حاصل کرتا ہے، مہارتیں کیسے حاصل کرتے ہیں، اور مثبت رویوں اور طرز عمل کو کس طرح تشکیل دیتے ہیں جو ان کے تعلیمی تجربات سے متاثر ہوتے ہیں۔

### 4.2.1 بچوں کی نشوونما اور افزائش کے معنی (Meaning of Child Development)

تعلیمی نفسیات میں بچوں کی نشوونما اور افزائش کو سمجھنا اساتذہ، والدین اور پالیسی سازوں کے لیے بہت ضروری ہے۔ یہ مؤثر تعلیمی ماحول پیدا کرنے، مناسب نصاب تیار کرنے، متنوع ضروریات کے حامل بچوں کو مناسب مدد فراہم کرنے، اور سیکھنے کے بہترین تجربات کو فروغ دینے میں مدد کرتا ہے جو ہر بچے کی نشوونما اور کامیابی کو آسان بناتا ہے۔ بچوں کی نشوونما سے مراد وہ حیاتیاتی، نفسیاتی، جذباتی، سماجی، اور علمی تبدیلیاں اور پیشرفت ہوتی ہیں جو بچوں میں اس وقت رونما ہوتی ہیں جب وہ بچپن سے لے کر نوعمری تک بالغ ہوتے ہیں۔ اس میں ترقی پسند اور ترتیب وار عمل شامل ہیں جن کے ذریعے بچے نئی مہارتیں، علم، طرز عمل اور صلاحیتیں حاصل کرتے ہیں، ان کی مجموعی صلاحیتوں اور شخصیتوں کو تشکیل دیا جاتا ہے لیکن اگر نفسیات کے نظریے سے دیکھیں نشوونما اور افزائش دونوں میں واضح فرق ہے۔ یہ مقداری (Quantitative)، معیاری (Qualitative) ہوتا ہے۔ اگر ہم مقداری تبدیلیوں کی بات کریں تو ہم صرف ”نمو“ یا افزائش تک محدود ہیں مثال کے طور پر جسم اور اس کے اعضاء کا جسمانی طور پر بڑھنا جیسے قد کا بڑھنا، ہاتھوں کی انگلیوں کا و عمر کے ساتھ بڑھنا وغیرہ۔ لیکن اگر ہم کسی شخص کی زندگی میں مقداری اور معیاری دونوں طرح کی تبدیلیوں کا ساتھ حوالہ دے رہے ہیں تو ہم ”نشوونما اور افزائش“ کی بات کر رہے ہوتے ہیں۔ ”نشوونما“ کا دائرہ ”نمو“ یا افزائش کے دائرہ سے زیادہ وسیع اور جامع ہے۔ ”نشوونما“ کا تعلق انسانی

جسم میں ہو رہی ہر قسم کی تبدیلیوں سے ہے چاہے وہ جسمانی ہو، سماجی ہو یا جذباتی ہو۔ اس کا تعلق مجموعی تبدیلیوں سے ہے۔ دونوں ہی انسانی زندگی میں اہم کردار نبھاتے ہیں۔

تعلیمی نفسیات میں بچوں کی نشوونما بچہ کے ان پیچیدہ عمل کو سمجھنے کی کوشش کی جاتی ہے جن کے ذریعے بچے جسمانی، جذباتی، سماجی اور فکری طور پر تعلیمی تناظر میں اپنی نشوونما کو فروغ دیتے ہیں۔ اس میں ان عوامل کا مطالعہ کرنا شامل رہتا ہے جو بچوں کی نشوونما پر اثر انداز ہوتے ہیں اور ان کی تشکیل کرتے ہیں۔ جس میں توارث اور خاندانی حرکیات، ماحولیات اور ہم مرتبہ تعاملات، ثقافتی اثرات، تعلیمی نظام، اور حیاتیاتی عوامل کی شمولیت رہتی ہے۔ تعلیمی ماہرین نفسیات نظریات، تحقیق اور مشاہدات کو یہ سمجھنے کے لیے استعمال کرتے ہیں کہ بچے کس طرح سیکھتے ہیں، موافقت کرتے ہیں، مسائل کو حل کرتے ہیں، اور مہارتیں کیسے تیار کرتے ہیں، اور یہ ترقیاتی پہلو تعلیمی طریقوں اور تدریس کے ساتھ کس طرح ایک دوسرے سے جڑے ہوئے رہتے ہیں۔

#### 4.2.2 بچوں کی نشوونما کے کلیدی تصورات میں شامل ہیں (Child Development in: A Concept)

- علمی ترقی (Cognitive Development): بچہ کی علمی ترقی یا ذہنی نشوونما اور تعلیم کے ہمنوائی کس طرح ممکن ہے؟ طلبا کس طرح سوچتے ہیں، استدلال کرتے ہیں، مسئلہ حل کرتے ہیں، اور علم حاصل کرتے ہیں۔ اس میں Piaget کے علمی نشوونما کے مراحل شامل رہتے ہیں، جو یہ بیان کرتے ہیں کہ بچے کیسے مثبت نشوونما میں بڑھتے ہوئے مختلف علمی مراحل سے گزرتے ہیں۔

- سماجی اور جذباتی نشوونما (Social and Emotional Development): سماجی اور جذباتی نشوونما میں نفسیاتی ماہرین اس بات کی تحقیق کرتے ہیں کہ بچہ میں تعلیم سے کس طرح سماجی مہارتیں فروغ پارہی ہیں بچہ آپسی تعلقات کیسے بناتے ہیں، جذبات کو کس طرح قابو کرتے ہیں اور شناخت اور خود اعتمادی کا احساس کس طرح پیدا کرتے ہیں۔ اس میں ایٹچمنٹ تھیوری، جذباتی ذہانت، اور سماجی عمل کا مطالعہ شامل رہتا ہے۔

- جسمانی نشوونما (Physical Development): جسمانی نشوونما میں طلبا کی جسمانی تبدیلیوں اور جسمانی ترقی کے سنگ میلوں کو حاصل کرنے کا جائزہ لیا جاتا ہے۔ جو بچوں کے بڑھنے کے ساتھ ساتھ رونا نما ہوتی رہتی ہیں، جس میں حسی و حرکی مہارتیں، ذہنی نشوونما، اور سیکھنے پر جسمانی صحت کے اثرات شامل رہتے ہیں۔

- سیکھنے کے نظریات (Learning Theories): بچہ کی نشوونما کو سمجھنے کے لیے سیکھنے کے مختلف نظریات کی بھی شمولیت رہتی ہے، مثلاً، (بچہ کا طرز عمل، تعمیریت پسندی) اور تعلیمی ترتیبات میں ان کے اطلاقی عوامل جس سے یہ سمجھا جاتا ہے کہ بچے معلومات کیسے حاصل کرتے ہیں اور اسے برقرار کس طرح رکھتے ہیں۔

- انفرادی فرق کو سمجھنا (To know Individual Differences): تعلیمی ماہرین کو اس بات کو تسلیم کرنا کہ ہر بچہ منفرد ہے اور ان عوامل کو سمجھنا جو سیکھنے کے انداز، صلاحیتوں اور ضروریات میں انفرادی فرق میں تفریق کرتے ہیں۔ اس میں متنوع پس منظر، ثقافتوں اور سیکھنے کی معذوری پر غور کرنا شامل رہتا ہے۔

- تعلیمی مداخلت (Educational Intervention): بچہ کی تعلیمی و تربیتی نشوونما کو سیکھنے کے عمل میں بہتر بنانے اور تعلیمی ترمیمات میں بچوں کی نشوونما میں مدد کے لیے نفسیاتی نظریات پر مبنی حکمت عملیوں، تدریسی طریقوں، اور تعلیمی طریقہ کار، حکمت عملیوں کو تیار کرنا اور ان پر عمل درآمد کرنا شامل رہتا ہے۔

### 4.2.3 بچہ کی نشوونما کے عام اصول (Principles of Child Development)

تمام تر ترقیاتی عوامل عمر بھر مسلسل لگاتار چلتی رہتی ہے، اسی طرح جسمانی، جذباتی اور ذہنی و سماجی تبدیلیاں بھی عمر کے ہر پڑاؤ میں ظاہر ہوتی رہتی ہیں، حالانکہ یہ متن جوانی کے ساتھ ختم ہو جاتا ہے مگر ابتدائی تجربات و احساسات بعد کی تمام ترقی کو متاثر کرتے رہتے ہیں۔ ترقی کثیر جہتی ہے۔ ہم ترقی کے کچھ شعبوں میں مثبت تبدیلیاں حاصل کرتے ہیں اور کچھ میں نقصان یا کمزوریاں ظاہر ہوتی ہیں۔ اس ترقیاتی عمل میں ہم عام طور پر جسمانی، ذہنی، جذباتی علمی، اور سماجی اور اخلاقی زاویوں کو شامل کرتے ہیں جیسے:

- ❖ جسمانی زاویہ: جس میں، جسم کی اونچائی اور وزن میں تبدیلیاں، مجموعی اور عمدہ حسی و حرکی مہارتوں میں تبدیلیاں، حسی صلاحیتیں، جسم کے اعصابی نظام کے ساتھ ساتھ بیماری وغیرہ کی شمولیت رہتی ہے، جس پر ایک پینی نظر رکھنا لازمی ہے۔
- ❖ علمی زاویہ: جس میں ذہانت، حکمت عملیاں، ادراک، مسئلہ حل کرنے، یادداشت اور زبان میں تبدیلیوں پر غور کیا جاتا ہے۔
- ❖ سماجی اور جذباتی زاویہ: (جسے نفسیاتی بھی کہا جاتا ہے) میں جذبات، خود خیالی، اور خاندانوں، ساتھیوں اور دوستوں کے ساتھ باہمی تعلقات میں تبدیلیوں پر توجہ مرکوز کی جاتی ہے۔

اوپر بیان کیے گئے تینوں زاویہ ایک دوسرے پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ یہ بات ذہن نشین کرنا بھی ضروری ہے کہ ایک زاویہ میں تبدیلی دوسرے زاویہ میں مثبت یا منفی اور فوری تبدیلیاں پیدا کر سکتی ہے۔

#### اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: تعلیمی نفسیات میں بچوں کی نشوونما کی پیچیدگی پر اپنی رائے درج کریں؟

### 4.3 بچوں کی افزائش اور نشوونما کے اصول (Principles of Growth and Development)

بچہ کی نشوونما اور افزائش میں قبل از پیدائش سے لے کر جوانی کے آغاز تک بچے کی نشوونما کا مطالعہ کیا جاتا ہے۔ بچہ کی نشوونما اور افزائش کا مطالعہ تعلیم کا ایک عمل ہے جس کے لیے ہمیں بچہ کے نفسیاتی پہلوؤں کا مطالعہ کرنا لازمی ہو جاتا ہے چونکہ ہمیں بچوں سے متعلق روزمرہ کے مسائل کو ہر نظریے سے دیکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ لہذا، نفسیات، سماجیات، بشریات، فیملی اسٹڈیز، طب، صحت عامہ اور سماجی خدمات کے محققین بھی بچوں کی نشوونما اور افزائش کے عمل کو سمجھنے میں مدد فراہم کرتے ہیں۔ بچہ کے نفسیاتی پہلوؤں میں بچہ کے ذہنی

جذباتی، اخلاقی، جسمانی، سماجی تمام پہلوؤں کی شمولیت رہتی ہے۔ یہاں پر ہم بچہ کی نشوونما اور افزائش کے مختلف پہلوؤں پر نظر ثانی کریں گے اور دیکھیں گے کہ حمل سے لے کر جوانی تک بچے وقت کے ساتھ جسمانی، ذہنی اور جذباتی طور پر کس طرح بدلتے ہیں۔ ہم علمی تبدیلی کا جائزہ لیتے ہیں، یا زندگی کے پہلے 20 سالوں میں سوچنے اور یاد رکھنے کی ہماری صلاحیت کیسے بدلتی ہے کو بھی پرکھنے کی کوشش کریں گے۔ اور ہم دیکھیں گے کہ بچپن اور جوانی کے دوران ہمارے جذبات، نفسیاتی حالت اور سماجی تعلقات کیسے بدلتے ہیں۔

بچہ کی نشوونما کے عام طور پر درج ذیل مراحل ہوتے ہیں جن کو سمجھنا بچہ کے تمام نفسیاتی پہلوؤں کو سمجھنے کے لیے ضروری ہے۔

• قبل از پیدائش کی نشوونما (پیدائش کے ذریعے تصور) Prenatal Development (conception to birth)

• بچپن اور چھوٹا بچہ (پیدائش سے دو سال تک) Toddlerhood birth to two years

• ابتدائی بچپن (3 سے 5 سال) Early Childhood (3 to 5 years)

• درمیانی بچپن (6 سے 11 سال) Middle Childhood (6 to 11 years)

• جوانی (12 سال سے جوانی تک) Adolescence (12 years to adulthood)

#### 4.3.1 بچوں کی نشوونما اور افزائش کے اصول (Principles of Growth and Development)

بچوں کی نشوونما اور افزائش کے درج ذیل اصول تسلیم کیے جاتے ہیں:

• انفرادی فرق کا اصول (Principle of Individual Differences): اس دنیا کا ہر انسان اپنے آپ میں ایک انفرادیت کا حامل ہے، کوئی دو انسان ایک جیسے نہیں ہوتے ہیں۔ اس لیے ان کی نشوونما اور افزائش کی شرح بھی مختلف ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر ایک ہی عمر کے کوئی دو بچوں میں قد کا بڑھنا اور ذہنی نشوونما کی شرح ایک جیسی نہیں ہوتی۔ اسی لیے نفسیات ماہرین ہر بچہ کو منفرد مانتے ہیں، جس میں بچہ کی مختلف صلاحیتوں، کمزوریوں، کار عمل اور سیکھنے کے انداز، اور ترقی کی رفتار کے ساتھ بچوں کے انفرادی فرق کو پہچاننا اور ان کی تعلیمی عوامل سے ہم آہنگی کرنا موثر تدریس اور معاونت کا اہم عمل ہوتا ہے۔

• تسلسل اور تعطل کا اصول (Principle of Continuity and Discontinuity): بچوں کی نشوونما میں تبدیلیاں عام طور پر بتدریج، مسلسل، اچانک، متواتر تبدیلیاں شامل ہوتی ہیں۔ ان تبدیلیوں کے مراحل کو سمجھنے سے تعلیمی اکتساب کے مناسب ماحول اور مداخلتیں شامل کرنے میں مدد ملتی ہے۔ اس اصول کے مطابق کسی بھی انسان میں نشوونما کا عمل مسلسل جاری رہتا ہے۔ یہ عمل بچے کے ماں کے حمل میں 9 مہینے رہنے کے وقت سے شروع ہوتا ہے اور موت تک جاری رہتا ہے۔ کہنے کا مطلب ہے انسان میں تاہم چھوٹی یا بڑی تبدیلیاں زندگی بھر جاری رہتی ہیں۔ یہ تبدیلیاں سماجی طور پر، ذہنی طور پر اور جذباتی طور پر زندگی بھر چلتی رہتی ہیں۔

• حیاتیاتی اور ماحولیاتی عوامل کا تعامل (Interaction of Biological and Environmental Factors): جسمانی ترقی یا افزائش جس میں دونوں فطری اور حیاتیاتی عوامل (پیدائشی، ذہنی نشوونما) اور ماحولیاتی عوامل (خاندان، اسکول، ثقافت، سماجی اقتصادی حیثیت) سے متاثر ہوتی ہے۔ دونوں بچے کی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

• سماجی و ثقافتی پہلو (Principle of Socio-Cultural): ایک بچے کی نشوونما اس کی ثقافتی، سماجی اور تاریخی تناظر سے بہت زیادہ متاثر ہوتی ہے جس میں وہ پروان چڑھتے ہیں۔ اس میں ثقافتی اقدار، سماجی تعلقات، اور تعلیمی نظام شامل رہتے ہیں۔

• ابتدائی بچپن کے تجربات کی اہمیت (Principle Importance of Early Experiences): ابتدائی بچپن کے تجربات بعد کی نشوونما پر گہرا اثر ڈالتے ہیں۔ ابتدائی برسوں میں پرورش، دیکھ بھال اور حوصلہ افزائی کا ماحول فراہم کرنا صحت مند نشوونما کے لیے بہت ضروری ہے۔

اوپر بیان کیے گئے تمام تصورات اور اصولوں کو سمجھنا اساتذہ، والدین، اور تعلیمی پالیسی بنانے اور تعلیمی ماحول اور تعلیمی مداخلتوں کی تخلیق میں مدد کرتا ہے جو بچوں کی بہترین نشوونما، سیکھنے اور مختلف ذہنی و جسمانی نشوونما کی ترقی کو فروغ دینے میں معاون ہوتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: بچوں کی سماجی و ثقافتی پہلو کی نشوونما پر ایک مختصر نوٹ تحریر کریں؟

#### 4.4 نشوونما اور افزائش کو متاثر کرنے والے عوامل: توارث، جنس اور ماحول

(Factors affecting Growth and Development: Heredity, Gender and Environment)

بچوں کی نشوونما کے دو اہم ترین عوامل ہیں جن کو ہم وراثت اور ماحول (Heredity and Environment) کے نام سے جانتے ہیں یعنی وراثت اور ماحول جو کہ بچے کی نشوونما اور افزائش میں اپنا اہم کردار ادا کرتے ہیں، لیکن ساتھ ہی ساتھ ایک اور اہم عنصر بھی بچے کی نشوونما اور افزائش میں اپنی موجودگی کا اظہار کرتا ہے جسے ہم ”جین“ نسب یا ورثہ بھی کہتے ہیں کیونکہ اس نسب یا ورثہ سے بچے کی نشوونما اور افزائش متاثر ہوتی ہے اور بچے کی شخصیت کی نشوونما پر اس کے اہم اثرات بھی ظاہر ہوتے ہیں۔ یہ تمام عناصر بچے کی صحت اور نشوونما کے تعین کرنے والے ہیں۔ وراثت اور ماحول دونوں مل کر انسانی فطرت کی تشکیل میں یکساں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ تاہم، بعض صورتوں میں، یہ ثابت ہوا ہے کہ وراثت بچوں کی نشوونما میں پری اسکول یا گھر میں زیادہ اہم کردار ادا کرتی ہے۔ ایک ہی وقت میں، ایسے شواہد ملے ہیں جو ظاہر کرتے ہیں کہ بعض دیگر معاملات میں ماحول نے اہم کردار ادا کیا ہے۔

ماحول سے ہماری مراد وہ تمام جسمانی اور سماجی عوامل ہیں جو بچے کی نشوونما پر اثر انداز ہوتے ہیں جیسے گھر، خاندان، محلہ، ساتھی، اسکول، اساتذہ، سیاسی اور مذہبی ادارے، عمومی طور پر معاشرہ۔ کوئی بھی فرد بالغ ہونے پر ویسا نہیں ہوتا جیسا کہ وہ پیدا ہوا تھا۔ کوئی بھی یا تمام ماحولیاتی اجزاء انسان کی صحت کو متاثر کر سکتے ہیں۔ ہر وہ چیز جو بچے کو اپنے علاوہ اپنے والدین سے وراثت میں ملنے والی چیزوں سے متاثر کرتی ہے وہ اس کا ماحول ہے۔ انسانی فطرت کی تشکیل میں ان تینوں کا اہم کردار ہے اور یہاں پر ہم ان تینوں عوامل پر روشنی ڈالیں گے۔

#### 4.4.1 وراثت (Heredity)

بچہ کی نشوونما اور افزائش اپنے والدین کے ورثہ میں ملتی ہے، جو کہ جینیاتی مواد کے ذریعے ایک نسل سے دوسری نسل میں جسمانی خصوصیات کی منتقلی کے طور پر کی جاتی رہتی ہے۔ بچہ کی آنکھوں کا رنگ، اس کا قد، بالوں کی ساخت اس کا قد و قامت وہ تمام خصوصیات ہیں جو وہ اپنے والدین سے حاصل کرتا ہے۔ مثال کے طور پر لمبے قد والے والدین کے بچے زیادہ تر لمبے قد کے ہوتے ہیں۔ بعض اوقات ذہانت بھی حیاتیاتی طور پر والدین سے وراثت میں ملتی ہے۔ یہ وہ بنیادی عوامل ہیں جو بچے کی نشوونما کو متاثر کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر، بعض اوقات جینیاتی بیماریاں ماں کے پیٹ سے ہی ان کے بچوں میں منتقل ہو جاتی ہیں جو بچے کی نشوونما کو براہ راست متاثر کرتی ہیں۔ ایسی ہی ایک مثال ڈاؤن سنڈروم بیماری کی ہے۔ اس بیماری میں بچے میں غیر معمولی خلیہ کی منتقلی کی وجہ سے جسمانی اور ذہنی دونوں طرح کی نشوونما منفی طور پر غیر معمولی ہو جاتی ہے۔

#### 4.4.2 جینس (Genes): ”جین“ نسبہ یا ورثہ

بچہ ”جین“ نسبہ یا ورثہ اپنے والدین سے وراثت میں حاصل کرتا ہے۔ جب بچہ والدین سے  $23+23=46$  chromosomes لے کر اس دنیا میں آتا ہے جس سے بچہ کے اندر موروثی ہدایات نمو کی ترتیب کو متاثر کر کے زندگی بھر اس کی نشوونما اور افزائش کو متاثر کرتی ہیں۔ جس میں بچہ کی پیدائش، اس کا بچپن اس کی بلوغت کا وقت، اور عمر بڑھنے کا وقت تمام متاثر ہوتے ہیں۔ یہ اندازہ لگایا گیا ہے کہ ہر انسانی خلیے میں اتنی جینیاتی معلومات موجود رہتی ہے جو کہ ہزاروں 1000 صفحات پر مشتمل کتابیں بھر دیں گی۔ یہ آنکھوں کی رنگت، جلد کی رنگت، اور کچھ بیماریوں کے لیے حساسیت کو متاثر کرتے ہیں۔ یہ پختگی اور حسی و حرکی نشوونما کے منظم ترتیب کو بھی ترتیب وار طریقہ سے مکمل کرتے ہیں۔ جسم کے سائز اور شکل، قد، ذہانت، انتھلیٹک صلاحیت، شخصیت کی خصوصیات، اور بہت سی دیگر تفصیلات پر ان کا کافی اثر سوخ رہتا ہے۔

انسانی جسم کے ہر خلیے کا مرکزہ 46 کروموسوم پر مشتمل ہوتا ہے۔ دھاگے کی طرح کی ساخت کے یہ کروموسوم موروثی رویے کی کوڈ کی شکل کی ہدایات منتقل کرتے ہیں۔ ہم ہر والدین سے اپنے نصف کروموسوم (اور جین) وصول کرتے ہیں جن کی تعداد  $23+23=46$  ہوتی ہے، اسی طرح ایک بچہ جس کو 2 X کروموسوم (X X) وراثت میں ملتا ہے تو وہ ایک خاتون یا لڑکی ہوگی۔ جس بچہ کو ایک X کروموسوم ماں کی طرف سے وراثت میں ملا ہے اور والد کے Y کروموسوم (X Y) کے ساتھ جوڑا جائے گا تو یہ مرد یا لڑکا ہوگا۔ ان ”جین“

نسبہ یا ورثہ کروموسوم میں بے بہا معلومات اور صلاحیتیں موجود رہتی ہیں اور ہر ایک کروموسوم - چھوٹے چھوٹے علاقوں پر مشتمل ہوتے ہیں جن سے بچے کی آنکھوں کا رنگ، جلد کا رنگ وغیرہ کے ساتھ تمام وراثتی اور جنس کا تعین کرنے والے جین موجود رہتے ہیں۔ ہر جین میں ایسی ہدایات ہوتی ہیں جو ذاتی خصوصیات کے ایک خاص عمل کو متاثر کرتی ہیں۔ ہر انسانی خلیے میں کم از کم 100,000 جین ہوتے ہیں، اور شاید اس سے بھی زیادہ۔ بعض صورتوں میں، ایک واحد جین کسی خاص وراثت میں ملنے والی خصوصیت کے لیے ذمہ دار ہوتا ہے، جیسے کہ آنکھوں کا رنگ۔ تاہم، زیادہ تر خصوصیات پولی جینیاتی ہیں، یا مجموعہ میں کام کرنے والے بہت سے جینوں سے ملے ہوتی ہیں۔ جینز ڈی این اے سے بنتے ہیں۔ بعض اوقات جنس بھی بچے کی نشوونما کو متاثر کرتا ہے۔ بچے کی نشوونما اور افزائش پر جنس کے اثرات کے بارے میں کچھ تحقیقوں سے پتہ چلتا ہے کہ جنس بچپن میں جسمانی نشوونما کو بھی متاثر کرتی ہے۔ وزن، لمبائی اور سر کا طواف زندگی کے پہلے سال کے دوران لڑکیوں کے مقابلے لڑکوں میں زیادہ ہوتا ہے۔

### 4.4.3 ماحولیات (Environment)

بچے کی نشوونما اور افزائش پر جو دوسرا عمل اثر انداز ہوتا ہے اسے ماحولیات کا اثر کہا جاتا ہے۔ بچے ماں کی گود میں آتے ہی ماحول سے تعلق قائم کرتا ہے جو کہ بچے کی زندگی میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ جب بچے ماں کے پیٹ میں ہوتا ہے، ماں کا حمل اس کے پہلے ماحول کے طور پر کام کرتا ہے۔ حمل کے 9 ماہ کے دوران ماں کی جسمانی اور ذہنی صحت بچے کی آنے والی زندگی پر گہرا اثر ڈالتی ہے۔ بچے کی پیدائش نارمل ہو یا پھر آپریشن سے ہو اگر پیدائش کے دوران بچے کے ساتھ کوئی حادثہ ہوتا ہے تو وہ بھی طویل عرصے تک اس کی نشوونما پر اثر انداز ہوتا ہے۔ پیدائش کے بعد بچے کے لیے دستیاب ماحول بھی کئی طریقوں سے نشوونما کو متاثر کرتا ہے۔ مثبت ماحول بچے کی زندگی میں مثبت نشوونما کا باعث بنتا ہے اور منفی ماحول منفی نشوونما کا باعث بنتا ہے۔ مثال کے طور پر، ایک بچہ جو اپنی زندگی کے ابتدائی سالوں میں کسی برے حادثے کا شکار ہوا ہو تو اس کی جذباتی، سماجی اور جسمانی نشوونما میں خلل پڑ سکتا ہے۔ متوازن غذا صحت مند انسان کی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتی ہے جس کا تعلق صحت مند دماغ سے ہے۔ بعض اوقات اچھی زندگی اور مناسب طبی نگہداشت کی ضرورت ہوتی ہے جو دستیاب نہ ہونے کی صورت میں بچے کی نشوونما اور افزائش میں خلل ڈال سکتی ہے۔ خاندان اور معاشرہ بچے کی زندگی میں مثبتیت لانے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ دیکھ بھال کرنے والے والدین، خاندان، ہم عمر گروپ اور رشتہ داروں سے گھرا ہوا بچہ اپنے ارد گرد کی مثبتیت سے متاثر ہوتا ہے جو اس کی نشوونما پر اچھا اثر ڈالتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: بچے کی نشوونما اور افزائش پر ماحول اور توارث کا کیا اثر پڑتا ہے؟

## 4.5 نشوونما اور افزائش کو متاثر کرنے والے عوامل: پختگی، سماجی اور اقتصادی حیثیت

(Factors affecting Growth and Development: Maturation, Social and Economic Status)

بچوں کے نشوونما اور افزائش کے مختلف پہلوؤں میں پختگی (Maturation) کو درکنار نہیں کیا جاسکتا۔ پختگی (Maturation) کے تصور کا آغاز امریکی ماہر نفسیات آرنلڈ گیسل (Arnold Gesell-1925) نے کیا تھا۔ بچوں میں پختگی کے احساس کو بچوں کی ذہنی سوچ، جسمانی و جذباتی احساس میں تبدیلی کے طور پر بیان کیا جاسکتا ہے، جس میں ذمہ داری، اور روزمرہ کی زندگی کے مسائل کو کامیابی سے مکمل کرنے کے لیے اپنی شخصیت کو ماحول کے ساتھ ہم آہنگ کرنے کی بہتر صلاحیتوں کے استعمال وغیرہ کی شمولیت رہتی ہے۔ بچوں میں پختگی کا احساس مقررہ اور مسلسل ترتیبوں یا مراحل میں طے ہوتی ہے جن پر جین (gene)، موروثی اور ماحول (Heredity and Environment) ہوتا ہے۔ اس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ پختگی کا براہ راست تعلق انسانوں کے جینیاتی تناظر (genetic context) سے ہے۔ مختلف تحقیق سے یہ بات بھی ظاہر ہو جاتی ہے کہ بچہ کی نشوونما میں ماحولیات کے کردار کو نظر انداز نہیں کیا جاسکتا۔ یہاں ماحول کا مطلب سماجی تجربات، رشتوں اور سماجی باہمی تعلقات سے ہے جہاں فرد مختلف اصولوں، اقداروں اور رسومات کو سیکھتا ہے، جب کہ بچہ کی افزائش کے لیے یہ "جینیاتی بلورنٹ" ابھرتے ہوئے عمل کے نمونوں کی مسلسل ترتیب، وقت اور شکل کا تعین کرتا ہے۔ پختگی انسان میں دیکھی جاسکتی ہے جو ایک منظم سلسلہ اور ترتیب وار طریقہ سے عمل کے پیرائے میں پروان چڑھتی ہے۔ پختگی مجموعی طور پر بالغ ہونے کا عمل ہے، جو کہ نفسیاتی، جذباتی، ذہنی اور جسمانی کے ساتھ تعلقات اور برتاؤ دونوں کے لحاظ سے موجود رہتی ہے۔ پختگی وقت کے ساتھ ساتھ ترقی کے عمل کے ذریعے انفرادی اور طرز عمل کی خصوصیات کا ظہور شامل رہتا ہے۔ پختگی کے عمل میں مندرجہ ذیل کی نشوونما کا مشاہدہ کیا جاسکتا ہے:

### 4.5.1 پختگی کی بنیادی طور پر دو قسمیں ہیں (Two types of Maturation)

- جسمانی پختگی (Physical Maturation): جسمانی نشوونما اور افزائش سے مراد ہے کہ جس سے انسان کے تمام جسمانی اعضاء کا بڑھنا جو کہ بچپن سے شروع ہو کر جوانی اور بڑھاپے تک چلتا رہتا ہے۔ مثال کے طور پر: ایک بچہ بنیادی طور پر نشوونما اور افزائش کے ابتدائی مراحل میں اپنے اضطراب پر منحصر ہوتا ہے۔ پختگی کے عمل میں وزن، قد، جسم کے بڑے پیمانے، پھولوں کے ٹشیو کی توسیع میں اضافہ دیکھا جاسکتا ہے۔ بچے جیسے جیسے بڑے ہوتے ہیں، ان کی حسی و حرکی مہارتیں اور ہم آہنگی کی مہارتیں، جسم کے اعضاء پر کنٹرول پختگی کو ظاہر کرتا ہے۔

- ذہنی پختگی (Cognitive Maturation): ذہنی پختگی کو اس طرح سمجھا جاسکتا ہے کہ جس طرح سے ہم اپنی سوچ کے انداز، مسئلہ حل کرنے، رویہ، فیصلوں کو زندگی کے ساتھ تبدیل کرتے رہتے ہیں جس میں دلچسپیاں بھی شامل رہتی ہیں کو علمی پختگی کے زاویہ میں رکھا جاسکتا ہے جس کے کچھ اہم پہلو جیسے معلومات کو علم میں تبدیل کرنا، زبان کی نشوونما، استدلال کی مہارتیں، یادداشت وغیرہ شامل

رہتی ہیں۔ علمی پختگی بالکل بچپن سے شروع ہوتی ہے اور جوانی تک جاری رہتی ہے (Turkheimer, 2003)۔ پختگی اور عملی تفہیم نو عمری کی عمر کی تکمیل کے بعد بھی جاری رہتی ہے اور جہاں فرد نئے ہنر سیکھتا رہتا ہے اور اپنے نفس اور ماحول کے بارے میں اپنے علم کے ذخیرہ کو تقویت فراہم کرتا رہتا ہے۔ پختگی پر اثر انداز ہونے والے عوامل میں شامل رہتے ہیں

- بچے اور ماں کی جسمانی صحت
- خوراک میں غذائی قدریں
- مختلف محرکات کی افزائش
- تربیت کے مواقع وغیرہ

#### 4.5.2 سماجی و اقتصادی پس منظر (SES - Socioeconomic status)

بچوں کی نشوونما کی پہلوؤں میں سماجی و اقتصادی حیثیت (SES) کی بھی اہمیت حاصل ہوتی ہے۔ سماجی علوم میں سب سے زیادہ زیر مطالعہ عنوانات میں سماجی و اقتصادی حیثیت کا مطالعہ کیا جاتا ہے۔ SES سماجی و اقتصادی حیثیت کی پیمائش کے کئی طریقے تجویز کیے گئے ہیں، لیکن زیادہ تر طریقوں میں خاندان یا والدین کی آمدنی و خرچ، والدین کی تعلیم، اور پیشہ ورانہ حیثیت کی شمولیت رہتی ہے۔ مختلف تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ سماجی و اقتصادی حیثیت SES کا تعلق بچوں میں صحت، علمی، اقداری اور سماجی و جذباتی اور اخلاقی نتائج کی ایک وسیع صف سے ہے، جس کے اثرات پیدائش سے پہلے شروع ہو جاتے ہیں اور جوانی تک جاری رہتے ہیں۔ سماجی و اقتصادی حیثیت SES کو بچوں کی فلاح و بہبود سے جوڑنے والے متعدد طریقہ کار تجویز کیے جاتے ہیں، جن میں زیادہ تر مادی اور سماجی وسائل تک رسائی میں فرق یا بچوں اور ان کے والدین دونوں کی طرف سے کشیدگی پیدا کرنے والے حالات کے رد عمل میں شامل رہتے ہیں۔ بچوں کے لیے، سماجی و اقتصادی حیثیت SES متعدد سطحوں پر بہبود کو متاثر کرتی ہے، بشمول خاندان اور پڑوس دونوں ماحول کے ساتھ اس کے اثرات بچوں کی اپنی خصوصیات، خاندانی خصوصیات، اور بیرونی امدادی نظاموں سے اعتدال میں آتے رہتے ہیں۔ سماجی و اقتصادی حیثیت بچے کی زندگی میں اہم کردار ادا کرتی ہے اور بچے کی نشوونما کو بھی بہت متاثر کرتی ہے۔ سماجی معاشی حیثیت کا براہ راست تعلق بچے کو حاصل ہونے والے وسائل اور ان وسائل کو حاصل کرنے کی جدوجہد سے ہے۔ نچلے سماجی معاشی پس منظر سے تعلق رکھنے والے بچے خوراک، کپڑے اور طبی سہولیات جیسی بنیادی سہولیات کے حصول میں جدوجہد کرتے رہتے ہیں۔ کشیدگی کے نتیجے میں جذباتی اور کرداری طرز عمل کے مسائل کے ساتھ ساتھ ان کی جسمانی نشوونما مکمل ہوتی ہے۔ زیادہ تر معاملات میں بچے غذائی قلت کا شکار ہوتے ہیں جو ان کی نشوونما میں رکاوٹ بنتے ہیں۔ روزمرہ کی زندگی کے مسائل اور والدین اور خاندان کے ساتھ تعلقات بھی کشیدگی کی وجہ بنتے ہیں جس کے نتیجے میں شخصیت کے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ دوسری طرف، اچھے خاندانوں کے بچوں کو کم مسائل اور کم کشیدگی کا سامنا کرنا پڑتا ہے جس کی وجہ سے ان کی نشوونما بہتر طریقے سے ہوتی ہے چونکہ ان کے پاس تمام وسائل کا حصول باآسانی رہتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: بچے کی نشوونما اور افزائش پر چٹنگی کا کیا اثر پڑتا ہے؟

#### 4.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درجہ ذیل باتیں سیکھیں:

- بچوں کی نشوونما کے مختلف پہلوؤں کو سمجھنے کے لیے تعلیمی ماہرین نفسیات مختلف عوامل کا جائزہ لیتے ہیں جو بچے کی نشوونما پر اثر انداز ہوتے ہیں، جس میں حیاتیاتی، ماحولیاتی، سماجی، ثقافتی، اور تعلیمی پہلوئیں شامل رہتے ہیں۔ تعلیمی ماہرین ان نظریات اور تحقیق کو بہتر طور پر سمجھنے کے لیے طلباء کی نشوونما کے مختلف پہلوؤں کو سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں کہ بچے کس طرح علم حاصل کرتا ہے، مہارتیں کیسے حاصل کرتے ہیں، اور مثبت رویوں اور طرز عمل کو کس طرح تشکیل دیتے ہیں جو ان کے تعلیمی تجربات سے متاثر ہوتے ہیں۔
- تعلیمی نفسیات میں بچوں کی نشوونما بچے کے ان پیچیدہ عمل کو سمجھنے کی کوشش کی جاتی ہے جن کے ذریعے بچے جسمانی، جذباتی، سماجی اور فکری طور پر تعلیمی تناظر میں اپنی نشوونما کو فروغ دیتے ہیں۔ اس میں ان عوامل کا مطالعہ کرنا شامل رہتا ہے جو بچوں کی نشوونما پر اثر انداز ہوتے ہیں اور ان کی تشکیل کرتے ہیں۔ جس میں توارث اور خاندانی حرکیات، ماحولیات اور ہم مرتبہ تعاملات، ثقافتی اثرات، تعلیمی نظام، اور حیاتیاتی عوامل کی شمولیت رہتی ہے۔
- جسمانی زاویہ: جس میں، جسم کی اونچائی اور وزن میں تبدیلیاں، مجموعی اور عمدہ حسی و حرکی مہارتوں میں تبدیلیاں، حسی صلاحیتیں، جسم کے اعصابی نظام کے ساتھ ساتھ بیماری وغیرہ کی شمولیت رہتی ہے، جس پر ایک پینی نظر رکھنا لازمی ہے۔
- علمی زاویہ: جس میں ذہانت، حکمت عملیاں، ادراک، مسئلہ حل کرنے، یادداشت اور زبان میں تبدیلیوں پر غور کیا جاتا ہے۔
- سماجی اور جذباتی زاویہ: (جسے نفسیاتی بھی کہا جاتا ہے) میں جذبات، خود خیالی، اور خاندانوں، ساتھیوں اور دوستوں کے ساتھ باہمی تعلقات میں تبدیلیوں پر توجہ مرکوز کی جاتی ہے۔
- سماجی و ثقافتی پہلو (Principle of Socio-Cultural): ایک بچے کی نشوونما اس کی ثقافتی، سماجی اور تاریخی تناظر سے بہت زیادہ متاثر ہوتی ہے جس میں وہ پروان چڑھتے ہیں۔ اس میں ثقافتی اقدار، سماجی تعلقات، اور تعلیمی نظام شامل رہتے ہیں۔
- بچوں کے نشوونمائی اور افزائش کے مختلف پہلوؤں میں چٹنگی (Maturation) کو درکنار نہیں کیا جا سکتا۔ چٹنگی (Maturation) کے تصور کا آغاز امریکی ماہر نفسیات آرنلڈ گیسل (Arnold Gesell-1925) نے کیا تھا۔
- بچوں کی نشوونمائی پہلوؤں میں سماجی و اقتصادی حیثیت (SES) بھی اہمیت کی حامل ہوتی ہے۔ سماجی علوم میں سب سے زیادہ زیر مطالعہ عنوانات میں سماجی و اقتصادی حیثیت کا مطالعہ کیا جاتا ہے

## 4.7 فرہنگ (Glossary)

قبل از پیدائش کی نشوونما (پیدائش کے ذریعے تصور)	Prenatal Development (conception to birth)
بچپن اور چھوٹا بچہ (پیدائش سے دو سال تک)	Toddlerhood (birth to two years)
ابتدائی بچپن (3 سے 5 سال)	Early Childhood (3 to 5 years)
درمیانی بچپن (6 سے 11 سال)	Middle Childhood (6 to 11 years)
جوانی (12 سال سے جوانی تک)	Adolescence (12 years to adulthood)
سماجی و اقتصادی پس منظر	(Socioeconomic status -SES)
ذہنی پختگی	(Cognitive Maturation)
پختگی	(Maturation)
سماجی اور اقتصادی حیثیت	(Social and Economic Status)
ماحولیات	(Environment)
”جین“ نسبہ یا ورثہ	(Genes)
بچوں کی افزائش اور نشوونما	(Child Growth and Development)

## 4.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

- 1- درج ذیل میں سے کون سا بچہ کی جسمانی نشوونما کی ترقی کی طرف اشارہ کرتا ہے؟  
(A) منفی (B) مثبتیت (C) معیاری (D) مقداری
- 2- بچے کی نشوونما اور افزائش کا مطالعہ کرنے کا بہترین طریقہ ہے؟  
(A) نفسیاتی طریقہ (B) تقابلی طریقہ (C) شماریاتی طریقہ (D) ترقی اور افزائش
- 3- انفرادی فرق کو سمجھنے میں استاد کا کردار کیا ہونا چاہیے؟



طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

- 1- بچوں کی نشوونما اور انفرانش کے معنی بتاتے ہوئے اس کو مثالوں سے واضح کیجیے؟
- 2- بچوں کی نشوونما کس طرح کی جاسکتی ہے؟
- 3- بچوں کی نشوونما اور انفرانش میں والدین کے جینس کے کردار کی وضاحت کیجیے؟
- 4- بچوں کی نشوونما اور انفرانش میں ماحول کس طرح کردار ادا کرتا ہے؟ واضح کیجیے؟
- 5- پختگی کے عمل کو مثالوں کے ساتھ واضح کیجیے؟

---

#### 4.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

1. Kuppuswami,G.(1963). B.edAdvanced Educational Psychology. University Publications.
2. Mangal, S. (2007). Advanced Educational Psychology (2nd ed., pp. 99-101). New Delhi: Prentice-Hall of India private limited.
3. Kumar, S. (2019). Child Development and pedagogy (5th ed., pp. 7-8). Noida: Pearson India Education Pvt, Ltd.
4. Gesell, A., & Ilg, F. L. (1949). Infant and child in the culture of today. In Child development. New York: Harper & Row.
5. Turkheimer, Eric, Andreana Haley, Mary Waldron, et al. 2003. Socioeconomic Status Modifies Heritability of IQ in Young Children. Psychological Science 14 (6): 623–628.
6. Laura, b.(2002).Child Development. Prentice hall of India private limited.
7. Mangal,S.K.(2002). Advanced Educational Psychology. PHI learning private limited.

# اکائی 5۔ بچے کی نشوونما کے مراحل

(Stages of Child Development)

اکائی کے اجزاء

- 5.0 تمہید (Introduction)
- 5.1 مقاصد (Objectives)
- 5.2 قبل از پیدائش کے مرحلہ کی ضرورت اور خصوصیات
- (Characteristic and Need of Pre-Natal Stage)
- 5.3 شیرخوارگی کا مرحلہ ضروریات اور خصوصیات (Characteristic and Need of Infancy Stage)
- 5.4 طفولیت کے مرحلہ کی ضرورت اور خصوصیات
- (Characteristic and Need of Toddlerhood Stage)
- 5.5 نوبلوغیت مرحلہ کی ضروریات اور خصوصیات
- (Characteristic and Need of Early Childhood Stage)
- 5.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)
- 5.7 فرہنگ (Glossary)
- 5.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)
- 5.9 تجویز کردہ اکتسابی وسائل کی فہرست (Suggested Learning Resources List)

5.0 تمہید (Introduction)

بچے کی نشوونما سے مراد جسمانی، زبان، سوچ اور جذباتی تبدیلیوں کا مرحلہ ہے جو سلسلہ وار طریقہ سے چلتا رہتا ہے۔ جس کی شروعات بچے میں قبل از پیدائش سے لے کر جوانی کے آغاز تک ہوتی رہتی ہے۔ اس عمل کے دوران ایک بچہ اپنے والدین / سرپرستوں پر انحصار سے نکل کر آہستہ آہستہ بڑھتی ہوئی آزادی کی طرف قدم بڑھاتا ہے۔ بچوں کی نشوونما اور افزائش میں والدین کے جینیاتی عوامل کی منتقلی اور قبل از پیدائش کی زندگی کے واقعات سے بہت زیادہ متاثر ہوتی ہے۔ یہ ماحولیاتی حقائق اور بچے کی سیکھنے کی صلاحیت سے بھی متاثر ہوتی ہے۔ شیرخوارگی کی نشوونما تیز رفتار جسمانی، نفسیاتی، اور سماجی ترقی اور تبدیلی کی مدت ہے جو قبل از پیدائش سے شروع ہوتی ہے اور شیرخوارگی تک

مانی جاتی ہے۔ شیر خوارگی ایک بچے کی مجموعی نشوونما کی رفتار کو تشکیل دینے اور ان کے مستقبل کی بنیاد ڈالنے کے لیے ایک اہم موقع فراہم کرتا ہے۔ بچوں کے لیے اپنی پوری صلاحیت حاصل کرنے کے لیے صحت کی دیکھ بھال اور غذائیت، نقصان سے تحفظ اور تحفظ کا احساس، ابتدائی سیکھنے کے مواقع، اور ذمہ دار نگہداشت کی ضرورت ہوتی ہے۔ شیر خوارگی میں نشوونما پیدائش سے لے کر تقریباً آٹھ سال کی عمر تک کے نازک دور پر محیط ہوتی ہے جب بچے اہم جسمانی، علمی، سماجی اور جذباتی نشوونما سے گزرتے ہیں۔ یہ مرحلہ ان کے مستقبل کے سیکھنے، رویے، اور مجموعی طور پر فلاح و بہبود کی بنیاد رکھتا ہے۔ طفولیت کی نشوونما کے مختلف پہلوؤں کو سمجھنا والدین، معلمین، اور دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے ضروری ہے تاکہ وہ بہترین مدد فراہم کریں اور بچوں کی نشوونما کے لیے پرورش کا ماحول بنا سکیں۔ شیر خوارگی میں بچوں کے تجربات اور تعاملات ان کی مستقبل کی نشوونما اور مجموعی زندگی کے نتائج کی تشکیل میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ اس مرحلہ میں تیز رفتار جسمانی، علمی، سماجی، اور جذباتی تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ بنیادی مہارتوں اور صلاحیتوں کا حصول ہے جو مستقبل کے سیکھنے اور بہبود کے لیے بنیاد رکھتا ہے۔ اس اکائی میں ہم بچے کی نشوونما اور افزائش کی مختلف مراحل کی خصوصیات، اور ان کی عام ضروریات پر نظر ثانی کریں گے۔

## 5.1 مقاصد (Objectives)

- اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ؛
- اس سبق کے پڑھنے کے بعد قبل از پیدائش کی ترقی کے مختلف پہلوؤں کو تفصیل سے جان سکیں۔
- شیر خوارگی کے مرحلہ کو تفصیل سے جان و سمجھ سکیں۔
- قبل از پیدائش کا مرحلہ کی ضروریات کو جان سکیں۔
- طفولیت کے نشوونما کے مختلف پہلوؤں کو جان سکیں۔
- طفولیت کے مرحلہ کی ضروریات کو جان سکیں۔
- نوبلوغیت کے نشوونما کے مختلف پہلوؤں کو جان سکیں۔
- نوبلوغیت کے مرحلہ کی ضروریات کو جان سکیں۔

## 5.2 قبل از پیدائش کے مرحلہ کی ضرورت اور خصوصیات

(Characteristic and Need of Pre-Natal Stage)

ماں کے رحم میں جب بچہ پرورش پاتا ہے، جسے قبل از پیدائش کا مرحلہ بھی کہا جاتا ہے، ترقی کے اس دور سے مراد ہے جو انسانوں میں قبل از پیدائش ترقی کے عوامل ہوتے ہیں۔ یہ حاملہ ہونے سے لے کر بچے کی پیدائش تک (جب نطفہ انڈے کو کھاد دیتا ہے) کو گھیرے ہوئے ہے۔ قبل از پیدائش کے مرحلہ کو ہم اہم مراحل میں تقسیم کرتے ہیں جیسے

- ایسبر یونک سٹیج: یہ مرحلہ حمل ٹہرنے کے بعد پہلے آٹھ ہفتوں کے دوران کا ہوتا ہے۔ یہ ایک اہم دور ہے جب زائگوٹ (فرٹیلائزڈ انڈا) تیزی سے سیل کی تقسیم اور تفریق سے گزرتا ہے، جو ترقی پذیر انسان کے بنیادی ڈھانچے کو تشکیل دیتا ہے۔ اس مرحلے کے دوران بڑے اعضاء، جسم کے نظام اور بافتیں شکل اختیار کرنا شروع کر دیتی ہیں۔
- جنین (fetus) کا مرحلہ: پہلے آٹھ ہفتوں کے بعد، ترقی پذیر انسان کو جنین کہا جاتا ہے۔ اس مرحلے کے دوران، جو پیدائش تک رہتا ہے، توجہ کی مرکزیت، اعضاء کی تشکیل سے بڑھنے اور پختگی کی طرف منتقل ہو جاتی ہے۔ جنین ایک انسان کے طور پر زیادہ پہچانا جاتا ہے، اور اس کے جسم کے تناسب اور خصوصیات کی نشوونما اور تطہیر جاری رہتی ہے۔
- قبل از پیدائش کے پورے مرحلے کے دوران، نشوونما پانے والا جنین امینٹیک تھیلی کے اندر بند ہوتا ہے اور اسے نال اور نال کی مدد سے مدد ملتی ہے۔ نال ماں اور جنین کے خون کی سپلائی کے درمیان ایک انٹرفیس کے طور پر کام کرتی ہے، جنین کو ضروری غذائی اجزاء اور آکسیجن فراہم کرتی ہے جبکہ فضلہ کی مصنوعات کو ہٹاتی ہے۔ قبل از پیدائش کا مرحلہ انسانی نشوونما کا ایک اہم دور ہے، اور زچگی کی غذائیت، زہریلے مادوں کی نمائش، انفیکشنز، اور زچگی کی صحت جیسے عوامل جنین کی فلاح و بہبود اور نشوونما کو نمایاں طور پر متاثر کر سکتے ہیں۔ صحت مند حمل اور ماں اور بچے دونوں کے لیے بہترین ممکنہ نتائج کو یقینی بنانے کے لیے مناسب قبل از پیدائش کی دیکھ بھال، باقاعدہ طبی معائنہ، مناسب غذائیت، اور طرز زندگی کے انتخاب اس میں شامل ہیں۔

## 5.2.1 مختلف خصوصیات (Various Characteristics)

- ماں کے رحم میں جب بچہ پرورش پاتا ہے، جسے قبل از پیدائش کا مرحلہ بھی کہا جاتا ہے، نشوونما کا وہ دور ہے جو قبل از پیدائش مکمل ہوتا ہے۔ یہ انسانی ترقی کا ایک اہم مرحلہ ہے، اور مختلف خصوصیات اس مرحلے کی وضاحت کرتی ہیں:
- ٹائم فریم (Time Frame): قبل از پیدائش کا مرحلہ حمل کے وقت سے شروع ہوتا ہے جب نطفہ (sperm) اسپرم انڈے کو کھاد دیتا ہے، اور یہ بچے کی پیدائش تک جاری رہتا ہے۔
- سیل ڈویژن (Cell Division) فرٹیلائزیشن کے بعد، زائگوٹ تیزی سے سیل ڈویژن سے گزرتا ہے، ایک بلاسٹوسٹ بناتا ہے، جو آخر کار رحم کی دیوار میں لگاتا ہے۔
- جنین (fetus) کی نشوونما: حاملہ ہونے کے بعد پہلے آٹھ ہفتوں کے دوران، ترقی پذیر انسان کو جنین (fetus) کہا جاتا ہے۔ یہ مرحلہ بڑے اعضاء، جسم کے نظام اور بنیادی ڈھانچے کی تشکیل سے نمایاں ہوتا ہے۔ آٹھ ہفتوں کے بعد (fetus) جنین بن جاتا ہے۔ اس مرحلے کے دوران، اعضاء کی نشوونما جاری رہتی ہے، اور جسم بڑھتا اور پختہ ہوتا ہے۔ جنین ایک انسان کے طور پر زیادہ پہچانا جاتا ہے، جس میں امتیازی خصوصیات جیسے اعضاء، انگلیاں، انگلیاں اور چہرے کی خصوصیات شامل ہیں۔
- نال (Umbilical Cord) نال: نال اور نال قبل از پیدائش کی نشوونما کے دوران اہم ڈھانچے ہیں۔ نال جنین کو ضروری غذائی اجزاء اور آکسیجن فراہم کرتا ہے جبکہ فضلہ کی مصنوعات کو ہٹاتا ہے۔ نال جنین کو نال سے جوڑتا ہے۔

- کمزوری: قبل از پیدائش کا مرحلہ بیرونی اثرات کے لیے بڑھتے ہوئے خطرے کا وقت ہے۔ ماحولیاتی عوامل، جیسے ماں کی غذائیت، زہریلے مادوں کی نمائش، اور انفیکشن، جنین کی نشوونما کو متاثر کر سکتے ہیں۔
- حسی نشوونما: اس مرحلے کے دوران جنین میں کچھ حسی صلاحیتیں پیدا ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔ دوسرے سہ ماہی تک، یہ آوازیں سن سکتا ہے اور محرکات کا جواب دے سکتا ہے۔
- ذہنی نشوونما: دماغ کی تیز رفتار نشوونما قبل از پیدائش کے پورے مرحلے میں ہوتی ہے، جو مستقبل کے علمی اور اعصابی افعال کی بنیاد رکھتی ہے۔
- قابل عملیت: قبل از پیدائش کے مرحلے کے اختتام کی طرف، جنین قابل عمل ہونے کے مقام پر پہنچ جاتا ہے، جس کا مطلب ہے کہ طبی امداد کے ساتھ اس کے رحم سے باہر زندہ رہنے کا موقع ہوتا ہے۔
- نمو اور سائز: جنین کا سائز قبل از پیدائش کے مرحلے میں نمایاں طور پر بڑھتا ہے۔ یہ خلیوں کے ایک چھوٹے سے جھرمٹ کے طور پر شروع ہوتا ہے اور پیدائش کے لیے تیار ایک مکمل طور پر تشکیل شدہ بچے تک بڑھتا ہے۔
- یہ نوٹ کرنا ضروری ہے کہ قبل از پیدائش کا مرحلہ نشوونما کا ایک پیچیدہ اور حساس دور ہے، اور اس دوران ماں کی صحت اور بہبود بچے کی نشوونما اور افزائش پر نمایاں اثر ڈالتی ہے۔ قبل از پیدائش کی دیکھ بھال، بشمول مناسب غذائیت، باقاعدگی سے چیک اپ، اور نقصان دہ مادوں سے اجتناب، صحت مند حمل اور بچے کی صحت کو یقینی بنانے کے لیے ضروری ہے۔

## 5.2.2 قبل از پیدائش کا مرحلہ کی ضروریات (Need of Pre-Natal Stage)

- قبل از پیدائش کا مرحلہ ماں اور ترقی پذیر جنین دونوں کے لیے انتہائی اہمیت کا حامل ہے۔ یہاں کچھ اہم وجوہات ہیں جو قبل از پیدائش کے مرحلے کے دوران مناسب دیکھ بھال اور توجہ کی ضرورت کو اجاگر کرتی ہیں:
- صحت مند جنین کی نشوونما (Healthy fetus Development): قبل از پیدائش کا مرحلہ جنین کی نشوونما اور نشوونما کا ایک اہم دور ہے۔ قبل از پیدائش کی مناسب نگہداشت اس بات کو یقینی بناتی ہے کہ بچے کو اعضاء کی مناسب نشوونما، اعصابی نشوونما اور مجموعی طور پر تندرستی کے لیے ضروری غذائی اجزاء اور آکسیجن ملے۔
- خطرے کی شناخت (Risk Identification): باقاعدگی سے قبل از پیدائش چیک اپ صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور افراد کو ماں کی صحت کی نگرانی کرنے اور کسی بھی ممکنہ خطرات یا پیچیدگیوں کی جلد شناخت کرنے کی اجازت دیتے ہیں۔ یہ ابتدائی پتہ لگانے سے ایسے حالات کا بروقت مداخلت اور انتظام ممکن ہو جاتا ہے جو ماں یا بچے کو متاثر کر سکتے ہیں۔
- پیچیدگیوں کا کم خطرہ (Reduced Risk of Complications): قبل از پیدائش کی دیکھ بھال حمل اور بچے کی پیدائش کے دوران پیچیدگیوں کے خطرے کو کم کرنے میں مدد کرتی ہے۔ حملاتی ذیابیطس، پری لیمنپسیا، اور انفیکشن جیسے حالات کا انتظام ماں اور بچے دونوں کے لیے بہتر نتائج کا باعث بن سکتا ہے۔

- تعلیم اور مشاورت (Education and Counselling): قبل از پیدائش کی دیکھ بھال صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والوں کو حاملہ ماؤں کو صحت مند طرز عمل، غذائیت، اور طرز زندگی کے انتخاب کے بارے میں تعلیم دینے کا ایک موقع فراہم کرتی ہے جو ان کے حمل اور بچے کی نشوونما پر مثبت اثر ڈالتے ہیں۔
- جذباتی مدد (Emotional Support): حمل ایک جذباتی طور پر مشکل وقت ہو سکتا ہے، اور قبل از پیدائش کی دیکھ بھال حاملہ ماؤں کے لیے جذباتی مدد فراہم کرتی ہے۔ یہ انہیں کسی بھی قسم کے خدشات یا پریشانیوں کو دور کرنے کی اجازت دیتا ہے، جو اس تبدیلی کے مرحلے کے دوران ذہنی تندرستی کو فروغ دیتا ہے۔
- لیبر اور ڈیلیوری کی تیاری (Preparation for Labor and Delivery): قبل از پیدائش کی دیکھ بھال میں درد زہ، ڈیلیوری، اور بعد از پیدائش کی دیکھ بھال کے بارے میں بات چیت شامل ہے۔ عمل کو سمجھنا اور بچے کی پیدائش کے لیے تیار رہنا تناؤ کو کم کرنے اور پیدائش کے تجربے کو بہتر بنانے میں مدد کر سکتا ہے۔
- پیدائشی نقائص کے لیے اسکریننگ (Screening for Birth Defects): قبل از پیدائش کی اسکریننگ اور تشخیصی ٹیسٹ بعض پیدائشی نقائص یا جینیاتی حالات کی شناخت کر سکتے ہیں۔ ابتدائی پتہ لگانے سے والدین اپنے حمل کے بارے میں باخبر فیصلے کر سکتے ہیں اور بچے کی مستقبل کی دیکھ بھال کے لیے تیاری کر سکتے ہیں۔
- زچگی کی نگرانی (Monitoring Maternal Health): قبل از پیدائش کی دیکھ بھال میں ماں کی صحت کی نگرانی شامل ہے، بشمول بلڈ پریشر، وزن، اور خون کے ٹیسٹ۔ یہ یقینی بناتا ہے کہ زچگی کی صحت کے مسائل کو فوری طور پر حل کیا جائے، جو کہ صحت مند حمل میں معاون ہے۔
- مداخلت کے لیے بہترین وقت (Optimal Timing for Interventions): بعض صورتوں میں، حمل کے دوران طبی مداخلت یا علاج ضروری ہو سکتا ہے۔ قبل از پیدائش کا مرحلہ بہترین ممکنہ نتائج کے لیے ان مداخلتوں کو شروع کرنے کا بہترین وقت فراہم کرتا ہے۔
- حمل کے تجربے کو بڑھانا (Enhancing Pregnancy Experience): قبل از پیدائش کی مناسب دیکھ بھال حاملہ ماؤں کے لیے حمل کے مجموعی تجربے کو بڑھاتی ہے۔ یہ ان کی اپنی اور اپنے بڑھتے ہوئے بچے کی دیکھ بھال کرنے کی صلاحیت میں اعتماد پیدا کرنے میں مدد کرتا ہے۔
- آخر میں، قبل از پیدائش کی دیکھ بھال صحت مند حمل کو یقینی بنانے، پیچیدگیوں کے خطرے کو کم کرنے، اور ماں اور ترقی پذیر جنین دونوں کی فلاح و بہبود کو فروغ دینے کے لیے ضروری ہے۔ یہ ایک صحت مند اور کامیاب بچے کی پیدائش کی بنیاد رکھنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے اور اس کے بچے کی صحت پر ان کی زندگی بھر دیر پا اثرات مرتب ہو سکتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- قبل از پیدائش کے مرحلہ کے بارے میں ایک نوٹ تحریر کریں؟

### 5.3 شیر خوارگی مرحلہ ضروریات اور خصوصیات

#### (Characteristic and Need of Infancy Stage)

"شیر خوارگی کی ترقی" سے مراد وہ مجموعی نشوونما اور پختگی ہے جو بچے کی زندگی کے ابتدائی مرحلے کے دوران ہوتی ہے۔ اس میں جسمانی، علمی، جذباتی، سماجی، اور حسی تبدیلیاں اور عمر کے سنگ میل شامل ہیں جو پیدائش سے لے کر تقریباً دو سال کی عمر تک ہوتی ہیں۔ یہ مرحلہ بچے کی زندگی کے مختلف پہلوؤں میں تیز رفتار اور اہم پیشرفت کی خصوصیت رکھتا ہے۔

#### 5.3.1 شیر خوارگی کا مرحلہ کی اہم خصوصیات (Characteristics of Infancy)

شیر خوارگی کا مرحلہ نشوونما کا ایک اہم دور ہے جو قبل از پیدائش کے مرحلے کے بعد آتا ہے اور اس وقت تک بڑھتا ہے جب تک کہ بچہ تقریباً دو سال کی عمر کو نہ پہنچ جائے۔ شیر خوارگی کے دوران، تیز رفتار ترقی اور پختگی واقع ہوتی ہے، اور بچے کی نشوونما کے مختلف پہلوؤں میں اہم تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں۔ شیر خوارگی کے مرحلے کی کچھ اہم خصوصیات ہیں:

- جسمانی نشوونما (Physical Development): تیز رفتار جسمانی نشوونما سے شیر خوارگی کا نشان ہوتا ہے۔ اس مرحلے کے دوران، بچے کا وزن، قد، اور سر کا طواف نمایاں طور پر بڑھ جاتا ہے۔ عضلات اور ہڈیاں مضبوط ہوتی ہیں، اور شیر خوار اپنے جسم پر موٹر حسی و حرکی قابویا کنٹرول حاصل کرتا ہے۔
- موٹر ڈیولپمنٹ (Motor Development): شیر خوار بچے جسم پر موٹر، حسی و حرکی قابویا کنٹرول کی نشوونما میں مختلف سنگ میلوں سے گزرتے ہیں۔ وہ اضطراب پیدا کرنے سے شروع کرتے ہیں، جیسے چوسنے اور پکڑنا، اور آہستہ آہستہ اپنا سر اٹھانے، لڑھکنے، بیٹھنے، ریٹکنے اور آخر کار چلنے کی طرف بڑھتے ہیں۔
- حسی نشوونما (Sensory Development): شیر خوارگی تیز حسی نشوونما کا دور ہے۔ نوزائیدہ بچے لمس، ذائقہ، سونگھنے، آواز اور روشنی کے لیے حساس ہوتے ہیں۔ جیسے جیسے وہ بڑھتے ہیں، ان کے حواس زیادہ بہتر ہوتے جاتے ہیں، اور وہ اپنے ماحول کے لیے زیادہ جوابدہ ہو جاتے ہیں۔

- علمی نشوونما (Cognitive Development): شیر خوارگی میں ابتدائی علمی نشوونما ہوتی ہے۔ شیر خوار اپنے ارد گرد کے ماحول کو تلاش کرنا اور اس کا احساس کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ وہ اشیاء اور لوگوں میں تجسس اور دلچسپی ظاہر کرتے ہیں، اور وہ مشاہدے اور آسان مسائل کے حل کے ذریعے سیکھتے ہیں۔
  - سماجی اور جذباتی نشوونما (Social & Emotional Development): شیر خوارگی کے مرحلے میں بچے اپنے نگہداشت کرنے والوں، خاص طور پر اپنے والدین کے ساتھ جذباتی بندھن بنانا شروع کر دیتے ہیں۔ وہ چہرے کے تاثرات اور اشاروں کا جواب دیتے ہیں اور خوشی، خوف اور مایوسی سمیت متعدد جذبات کو ظاہر کر سکتے ہیں۔
  - مواصلات کی مہارتیں (Communication Skill): شیر خوارگی کے دوران، بچے مختلف طریقوں سے بات چیت کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ وہ قہقہے لگاتے ہیں، بڑبڑاتے ہیں اور آخر کار اپنے اظہار اور اپنی ضروریات کو بتانے کے لیے اشاروں اور الفاظ کا استعمال شروع کر دیتے ہیں۔
  - نیند کے نمونے (Sleep Pattern): نوزائیدہ بچوں کی نیند کے پیٹرن بے ترتیب ہوتے ہیں، اور وہ اپنے وقت کا ایک اہم حصہ سونے میں صرف کرتے ہیں۔ جیسے جیسے وہ بڑھتے ہیں، ان کی نیند کے نمونے زیادہ منظم ہوتے جاتے ہیں۔
  - انحصار (Dependency): شیر خوار بچے دیکھ بھال، آرام اور پرورش کے لیے اپنے نگہداشت کرنے والوں پر بہت زیادہ انحصار کرتے ہیں۔ وہ کھانا کھلانے اور ڈاؤنر کی تبدیلیوں سے لے کر جذباتی مدد تک ہر چیز کے لیے بالغوں پر انحصار کرتے ہیں۔
  - کمزوری (Weakness): شیر خوار بچے انفیکشن اور بیماریوں کا شکار ہوتے ہیں، کیونکہ ان کا مدافعتی نظام اب بھی ترقی کر رہا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بچے کے لیے صاف ستھرا اور محفوظ ماحول برقرار رکھنا ضروری ہے۔
  - دماغ کی نشوونما (Mental Development): شیر خوارگی کا مرحلہ دماغ کی نشوونما کے لیے ایک اہم دور ہے۔ اس وقت کے دوران، دماغ ضروری عصبی روابط اور راستے بناتا ہے جو مستقبل کے سیکھنے اور ترقی کی بنیاد رکھتے ہیں۔
  - ایٹچمنٹ (Attachment): شیر خوار عام طور پر اپنے بنیادی دیکھ بھال کرنے والوں کے ساتھ مضبوط جذباتی لگاؤ بناتے ہیں، جو ان کی سماجی اور جذباتی نشوونما کے لیے بہت ضروری ہے۔
- یہ نوٹ کرنا ضروری ہے کہ ہر بچے کی نشوونما منفرد ہوتی ہے، اور ان سنگ میلوں کو حاصل کرنے کی رفتار اور ترتیب میں تغیرات ہو سکتے ہیں۔ شیر خوارگی کا مرحلہ تیز رفتار نشوونما اور تلاش کا وقت ہے، جو شیر خوارگی اور اس کے بعد مستقبل کی نشوونما اور سیکھنے کی منزلیں طے کرتا ہے۔ اس مرحلے کے دوران پرورش اور معاون ماحول فراہم کرنا شیر خوار بچوں میں صحت مند اور مثبت نشوونما کو فروغ دینے کے لیے بہت ضروری ہے۔

## 5.3.2 شیر خوارگی کا مرحلہ کی اہم ضروریات (Need of Infancy)

شیر خوارگی کا مرحلہ انسانی نشوونما کا ایک اہم اور ضروری دور ہے، اور یہ بچے اور معاشرے دونوں کے لیے کئی اہم ضروریات کو پورا کرتا ہے:

- جسمانی اور اعصابی نشوونما (Physical and Neurological Development): شیر خوارگی تیز رفتار جسمانی نشوونما اور دماغی نشوونما کا وقت ہے۔ اس مرحلے کے دوران مناسب تغذیہ، دیکھ بھال اور محرک مجموعی صحت اور علمی صلاحیتوں کی مضبوط بنیاد بنانے کے لیے بہت ضروری ہیں۔
- جذباتی بندھن اور لگاؤ (Emotional Bonding and Attachment): شیر خوارگی وہ ہوتا ہے جب بچے اپنے بنیادی دیکھ بھال کرنے والوں، عموماً اپنے والدین کے ساتھ جذباتی بندھن اور ایٹچمنٹ بناتے ہیں۔ یہ جذباتی تعلق بچے کی جذباتی بہبود، سماجی نشوونما، اور مستقبل کے تعلقات کے لیے اہم ہے۔
- زبان اور مواصلات کی مہارتیں (Language and Communication Skills): شیر خوارگی کے دوران، دماغ زبان سیکھنے کے لیے انتہائی قابل قبول ہوتا ہے۔ دیکھ بھال کرنے والوں کے ساتھ تعامل اور زبان کی نمائش شیر خوار بچوں کو ان کی مواصلات کی مہارتوں کو فروغ دینے اور بعد کی زندگی میں زبان کے حصول کے لیے بنیاد فراہم کرنے میں مدد کرتی ہے۔
- سماجی ہنر اور تعامل (Social Skills and Interaction): شیر خوارگی وہ ہوتا ہے جب بچے سماجی تعاملات میں مشغول ہونا شروع کر دیتے ہیں، جیسے آنکھ سے رابطہ کرنا، مسکرانا، اور دوسروں کو جواب دینا۔ یہ ابتدائی سماجی تجربات سماجی مہارتوں کو فروغ دینے اور دوسروں کے ساتھ تعلقات استوار کرنے کے لیے اہم ہیں۔
- علمی ترقی (Cognitive Development): شیر خوارگی کے دوران جن تجربات اور محرکات کا سامنا ہوتا ہے وہ علمی صلاحیتوں کی تشکیل میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ نوزائیدہ بچوں کا دماغ سہج کی طرح ہوتا ہے، جو ان کے ماحول سے معلومات جذب کرتے ہیں اور عصبی رابطے بناتے ہیں جو مستقبل میں سیکھنے میں مدد دیتے ہیں۔
- حسی نشوونما (Sensory Development): شیر خوارگی ایک اہم حسی نشوونما کا دور ہے، جس میں بچے اپنے حواس کے ذریعے دنیا کو تلاش کرتے اور سمجھتے ہیں۔ دماغی نشوونما اور ارد گرد کے ماحول کو سمجھنے کے لیے حسی تجربات بہت اہم ہیں۔
- موٹر حرکی ہنر (Motor Skill): جیسے جیسے شیر خوار بڑھتے ہیں، وہ آہستہ آہستہ اپنی موٹر مہارتوں کو فروغ دیتے ہیں، سادہ اضطراب سے لے کر رینگنے اور چلنے جیسی پیچیدہ حرکات کی طرف بڑھتے ہیں۔ یہ موٹر مہارتیں ان کی جسمانی آزادی اور تلاش کے لیے ضروری ہیں۔
- اعتماد اور تحفظ (Trust and Security): اس مرحلے کے دوران شیر خوار بچوں کی ضروریات کو پورا کرنا، جیسے کہ راحت، محبت، اور جوابدہی فراہم کرنا، اعتماد اور تحفظ کا احساس پیدا کرنے میں مدد کرتا ہے۔ محفوظ اور پیار کا احساس مثبت جذباتی نشوونما اور خود اعتمادی کا مرحلہ طے کرتا ہے۔

شیر خورگی کی اہمیت کو پہچاننا اور شیر خوار بچوں کی ضروریات کو پورا کرنا ان کی بہترین نشوونما کے لیے ضروری ہے۔ اس مرحلے کے دوران پرورش، ذمہ دار، اور حوصلہ افزا ماحول فراہم کرنا بچے کی نشوونما پر گہرا اثر ڈال سکتا ہے اور کامیاب اور خوشگوار زندگی کی بنیاد رکھ سکتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)
سوال: شیر خورگی کے مرحلے کے بارے میں ایک نوٹ تحریر کریں؟

## 5.4 طفولیت کے مرحلے کی ضرورت اور خصوصیات

### (Needs and Characteristics of Infancy stage)

طفولیت ترقی کا وہ مرحلہ ہے جو شیر خورگی کے بعد آتا ہے اور عام طور پر ایک سے تین سال کی عمر تک پھیلتا ہے۔ یہ بچے کی زندگی کا ایک دلچسپ اور تبدیلی کا دور ہے، جس میں اہم جسمانی، علمی، جذباتی اور سماجی تبدیلیاں آتی ہیں۔ طفولیت بڑی نشوونما اور تبدیلی کا وقت ہے، اور یہ شیر خورگی کی نشوونما کے اگلے مراحل کا مرحلہ طے کرتا ہے۔ اس مدت کے دوران، دیکھ بھال کرنے والے ایک محفوظ اور معاون ماحول فراہم کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں جو تلاش، سیکھنے، اور جذباتی نشوونما کی حوصلہ افزائی کرتا ہے۔ محبت، رہنمائی، اور مثبت مکمل کی پیشکش کر کے، دیکھ بھال کرنے والے چھوٹے بچوں کو اس ترقیاتی مرحلے کے چیلنجوں سے نمٹنے میں مدد کر سکتے ہیں اور ان کی مستقبل کی ترقی اور فلاح و بہبود کے لیے ایک مضبوط بنیاد کو فروغ دے سکتے ہیں۔

### 5.4.1 طفولیت کی اہم خصوصیات (Characteristics of Toddlerhood)

طفولیت ایک ترقی کا مرحلہ ہے جو عام طور پر ایک سے تین سال کی عمر کے درمیان ہوتا ہے۔ یہ مدت بچے کی نشوونما کے مختلف پہلوؤں میں نمایاں ترقی اور تبدیلی کے ساتھ نشان زد ہے۔ طفولیت کی کچھ اہم خصوصیات درج ذیل ہیں:

- جسمانی نشوونما (Physical Development): چھوٹے بچے اس مرحلے کے دوران تیز جسمانی نشوونما کا تجربہ کرتے ہیں۔ وہ وزن، قد اور طاقت میں اضافہ کرتے ہیں، زیادہ متحرک اور متحرک ہوتے جاتے ہیں کیونکہ وہ چلنا، دوڑنا، چھلانگ لگانا اور چڑھنا سیکھتے ہیں۔

- موٹر حرکیات مہارتیں (Motor Skill): طفولیت میں بچے اپنی موٹر مہارتوں کو تیار کرتے ہیں اور ان کو بہتر بناتے ہیں، جس میں مجموعی موٹر مہارتیں (چلنے اور دوڑنے جیسی سرگرمیوں کے لیے پٹھوں کے بڑے گروپوں کا استعمال) اور عمدہ موٹر مہارتیں (چھوٹے پٹھوں کا استعمال جیسے سرگرمیوں جیسے چیزوں کو پکڑنا اور لکھنا) شامل ہیں۔

- زبان کی نشوونما (Language Development): طفولیت کی عمر کے دوران زبان کی مہارتیں تیزی سے پھیلتی ہیں۔ چھوٹے بچے سادہ الفاظ اور مختصر جملے استعمال کرنے سے لے کر مزید پیچیدہ جملے بنانے اور اپنے خیالات اور ضروریات کا زیادہ مؤثر انداز میں اظہار کرتے ہیں۔
- الفاظ کی توسیع (Vocabulary Expansion): طفولیت میں بچے اشیاء، لوگوں اور بنیادی تصورات کے نام سیکھتے ہوئے الفاظ کی بڑھتی ہوئی تعداد کو حاصل کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ نئے الفاظ اور زبان کے ماڈلز کے سامنے آنے کے ساتھ ہی ان کی ذخیرہ الفاظ میں وسعت آتی ہے۔
- نقل کرنا اور دکھاوا کھیلنا (Imitation and Pretend Play): طفولیت میں بچے بڑوں کی نقل کرنا اور دکھاوے کے کھیل میں مشغول ہونا پسند کرتے ہیں۔ وہ والدین اور نگہداشت کرنے والوں کے رویے کی نقل کرنے میں لطف اندوز ہوتے ہیں، نیز اپنے تخیل کو دکھاوا اور کردار ادا کرنے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔
- آزادی اور خود مختار (Independence and Autonomy): طفولیت میں بچے کی اہم خصوصیات میں سے ایک آزادی کی بڑھتی ہوئی خواہش ہے۔ چھوٹے بچے اپنے طور پر کام کرنے کی کوشش کرتے ہیں، جیسے خود کو کھانا کھلانا، کپڑے پہننا، اور اپنے ماحول کو آزادانہ طور پر تلاش کرنا۔
- جذبات کا ضابطہ (Emotion Regulation): طفولیت میں بچے اپنی جذباتی بیداری اور ضابطے کو فروغ دیتے رہتے ہیں۔ وہ جذبات کی ایک وسیع رینج کا تجربہ کر سکتے ہیں اور اکثر انہیں اپنے احساسات کو سمجھنے اور ان کا مقابلہ کرنے میں نگہداشت کرنے والوں سے رہنمائی کی ضرورت ہوتی ہے۔
- سماجی تعامل (Social Interaction): طفولیت ساتھیوں اور بڑوں کے ساتھ زیادہ بات چیت کرنا شروع کر دیتا ہے۔ وہ دوسرے بچوں کے ساتھ کھیلنے میں دلچسپی ظاہر کرتے ہیں، حالانکہ وہ اب بھی متوازی کھیل میں مشغول ہو سکتے ہیں (براہ راست بات چیت کے بغیر دوسروں کے ساتھ کھیلنا)۔
- تجسس اور کھوج (Curiosity and Exploration): طفولیت تجسس اور شوقین متلاشی ہوتے ہیں۔ وہ اپنے ارد گرد کے ماحول میں گہری دلچسپی ظاہر کرتے ہیں اور مسلسل نئے تجربات اور سیکھنے کے مواقع کی تلاش میں رہتے ہیں۔

## 5.4.2 طفولیت کی اہم ضروریات (Needs of Toddlerhood)

- جسمانی اور موٹر نشوونما (Physical and Motor Development): طفولیت ترقی کا ایک اہم مرحلہ ہے جو بچے اور معاشرے دونوں کے لیے کئی اہم ضروریات کو پورا کرتا ہے:
  - جسمانی اور موٹر نشوونما (Physical and Motor Development): طفولیت تیز رفتار جسمانی نشوونما اور موٹر مہارت کی نشوونما کا وقت ہے۔ یہ طاقت، ہم آہنگی اور توازن پیدا کرنے کے لیے ضروری ہے، جو مستقبل کی جسمانی سرگرمیوں اور مجموعی صحت کے لیے ضروری ہے۔

- زبان اور مواصلات کی مہارت (Language and Communication Skills): یہ مرحلہ زبان کی ترقی کے لیے اہم ہے۔ چھوٹے بچے الفاظ کو حاصل کرتے ہیں، جملے بنانا سیکھتے ہیں، اور اپنی بات چیت کی مہارت کو بہتر بناتے ہیں، مستقبل میں زبان سیکھنے اور سماجی تعاملات کی بنیاد رکھتے ہیں۔
- علمی ترقی (Cognitive Development): طفولیت علمی صلاحیتوں میں اضافے کا دور ہے۔ یہ وہ وقت ہوتا ہے جب چھوٹے بچے اپنے ماحول کو تلاش کرتے ہیں، تصوراتی کھیل میں مشغول ہوتے ہیں، اور مسائل کو حل کرنے کی بنیادی مہارتیں تیار کرتے ہیں۔
- جذباتی اور سماجی نشوونما (Emotional and Social Development): طفولیت کے دوران، بچے بہت سارے جذبات کا تجربہ کرتے ہیں اور جذباتی بیداری اور ضابطے کو فروغ دینا شروع کر دیتے ہیں۔ اس مرحلے کے دوران دیکھ بھال کرنے والوں اور ساتھیوں کے ساتھ تعاملات سماجی مہارتوں اور جذباتی ذہانت کی نشوونما میں معاون ہیں۔
- آزادی اور خود مختاری (Independence and Autonomy): طفولیت آزادی اور خود مختاری کی خواہش سے نشان زد ہے۔ چھوٹے بچوں کے لیے یہ ایک اہم وقت ہے کہ وہ اپنی مدد آپ کی مہارتیں تیار کریں اور اپنی روزمرہ کی سرگرمیوں میں ایجنسی کا احساس حاصل کریں۔
- تخیل اور تخلیقی صلاحیت (Imagination and Creativity): طفولیت عمر کے بچے کھیل اور تلاش کے دوران واضح تخیل اور تخلیقی صلاحیتوں کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ یہ ان کی علمی ترقی کو فروغ دیتا ہے اور انہیں اپنے ارد گرد کی دنیا کا احساس دلانے میں مدد کرتا ہے۔
- سماجی تعامل اور کھیل (Social Interaction and Play): طفولیت عمر کے بچے سماجی کھیل اور ساتھیوں اور بڑوں کے ساتھ تعامل میں مشغول ہوتے ہیں۔ یہ تجربات اشتراک، تعاون، ہمدردی اور دیگر اہم سماجی مہارتوں کے بارے میں سیکھنے میں ان کی مدد کرتے ہیں۔
- اعتماد اور خود اعتمادی (Developing Preferences and Identity): طفولیت عمر کے دوران چیلنجوں کا مقابلہ کرنا اور سنگ میل کو حاصل کرنا بچوں میں اعتماد اور خود اعتمادی پیدا کرتا ہے، جو ان کی مستقبل کی نشوونما اور نشوونما کے لیے ایک مثبت بنیاد رکھتا ہے۔
- ٹوائلٹ کی تربیت اور خود کی دیکھ بھال (Toilet Training and Self-Care): طفولیت وہ وقت ہوتا ہے جب بہت سے بچے بیت الخلا کی تربیت شروع کرتے ہیں اور خود کی دیکھ بھال کی بنیادی مہارتیں سیکھتے ہیں، جس سے ان کی آزادی اور خود کی دیکھ بھال میں اعتماد پیدا ہوتا ہے۔

- زبان اور بات چیت (Language and Communication): زبان اور مواصلات کی بہتر مہارتیں طفولیت عمر کے بچے کو اپنی ضروریات، جذبات اور خیالات کا زیادہ مؤثر طریقے سے اظہار کرنے کے قابل بناتی ہیں، مایوسی کو کم کرتی ہیں اور دوسروں کے ساتھ بات چیت کرنے کی ان کی صلاحیت کو بڑھاتی ہیں۔
- مجموعی طور پر، طفولیت ایک ابتدائی مرحلہ ہے جو بچے کی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ یہ بہت زیادہ ترقی اور سیکھنے کا وقت ہے، کیونکہ طفولیت عمر کے بچے کی ضروری مہارتیں، علم، اور تجربات حاصل کرتے ہیں جو ان کی مستقبل کی ترقی کو تشکیل دیتے ہیں اور زندگی بھر سیکھنے اور بہبود کی بنیاد رکھتے ہیں۔ صحت مند نشوونما کو فروغ دینے اور بچوں کو ان کی مکمل صلاحیتوں تک پہنچنے میں مدد کرنے کے لیے کم عمری کے دوران معاون اور پرورش کا ماحول فراہم کرنا بہت ضروری ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: طفولیت کے مرحلہ کے بارے میں ایک نوٹ تحریر کریں؟

## 5.5 نوبلوغیت کے مرحلہ کی ضروریات اور خصوصیات

(Characteristic and Need of Early Childhood Stage)

نوبلوغیت کا مرحلہ کسی شخص کی زندگی کا ایک نازک دور ہوتا ہے، جس میں تیزی سے جسمانی، علمی، جذباتی اور سماجی نشوونما ہوتی ہے۔ پیدائش سے لے کر لگ بھگ آٹھ سال کی عمر تک کا یہ مرحلہ بچے کی مستقبل کی فلاح و بہبود اور کامیابی کی بنیاد رکھتا ہے۔ مناسب دیکھ بھال، مدد، اور ترقی کے مواقع فراہم کرنے کے لیے اس مدت کے دوران منفرد خصوصیات اور ضروریات کو سمجھنا بہت ضروری ہے۔

### 5.5.1 نوبلوغیت کی خصوصیات (Characteristics of Early Childhood)

- تیز ذہنی نشوونما (Rapid Brain Development): ابتدائی برسوں میں دماغ کی نمایاں نشوونما ہوتی ہے، اعصابی رابطے غیر معمولی شرح سے بنتے ہیں۔ یہ وہ وقت ہے جب بچے کی بنیادی مہارتیں جیسے زبان، مسئلہ حل کرنے اور جذباتی ضابطے کو حاصل کرتے ہیں۔
- جسمانی نشوونما (Physical Growth): نوبلوغیت کی عمر میں بچے کی جسمانی تبدیلیوں کا تجربہ کرتے ہیں، جس کی نشاندہی قد، وزن، اور موٹر مہارتوں کی نشوونما میں ہوتی ہے۔ ان کی حسی و حرکی صلاحیتیں بھی مزید بہتر ہو جاتی ہیں، جو اپنے ارد گرد کی دنیا کی تلاش میں ان کی مدد کرتی ہیں۔

- جذباتی نشوونما (Emotional Growth): نوبلوغیت میں جذباتی نشوونما گہری ہوتی ہے۔ بچے اپنے جذبات کو پہچاننا اور اس کا اظہار کرنا، ہمدردی پیدا کرنا، اور دیکھ بھال کرنے والوں کے ساتھ ایٹچمنٹ یا ہم آہنگی بنانا سیکھتے ہیں، صحت مند تعلقات کی بنیاد ڈالتے ہیں اور انہیں قائم کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔
- علمی ترقی (Cognitive Advancement): نوبلوغیت کی عمر میں بہت زیادہ علمی ترقی قائم ہوتی ہے۔ بچے وجہ اور اثر کو سمجھنا شروع کرتے ہیں، بنیادی استدلال کی مہارتیں تیار کرتے ہیں، اور تخیلاتی کھیل میں مشغول ہوتے ہیں، تخلیقی صلاحیتوں کو فروغ دیتے ہیں اور مسئلہ حل کرنے کی صلاحیتیں رکھتے ہیں۔
- سماجی تعامل (Social Interaction): جیسے جیسے بچے بڑے ہوتے ہیں، وہ سماجی تعاملات کو نیوگیٹ کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ وہ سماجی اصول سیکھتے ہیں، دوستی پیدا کرتے ہیں، اور تعاون اور اشتراک کی اہمیت کو سمجھتے ہیں۔

## 5.5.2 نوبلوغیت کی ضروریات (Needs of Early Childhood)

- رشتوں کی پرورش (Nurturing Relationships): دیکھ بھال کرنے والوں اور ساتھیوں کے ساتھ مثبت تعلقات بچے کی جذباتی حفاظت اور صحت مند نشوونما کے لیے ضروری ہیں۔ ذمہ دار نگہداشت اعتماد کو فروغ دیتی ہے، مستقبل کے تعلقات کے لیے ایک مضبوط بنیاد ہونی چاہیے۔
  - محرک ماحول (Stimulating Environment): نوبلوغیت کی عمر میں ماحول کو تلاش کرنے، کھیل اور سیکھنے کے کافی مواقع فراہم کرنے چاہئیں۔ عمر کے مطابق کھلونے، کتابیں، اور سرگرمیاں جو تجسس اور تخیل کی حوصلہ افزائی کرتی ہیں فروغ دینی چاہیے۔
  - غذائیت اور صحت (Nutrition and Health): اس مرحلے کے دوران جسمانی نشوونما اور دماغی نشوونما کے لیے مناسب غذائیت اور صحت کی دیکھ بھال بہت ضروری ہے۔ غذائیت سے بھرپور کھانوں تک رسائی، باقاعدگی سے چیک اپ، اور محفوظ ماحول بچے کی فلاح و بہبود کے لیے بنیادی ہیں۔
  - مستقل معمولات اور ساخت (Consistent Routine and Structure): بچے مستقل معمولات کے ساتھ مستقبل کے زاویہ کے ماحول میں ترقی کرتے ہیں۔ نیند کے معمولات، کھانے کے اوقات، اور کھیلنے کے نظام الاوقات کو قائم کرنا ان کے جذباتی استحکام اور نشوونما میں معاون ہے۔
  - معیاری ابتدائی تعلیم (Quality Early Education): اعلیٰ معیار کے نوبلوغیت کی تعلیم کے پروگرام علمی نشوونما کو متحرک کرتے ہیں، سماجی مہارتوں کو فروغ دیتے ہیں، اور مستقبل کی تعلیمی کامیابی کی بنیاد رکھتے ہیں۔
- آخر میں یہ کہنا لازمی ہے کہ نوبلوغیت ایک ابتدائی دور ہے جو کسی شخص کی زندگی کو نمایاں طور پر تشکیل دیتا ہے۔ مخصوص خصوصیات کو سمجھنا اور اس مرحلے کے دوران بچوں کی ضروری ضروریات کو پورا کرنا ان کی مجموعی نشوونما کو فروغ دینے کے لیے اہم ہے۔

مثبت نشوونما پر وان چڑھانے والے تعلقات، ایک محرک ماحول، مناسب تغذیہ، مستقل مزاجی، اور معیاری تعلیم فراہم کر کے، ہم چھوٹے بچوں کو ان کی مکمل صلاحیتوں تک پہنچنے کے لیے باختیار بناتے ہیں، جو ایک روشن اور کامیاب مستقبل کی منزلیں طے کرتے چلے جاتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: نوبلوغیت کے مرحلہ کے بارے میں ایک نوٹ تحریر کریں؟

## 5.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درج ذیل باتیں سیکھیں:

- شیر خوارگی کی نشوونما تیز رفتار جسمانی، نفسیاتی، اور سماجی ترقی اور تبدیلی کی مدت ہے جو قبل از پیدائش شروع ہوتی ہے اور شیر خوارگی تک مانی جاتی ہے۔
- شیر خوارگی کی نشوونما مختلف پہلوؤں پر مشتمل ہوتی ہے جو بچے کی نشوونما اور مجموعی طور پر بہبود میں معاون ہوتے ہیں۔ یہ پہلو ایک دوسرے سے جڑے ہوئے ہیں اور زندگی کے ابتدائی سالوں کے دوران بچے کی نشوونما میں یکساں طور پر اہم ہیں۔
- شیر خوارگی میں جسمانی نشوونما مختلف عوامل سے متاثر ہوتی ہے، جن میں جینیات، غذائیت اور ماحولیاتی محرکات شامل ہیں۔ فعال کھیل، جسمانی سرگرمیاں، اور تلاش کے مواقع فراہم کرنا صحت مند جسمانی نشوونما کے لیے ضروری ہے۔
- شیر خوارگی میں علمی نشوونما سے مراد زندگی کے ابتدائی چند سالوں کے دوران بچے کی سوچ، سیکھنے اور مسئلہ حل کرنے کی صلاحیتوں کی نشوونما اور ترقی ہے، خاص طور پر پیدائش سے لے کر آٹھ سال کی عمر تک۔ ترقی کا یہ مرحلہ اہم علمی ترقی کی خصوصیت رکھتا ہے اور مستقبل کی فکری ترقی کی بنیاد رکھتا ہے۔
- شیر خوارگی میں سماجی نشوونما سے مراد وہ عمل ہے جس کے ذریعے بچے دوسروں کے ساتھ مؤثر طریقے سے بات چیت کرنے اور با معنی تعلقات بنانے کے لیے ضروری مہارتیں، طرز عمل اور رویے حاصل کرتے ہیں۔
- شیر خوارگی میں اخلاقی نشوونما سے مراد وہ عمل ہے جس کے ذریعے بچے صحیح اور غلط، انصاف پسندی اور ہمدردی کے بنیادی اصولوں کو سمجھنا اور ان کو اندرونی بنانا شروع کرتے ہیں۔
- قبل از پیدائش کا مرحلہ، جسے قبل از پیدائش کا مرحلہ بھی کہا جاتا ہے، ترقی کے اس دور سے مراد ہے جو انسانوں میں قبل از پیدائش ہوتا ہے۔

- "شیر خوارگی کی ترقی" سے مراد وہ مجموعی نشوونما اور پختگی ہے جو بچے کی زندگی کے ابتدائی مرحلے کے دوران ہوتی ہے۔ اس میں جسمانی، علمی، جذباتی، سماجی، اور حسی تبدیلیاں اور سنگ میل شامل ہیں جو پیدائش سے لے کر تقریباً دو سال کی عمر تک ہوتی ہیں۔ یہ مرحلہ بچے کی زندگی کے مختلف پہلوؤں میں تیز رفتار اور اہم پیشرفت کی خصوصیت رکھتا ہے۔

## 5.7 فرہنگ (Glossary)

قبل از پیدائش کے مرحلہ کی ضرورت اور خصوصیات	(Characteristic and Need of Pre-) Natal Stage
ماں کے رحم میں پل رہا نو مولود بچہ	جنین (fetus)
سیل ڈویژن	( Cell Division )
ماں اور بچہ کے بیچ کی پیدائش سے پہلے جڑی ہوئی نال	نال (Umbilical Cord)
صحت مند جنین کی نشوونما	(Healthy fetus Development):
مداخلت کے لیے بہترین وقت	(Optimal Timing for Interventions)
شیر خوارگی مرحلہ ضروریات اور خصوصیات	(Characteristic and Need of ) Infancy Stage
مواصلات کی مہارتیں	(Communication Skill)
حسی نشوونما	(Sensory Development)
طفولیت کے مرحلہ کی ضرورت اور خصوصیات	(Characteristic and Need of Toddlerhood Stage)
تخیل اور تخلیقی صلاحیت	(Imagination and Creativity)

## 5.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

۱۔ شیر خوارگی کی نشوونما کی مدت کب شروع ہوتی ہے؟

- (a) پیدا ہونے کے قبل  
(b) پیدا ہونے کے بعد  
(c) ۱۰ سال کے بعد  
(d) ان میں سے کوئی نہیں

- 2- شیر خوارگی میں نشوونما کی کس عمر تک کے نازک دور پر محیط ہوتی ہے؟
- (a) پیدائش سے لے کر تقریباً دس سال (b) پیدائش سے لے کر تقریباً آٹھ سال  
(c) پیدائش سے لے کر تقریباً بارہ سال (d) ان میں سے کوئی نہیں
- 3- ابتدائی بچوں میں جسمانی نشوونما کن چیزوں پر مشتمل ہے؟
- (a) غذا (b) جینیات  
(c) ماحول (d) ان میں سے سبھی
- 4- ابتدائی بچوں میں نشوونما کے کون کون سے پہلو ہیں؟
- (a) جسمانی (b) سماجی  
(c) جذباتی (d) ان میں سے سبھی
- 5- شیر خوارگی کے نشوونما کی کون کون سے خصوصیات ہیں؟
- (a) دماغی نشوونما (b) نیند کی بیٹرن  
(c) جسمانی نشوونما (d) ان میں سے سبھی

#### مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

- 1- ”شیر خوارگی کی ترقی“ سے مراد کیا ہے؟
- 2- جسمانی نشوونما سے کیا مراد ہے؟
- 3- بچوں کے ذہنی نشوونما میں والدین کا کیا کردار ہے؟
- 4- شیر خوارگی میں اخلاقی نشوونما سے کیا مراد ہے؟
- 5- کس عمر کے بچے میں دوستی کا جذبہ پایا جاتا ہے اور کیوں؟

#### طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

- 1- نشوونما کے مختلف پہلوؤں کا تفصیلی جائزہ لیجیے؟
- 2- شیر خوارگی سے کیا مراد ہے؟ واضح کریں۔
- 3- قبل از پیدائش بچے کے خصوصیات کیا ہیں؟

---

## 5.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

- 1."The Power of Play: Learning What Comes Naturally" by David Elkind
- 2."The Art of Awareness: How Observation Can Transform Your Teaching" by Deb Curtis and Margie Carter
- 3."Theories of Childhood: An Introduction to Dewey, Montessori, Erikson, Piaget, and Vygotsky" by Carol Garhart Mooney
- 4."In the Spirit of the Studio: Learning from the Atelier of Reggio Emilia" by Lella Gandini, Lynn Hill, and Louise.
- 5."The Intentional Teacher: Choosing the Best Strategies for Young Children's Learning" by Ann S. Epstein.
- 5."Rethinking Early Childhood Education" edited by Ann Pelo and others.
- 6."The Pennsylvania Academy of Play Therapy and Training, Inc. Playbook" by Katie Woodward, PhD
- 7."Early Childhood Care and Education in India" by Nandita Chaudhary and Rajan Chaudhary
- 8."Early Childhood Education in the Indian Context: Policy, Pedagogy, and Practices" edited by Venita Kaul and Sunita Singh

# اکائی 6- بچے کی جسمانی نشوونما

(Child Development-Physical)

اکائی کے اجزا

6.0 تمہید (Introduction)

6.1 مقاصد (Objectives)

6.2 جسمانی نشوونما: بچے کی جسمانی نمو (حمل ٹھہرنے سے لے کر 8 سال تک)

(Physical Development: Physical Growth of the Child from Conception to Eight Years)

6.2.1 بچے کی نشوونما اور افزائش کے مختلف مراحل (Different Stages of Child Development)

6.3 جسمانی نمو اور نشوونما کو متاثر کرنے والے عوامل

(Factors influencing physical growth and development)

6.4 جسمانی نشوونما کو فروغ دینے میں بالغ افراد کا کردار (Adults role in promoting Physical Growth)

6.5 عمر کے ابتدائی سالوں کا معمول: دودھ پلانا، دودھ چھڑانا، متبادر دودھ پلانا، بیت الخلاء کی عادت، نیند اور ٹیکا لگوا

(Routine-Breast feeding, weaning supplementary feeding, Toilet training, Sleeping, Immunization)

6.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

6.7 فرہنگ (Glossary)

6.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

6.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

## 6.0 تمہید (Introduction)

تبدیلی قدرت کا قانون ہے۔ چاہے بے جان اشیاء ہو یا جاندار، سبھی تبدیلی کے تابع ہوتے ہیں۔ جاندار اشیاء کو عام طور پر اس کے دورانیہ حیات (Life Cycle) اور بڑھنے (Growth and Development) کی صلاحیت یعنی نمو اور نشوونما کی بناء پر بے جان اشیاء سے امتیاز کیا جاتا ہے۔ جس طرح سے زمین میں بویا ہوا ایک بیج (Seed) بڑا ہو کر ایک پودا (Sapling/Plant) بنتا ہے۔ مزید نمو اور نشوونما ہونے پر ایک درخت (Tree) بن جاتا ہے اور پھر اس درخت پر پھل اور پھول آتے ہیں۔ یہی پھل اور پھول درخت کا بیج پیدا کرتے ہیں۔ اس طرح سے دورانیہ حیات یعنی لائف سائیکل چلتا رہتا ہے۔ بالکل اسی طرح کا دورانیہ حیات پرندوں، جانوروں اور انسانوں میں بھی ہوتا ہے جہاں پر نر (Male) اور مادہ (Female) کے جنسی ملاپ سے ان ہی کے جیسے مخصوص خصوصیات کی انواع پیدا ہوتی ہے۔ جہاں تک انسان کا تعلق ہے تو انسانوں میں زندگی کا آغاز ماں کے پیٹ میں یعنی رحم (Uterus) میں حمل (Conception) کے ٹھہرنے سے ہی ہو جاتا ہے۔ اس عمل میں ماں کے بیضے (Ovum) اور باپ کے نطفہ (Sperm) سیل کے ملاپ سے ہی انسانی زندگی کا آغاز ہو جاتا ہے اور اس میں تبدیلی ہوتے رہتی ہے۔ ماں کی کوکھ (Womb) ہی پھر اس نئی زندگی کی نمو اور نشوونما کا ذریعہ بن جاتی ہے اور تقریباً نو مہینے (40 ہفتے یا 280 دن) کے بعد ہی بچہ نوزائیدہ کے طور پر دنیا میں آنے کے قابل ہو جاتا ہے۔

## 6.1 مقاصد (Objectives)

اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:

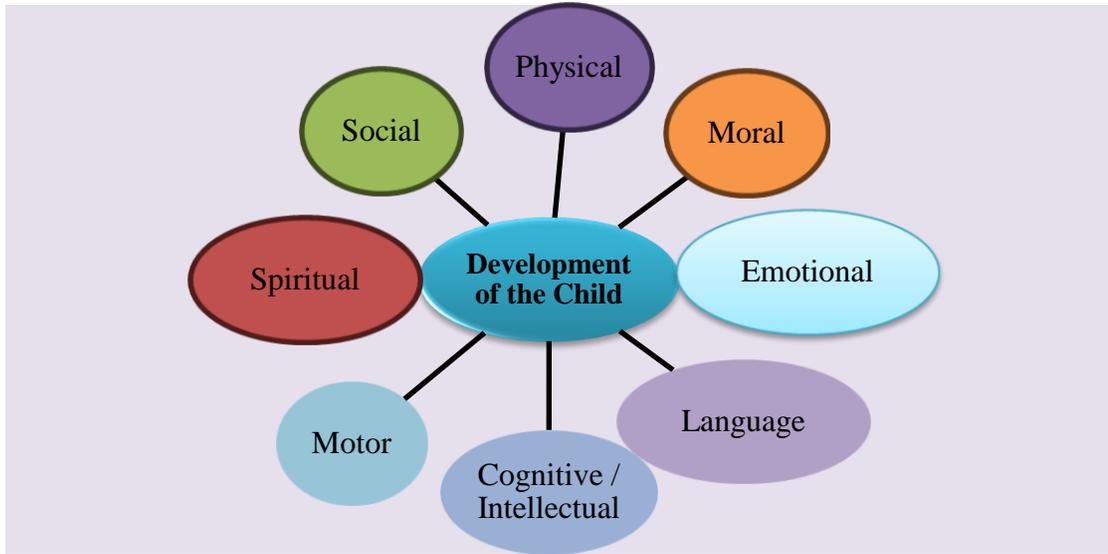
- نمو اور نشوونما کے معنی و مفہوم اور تعریف بیان کر سکیں۔
- جسمانی نشوونما کی تعریف اور مفہوم بیان کر سکیں گے اور اس کو متاثر کرنے والے عوامل کو جان سکیں۔
- حمل کے ٹھہرنے سے عمر کے 8 سال تک ہونے والی جسمانی نشوونما کو واضح کر سکیں۔
- جسمانی نشوونما کے فروغ میں والدین اور اساتذہ کے کردار کو سمجھ سکیں۔
- چھ سال کی عمر تک بچے کے روزانہ کے معمول کو سمجھ سکیں۔

## 6.2 جسمانی نشوونما: بچے کی جسمانی نمو (حمل ٹھہرنے سے لے کر 8 سال تک)

(Physical Development: Physical Growth of the Child from Conception to Eight Years)

ہم جانتے ہیں کہ آج کے بچے کل کا مستقبل ہوتے ہیں۔ آگے چل کر یہی بچے نہ صرف قوم بلکہ ملک کے مستقبل کے انسانی وسائل کا ذریعہ بنتے ہیں۔ لہذا بچوں کے لئے یہ بہت ضروری ہو جاتا ہے کہ انہیں سب سے زیادہ اہمیت ملے اور صحیح طریقے سے ان کی پرورش ہو۔ بچوں کو

ہمیں خدا کی طرف سے عطا کیا گیا ایک تحفہ مانا جاتا ہے۔ اس لیے یہ اور بھی ضروری ہو جاتا ہے کہ ان کی پرورش خاندان اور سماج دونوں میں پیار و محبت اور اچھے طریقے سے ہو۔ چونکہ پیدائش سے 6 سال کی عمر بچوں کی زندگی کا سب سے اہم اور کمزور مرحلہ ہوتا ہے اور مستقبل کی بنیادیں بھی اسی دور پر مبنی ہوتی ہیں۔ قدرتی طور پر یہ بنیاد مستحکم (Stable) اور مضبوط (Strong) ہونا ضروری ہے۔ زندگی کے اس حصے کو ابتدائی بچپن (Early Childhood) کہتے ہیں اور اس دور میں بچے کی دیکھ بھال ہونا نہایت ہی ضروری ہے۔ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (Early Childhood Care and Education) کے تناظر میں بچوں کے بارے میں مطالعے سے مراد ہے کہ قبل از پیدائش یعنی کہ حمل ٹھہرنے سے لے کر چھ سال تک کی عمر کے بچوں کا سائنسی مطالعہ کیا جانا چاہیے۔ Early Childhood Care and Education (ECCE) بچے کی نشوونما اور افزائش کے مختلف پہلوؤں پر توجہ مرکوز کرتا ہے۔ جیسے کہ جسمانی، ذہنی، زبانی، اخلاقی وغیرہ۔ نشوونما اور افزائش وہ عمل ہے جو پیدائش کے پہلے سے ہی شروع ہو جاتا ہے اور مرتے وقت تک چلتا رہتا ہے۔ عام طور پر نمو یا افزائش (Growth) کو مقداری تبدیلی سے ظاہر کیا جاتا ہے۔ جیسے کہ بچے کا وزن، قد (Height)، جسمانی اعضاء (اندرونی اور بیرونی دونوں) وغیرہ جو کہ ایک عمر تک چلتا ہے اور پھر مکمل ہونے پر رک جاتا ہے۔ اس کے برعکس نشوونما (Development) کو معیاری تبدیل سے ظاہر کرتے ہیں۔ اس سے مراد کے انسانوں میں ہونے والی وہ تمام تبدیلیاں جو قبل از پیدائش (حمل) سے لے کر موت تک چلتی رہتی ہے۔ نشوونما کے بارے میں ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ یہ ایک مسلسل چلنے والا عمل ہے جس میں معیاری تبدیلی کے ساتھ ساتھ مقداری تبدیلی (نمو) بھی ہوتی رہتی ہے۔ بچے کی نشوونما پہلوؤں کو درج ذیل چارٹ سے بھی سمجھا جاسکتا ہے۔



معنی و مفہوم: مندرجہ ذیل تعاریفات کے ذریعے نشوونما کے مفہوم کو سمجھا جاسکتا ہے۔

i. A. Angyal (1941) کا نظریہ ہے کہ "نشوونما کو صرف ذہن کے لحاظ سے نہیں سمجھا جاسکتا ہے بلکہ انفرادی طور پر اس کے دوسروں کے ساتھ اپنے تجربے کے تعلق سے سمجھا جاسکتا ہے"۔ اس طرح نشوونما کا تعلق انسان میں ہونے والے کل حیاتیاتی عمل سے ہے۔

(A. Angyal (1941) is of the view “Development cannot be considered in terms of the mind alone but rather in terms of the individual as a whole in relationship with his experience with others”. Thus, development is concerned with the biological total process taking place.)

ii E.B.Hurlock (1959) کے بقول اصطلاح ’نشو و نما‘ کا مطلب تبدیلیوں کا ایک ترقی پسند سلسلہ ہے جو پختگی (Maturation) اور تجربے (Experience) کے نتیجے میں منظم انداز میں پیش رفت کے انداز میں ہوتا ہے۔

(In the words of E. B. Hurlock (1959), the term “development means a progressive series of changes that occur in an orderly predictable pattern as a result of maturation and experience.”)

iii Crow and Crow کے بقول، نمو یا افزائش سے مراد ساختی اور جسمانی تبدیلیاں ہیں۔ جبکہ نشو و نما سے مراد نمو کے ساتھ ساتھ رویے میں وہ تبدیلیاں ہیں جو ماحولیاتی محرک کے نتیجے میں ہوتی ہیں۔ یعنی کہ نمو سے مراد عام طور پر ساخت، اونچائی یا لمبائی اور وزن میں اضافہ سے ہے جبکہ نشو و نما سے مراد فرد یا انسان میں مجموعی طور پر تبدیلی ہے۔

(Crow and Crow said that Growth refers to structural and Physiological changes, while development refers to growth as well as those changes in behavior which result from environmental stimulation. It means growth generally refers to an increase in size, height, and weight while development refers to a change in the organism as a whole.)

مندرجہ بالا تمام تعریفات سے یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ بچے کی نشو و نما ایک سلسلہ وار اور منظم طریقے سے ہونے والی تبدیلیاں ہیں جو پختگی (Maturation) کی طرف جاتی ہے۔ یہاں پر سلسلہ وار اور منظم ہونے کا مطلب یہ ہے کہ یکے بعد دیگر ہونے والی تبدیلیاں۔ عمر (Age) کے ہر مرحلے میں تبدیلی کا انحصار اس بات پر ہوتا ہے کہ اس سے پہلے کیا ہوا تھا اور یہ آگے ہونے والی تبدیلیوں کو کس طرح سے متاثر کرے گا یہاں پر یہ بات بھی واضح ہو جا رہی ہے کہ نشو و نما میں ہونے والی تبدیلیاں بے ترتیب نہیں بلکہ ترتیب وار ہوتی ہیں۔ ایک فرد حمل سے لے کر موت تک مسلسل تبدیلیوں کے عمل میں رہتا ہے۔ بچے کی صحیح نشو و نما کے ہونے میں ان تمام تبدیلیوں کا جائزہ اور مطالعہ کیا جاتا ہے۔ یہ تبدیلیاں نہ صرف اس کی شخصیت بلکہ اس کے برتاؤ اور طرز عمل میں بھی ہوتی ہیں۔ یہی تبدیلیاں یا واضح طور پر کہیں تو عمومی خصوصیات ہی ہیں جو بچے کی تعلیم و تربیت کے لیے اشعار اور ذرائع فراہم کرتی ہیں۔ ECCE کے تناظر میں ہر بچہ ایک قیمتی اثاثہ ہوتا ہے اور اس معاشرے میں ایک فرد کے طور پر ممکنہ حد تک نشو و نما پانے کا پورا حق حاصل ہے۔ ہم جانتے ہیں کہ ہر فرد ایک دوسرے سے مختلف ہوتا ہے۔ اسی لئے ان میں نمو اور نشو و نما کے عمل کی شرح بھی مختلف ہوتی ہے۔

## اہمیت (Importance)

”صحت مند جسم میں صحت مند دماغ، ذہن ہوتا ہے۔“ یہ ایک پرانی کہاوت ہے، لیکن بنیادی طور پر صحیح بھی ہے۔ بچے کی جسمانی نشوونما کئی وجوہات کی بنا پر بہت اہم ہے۔ ایک بچے کی جسمانی طور پر صحیح اور مناسب نشوونما ہونا اس کی ہمہ جہت ترقی میں ناقابل قدر اور اہم رول ادا کرتی ہے۔ جب بچہ کسی جسمانی سرگرمی میں مصروف ہوتا ہے تو بہت جسمانی طور پر ہی نہیں بلکہ ذہنی اور جذباتی طور پر بھی اس میں شامل ہوتا ہے۔ کسی بھی فرد کی جسمانی نشوونما نہ صرف انفرادی بلکہ اس کی سماجی نشوونما کے لیے بھی اہم ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ یہ اخلاقی اور روحانی نشوونما کے لئے بھی ضروری ہوتا ہے۔ اگر ایک فرد جسمانی طور پر صحت مند نہیں ہے تو باقی پہلوؤں (یعنی کہ ذہنی سماجی اخلاقی جذباتی وغیرہ) کے برابر یا صحیح ہونے پر بھی وہ اپنے اور سماج دونوں کے فرائض انجام دینے سے قاصر رہے گا۔ عظیم شخصیت سوامی وویکانندنے بھی ایک اچھے اور صحت مند جسم (Well-Built Body) کی اہمیت پر زور دیتے ہوئے کہا کہ ”ہندوستان کو آج جس چیز کی ضرورت ہے وہ بھگوا دیگیتا نہیں، بلکہ فٹ بال کا میدان ہے۔“ Ryburn نے تبصرہ کیا: ”ہمیں ہندوستانی تعلیم میں جسمانی تعلیم کے ایک عمومی فلسفے کی ضرورت ہے۔ ہمیں تعلیم کے ایک ایسے تصور کی ضرورت ہے جس میں جسمانی تعلیم اپنی صحیح جگہ لے اور جس میں اس کی اہمیت کو تسلیم کیا جائے۔“ اس لئے یہاں یہ بات بہت واضح ہو جاتی ہے کہ فرد کی ہمہ جہت ترقی (Over All Development) میں جسمانی نشوونما کا کردار کتنا اہم ہے۔ اور اگر ہم نے بچے کی جسمانی نشوونما پر مناسب توجہ اور نگہداشت نہ دی تو اس کی جذباتی، ذہنی، سماجی، اخلاقی اور روحانی نشوونما کے لیے سنگین معذوریوں کا سبب بھی بن سکتے ہیں۔

### اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- قبل از پیدائش کے مرحلہ میں کون سی نشوونما پروان چڑھتی ہے؟

### 6.2.1 بچے کی نشوونما اور انفرائش کے مختلف مراحل (Different Stages of Child Development)

قبل از پیدائش (Pre Natal Stage): قبل از پیدائش یا حمل کا دور تقریباً 38 ہفتہ کا ہوتا ہے۔ یہ دور یا مدت حمل کے ٹھہرنے سے لے کر پیدائش کے وقت تک ہوتی ہے، جو کہ تقریباً ایک کیلنڈر کے نو مہینے یا 280 دن کے برابر ہوتی ہے۔ حالانکہ یہ مدت بہت مختصر ہوتی ہے، لیکن اس میں نشوونما انتہائی تیز رفتاری سے ہوتی ہے۔ اس مدت کے دوران نشوونما حاصل کر رہا جنین (fetus) اپنی ہر ضروریات کے لئے مکمل طور پر اپنی ماں پر منحصر ہوتا ہے۔ قبل از پیدائش کا مطالعہ بہت ضروری ہے کیونکہ بچہ کیا اور کیسا ہوگا اس کا تعین اس بات سے ہوتا ہے کہ قبل از پیدائش اس کے ساتھ کیا ہوا تھا۔ مثلاً کیا اسے مناسب طریقے سے غذائیت ملی ہے؟ یا، کیا اس کی صحیح طرح سے نمو و نشوونما ہوئی ہے؟ وغیرہ۔ قبل از پیدائش کے ماحولیاتی حالات (Inside the Womb) جو مورثی صلاحیتوں کی نشوونما کو متاثر کرتے ہیں ان کا

انحصار ماں کی صحت، خوراک، پرورش اور جذباتی کیفیت پر ہوتا ہے۔ دیگر ماحولیاتی عوامل جیسے زچہ (ماں) کی غذائیت، کشیدگی، بیماریاں، عمر، اور منشیات یا دواؤں کا استعمال، پیدائش کے وقت نشوونما اور بچے کی سائز کو متاثر کرتا ہے۔  
 جنین (Fetus) یا قبل از پیدائش کے مرحلے کو عام طور پر تین ذیلی مرحلوں میں تقسیم کیا جاتا ہے۔"

• Pre-Embryonic Stage

• Embryonic Stage

• Fetal Stage

Pre Embryonic Stage	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• امپلائنٹیشن مکمل ہو جاتا ہے۔</li> <li>• Primary Chorionic Villi کا بنا۔</li> <li>• Embryo دوپرت (Layer) Trophoblast اور Blastocyst میں تیار ہو جاتا ہے۔</li> <li>• Amniotic Cavity ظاہر ہو جاتی ہے۔</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• حمل کے ٹھہرنے</li> <li>• سے ۳ ہفتہ تک</li> </ul>
Embryonic Stage	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 ہفتہ کے اختتام پر Embryo تقریباً 1.3 cm لمبا ہو جاتا ہے۔</li> <li>• ہاتھ اور پیر کا بنا شروع ہو جاتا ہے یہاں تک کہ انگلیوں کی جھلیاں (Finger Ridges) نمودار ہونے لگتی ہیں۔</li> <li>• آنکھ، کان اور ناک کے ابتدائی حصے ظاہر ہوتے ہیں۔</li> <li>• پھیپھڑے بنا شروع ہو جاتا ہے۔</li> <li>• آنتوں کی نالیاں بنا شروع ہو جاتی ہے۔</li> <li>• نیورل ٹیوب (جو کہ دماغ اور ریڑھ کی ہڈی کی ہڈیوں کی تشکیل کرتی ہے) چوتھے ہفتہ تک بند ہو کر دماغ اور ریڑھ کی ہڈی بنا شروع ہو جاتی ہے۔</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 سے 6 ہفتہ تک</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• اس مرحلے کے اختتام پر جنینیاتی مرحلہ ختم ہو جاتا ہے اور Fetal کا مرحلہ شروع ہوتا ہے۔</li> <li>• 10 ہفتہ کے اختتام پر Embryo تقریباً 6.3 cm لمبا ہوتا ہے اور اس کا وزن 14 گرام ہو جاتا ہے۔</li> <li>• باہری تولیدی اعضاء (Sex Organ) کی ظاہری شکل دکھائی دیتی ہے۔</li> <li>• 10 ہفتہ کے آخر تک تمام بڑے اعضاء کے نظام بن چکے ہوتے ہیں۔</li> <li>• مقعد (Anus) کے اوپر کی جھلی (Membrane) ٹوٹ جاتی ہے۔ ساتویں ہفتہ تک دل کے چار</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 7 سے 10 ہفتہ تک</li> </ul>

<p>خانے (4 Chambers of Heart) بن جاتے ہیں۔</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• جنین انسانی شکل اختیار کر لیتا ہے۔</li> <li>• ہڈیوں کا بنا شروع ہو جاتا ہے۔</li> <li>• ابتدائی گردہ (Kidney) پیشاب خارگ کرنا شروع کر دیتا ہے۔</li> </ul>	
Fetal Stage	
<p>14 ہفتہ کے اختتام پر Embryo تقریباً 12cm لمبا ہو جاتا ہے اور اس کا وزن 110 گرام ہو جاتا ہے۔</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• سر سیدھا ہو جاتا ہے اور جسم کا نچلا حصہ بھی اچھی طرح سے تیار ہو جاتا ہے۔</li> <li>• نر اور مادہ کا باہری تولیدی اعضاء (Sex Organ) میں فرق کیا جاسکتا ہے۔</li> <li>• آنکھ کی پلکیں بند کی ہوتی ہے۔</li> </ul>	11 سے 14 ہفتہ تک
<p>18 ہفتہ کے اختتام پر Embryo تقریباً 16 cm لمبا ہو جاتا ہے، اس کا وزن 320 گرام ہوتا ہے۔</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• X-Ray جنین کی ہڈیوں کو دیکھا جاسکتا ہے۔</li> <li>• کان، سر کے بال باہر نکل آتے ہیں۔</li> <li>• Meconium آنتوں کی نالیوں میں موجود ہوتا ہے۔</li> <li>• جنین کسی بھی چیز کو چوسنے (Sucking) کی حرکت کرتا ہے اور Amniotic Fluid کو نگلتا ہے۔</li> <li>• 18 ہفتہ کے آخر تک بچے کی حرکت بھی محسوس ہوتی ہے۔</li> </ul>	15 سے 18 ہفتہ تک
<p>نشوونما کے 22 ویں ہفتہ کے اختتام پر Embryo تقریباً 21cm لمبا ہوتا ہے اور اس کا وزن 630 گرام ہو جاتا ہے۔</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vernix Laseosa جلد کو ڈھانپتا ہے۔</li> <li>• سر اور جسم کے بال نظر آنے لگتے ہیں۔</li> <li>• جلد میں جھریاں آتی ہے اور وہ سرخ یا لال رنگ کی ہو جاتی ہے۔</li> <li>• گردن اور سینے کی ہڈی (Sternum) کے پاس Brown Fat آجاتا ہے جو جنین کے لئے گرمی پہنچانے کا سبب بنتا ہے۔</li> </ul>	19 سے 22 ہفتہ تک

<ul style="list-style-type: none"> <li>• چھاتی پر نیپلز (Nipples) ظاہر ہوتے ہیں۔</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• نشوونما کے 26 ویں ہفتے کے اختتام پر Embryo کی لمبائی تقریباً 25cm ہوتی ہے اور اس کا وزن 1000 گرام ہو جاتا ہے۔</li> <li>• انگلیوں کے ناخن نظر آنے لگتے ہیں۔</li> <li>• جسم دبلا ہوتا ہے۔</li> <li>• آنکھیں کھلی ہوئی ہوتی ہیں جب کہ آنکھوں کی پلکیں (Eyelashes) بھی موجود ہوتی ہے۔</li> <li>• پھیپھڑوں میں Bronchiole تشکیل پاتے ہیں جب کہ Alveoli کی تشکیل ہو رہی ہوتی ہے۔</li> <li>• ہاتھوں اور پیروں پر جلد موٹی ہونے لگتی ہے۔</li> <li>• جنین تیز آواز پر چونکنے لگتا ہے۔</li> </ul>	<p>23 سے 26 ہفتہ تک</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 ویں ہفتے کی نشوونما کے اختتام پر جنین تقریباً 28 cm (11 inch) لمبا ہو جاتا ہے اور اس کا وزن 1700 گرام ہو جاتا ہے۔</li> <li>• آنکھیں کھلنے لگتی ہے۔</li> <li>• سر پر کافی بال آجاتے ہیں۔</li> <li>• جلد پر ابھی بھی ہلکی جھلیاں (Wrinkled) ہوتی ہے۔</li> <li>• پیر کے ناخن بھی صاف نظر آنے لگتے ہیں۔</li> <li>• نر تولیدی اعضاء Scrotal Sac، Testes میں چلا جاتا ہے۔</li> </ul>	<p>27 سے 30 ہفتہ تک</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• نشوونما کے 34 ویں ہفتے کے اختتام پر Embryo کی لمبائی تقریباً 32 cm ہوتی ہے اور اس کا وزن 2500 گرام ہوتا ہے۔</li> <li>• انگلیوں کے ناخن بڑھ جاتے ہیں۔</li> <li>• جلد گلابی اور نرم و ہموار ہو جاتی ہے۔</li> <li>• Scrotal Sac، Testes میں چلے جاتے ہیں۔</li> </ul>	<p>31 سے 34 ہفتہ تک</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 38 ویں ہفتے کے اختتام پر Embryo کی لمبائی تقریباً 37cm ہوتی ہے اور اس کا وزن 3400 گرام ہوتا ہے۔</li> <li>• Lanugo تقریباً غائب ہو جاتے ہیں۔</li> <li>• پیر کے ناخن بھی پیر کے سروں تک پہنچتے ہیں۔</li> <li>• چھاتی مضبوط ہو جاتی ہے۔</li> </ul>	<p>35 سے 38 ہفتہ تک</p>

• **پیدائش سے دو سال تک:** یہ وہ دور ہوتا ہے جب بچہ ماں کے پیٹ سے نکل کر دنیا میں آجاتا ہے اور ایک نئے ماحول میں ایڈجسٹ کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس عمر میں بچے تیزی سے بڑھتے ہیں۔ جسمانی تبدیلیاں تیز اور گہری ہو جاتی ہیں۔ یہاں پہ جسمانی نشوونما سے مراد وہ حیاتیاتی تبدیلیاں ہیں جن سے بچے عمر کے ساتھ ساتھ اس سے گزرتے ہیں۔ اہم پہلو، جو نومولود یا شیرخوار (Infant) اور چھوٹے بچوں (Toddler) میں جسمانی نشوونما کی پیش رفت کا تعین کرتے ہیں ان میں جسمانی اور دماغی تبدیلی، اضطراب کی نشوونما، حرکی مہارتیں، احساسات، تاثرات، سیکھنے کی مہارتیں اور صحت کے مسائل وغیرہ شامل ہیں۔ پیدائش سے دو سال تک کی عمر کو دو ذیلی مرحلے نومولود یا شیرخوار (Infant) اور چھوٹا بچہ (Toddler) میں منقسم کر سکتے ہیں۔

• **نومولود یا شیرخوار (پیدائش سے ایک سال کی عمر تک):** زندگی کے پہلے 4 ہفتوں کو نوزائیدہ مدت کہا جاتا ہے۔ زیادہ تر بچوں کا وزن 3 سے 5 کلو گرام کے درمیان ہوتا ہے۔ 3 کلو گرام سے کم وزن والے نوزائیدہ بچوں کا پیدائشی وزن بھی کم ہوتا ہے۔ جو بچے اپنی مقررہ تاریخ سے پہلے پیدا ہوتے ہیں انہیں Premature Baby کہتے ہیں۔ وہ بچے جو اپنی مقررہ تاریخ کو یا اس کے فوراً بعد پیدا ہوتے ہیں انہیں Full-Term Baby کہتے ہیں۔ وہ بچے جو اپنی مقررہ تاریخ کے دو یا اس سے زیادہ ہفتوں بعد پیدا ہوتے ہیں انہیں Post-mature Baby کہتے ہیں۔ اور Post-mature بچوں میں Full-Term بچوں کی بہ نسبت بیماری، دماغی نقصان یا موت جیسی پیچیدگیوں کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے۔ نوزائیدہ بچوں کی جسمانی نشوونما درج ذیل ٹیبل میں بیان کی گئی ہیں۔

One Month	
<p>پیدائش کے وقت سر کی گولائی تقریباً 33 سے 35 سیسی ہوتی ہے اور پہلے 6 ماہ کے دوران ہر ماہ 1.5 سیسی کی شرح سے بڑھتے رہتا ہے۔</p> <p>Pulse Rate: <math>130 \pm 20/\text{min}</math></p> <p>B.P: <math>80/50 \pm 20/10 \text{ mmHg}</math></p> <p>Reflexes: چوسنے، نکلنے یا اخراج کرنا</p> <p>پیدائش سے ہی آواز پر کچھ حرکت کرتا ہے۔ ان آواز پر رونے کی یا آنکھوں اور سر سے کچھ حرکت کرتا ہے۔</p>	<p>نومولود بچے کا اوسط وزن 2.5 کلو گرام ہوتا ہے۔ جو پیدائش کے بعد کے پہلے 10 دنوں میں 10 فی صد کم ہو جاتا ہے۔ اور پھر پہلے 6 ماہ تک 500 تا 600 گرام فی ماہ کے شرح سے بڑھتا رہتا ہے۔</p> <p>پیدائش کے وقت نوزائیدہ کی لمبائی 45 سے 50 سیسی ہوتی ہے اور یہ پہلے 6 ماہ تک تقریباً 2 سے 2.5 سیسی بڑھتی ہے۔</p> <p>سینے کی پیمائش۔ تقریباً 31 سے 33 سیسی</p>
Two Month	
<p>کھلونا ہاتھ میں پکڑنے کی کوشش کرتا ہے۔</p> <p>آواز آنے پر سر کو اس طرف موڑنے لگتا ہے۔</p> <p>حرکت پذیر اشیاء اور آس پاس کے افراد کو دیکھنے کی کوشش</p>	<p>Posterior fontanel، 3 سے 6 ہفتوں کی عمر میں بند ہو جاتا ہے۔</p> <p>آنسو نکلنے لگتے ہیں۔</p>

<p>کرتا ہے۔ نظر تیز اور انتہائی فعال ہو جاتی ہے۔</p>	<p>رال (Saliva) ٹپکنا شروع ہو جاتی ہے۔ لیٹے رہنے پر سر کو تقریباً 45 ڈگری تک اٹھاتا ہے۔</p>
<p>Three Month</p>	
<p>آواز آنے پر اس کی سمت کا پتہ لگانے کے لئے سر موڑتا ہے اور اسی سمت دیکھتا ہے۔ آنکھوں کے لیے خطرہ بننے والی چیزوں پہ پلک جھپکتا ہے۔ بولنے والے سے چہرے کو دیکھنے لگتا ہے۔ کھلونا پکڑ سکتا ہے لیکن پکڑ مضبوط نہیں ہوتی ہے۔ اپنی مرضی سے کھلونا یا کوئی بھی اشیاء اور ہاتھ منہ تک لے جاتا ہے۔ آواز کے ساتھ ہنسنے لگتا ہے۔</p>	<p>Flexion posture کم ہو جاتا ہے۔ Grasping, Crossed extensor and Moro's reflex غائب ہو جاتا ہے۔ Landau reflex ظاہر ہوتا ہے۔ پیٹ کے بل لیٹنے کی حالت میں سر کو 90 ڈگری تک اٹھانے کے قابل ہو جاتا ہے۔ سر کو سیدھا رکھنے (Head Erect) کے قابل ہو جاتا ہے۔ سیدھا اور الٹا پلٹنا شروع کر دیتا ہے۔ طرح طرح آوازیں نکالنے میں خوشی ظاہر کرتا ہے۔</p>
<p>Four Month</p>	
<p>اشیاء کو 180 ڈگری تک فالو کرتا ہے۔ Eye sight کافی اچھی ہو جاتی ہے۔ Hand-eye coordination شروع ہو جاتا ہے۔ دو حرفی لفظوں کی آوازیں نکالتا ہے۔ خوشگوار اور ناراض آواز کا مختلف انداز میں جواب دیتا ہے۔ مسکراتے ہوئے کھیلتا ہے۔</p>	<p>رال، تھوک کی ظاہری شکل کی نشاندہی کرتی ہے۔ Tonic neck reflex اور rooting reflex غائب ہو جاتا ہے۔ بیٹھنے کی حالت میں سر کو سیدھا اور مستحکم رکھنے کی کوشش کرتا ہے۔ مدد یا سہارے کے ساتھ مختصر وقت کے لیے بیٹھتا ہے۔ دونوں ہاتھوں کو جوڑتا ہے اور انگلیوں سے کھیلتا ہے۔ کسی بھی اشیاء تک پہنچنے کی کوشش کرتا ہے۔</p>
<p>Five Month</p>	
<p>آواز کی سمت میں دیکھتا ہے۔ موسیقی کے جواب میں رونا بند کر دیتا ہے۔ نظر 20/20 ہے۔ اس کا نام لینے پر Respond کرتا ہے۔</p>	<p>۵ مہینے کے بچے کا وزن، پیدائشی وزن سے تقریباً دو گنا ہے۔ مدد یا سہارے کے ساتھ بیٹھنے لگتا ہے۔ لیٹے رہنے کی حالت میں پیروں کو منہ تک کھینچتا ہے۔ الٹا سیدھا پلٹنا شروع کر دیتا ہے۔</p>

<p>اجنبیوں کو دیکھ کر رونا۔  آئینے میں خود کو دیکھ کر مسکراتا ہے۔  اجنبیوں اور فیملی ممبر کے درمیان فرق کرتا ہے۔  دور کی اشیاء کو حاصل کرنے کی کوشش کرتا ہے۔  ایک چیز کو دیکھتے ہوئے دوسری چیز کو پکڑ سکتا ہے۔</p>	<p>لگتی ہوئی چیزوں کو دونوں ہاتھوں سے پکڑنے کی کوشش کرتا ہے۔  شہادت کی انگلی اور انگوٹھے کا استعمال کر کے گرفت مضبوط کرتا ہے۔</p>
<h3>Six Month</h3>	
<p>روانگ کے ذریعے جگہ سے دوسری جگہ حرکت کرتا ہے۔  جب دوسری چیز دی کی جائے تو ایک چیز گرا دیتا ہے۔  اشیاء کو ایک ہاتھ سے دوسرے ہاتھ میں منتقل کرنا شروع کر دیتا ہے۔  بڑبڑاتا ہے اور مختلف آواز بھی نکالتا ہے۔  مانوس الفاظ کو پہچانتا ہے۔</p>	<p>اگلے 6 ماہ کے دوران وزن میں 300 سے 400 گرام فی مہینہ اضافہ ہوتا ہے۔  لمبائی 1.25 سینٹی میٹر فی مہینہ کی شرح سے بڑھتی ہے۔  دانتوں کا نکلنا شروع ہوتا ہے۔  دونوں ہاتھوں کی مدد سے آگے جھک کر بیٹھتا ہے۔  آئینے میں خود سے بات کرتا ہے۔  والدین کو پہچانتا ہے اور گود میں لینے کے لئے کے لیے ہاتھوں کو بڑھاتا ہے۔</p>
<h3>Seven Month</h3>	
<p>کھانے کی چیزوں کے ذائقے میں ترجیح رکھتا ہے۔  گہرائی کا ادراک تیار ہونے لگا ہے۔  اپنے نام کو پہچاننے لگتا ہے۔  اشاروں کا جواب دیتا ہے۔  'بابا' یا 'دادا' کو آواز دیتا ہے۔  اجنبیوں کے لیے خوف ظاہر کرتا ہے۔  جب ناپسندیدہ کھانا پیش کیا جاتا ہے تو ہونٹوں کو مضبوطی سے بند کر دیتا ہے۔</p>	<p>Parachute reflex ظاہر ہوتا ہے۔  کھانے کو منہ میں چبانے کی کوشش کرتا ہے۔  لیٹنے کی پوزیشن میں ہو تو بیٹھنے کی کوشش کرتا ہے۔  کھڑے ہونے پر پاؤں پر تمام وزن برقرار رکھنے کی کوشش کرتا ہے۔  ابتدائی قدم رکھنے کی کوشش کرتا ہے۔  دو کھلونے ایک ساتھ کھیلتا ہے۔  کھلونے ایک ہاتھ سے دوسرے ہاتھ میں منتقل کرتا ہے۔</p>
<h3>Eight Month</h3>	
<p>مانوس الفاظ اور آوازوں کو پہچانتا ہے۔</p>	<p>مدد سے کھڑے ہونے کی کوشش کرتا ہے۔</p>

<p>"نہیں" کے معنی کو سمجھنا شروع کر دیتا ہے۔ حرف 'دادا'، 'ماما' مخصوص معنی کے ساتھ جاری ہے۔ کھلونوں کو آواز دیتا ہے یا بات کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ کپڑے اور ڈاٹر تبدیل کرنے کو ناپسند کرتا ہے۔</p>	<p>خود سے اٹھ کے بیٹھنے کی کوشش کرتا ہے۔ Palmar grasp ختم ہو جاتی ہے۔ شہادت کی انگلی اور انگوٹھے کو زیادہ استعمال کرتا ہے۔ خود سے کھانا کھانے کی کوشش کرتا ہے۔ گلاس یا کپ میں پانی یا شربت پینے کی کوشش کرتا ہے۔ اجنبیوں سے ڈرتا ہے۔</p>
<h3>Nine Month</h3>	
<p>اگر من چاہے تو خود سے ہی بوتل بھی پکڑتا ہے اور منہ بھی میں رکھتا ہے۔ مانوس اشیاء کے نام لینے پر اس کو دیکھتا ہے یا اس کی طرف بڑھنے کی کوشش کرتا ہے۔ "نہیں" کے جواب میں اپنی جاری سرگرمی روک دیتا ہے۔</p>	<p>9 ماہ میں بیٹھنے لگتا ہے۔ رینگنا شروع کر دیتا ہے۔ اپنی دودھ یا پانی کی بوتل کو پکڑنے لگتا ہے۔ چہرہ کو دھلانا پسند نہیں کرتا۔ ڈانٹنے پر روتا ہے۔ آواز آنے کی سمت میں براہ راست دیکھتا ہے۔</p>
<h3>Ten Month</h3>	
<p>چھوٹی چیزوں کو اچھے اور مضبوطی سے پکڑتا ہے۔ اوپر دیکھنے کے لیے سر کو پیچھے کی طرف جھکا تا ہے۔ کھوئے ہوئے کھلونوں کو تلاش کرتا ہے۔ کچھ جانوروں کی آواز کی نقل کرتا ہے، جیسے بلی یا کتا۔ Macula اچھی طرح سے تیار ہے اور عمدہ بصری امتیاز کر سکتا ہے۔</p>	<p>رال ٹپکنا رک جاتی ہے۔ چلنے کی کوشش کرتے رہتا ہے۔ اچھے سے رینگتا ہے۔ جب تک نیند نہیں آتی لیٹا نہیں چاہتا۔ جب دونوں ہاتھ پکڑ لئے جائیں تو قدم آگے بڑھاتا ہے۔ بڑوں سے ساتھ کھیلتا ہے۔</p>
<h3>Eleven Month</h3>	
<p>سادہ ہدایات کو سمجھتا ہے، جیسے کی ادھر آؤ، یہ لاؤ، یہ مت کھاؤ وغیرہ۔ دوسروں کی مخصوص آوازوں کی نقل کرتا ہے۔ کھانے کے بعد خالی برتن اور چمچے کے ساتھ کھیلنے کا لطف آتا ہے۔</p>	<p>14 سے 16 گھنٹے فی دن سوتا ہے۔ کم سے کم سہارے کے ساتھ سیدھا کھڑا ہے۔ گھر کے فرنیچر کو پکڑ کر چلنے کی کوشش کرتا ہے۔ کھلونوں کو دھکیلتا ہے۔</p>

<p>اشیاء کو احتیاط سے سیکھتا ہے اور کیا ہے دریافت کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ کھلونوں کو ڈبوں سے باہر نکالتا ہے۔</p>	<p>تیزی سے حرکت کرنے والی اشیاء کی پیروی کر سکتا ہے۔ سادہ سوالات کے جوابات دیتا ہے، جیسے کہ نام کیا ہے؟ یا کسی چیز کا نام کیا؟ وغیرہ۔ پین پکڑ کر کاغذ پر لکھنے یا نشانات بناتا ہے۔</p>
<p>Twelve Month</p>	
<p>گلاس یا کپ سے خود پینے کی کوشش کرتا ہے۔ نظر اچھی طرح قائم ہو جاتی ہے۔ آنکھوں سے تیزی سے حرکت کرنے والی اشیاء کی پیروی کرتا ہے۔ الفاظ میں ایک یا چند الفاظ بولتا ہے۔ 'دینا' کو سمجھتا ہے اور انہیں 'کہنے پر رک جاتا ہے۔ داد، ماما کے علاوہ 3-5 الفاظ کہتا ہے۔ بنیادی نگہداشت کرنے والے سے منسلک ہو جاتا ہے۔ کپڑے یا ڈاٹیر تبدیل کرنے میں تعاون کرتا ہے۔ خود سے کھانا کھانے کو انجوائے کرتا ہے۔</p>	<p>12 ماہ میں وزن، پیدائشی وزن کے برابر ہو جاتا ہے۔ پیدائش کے تقریباً 50 فیصد قد میں اضافہ ہوتا ہے۔ سر کی گولائی تقریباً 46 سینٹی میٹر ہو جاتی ہے، پیدائش کے بعد سے اس میں ایک تہائی اضافہ ہوتا ہے۔ سینے کی چوڑائی، سر کی گولائی کے برابر ہو جاتی ہے۔ Babinski reflex غائب ہو جاتا ہے۔ Landau reflex بھی غائب ہو جاتا ہے۔ 6-8 دانت بھی آجاتے ہیں۔ بنا کسی سہارے کے کھڑے ہونے لگتا ہے۔ کسی کی مدد سے یا کیلے چند قدم چلتا ہے۔ کھانے کے چھوٹے ٹکڑوں کو اٹھا کر منہ میں ڈالتا ہے۔</p>

### چھوٹا بچہ (ایک سے دو سال کی عمر تک):

- زندگی کے دوسرے سال کے دوران نشوونما کی شرح سست ہو جاتی ہے۔ والدین پریشان بھی ہو سکتے ہیں کیونکہ بچے کی خوراک کم یا محدود ہو جاتی ہے۔ لیکن والدین کو سمجھنا ہو گا کہ یہ معمول ہے۔
- دو سال کی عمر میں پیدائشی وزن عام طور پر چار گنا بڑھ جاتا ہے اور بچہ بالغ قد کا تقریباً آدھا ہو جاتا ہے۔
- جسم کا تناسب بدلنا شروع ہو جاتا ہے، جیسے کہ ٹانگیں لمبی ہو جاتی ہے اور سر، بچپن کے مقابلے جسم کے سائز کے تناسب سے چھوٹا ہوتا ہے۔
- تقریباً 33 ماہ تک دانتوں کا نکلنا مکمل ہو جاتا ہے، جس میں 20 دانت موجود ہوتے ہیں۔
- چھوٹا بچہ چلنے سے لے کر دوڑنے اور سائیکل چلانے کی کوشش کرتا ہے۔
- ہر ماہ وزن 227 گرام یا اس سے زیادہ بڑھتے رہتا ہے۔ اور لمبائی 9-12 سینٹی میٹر بڑھتے رہتی ہے۔
- Anterior fontanel بند ہو جاتا ہے۔

- دوسرے سال کے اختتام تک، چار بلاکس کا بنا اور بنانا ہے۔
- کاغذ پر لکھتا ہے۔ خود کپڑے اتار سکتا ہے۔ گیند پھینکتا ہے۔
- دوڑتا ہے، اوپر اور نیچے سیڑھیاں چڑھتا ہے، دھکادینے یا کھینچنے والے کھلونے کو پسند کرتا ہے۔
- دو سے چھ سال تک:
- تین سال کی عمر میں 5 گنا، چھ سال کی عمر تک 6 گنا اور سات سال کی عمر تک پیدائشی وزن سے عام طور پر سات گنا بڑھ جاتا ہے اور بچہ بالغ قد کا تقریباً آدھا سے زیادہ ہو جاتا ہے۔
- جسم کا تناسب بدلتا رہتا ہے۔ لمبائی میں بھی اضافہ ہوتا رہتا ہے۔ دو سال کی عمر تک پیدائشی لمبائی سے 12 سیمی زیادہ ہو جاتا ہے۔ تین سال تک 9 سیمی، چار سال تک 7 سیمی اور پانچ سال تک 6 سیمی زیادہ ہو جاتا ہے۔
- 4 سے 5 سال کی عمر تک لمبائی ڈبل ہو جاتی ہے۔ اور اس کے بعد مسلسل بڑھتے رہتی ہے۔
- سر، بچپن کے مقابلے جسم کے سائز کے تناسب سے چھوٹا ہوتا ہے۔ سات سال کی عمر تک سر کی گولائی 50 سیمی ہو جاتی ہے۔
- 6 سال کی عمر کے بعد اصلی دانت ٹوٹ جاتی ہیں اور Permanent دانت آجاتے ہیں۔
- Anterior fontanel بند ہو جاتا ہے۔
- کاغذ پر نمبر اور حروف لکھنے لگتا ہے۔ پین، پنسل، کلمر کا استعمال کرتا ہے۔
- Free Hand ڈرائنگ کر سکتا ہے۔
- سیڑھیاں آرام سے چڑھ اتر سکتا ہے۔
- چار سال کی عمر کے بعد قینچی سے پیپر کو کاٹ سکتا ہے۔ جو توں کی لیس باندھ سکتا ہے۔
- خود سے کپڑے تبدیل کر سکتا ہے۔ خود کا نام لکھ سکتا ہے
- بڑے یا چھوٹے بال کو ہاتھ میں کچھ کر سکتا ہے۔
- کاغذ کا موڑنا، پھاڑنا یا چپکانا کر سکتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- بچے کے پہلے سال میں کیا تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں؟

## 6.3 جسمانی نمو اور نشوونما کو متاثر کرنے والے عوامل

### (Factors influencing physical growth and development)

آپ کو اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کن باتوں کو ذہن میں رکھنے کی ضرورت ہے کہ آپ کے بچے بڑے ہو کر معاشرے کے لیے صحت مند اور اچھی عزت کے حامل ہوں، یہاں 10 عوامل بتانے کی کوشش کی گئی ہے جو بچوں کی نمو اور نشوونما کو متاثر کرتے ہیں، اور اس وجہ سے والدین یا اساتذہ کے طور پر آپ کی خصوصی توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔

1. جینیات (Genetics): یہ ایک ایسا عنصر ہے جس کی ہم واقعی مدد نہیں کر سکتے اور بغیر کسی مداخلت کے ہم اپنے بچوں میں منتقل کر سکتے ہیں۔ جسمانی پہلوؤں جیسے۔ قد، وزن، جسم کی ساخت، آنکھوں کا رنگ، بالوں کی بناوٹ اور یہاں تک کہ جسمانی اور ذہنی استعداد بھی فطری طور پر والدین سے ان کے بچوں میں منتقل ہوتی ہے۔ اور صرف مثبت ہی نہیں، والدین کے منفی جسمانی پہلو بھی بچوں میں منتقل ہو سکتے ہیں (مثلاً کوئی بیماری وغیرہ)۔ اس لیے بہتر ہے کہ والدین ہونے کے ناطے اپنے جسم کی حدود کو جانیں اور اگر ممکن ہو تو طرز زندگی کے انتظامات کے ذریعے ان حالات کو تبدیل کرنے یا ان کی اصلاح کرنے کے لیے اپنے بچوں کی پرورش کریں۔

2. ماحولیات (Environment): چاہے وہ جغرافیائی ماحول ہو یا جسمانی ماحول، یا بچے کا ذہنی اور جذباتی ماحول، چھوٹے بچے کی نمو اور نشوونما پر ماحول کا بہت بڑا اثر ہوتا ہے۔ جسمانی ماحول بچے کی دلچسپیوں اور سرگرمیوں کو بڑے پیمانے پر متاثر کر سکتا ہے، جب کہ ذہنی اور جذباتی ماحول اس بات پر اثر انداز ہوتا ہے کہ جب بچہ بڑا ہوتا ہے تو وہ خود کو کیسے رکھتا ہے۔ یہاں پر یہ بات ذہن نشین کر لینی ہے کہ آپ چھوٹے بچوں کے لیے ان کی نشوونما کے دوران جس طرح کا ماحول فراہم کریں گے، لاشعوری طور پر ساری زندگی وہ اس ماحول میں مشغول رہے گا۔ آپ اپنے بچوں کو مستقبل میں کس طرح کے ماحول میں دیکھنا پسند کرو گے، اسی طرح کے ماحول کو بچپن سے ہی فراہم کرنا شروع کر دیں۔

3. صنف یا جنس (Gender): ہم جانتے ہیں کہ صنف ہمیں مختلف طریقوں سے کیسے متاثر کرتی ہے۔ خاص طور پر بلوغت کے دوران، لڑکی اور لڑکا دونوں ہی اپنی جسمانی اور ذہنی نشوونما کے حوالے سے شعوری اور غیر شعوری طور پر مختلف ہوتے ہیں۔ ان کے مزاج، پسند اور ناپسند، برتاؤ، سب مختلف ہوتے ہیں، اور یہی وجہ ہے کہ انہیں اخلاقی اقدار سکھانا سب سے زیادہ اہم ہو جاتا ہے جو ان کو دوسرے صنف کے ساتھ مل کر زندگی گزارنے میں مدد دیتا ہے۔ یہ تب ہوتا ہے جب وہ اپنی ذات کے ساتھ ساتھ دوسری جنسوں کے بارے میں سب سے زیادہ متاثر ہوتے ہیں۔ لہذا، انہیں تمام جنسوں کے ساتھ تعامل کرنے دیں۔ صنفی شمولیت والے کھیلوں جیسے تعلیمی کھلونوں میں سرمایہ کاری کرنا بھی اچھا ہے جو صنفی تعصب پیدا نہیں کرتے ہیں۔

4. جسمانی اور ذہنی تندرستی (Physical and Mental Well-Being): ایک اور عنصر جس سے ہم سب بخوبی واقف ہیں وہ یہ ہے کہ جسمانی اور ذہنی ورزش یا تندرستی بچوں کو کس طرح متاثر کرتی ہے۔ ایک صحت مند طرز زندگی جس میں اعتدال پسند کھیل شامل ہوں، اور ورزش ان کی جسمانی تندرستی کے لیے اہم ہے اور ان کی نمو اور نشوونما میں بہت زیادہ حصہ ڈال سکتی ہے۔ دوسری

طرف، ذہنی طور پر محرک کرنے والی سرگرمیاں جیسے کہ تعلیمی کھلونے جو انہیں اپنے کھلونے، موسیقی، آرٹ اور مراقبہ بنانے کی اجازت دیتے ہیں، بچوں کی ذہنی نمو اور نشوونما کو متاثر کرنے والے عوامل میں سے ایک ہو سکتے ہیں۔

5. غذائیت (Nutrition): غذائیت بچوں کی نشوونما کو متاثر کرنے والا ایک اہم عنصر ہے، جس میں والدین کو مخصوص دن اور عمر میں زیادہ محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔ کھانے میں اہم غذائی اجزاء کی مقدار پر پوری توجہ دینے کی ضرورت ہے، خاص طور پر وہ خوراک جو بچوں کو سب سے زیادہ اپنی طرف متوجہ کرتی ہے، جیسے کہ چپس، سوڈا، چاکلیٹ وغیرہ۔ اگر وہ بڑے ہونے کے دوران غذائیت سے بھرپور کھانے کی عادت ڈالتے ہیں، تو یہ نہ صرف ان کی نمو اور نشوونما کو مثبت طور پر متاثر کرے گا، بلکہ بالغ زندگی میں بھی ان کی اچھی صحت کی پیروی کرے گا۔

6. خاندانی اور سماجی زندگی (Family & Social Life): خاندانی ماحول اور سماجی زندگی ان کی بالغ زندگیوں کے بنیادی ستون ہوں گے، اس لیے ان کی نمو اور نشوونما میں بہت زیادہ حصہ ڈالتے ہیں۔ مادی چیزوں سے زیادہ جو چیز بچوں کی نمو اور نشوونما کو متاثر کرتی ہے وہ محبت ہے جو انہیں ملتی ہے۔ مزید یہ کہ، جو چیز ان کی پوری زندگی میں ان کی بہت مدد کرے گی وہ یہ ہے کہ وہ اپنے قریبی ماحول، جیسے کہ اپنے خاندان اور دوستوں سے تعلقات کے بارے میں سیکھتے ہیں۔ لہذا، اس بات کو یقینی بنائیں کہ جب آپ خاندان اور دوستی کی بات کرتے ہیں تو آپ انہیں صحیح قسم کے سماجی ماحول کے ساتھ گھیر لیتے ہیں۔ جب وہ اپنے دوستوں کے بارے میں بات کرتے ہیں تو ان کی زندگی میں دلچسپی لیں اور انہیں ان لوگوں کے ساتھ اچھے تعلقات برقرار رکھنے کی ترغیب دیں جو انہیں اچھا محسوس کرتے ہیں۔ جبکہ اگر آپ کسی کے ایسے رویے کو سنتے ہیں جو اسے اچھا محسوس نہیں کرتا، انہیں یہ سمجھانا ہمیشہ بہتر ہوتا ہے کہ انہیں اس قسم کے رویے سے مطمئن ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔

7. تعلیم (Education): یہ کہنے کی ضرورت نہیں کہ بچے جس قسم کی تعلیم حاصل کرتے ہیں وہ آپ کے بچے کی نشوونما اور نشوونما پر بہت زیادہ اثر انداز ہوگی۔ اور نہ صرف وہ تعلیم اور سیکھنا جو وہ اسکول میں حاصل کرتے ہیں، بلکہ یہ بھی اہم ہے کہ وہ گھر میں مسلسل کیا سیکھتے ہیں۔ اور پھر، یہ صرف ہوم ورک نہیں ہے جس پر آپ کو توجہ دینی چاہیے۔ سیکھنے کے لیے ذہنی طور پر حوصلہ افزاء طریقے ہونے چاہئیں جن سے وہ لطف اندوز ہوں گے اور ساتھ ہی ان کے ذہنوں کی پرورش بھی کریں گے۔ تعلیمی کھلونے، نئی زبانیں سیکھنے، کوئی آلہ سیکھنے، یا خوشی کے لیے اچھی کتاب پڑھنے کے بارے میں سوچیں۔

8. کھیل کود (Play/Sports): آپ کے بچوں کی نشوونما اور نشوونما کے لیے جتنا تعلیم ضروری ہے، اتنا ہی کھیل بھی۔ اس لیے اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ ایک ایسا ماحول بنائیں جو انہیں کھیلنے اور تخلیق کرنے کی اجازت دے، اس کے علاوہ اسکول میں پڑھنے اور اچھے نمبر حاصل کرنے کے علاوہ۔ گھر پر اس طرح کے سیکھنے کے لیے، ٹیک سیکھنے والے کھلونے اور تعلیمی گیمز ایک بہترین ٹول ہو سکتے ہیں تاکہ وہ تخلیقی طور پر اپنے کھیل کے کھلونے بنا سکیں اور پھر بطور صارف ان کے ساتھ بات چیت کرنے میں فخر اور خوشی محسوس کریں۔ باہر کھیلنے کا وقت ان کی جسمانی پرورش اور تندرستی میں بھی معاون ثابت ہوگا۔ اس لیے تعلیمی کھیلوں کے علاوہ، اپنے دوستوں کے ساتھ سماجی ماحول میں ایک فعال جسمانی زندگی بنانے کے لیے باہر کھیلنے کی حوصلہ افزائی کرنا بھی اچھا ہے۔

9. ثقافت پرورش (Cultural Nourishment): موجودہ وقت میں لطف اندوزی کرنا بہت آسان ہے۔ خاص طور پر ہمارے (اور ہمارے بچوں کے) ہاتھوں میں بہت زیادہ مواد کے ساتھ، ہمیں اس بات کا خیال رکھنے کی ضرورت ہے کہ وہ کس قسم کا مواد استعمال کرتے ہیں اور کتنا۔ جس قسم کی ثقافت سے وہ بے نقاب ہو رہے ہیں وہ آپ کے بچوں کی نمو اور نشوونما میں بہت زیادہ حصہ ڈالے گا۔ لہذا یقینی بنائیں کہ آپ انہیں ایسی شاندار چیزوں کی نمائش دیں جو انہیں متاثر کریں، جیسے کہ دنیا بھر کی فطرت اور ثقافتی دستاویزی فلمیں، آپ جو موسیقی پسند کرتے ہیں اور آپ اسے کیوں پسند کرتے ہیں، آرٹ اور سنیما جو نوجوان، متجسس ذہنوں میں حیرت پیدا کر سکتے ہیں۔

10. سماجی اقتصادی حالات (Socio Economic Condition): غیر جانبدارانہ دنیا میں، یہ بچے میں نمو اور نشوونما کے مواقع کو متاثر نہیں کر سکتا۔ لیکن بد قسمتی سے ہماری دنیا میں یہ بہت زیادہ ہو رہا ہے۔ اس کے باوجود، اپنے خاندان کے معاشی حالات کے بارے میں کھلے رہنا بچے کو محدود مواقع کے باوجود دنیا کے بارے میں مثبت نظریہ حاصل کرنے میں مدد دے سکتا ہے۔ دوسری طرف، اگر وہ کافی خوش قسمت ہیں تو انہیں استحقاق (Humbledness) کے بارے میں سکھانا نہیں عاجز، ہمدرد بالغ بنا سکتا ہے۔ لہذا، ان کے سماجی معاشی حالات کی حقیقت کے بارے میں کھلی گفتگو، چاہے وہ کیسے ہی کیوں نہ ہوں، آپ کے بچے کی نمو اور نشوونما میں بہت آگے جاسکتے ہیں۔

نمو یا افزائش اور نشوونما کو متاثر کرنے والے بہت سے عوامل ہیں۔ اس لیے سب سے بہتر کام یہ ہو گا کہ آپ اس قسم کے ماحول کو ذہن میں رکھیں جو آپ ان کے لیے گھر میں اور باہر بنا رہے ہیں۔ اگرچہ کہ قدرت آپ کے بچے کی نمو اور نشوونما میں کس طرح حصہ ڈالتی ہے یہ آپ کے زیادہ اختیار میں نہیں ہے، لیکن آپ کے اختیار میں یہ ہے کہ آپ اپنے گھر میں Young Mind کی پرورش کیسے کرتے ہیں۔ یقینی بنائیں کہ وہ صحیح مقدار میں جسمانی غذائیت، صحیح مقدار اور ذہنی محرک حاصل کر رہے ہیں۔ اس کے علاوہ، اس بات کو بھی یقینی بنائیں کہ انہیں آپ سے وہ پیار و محبت ملے جس کی انہیں ضرورت ہے تاکہ وہ صحت مند، محبت کرنے والے اور مہربان افراد بن سکیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- بچے کی نشوونما میں توارث یا جینیات کا کیا اثر پڑتا ہے؟ ایک نوٹ تحریر کریں۔

## 6.4 جسمانی نشوونما کو فروغ دینے میں بالغ افراد کا کردار

(Adults role in promoting Physical Growth)

### 1. والدین (Parents)

- والدین کا پہلا کردار اپنے بچے کی حیاتیاتی ضروریات کا خیال رکھنا ہے۔
- بچے کی ضروریات کو پورا کرنے کے لیے جسمانی نگہداشت کے لئے مناسب خوراک، تازہ ہوا، اچھی روشنی، کافی نیند، تفریح کا وقت وغیرہ فراہم کرنا چاہیے۔

- بچے کو ایک محفوظ، پرورش اور معاون ماحول فراہم کرنا ہے جو بچوں کو صحت مند بڑھنے کی اجازت دیتا ہے۔
  - ایک بہترین نشوونما کے لیے، بچوں کو مناسب جسمانی گھریلو ماحول، ایک مثبت ماحول، مثبت تبدیلیوں اور بہتری کے لیے حالات، اپنے ماحول میں دریافت کرنے اور تجربہ کرنے کے مواقع، مسلسل معمولات وغیرہ کی ضرورت ہوتی ہے۔
  - والدین بچے کا پہلا رول ماڈل ہوتے ہیں۔ بچے اپنے والدین کی طرح برتاؤ، رد عمل اور نقل کرتے ہیں۔ والدین اپنے بچوں کو سیکھنے کی ترغیب دینے اہم کردار ادا کرتے ہیں۔
  - والدین کا اچھا تعاون بچے کو مثبت، صحت مند اور اچھی زندگی بھر سیکھنے والا بننے میں مدد کرتا ہے۔ اگر والدین جو ابده اور سمجھدار ہوں تو بچے اپنی زندگی کے ابتدائی مرحلے میں ہی مہارتیں حاصل کرتے ہیں۔
  - بچے صحت مند رہنے، باقاعدگی سے ورزش کرنے، ٹیم کے کھلاڑی ہونے، صحیح خوراک رکھنے اور کھیل اور سیکھنے کے ذریعے سازگار ماحول میں بڑھنے کے بارے میں سیکھتے ہیں۔
  - والدین کی طرف سے صحیح رہنمائی بچوں میں مثالی جسمانی نشوونما کے لیے ورزش اور خوراک کا ایک اچھا طریقہ پیدا کر سکتی ہے۔
2. اساتذہ (Teachers): ابتدائی بچپن کی تعلیم کے استاد/پری اسکول کے اساتذہ کو جسمانی نشوونما کے عمل کا اچھا علم ہونا چاہیے۔ اسے اس سلسلے میں مندرجہ ذیل باتوں کو ذہن میں رکھنا چاہیے،
- جسمانی نشوونما کے اہم مراحل ایک خاص ترتیب میں ہیں۔
  - جس رفتار سے مراحل ہوتے ہیں یا ان مراحل کی رفتار ہر بچے میں مختلف ہو سکتی ہے۔
  - جب تک بچہ کافی بالغ اور کسی خاص موٹر اسکل کے لیے تیار نہ ہو جائے، خصوصی تربیت کارآمد ثابت نہیں ہوتی۔
  - بچے کی نشوونما کے بعض اہم موٹر پر سازگار ماحول اس کی جسمانی مہارتوں کے حصول پر مستقل اور مثبت اثر ڈالتا ہے۔
  - مناسب ماحول کے مواقع کی کمی، سیکھنے کے عمل کو سنجیدگی سے متاثر کر سکتی ہے۔ ای سی سی ای/پری اسکول ایجوکیشن کے لیے اس کی خاص اہمیت ہے۔ لہذا، پڑھنے اور لکھنے کی تیاری کی مہارتیں ہاتھ اور آنکھوں کے مناسب ہم آہنگی (Hand & Eye Coordination) کا باعث بنتی ہیں۔
  - ایک استاد کو یہ بات دھیان میں رکھنا ہو گا کہ ہر مرحلے کی جسمانی نشوونما کی ترتیب وار نوعیت کی اپنی مخصوص ضروریات ہوتی ہیں۔ اس لیے اسے بچوں کی ضروریات اور پختگی کی سطح کے مطابق سرگرمیوں کی منصوبہ بندی کرنی ہوگی۔
  - کسی خاص مہارت کے لیے بچے کی تیاری کا اندازہ استاد کو کارکردگی کی بنیاد پر کرنا ہوگا۔ اگر کوئی بچہ کسی خاص سرگرمی یا مہارت کی طرف مائل نہیں ہے تو اساتذہ کو اس پر زبردستی نہیں کرنا چاہئے کیونکہ کسی بھی قسم کی زبردستی اس سرگرمی سے مستقل نفرت کا باعث بن سکتی ہے۔
  - بچے زیادہ دیر تک کسی ایک سرگرمی پر توجہ نہیں دے سکتے۔ انہیں مجموعی اور عمدہ ترقی دونوں کے لیے مختلف سرگرمیوں کی ضرورت ہوتی ہے۔

- استاد کا کردار بچوں کو مختلف سرگرمیاں آزمانے کی ترغیب دینا ہے۔ ہر بچے کو سرگرمیوں میں شامل کرنا چاہیے کیونکہ خود سے کر کے سیکھنے (Learning by Doing) کا اصول جسمانی نشوونما کے لیے اہم ہے۔
- بچوں کو مہارت کی مشق کے لیے وقت دینا چاہیے، کیونکہ ہر بچہ اپنی رفتار سے سیکھتا ہے۔
- استاد کو مختلف سرگرمیوں کو مختلف انداز میں پیش کرنا چاہئے۔ اس کے لئے ہر دن کے پروگرام کی پہلے سے منصوبہ بندی کریں۔
- دلچسپی کی سرگرمیوں کو برقرار رکھنے کے لیے مختلف سرگرمیوں کا انتخاب کریں۔ انفرادی یا گروہی سرگرمیوں کے لیے مواد اور سازوسامان کا بندوبست کریں۔
- بچوں کے کھیلنے کے لیے کافی جگہ رہنی چاہیے اور حفاظتی اقدامات بھی ہوں۔
- اس کے علاوہ بچوں کی ہر حرکت پر مسلسل نظر رکھیں اور سرگرمیوں میں ہر بچے کی شرکت کو یقینی بنائیں۔
- استاد کو چاہئے کہ کسی بھی صورت میں ایک بچے کی کارکردگی کا دوسرے بچے سے موازنہ نہ کریں۔ یہاں پر یا تو گروپ کے درمیان یا کسی خاص بچے کی پہلے اور بعد کی کارکردگی کے درمیان موازنہ کیا جاسکتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- بچے کی نشوونما اور انفرانش میں اساتذہ کے کردار پر ایک نوٹ تحریر کریں؟

6.5 عمر کے ابتدائی سالوں کا معمول: دودھ پلانا، دودھ چھڑانا، متبادل دودھ پلانا، بیت الخلاء کی عادت، نیند اور

ٹیکالگوا

(Routine-Breast feeding, weaning supplementary feeding, Toilet training, Sleeping, Immunization)

i. دودھ پلانا (Breast feeding)

ہر بچہ مختلف ہوتا ہے۔ آپ کے بچے کو کتنی بار کھانا کھلانا ہے یہ آپ کے بچے کی ضروریات پر منحصر ہوگا۔ بچے کی زندگی کے پہلے دنوں، ہفتوں اور مہینوں میں دودھ پلانے کے بارے میں توقع کرنے کے لیے یہاں کچھ چیزیں ہیں۔

- پہلادن: نوزائیدہ بچے کا پیٹ چھوٹا ہے۔ پیٹ بھرنے کے لیے اسے زیادہ دودھ کی ضرورت نہیں ہے۔ بچہ ہر 1 سے 3 گھنٹے میں دودھ پینا چاہتا ہے۔ بار بار دودھ پلانے سے دودھ کی فراہمی میں بھی اضافہ ہوتا ہے اور بچے کو چوسنے اور نکلنے کی مشق کرنے میں مدد ملتی ہے۔ زیادہ تر بچے جو ماں کا دودھ حاصل کر رہے ہیں انہیں ابتدائی چند دنوں میں شیر خوار فارمولا نہیں دینا چاہیے۔ اگر بچے کی ضروریات

پوری نہیں ہو رہی ہے یا اس کا پیٹ نہیں بھر رہا ہے تو فوراً بچے کی نرس یا ڈاکٹر سے بات کریں۔ وہ آپ کو دودھ پلانے کے مسائل کو حل کرنے اور آپ کے بچے کی ضروریات کو پورا کرنے کے بہترین طریقہ بتائیں گے۔

- پہلا ہفتہ یا مہینہ: جیسے جیسے بچے بڑھتے ہیں، ان کے پیٹ بھی بڑھتے ہیں۔ بچہ ہر بار اور زیادہ ماں کا دودھ پینے کے قابل ہوتا جائے گا۔ پہلے چند ہفتوں اور مہینوں میں، دودھ پینے کا وقفہ لمبا ہونا شروع ہو جائے گا۔ اوسطاً، ایک بچہ ہر 2 سے 4 گھنٹے میں دودھ پئے گا۔ دودھ پینے کے سیشن کا وقفہ لمبا اور مختصر دونوں بھی ہو سکتا ہے۔ بچہ پیٹ بھرنے تک ہی دودھ پئے گا اور پھر انہیں مطمئن اور غنودگی محسوس ہونے لگے گی اور وہ سو جائے گا۔ بچے کی بہتر نشوونما کے لیے ماں کو چاہیے کہ اسے 24 گھنٹوں میں تقریباً 8 سے 12 بار دودھ پلائیں۔
- چھ سے بارہ مہینے: بچوں کے دودھ پینے میں تبدیلی آئے گی جب وہ تھوڑا بڑھیں گے اور کچھ ٹھوس غذا کھانا شروع کریں گے۔ بچے کے اشارے پر دھیان رکھتے رہیں اور جب آپ کو بھوک کی علامات نظر آئیں تو دودھ پلائیں۔ اسے بعض اوقات مانگ پر دودھ پلانا کہا جاتا ہے۔ اگر بچے کو ٹھوس غذا متعارف کروانے کے بعد دودھ پینے میں کم دلچسپی محسوس ہو رہی ہے، تو دوسری غذا پیش کرنے سے پہلے دودھ پلانے کی کوشش کریں۔ یاد رکھیں کہ ماں کا دودھ غذائیت کا سب سے اہم ذریعہ ہے، بھلے آپ نے بچے کو ٹھوس غذائیں کھانا شروع کر دیا ہے۔
- بارہ سے چوبیس مہینے: ہر بچے کی دن بھر میں دودھ پینے کی تعداد مختلف ہوتی ہے۔ کچھ لوگ صرف سونے سے پہلے یا صبح کے وقت دودھ پلانا چاہتے ہیں۔ کچھ اپنی روزمرہ کی خوراک کے بڑے حصے کے طور پر ماں کا دودھ پیتے رہتے ہیں۔ لہذا، ماں کو چاہیے کہ اپنے بچے کے اشاروں کو دیکھتے رہیں کہ وہ کب بھوکا ہے اور دودھ پینا چاہتا ہے۔

## .ii دودھ چھڑانا (Weaning)

ہر دودھ پلانے والے والدین اپنے آپ سے ایک ہی سوال پوچھتے ہیں، "مجھے بچے کا دودھ کب چھڑانا چاہیے؟" جواب ہر والدین کے لیے مختلف ہے۔ کچھ لوگ ہفتوں یا مہینوں تک دودھ پلاتے ہیں جب کہ کچھ ایک سال کے بعد بھی اپنے بچے کو اچھی طرح دودھ پلاتے رہتے ہیں۔ دودھ چھڑانے کا صحیح وقت کب ہے؟ یہ ایک بڑا سنگ میل ہے۔ دودھ پلانے والے والدین اکثر سوچتے ہیں کہ بچے کو فارمولہ دودھ یا گائے کے دودھ دینے کا صحیح وقت کب ہے۔ والدین کے لئے یہ جاننا بہت ضروری ہے کہ دودھ کس طرح چھڑایا جائے کیونکہ یہ اتنا آسان نہیں ہے۔ درحقیقت، بہت جلد دودھ چھڑانا (اگر مؤثر طریقے سے انتظام نہ کیا گیا ہو تو) بچے کے لیے انفیکشن جیسے مسائل پیدا کر سکتا ہے۔ تاہم، دودھ چھڑانے کے عمل کو آسان بنانے کے لئے کچھ طریقے ماہرین کے ذریعے دیئے گئے ہیں۔ امریکن اکیڈمی آف پیڈیاٹرکس (AAP) بچے کی 6 ماہ کی عمر تک خصوصی طور پر دودھ پلانے کی سفارش کرتی ہے، پھر جب تک کہ وہ 1 سال کا نہ ہو جائے۔ مختلف قسم کی ٹھوس غذائیں پیش کرتے ہوئے اسے دودھ پلاتے رہیں۔ مزید، ان والدین کے لیے تعاون کی پیشکش کی سفارش کریں جو بچہ 2 سال کا ہونے تک ماں کا دودھ فراہم کرنا چاہتے ہیں۔ لیکن دودھ چھڑانا بالآخر ایک ذاتی فیصلہ ہے جو بہت سے عوامل سے متاثر ہوتا ہے۔ جیسے، دفتر یا کام پر واپس جانا، جسمانی چیلنجز، یا محض اپنے جسمانی ساخت کی (Figure) خواہش، بہت سے دودھ پلانے والے والدین سے جلد دودھ چھڑانے پر اسکاٹی ہے، اور یہ بالکل ٹھیک ہے۔

اگر 6 ماہ سے کم عمر کے بچے کا دودھ چھڑانا ہے، تو والدین کو دودھ پلانے کے سیشن کو فارمولے ملک کی بوتلوں سے بدلنا ہوگا۔ بچے کو بوتل قبول کرنے پر راضی کرنا اتنا آسان نہیں ہو سکتا، خاص طور پر اگر وہ 3 ماہ سے زیادہ کا ہو۔ ایسی کیفیت میں ماں کے دودھ کو ہی بوتل میں ڈال کر دی سکتے ہیں۔ تاکہ بچہ دودھ پلانے کے دونوں طریقوں سے آرام سے رہے۔ کوشش کریں گھر کا کوئی اور فرد بچے کو بوتل دے، دودھ پلانے کی جگہ تبدیل کریں یا بچے کو نئی پوزیشن میں رکھیں اور سب سے اہم پر سکون رہیں، ورنہ بچے بھی زیادہ تناؤ محسوس کریں گے۔ جب چھوٹے بچے کو ماں کے دودھ سے فارمولے ملک میں منتقل کرتے ہیں تو ماں کی چھاتیوں کو جلن محسوس ہوتی ہے اور بچہ بھی پریشان ہوتا ہے۔ اس لئے اس بات کو یقینی بنائیں کہ ہر تین یا چار دن میں صرف ایک فیڈنگ تبدیل کریں تاکہ اس پورے عمل میں تقریباً دو ہفتہ لگ جائیں۔ بچے کو ایڈجسٹ ہونے کا وقت مل سکے۔ اگر بچے کی عمر 9 ماہ سے زیادہ ہے، تو ایک آپشن یہ ہے کہ دودھ چھڑا کر سیدھی سپی کپ یا سٹراکپ اور ٹھوس خوراک دیں۔ دودھ چھڑانے کا عمل شروع کرنے سے تقریباً ایک ماہ پہلے اپنے بچے کو کپ سے متعارف کروانا اچھا خیال ہے، تاکہ اس کے پاس آرام سے اسے پکڑنے اور پینے کا وقت ملے۔

### .iii سپلیمنٹری فیڈنگ (Supplementary Feeding)

بچے کو گھر یلو غذا سے زیادہ اضافی خوراک کی ضرورت ہوتی ہے۔ بہت سی ریاستیں اور غیر سرکاری تنظیمیں (این جی اوز) اس مداخلت کو ترقی پذیر ممالک میں بچوں کی غذائیت اور صحت کو بہتر بنانے کے لیے استعمال کرتی ہیں۔ لیکن ایسی کوئی تحقیق سامنے نہیں آئی جس میں بات واضح ہو گئی ہے کہ صرف سپلیمنٹری فوڈ ہی بچے کی جسمانی نشوونما پر اکیلے اضافی خوراک کے لئے کافی ہے۔ سپلیمنٹری فیڈنگ (اضافی خوراک) کے بارے میں یہ کہہ سکتے ہیں کہ یہ بچوں کو ان کی گھر یلو خوراک کے معمول کے خوراک سے زیادہ اضافی خوراک کی فراہمی کرتا ہے۔ اضافی خوراک میں کیلوری / پروٹین / مائیکرو نیوٹریٹ کے ساتھ یا اس کے بغیر شامل ہو سکتا ہے۔ ایک بچے کے لیے خوراک زیادہ سے زیادہ 1000 سے 1200 کلو کیلوری ہر بچے کو ایک دن میں فراہم کرے اور پروٹین بھی۔ خوراک جیسے چاول، پھلیاں اور مقامی طور پر تیار کی جانے والی سبزیاں سپلیمنٹری خوراک کی بنیاد ہونی چاہئیں۔ فورٹیفائیڈ فوڈ یا مائیکرو نیوٹریٹ سپلیمنٹ کو بھی شامل کیا جانا چاہیے۔ پیسا ہوا اناج 350-400 کلو کیلوری فی 100 گرام اور خشک مصنوعات فراہم کر سکتے ہیں۔ پیسے ہوئے اناج میں معدنیات اور وٹامن کے آمیزے شامل کر سکتے ہیں۔ ملاوٹ شدہ سیریل کی سب سے عام مثال کارن سویا بلینڈ ہے۔ اضافی دلیہ اور پیسا ہوا اناج کے ایک حصے کو تین حصے پانی میں ملا کر اور اس مکسچر کو ابالنے اور گاڑھا ہونے تک پکا کر گھر میں بنایا جاسکتا ہے۔ خشک خوراک کا خوراک ملاوٹ شدہ اناج، تیل اور چینی پر مشتمل ہوتا ہے جو پہلے سے مکس نہیں ہوتے ہیں۔ ہائی انرجی اور پروٹین والے بسکٹ عام طور پر صرف ایمر جنسی کے آغاز میں ہی فراہم کیے جائیں۔ انہیں مقامی طور پر دستیاب مصنوعات پر ترجیح نہیں دی جانی چاہئے اور طویل مدتی میں ان سے گریز کیا جانا چاہئے۔ خوراک کو وزن کے حساب سے متوازن یا کیلیبر ایڈ کنٹینر کا استعمال کرتے ہوئے تقسیم کیا جانا چاہیے۔

## iv. ٹواٹلٹ ٹریننگ (Toilet Training) بیت الخلاء کی عادت

بہت سے والدین اس بارے میں غیر یقینی ہیں کہ ٹواٹلٹ ٹریننگ کب شروع کی جائے؟ تمام بچے ایک ہی عمر میں ٹواٹلٹ ٹریننگ کے لئے تیار نہیں رہتے، اس لیے یہ ضروری ہے کہ آپ اپنے بچے میں تیاری کے آثار دیکھیں، جیسے کہ کچھ سیکنڈ کے لیے کسی سرگرمی کو روکنا یا اس کا ڈاڑھ پکڑنا۔ یعنی کہ بچے کی عمر کی بجائے، ان علامات کی تلاش کریں کہ بچہ ٹواٹلٹ ٹریننگ کے لیے تیار ہو سکتا ہے۔ زیادہ تر بچے 18 سے 24 ماہ کی عمر میں تیار ہو جاتے ہیں۔ بعض اوقات ایسے ہوتے ہیں جب والدین ٹواٹلٹ ٹریننگ کو روکنا چاہتے ہیں۔ جیسے کہ، سفر کرتے وقت، اگلے بچے کی پیدائش کے وقت، پالنے سے بستر تک بدلنا، نئے گھر میں منتقل ہونے پر جب آپ کا بچہ بیمار ہوتا ہے وغیرہ۔ اکثر والدین کا سوال ہوتا ہے کہ ٹواٹلٹ ٹریننگ میں کتنا وقت لگتا ہے؟ چھوٹے بچے کو ٹواٹلٹ ٹریننگ سکھانا اتوں رات ہونے والا کام نہیں ہے۔ اس میں اکثر 3 سے 6 ماہ لگتے ہیں، لیکن کچھ بچوں کے لیے اس میں زیادہ یا کم وقت لگ سکتا ہے۔ اگر آپ بچے کی کم عمر سے ہی شروع کرتے ہیں، تو اس عمل میں زیادہ وقت لگتا ہے۔ کبھی کبھی مہینوں سے لے کر سال بھی لگ سکتے ہیں۔

## v. سونے کا وقت (Sleeping)

براہ کرم نوٹ کریں کہ مختلف بچوں کے لیے اوقات مختلف ہوں گے۔ مثال کے طور پر کچھ فیملی دیر سے سوتے ہیں اور صبح دیر سے اٹھتے ہیں تو کچھ اس کا الٹا ہوتے ہیں۔ لیکن آپ ایک نوزائیدہ بچے کے لیے یہ معمول ہونا چاہیے کہ کھانا کھانا، کھیلنا، سونے اور پھر دوبارہ اس معمول کو دہرانا۔ اپنے بچے کے روزمرہ کے معمولات کا پتہ لگاتے وقت آپ کو اس بات کا اندازہ لگانے کی ضرورت ہوتی ہے کہ آپ کا بچہ تھکاوٹ کی علامات ظاہر کرنے سے پہلے کتنی دیر تک جاگ سکتا ہے۔ یہ عمر کے لحاظ سے مختلف ہوتا ہے اور نوزائیدہ بچوں کے لیے کافی مختصر ہوتا ہے۔ یہ 30 منٹ سے بھی کم ہو سکتا ہے۔ نو ماہ کا بڑا بچہ کئی گھنٹوں تک جاگ سکتا ہے۔ جب کھانا کھلانے کی بات آتی ہے تو فیڈز کے درمیان فرق اس بات پر منحصر ہوتا ہے کہ آپ کے بچے کو دودھ کیسے پلایا گیا ہے، بوتل سے یا ماں کا دودھ۔ نوزائیدہ کے لیے یہ وقفہ دو سے تین گھنٹے کا ہوتا ہے۔ ان سب باتوں کو مد نظر رکھتے ہوئے آپ اس طرح کا شیڈول بنا سکتے ہیں۔

- صبح 7 بجے - 1 گھنٹیں اور کھانا کھلائیں، پھر کھیلیں
- 7.45 - چھکی
- صبح 9 بجے - 1 گھنٹیں اور کھانا کھلائیں، پھر کھیلیں
- صبح 9.45 بجے - چھکی
- 11.45 - 1 گھنٹیں اور کھانا کھلائیں، پھر کھیلیں
- دوپہر 12.30 - چھکی
- دوپہر 2.30 بجے - 1 گھنٹیں اور کھانا کھلائیں، پھر کھیلیں
- 1.15 - چھکی

- 3.30-1 ٹھیں اور کھانا کھلائیں، پھر کھیلیں
- شام 4.15 بجے۔ چھکی
- شام 5.30 بجے۔ 1 ٹھیں اور کھانا کھلائیں، پھر کھیلیں
- شام 6.30 بجے۔ سونے کے وقت کا معمول۔ نہانا، دودھ، سونے کے وقت کی کہانی، بستر
- رات۔ بچہ کھانا کھلانے کے لیے 3 سے 4 بار جاگ سکتا ہے۔

آپ کا بچہ اس وقت رو سکتا ہے جب آپ اسے ان کے بستر پر لیٹا دیتے ہیں، کیونکہ وہ آپ سے دور ہونے سے ڈرتا ہے۔ اسے علیحدگی کی پریشانی کہا جاتا ہے۔ بچے کے کمرے کے اندر جائیں، پرسکون آواز میں بات کریں، اور اپنے بچے کی کمریا سر کور گڑیں۔ اپنے بچے کو بستر سے نہ نکالیں۔ ایک بار جب وہ پرسکون ہو جائیں تو کمرے سے نکل جائیں۔ آپ کا بچہ جلد ہی جان لے گا کہ آپ محض دوسرے کمرے میں ہیں۔ اگر آپ بچے کو رات کو دودھ پینے کے لیے جاگتا ہے، تو لائٹس آن نہ کریں۔ کمرے کو اندھیرا اور خاموش رکھیں۔ اگر ضرورت ہو تو نائٹ بلب کا استعمال کریں۔ دودھ پلانے کو جتنا ممکن ہو مختصر اور کم اہم رکھیں۔ اپنے بچے کی تفریح نہ کریں۔ جب آپ کے بچے کو دودھ پلایا جائے، وہ ڈکار (Burp) لے لے اور پرسکون ہو جائیں، تو اسے واپس بستر پر لے جائیں۔ اگر آپ اس معمول کو برقرار رکھتے ہیں، تو آپ کا بچہ اس کا عادی ہو جائے گا اور خود سو جائے گا۔ 9 ماہ کی عمر تک، زیادہ تر شیر خوار رات کو دودھ پینے کی ضرورت کے بغیر کم از کم 8 سے 10 گھنٹے تک سو سکتا ہے۔ شیر خوار بچے اب بھی رات کو جاگیں گے۔ تاہم، وقت گزرنے کے ساتھ، آپ کا شیر خوار خود کو تسکین دینا اور دوبارہ سو جانا سیکھ جائے گا۔

## .vi ایمونائزیشن (Immunization)

نوزائیدہ بچوں اور بچوں کے لیے مختلف بیماریوں خصوصاً متعدی بیماریوں سے بچاؤ کے ٹیکے لگوانا بہت ضروری ہے۔

### KEEP YOUR CHILD UP TO DATE ON Routine Immunizations

Birth	Hep B	12 months	Hep A MMR Varicella	10 years	HPV
1 month	Hep B	15 months	DTaP/IPV/Hib PCV	11 years	Men ACWY Tdap
2 months	DTaP/IPV/Hib PCV Rotavirus (oral)	18-24 months	Hep A	16 years	Men ACWY Men B
4 months	DTaP/IPV/Hib PCV Rotavirus (oral)	4 years	DTaP/IPV MMRV	17 years	Men B
6 months	DTaP/IPV/Hib PCV Rotavirus (oral) Hep B	9 years	HPV	Other	Flu (annually for all patients 6 months and older) COVID (when eligible)

#### VACCINE KEY:

<b>DTaP:</b> Diphtheria, Tetanus, and Pertussis (whooping cough) <b>DTaP/IPV/Hib:</b> Diphtheria, Tetanus, Pertussis, Polio, and Haemophilus Influenza B <b>Hep A:</b> Hepatitis A <b>Hep B:</b> Hepatitis B <b>Hib:</b> Haemophilus Influenza B <b>IPV:</b> Human Papillomavirus <b>IPV:</b> Polio	<b>Men ACWY:</b> Meningococcal A, C, W, Y <b>Men B:</b> Meningococcal B <b>MMR:</b> Measles, Mumps, Rubella <b>MMRV:</b> Measles, Mumps, Rubella, and Varicella <b>PCV:</b> Pneumococcal <b>Tdap:</b> Tetanus, Diphtheria, and Pertussis <b>Varicella:</b> Chickenpox
---	---

Allegro  
PEDIATRICS

## 6.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درج ذیل باتیں سیکھیں:

- نشوونما کو صرف ذہن کے لحاظ سے نہیں سمجھا جاسکتا ہے بلکہ انفرادی طور پر اس کے دوسروں کے ساتھ اپنے تجربے کے تعلق سے سمجھا جاسکتا ہے۔ اس طرح نشوونما کا تعلق انسان میں ہونے والے کل حیاتیاتی عمل سے ہے۔
- ”صحت مند جسم میں صحت مند دماغ ذہن ہوتا ہے۔“ یہ ایک پرانی کہاوت ہے، لیکن بنیادی طور پر صحیح بھی ہے۔ بچے کی جسمانی نشوونما کئی وجوہات کی بنا پر بہت اہم ہے۔ ایک بچے کی جسمانی طور پر صحیح اور مناسب نشوونما ہونا اس کی ہمہ جہت ترقی میں ناقابل قدر اور اہم رول ادا کرتی ہے۔
- دودھ پلانا: (Breast feeding): ہر بچہ مختلف ہوتا ہے۔ آپ کے بچے کو کتنی بار کھانا کھلانا ہے یہ آپ کے بچے کی ضروریات پر منحصر ہوگا۔ بچے کی زندگی کے پہلے دنوں، ہفتوں اور مہینوں میں دودھ پلانے کے بارے میں توقع کرنے کے لیے یہاں کچھ چیزیں ہیں۔
- قبل از پیدائش (Pre Natal Stage): قبل از پیدائش یا حمل کا دور تقریباً 38 ہفتے کا ہوتا ہے۔ یہ دور یا مدت حمل کے ٹھہرنے سے لے کر پیدائش کے وقت تک ہوتی ہے، جو کہ تقریباً ایک کیلنڈر کے نو مہینے یا 280 دن کے برابر ہوتی ہے۔
- جینیات (Genetics): یہ ایک ایسا عنصر ہے جس کی ہم واقعی مدد نہیں کر سکتے اور بغیر کسی مداخلت کے ہم اپنے بچوں میں منتقل کر سکتے ہیں۔
- ماحولیات (Environment): چاہے وہ جغرافیائی ماحول ہو یا جسمانی ماحول، یا بچے کا ذہنی اور جذباتی ماحول، چھوٹے بچے کی نمو اور نشوونما پر ماحول کا بہت بڑا اثر ہوتا ہے۔
- صنف یا جنس (Gender): ہم جانتے ہیں کہ صنف ہمیں مختلف طریقوں سے کیسے متاثر کرتی ہے۔ خاص طور پر بلوغت کے دوران، لڑکی اور لڑکا دونوں ہی اپنی جسمانی اور ذہنی نشوونما کے حوالے سے شعوری اور غیر شعوری طور پر مختلف ہوتے ہیں۔
- خاندانی اور سماجی زندگی (Family & Social Life): خاندانی ماحول اور سماجی زندگی ان کی بالغ زندگیوں کے بنیادی ستون ہوں گے، اس لیے ان کی نمو اور نشوونما میں بہت زیادہ حصہ ڈالتے ہیں۔
- ثقافتی پرورش (Cultural Nourishment): موجودہ وقت میں لطف اندوزی کرنا بہت آسان ہے۔ خاص طور پر ہمارے (اور ہمارے بچوں کے) ہاتھوں میں بہت زیادہ مواد کے ساتھ، ہمیں اس بات کا خیال رکھنے کی ضرورت ہے کہ وہ کس قسم کا مواد استعمال کرتے ہیں اور کتنا۔ جس قسم کی ثقافت سے وہ بے نقاب ہو رہے ہیں وہ آپ کے بچوں کی نمو اور نشوونما میں بہت زیادہ حصہ ڈالے گا۔

## 6.7 فرہنگ (Glossary)

سپلیمنٹری فیڈنگ	(Supplementary Feeding)
جسمانی نشوونما، نمو یا افزائش	(Physical Development: Physical ) Growth of the Child
جنین (Fetus) یا قبل از پیدائش ماں کے رحم میں بل رہا بچہ	جنین (Fetus)
ثقافتی پرورش	(Cultural Nourishment)
خاندانی اور سماجی زندگی	(Family & Social Life)
قبل از پیدائش	(Pre Natal Stage)
جینیات	(Genetics)
حمل کے ٹھہرنے سے سہفتہ تک	Pre Embryonic Stage
جسمانی نمو اور نشوونما کو متاثر کرنے والے عوامل	(Factors influencing physical growth and development)
ٹیکا لگوانا	امیونائزیشن (Immunization)

## 6.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1. جاندار اشیاء کو عام طور پر..... کی بناء پر بے جان اشیاء سے امتیاز کیا جاتا ہے۔
2. ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم (Early Childhood Care and Education) کے مطالعے سے مراد..... ہے۔
3. قبل از پیدائش یا حمل کا دور تقریباً..... وقفے کا ہوتا ہے۔
4. بچے کا پہلا رول ماڈل ہوتے ہیں۔
5. کم سے کم..... عمر تک بچے کو ماں کا ہی دودھ پلانا چاہئے۔
6. نمو اور نشوونما کو..... کہتے ہیں؟
7. جسمانی نشوونما کو فروغ دینے میں اساتذہ کے کردار ہوتا ہے.....؟
8. Breast-feeding اور Weaning..... ہے؟

9. بچوں کے سپلمنٹری فوڈ-----ہوتا ہے۔
10. ٹوانلٹ ٹریننگ کی ضرورت-----ہوتی ہے؟

#### مختصر جوابی سوالات (Short Types Answer Question)

1. جسمانی نشوونما کی اہمیت پر نوٹ لکھئے۔
2. پیدائش کے پہلے کے مراحل کو مختصراً بیان کیجئے۔
3. پیدائش کے بعد سے دو سال تک ہونے والی جسمانی تبدیلیوں پر نوٹ لکھئے۔
4. دو سے چھ سال تک ہونے والی جسمانی تبدیلیوں پر نوٹ لکھئے۔
5. جسمانی نشوونما کو فروغ دینے میں والدین کے کردار پر نوٹ لکھئے۔

#### طویل جوابی سوالات (Long type Answer Question)

1. جسمانی نمو اور نشوونما کو متاثر کرنے والے عوامل پر تفصیلی نوٹ لکھئے۔
2. جسمانی نشوونما کو فروغ دینے میں بالغ افراد کے کردار پر نوٹ لکھئے۔
3. جسمانی نمو اور نشوونما کے معنی و مفہوم کو تفصیل سے سمجھائیے۔
4. صحت مند رہنے کے لئے بچے کے سپلمنٹری فوڈ اور ان کی Sleeping Routine کے بارے میں تفصیل سے لکھئے۔
5. قبل از پیدائش ہونے والی جسمانی تبدیلیوں پہ تفصیلاً نوٹ لکھئے۔

#### 6.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

1. Aggarwal, J.C. (2020), Child Development and Process of learning, Shipra Publication, New Delhi Guide. London.
2. Gupta, M. Sen (2019), Early Childhood Care and Education, PHI Learning Pvt. Ltd., Delhi
3. Mangal, S.K (2003), Advanced Educational Psychology Prentice Hill of India Pvt. Ltd. (8) New Delhi
4. Patnaik, J. (1996). Early Childhood Education in India: History, Trends, Issues, and achievements. Early Childhood Education Journal, 24(1), 11-16. Retrieved October, 6, 2011. [http:// www. Jstor.org](http://www.Jstor.org)

5. Peltzman, B. R. (1998): Pioneers of Early Childhood Education: A Bio-Bibliographical

# اکائی 7۔ بچے کی حرکی نشوونما

(Child Development- Motor)

اکائی کے اجزا

7.0 تمہید (Introduction)

7.1 مقاصد (Objectives)

7.2 حرکی نشوونما: حرکی نشوونما کے مراحل

(Motor Development: Stages of Motor Development)

7.3 ابتدائی بچپن کی عمر میں عام حرکی مہارتیں (Common Motor Skills of Early Childhood)

7.4 حرکی نشوونما کو متاثر کرنے والے عناصر (Factors Influencing Motor Development)

7.5 حرکی نشوونما کو فروغ دینے میں بڑوں کا کردار

(Adults role in promoting Motor Development)

7.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

7.7 فرہنگ (Glossary)

7.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

7.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

7.0 تمہید (Introduction)

نشوونما ایک مسلسل اور زندگی بھر چلنے والا عمل ہے۔ پچھلے حصہ میں آپ نے بچوں کی جسمانی نشوونما کے بارے میں پڑھا ہے کہ یہ ایک ایسی ترقی یا افزائش ہے جو بچوں کی ساخت، قد و قامت میں قدرتی طور پر ہوتی ہے۔ جس میں قد، وزن اور دیگر جسمانی اعضاء جیسے چہرے کی ساخت، انگلیوں کا سائز، دانتوں کی تعداد وغیرہ میں اضافہ نظر آتا ہے۔ آنے والے یونٹ میں ہم اس بات کا مطالعہ کریں گے کہ یہ جسمانی نشوونما بچوں کے کام کرنے کی صلاحیتوں کو کیسے پروان چڑھاتی ہے۔ بچے اپنے کام کرنے کے سلسلے میں جسمانی اعضاء کو کس طرح سے استعمال کرتے ہیں۔

## 7.1 مقاصد (Objectives)

اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- حرکی نشوونما کو سمجھ سکیں۔
- مختلف مراحل میں حرکی نشوونما کو سمجھ سکیں۔
- ابتدائی بچپن کی عام حرکی نشوونما کی مہارتوں کے استعمال کو سمجھ سکیں۔
- حرکی نشوونما کو متاثر کرنے والے عوامل پر تبادلہ خیال کر سکیں۔
- حرکی نشوونما کے فروغ میں بڑوں کے کردار کی شناخت کر سکیں۔

## 7.2 حرکی نشوونما: حرکی نشوونما کے مراحل

### (Motor Development: Stages of Motor Development)

پیدائش کے وقت بچے بے بس ہوتا ہے، اسے نہ ہی کسی چیز کا علم ہوتا ہے اور نہ ہی اسے اپنے حرکات و سکنات پر کنٹرول ہوتا ہے۔ شیر خوارگی میں بھی بچے کو اپنے جسم پر مکمل اختیار نہیں ہوتا ہے۔ وہ کسی بھی چیز کو نہ پکڑ پاتا ہے اور نہ ہی وہ ٹھیک سے چل پاتا ہے حتیٰ کہ وہ صحیح سے حرکت بھی نہیں کر سکتا ہے۔ لیکن جیسے جیسے بچہ بڑا ہوتا ہے اور اس کی جسمانی نشوونما میں ترقی ہوتی ہے۔ پھر ایک یا اس سے زیادہ سال کے اندر وہ بیٹھنے، کھڑے ہونے، چلنے پھرنے اور چیزوں کو جوڑنے کے قابل ہو جاتا ہے۔ بچے کی اس حرکات کو ہی بچے کی حرکی نشوونما کہا جاتا ہے۔ حرکی نشوونما سے بچے کو اپنے آپ پر انحصار کرنے میں مدد ملتی ہے۔ یوں سمجھ لیجئے کہ حرکی نشوونما جسمانی صلاحیتوں کی نشوونما ہے جس کے اندر قدرتی طور پر ترقی ہوتی ہے۔ حرکی نشوونما جسمانی مہارتوں اور صلاحیتوں کو سیکھنے اور ترقی دینے کا عمل ہے، جس میں ریٹنگنا، چلانا، دوڑنا، چھلانگ لگانا، پھینکنا، پکڑنا اور چیزوں میں ہیرا پھیری کرنا شامل ہے۔ اس میں اعصابی نظام کی پختگی، نقل و حرکت کے نئے نمونوں کا حصول، اور موجودہ مہارتوں کی اصلاح شامل ہے۔ حرکی نشوونما بچپن میں شروع ہوتی ہے اور بلوغت تک جاری رہتی ہے۔ مثال کے طور پر ایک چھوٹا بچہ بھی دوڑتا ہے لیکن جیسے جیسے عمر بڑھتی ہے، اس کے دوڑنے میں درستگی آنے لگتی ہے۔

### • شیر خوارگی (Infancy stage)

یہ حرکی نشوونما کا پہلا مرحلہ ہے جو پیدائش سے شروع ہوتا ہے اور دو سال کی عمر تک چلتا ہے۔ یہ تیز رفتار نشوونما کا مرحلہ ہے۔ اس مرحلے میں نئے پیدا ہونے والے ریفریلیکس حرکی کنٹرول کا حصہ ہے۔ اس میں بچے کچھ نیا سیکھتے ہیں۔ اس دور میں حرکی نشوونما میں جسمانی کنٹرول اور بنیادی مہارتوں کی نشوونما شامل ہوتی ہے۔ اس مرحلے میں بچے سر، جسم، بازو، ہاتھ کا کنٹرول اور ٹانگوں کو کنٹرول کرنا سیکھتا ہے۔ اس مرحلے میں حرکی نشوونما جسم کے مرکز سے باہر کی طرف ہوتی ہے۔ ہاتھوں اور انگلیوں کی ہم آہنگی سے پہلے سر، جسم اور بازو کو کنٹرول کرنا

شروع کرتا ہے۔ اس مرحلے میں بچے کانٹے جیسے برتن اور چمچ کو پکڑنا، کپ، گلاس، سپر، بوتل کو پکڑ کر منہ تک لے جانا سیکھتے ہیں۔ پھل کا ٹکڑا، کیک کو انگلی سے منہ تک لے جانے سے انگلی چوسنے کی مہارت، پکڑ کر چلانا، ریٹکنا وغیرہ سیکھتے ہیں۔

## • بچپن (Childhood)

یہ تین مراحل پر مشتمل ہے ابتدائی بچپن، درمیانی بچپن اور بعد میں بچپن

i. ابتدائی بچپن: حرکی نشوونما کا یہ دور دوسرے سال سے شروع ہوتا ہے اور چھ سال تک جاری رہتا ہے۔ ان سالوں میں حرکی نشوونما کی رفتار تیز ہوتی ہے۔ اس مرحلے میں حرکی عمدہ مہارتوں کی نشوونما بھی ہوتی ہے۔ اس مرحلے کو پری اسکول، کھیلنے کی عمر اور سوال کرنے کی عمر سے بھی جانا جاتا ہے۔ اس مرحلے میں بچے کی بنیادی حرکات و سکنات فروغ پاتی ہیں، جیسے دوڑنا، چھلانگ لگانا، پھینکنا، پکڑنا، پڑھنا، لکھنا، ڈرائنگ وغیرہ۔ اس عمر میں بچوں کے اندر ہاتھ اور آنکھوں کے درمیان ہم آہنگی پیدا ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ مثال کے طور پر اگر بچے پہلے پنسل سے بے ترتیب لکیریں کھینچتے ہیں اس کے بعد صحیح سے حروف بنانا شروع کرتے ہیں۔ اس دور میں وہ رولنگ، لٹکانے، دھکیلنے، کھینچنے کی حرکات کو یکجا کرنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ اس عمر میں بچوں کو تیراکی اور جمناسٹک جیسے کھیلوں کو سکھایا جاسکتا ہے، ساتھ ہی بچوں کو لکھنا، ڈرائنگ، (کلے) آٹا بنانا، بلاکس کی ساخت کے ذریعہ حرکی مہارتوں کو سکھایا جاسکتا ہے۔

ii. درمیانی بچپن: یہ مرحلہ 7 سال سے شروع ہو کر 10 سال تک چلتا ہے۔ اسے "گینگ ایج" کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔ اس مرحلے میں بچے زیادہ متحرک اور توانا ہو جاتے ہیں۔ آنکھوں کے ساتھ ہاتھ ٹانگوں کے درمیان زیادہ درست اور عمدہ ہم آہنگی بہتر ہو جاتی ہے۔ بچے طرز اور توازن میں بہتر ہو جاتے ہیں، ان کی حرکت میں استحکام پیدا ہوتا ہے۔ جسم لچکدار حرکت دکھانا شروع کر دیتا ہے۔ رفتار سے متعلق صلاحیتیں تیز رفتاری سے نشوونما ہوتی ہیں۔ بچوں میں کھیل کی مہارت پیدا ہوتی ہے اور کھیل کے ساتھیوں کے ساتھ تعاون اور ہم آہنگی شروع ہوتی ہے۔

iii. بعد کا بچپن: بعد کے بچپن کا دور 11 سال سے شروع ہوتا ہے اور 12 سال کی عمر تک جاری رہتا ہے۔ نشوونما کے اس مرحلے میں بچے سائیکل چلانے، دوڑنے، چھلانگ لگانے، سکیٹنگ، برش سے رنگنے، کسی ڈھانچے کی ڈرائنگ جیسی پیچیدہ حرکی مہارتوں کے ماہر بن جاتے ہیں اور یہ تحریکیں اعتماد کے ساتھ کر سکتے ہیں۔ اس میں تیز رفتاری سے ترقی ہوتی ہے۔ اس مرحلے میں عمدہ مہارتیں زیادہ درست ہوتی ہیں۔ سماجی مدد کی مہارتیں گھر کے کاموں میں والدین اور بزرگوں کی مدد کرنا۔ طلباء حرکی سرگرمیوں میں مقابلہ بھی شروع کر دیتے ہیں۔

حرکی نشوونما میں ہڈیوں اور پٹھوں کی صلاحیتوں کی نشوونما بھی شامل ہوتی ہے جو ہمیں ماحول میں چلنے پھرنے اور گھومنے کے قابل بناتی ہے۔ اس کے ذریعے جسم کے عضلاتی حصوں کے استعمال میں طاقت اور رفتار پیدا ہوتی ہے۔ حرکی صلاحیتوں کی ترقی مشاہدہ کے قابل ہوتی ہے، لہذا رویے کے تمام مطالعہ میں حرکی مہارتوں کا مطالعہ شامل ہوتا ہے۔ یہ مہارتیں مسلسل مشق اور چمٹگی کے ذریعے آتی ہیں۔ مثال کے طور پر دوڑنا، چلنا، چڑھنا، لکھنا، سائیکل چلانا وغیرہ۔ ان تمام مہارتوں کی خاص بات یہ ہے کہ ان سب میں حرکت ہوتی ہے۔ بچوں کے اندر دو طرح کی حرکی مہارتیں ہوتی ہیں۔ پہلی جس میں بچہ مجموعی (Gross) مہارتوں کو سیکھتا ہے۔ دوسری جس میں (Fine) باریک یا عمدہ

حرکی مہارتوں کو سیکھتا ہے۔ ایک خود مختار اور آزاد فرد بننے کے لیے ایک بچے کی زندگی میں مجموعی (Gross) اور (Fine) باریک یا عمدہ حرکی مہارتوں کی نشوونما بے حد ضروری ہے۔ ساتھ ہی ساتھ تعلیمی اور غیر تعلیمی کامیابی کے لیے بھی یہ بہت ضروری ہے۔ حرکی نشوونما کے مضمرات بعد کے مراحل میں بھی مددگار ثابت ہوتے ہیں۔ جب بچہ ماحول کے ساتھ روبرو ہوتا ہے اور اس پاس میں فرق کرنا چاہتا ہے، اس وقت یہ حرکی مہارتیں ان بنیاد فراہم کرنے اور جسمانی سرگرمی سے مسلسل بہتر اور پیچیدہ حرکات میں مددگار ثابت ہوتی ہیں۔ حرکی مہارتیں عام طور پر بچپن میں بہتر ہوتی ہیں۔ اعلیٰ حرکی مہارتوں کا تعلق بہتر تعلیمی کارکردگی، قلبی تنفس کی فٹنس اور بچوں کے ذاتی ادراک اور محرکات سے ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- بچے کی نشوونما کے مختلف مراحل پر ایک نوٹ تحریر کریں۔

### 7.3 ابتدائی بچپن کی عمر میں عام حرکی مہارتیں

#### (Common Motor Skills of Early Childhood)

- مجموعی حرکی مہارتیں (Gross Motor Skills): ابتدائی دور میں بچوں میں پیدا ہونے والی مہارتیں عالمی اور غیر سمت کی ہوتی ہیں، جیسے کہ سر، ہاتھ اور ٹانگوں کی بے ترتیب حرکتیں۔ ان مہارتوں میں پورا جسم شامل ہوتا ہے اور خاص طور پر جسم کے بڑے عضلات شامل ہوتے ہیں۔ یہ مہارتیں بچے کو اپنے ماحول میں گھلنے ملنے کے قابل بناتی ہیں۔ جیسے کہ ریٹگنا، کھڑا ہونا، چلنا وغیرہ۔ اگر کوئی بچہ ماحول سے روبرو ہوتا ہے اس وقت مجموعی (Gross) مہارتیں اہم کردار ادا کرتی ہیں اور یہ جسمانی طور پر بھی ضروری ہے۔ ساتھ ہی ساتھ یہ نشوونما کے ابتدائی مراحل میں جسمانی سرگرمی کے لیے بھی اہم ہیں۔

- عمدہ حرکی مہارتیں (Fine Motor Skills): ان مہارتوں میں چھوٹے عضلات شامل ہوتے ہیں، جیسے انگلیوں کے پٹھے، انگلیاں، آنکھیں وغیرہ۔ اس میں سر کا کنٹرول، بازو اور ہاتھ کا کنٹرول اور ٹانگوں کا کنٹرول شامل ہے۔ عمدہ حرکی مہارتوں کے لیے عضلات میں مزید ہم آہنگی کی ضرورت ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر لکھنے کے لیے آنکھ اور ہاتھ کا ربط ضروری ہے۔ اس میں ہاتھ اور انگلی کا بھی مل کر کام کرنا شامل ہے۔ عمدہ حرکی مہارتوں سے مراد پکڑنا، لکھنا، کاٹنا، بننا، برتنوں کا استعمال کرتے ہوئے کھانا، قینچی سے کاٹنا، بٹن لگانا، اعضاء کو چھونا وغیرہ ہے۔ مثال کے طور پر کسی شے کی شکل اور سائز کے مطابق مناسب طریقے سے پکڑنا۔ خود کی ترقی کے لیے عمدہ مہارتیں اہم ہوتی ہیں۔ جیسے درج ذیل کی تصویر سے واضح کرنے کی کوشش کی گئی ہے۔



ابتدائی بچپن کی عمر 2-6 سال مانی جاتی ہے۔ ان سالوں میں جہاں ایک طرف مجموعی حرکی مہارتوں میں کمال حاصل ہوتا ہے، وہیں دوسری طرف عمدہ حرکی مہارتوں کی بھی ترقی ہوتی ہے جس کے لیے درج ذیل عناصر اپنے تاثرات قائم کرتے ہیں۔

- لوکوموٹر کی نقل و حرکت (Locomotor movement): ابتدائی بچپن کے سالوں میں بچے چلنے، دوڑنے، چھلانگ لگانے، اور چڑھنے وغیرہ میں مہارت حاصل کرتے ہیں۔ دو سال کی عمر میں بچے صحیح طریقہ سے چلنا سیکھ جاتے ہیں۔ آنے والے سالوں میں اپنے دوستوں کے ساتھ کھیلوں میں دوڑنا شروع کر دیتے ہیں۔ اس عمر کے بچے اکثر اونچی جگہوں سے چھلانگ لگاتے ہیں۔ اس وقت بچے رسی کودنا بھی سیکھ لیتے ہیں۔ 3-6 سال کی عمر میں کرسی یا اونچی رکھی گئی چیزوں، بستریا فرش پر چڑھنا، کودنا بھی سیکھ جاتے ہیں۔ جیسے۔ دوڑنا، اچھلنا، سلائیڈنگ کرنا وغیرہ ان کا پسندیدہ مشغلہ ہوتا ہے۔

- جوڑ توڑ کی حرکت (Manipulative movement): کھیل کے میدان کا منظر یاد کریں، جہاں بچے گیند سے کھیل رہے ہیں، وہ گیند کو پکڑنے کے لیے ہاتھوں کو گھماتے بھی ہیں، اور پیروں سے بھی ڈھکیلتے ہیں۔ اس طرح ہم دیکھتے ہیں کہ 2-6 سال کے بچے ہاتھوں اور ٹانگوں کے حرکت کو ضرورت کے مطابق تبدیل کرنا سیکھ جاتے ہیں۔ مثال کے طور پر پکڑنا، پھینکنا، لات مارنا وغیرہ۔

- استحکام کی تحریک (Balancing movement): اس عمر کے بچوں میں تحرکی مہارتیں جیسے جھکنے، کھینچنے، رول کرنے، توازن کرنے میں استقامت آ جاتی ہے۔ مثال کے طور پر بنا کسی سہارے کے چلنا، دوستوں کے ہاتھ پکڑ کر گھومنا، جمناسٹک کرنا وغیرہ۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- بچے کی نشوونما میں مجموعی اور عمدہ حرکی مہارتوں پر ایک نوٹ تحریر کریں۔

## 7.4 حرکی نشوونما کو متاثر کرنے والے عناصر

### (Factors Influencing Motor Development)

- جسمانی نشوونما: اگر کسی بچے کی جسمانی نشوونما اس کی عمر کے مطابق صحیح سے نہیں ہو رہی ہے تو اس کا اثر حرکی نشوونما پر پڑتا ہے۔ وہ بچے صحیح سے چل نہیں پاتا ہے اور نہ ہی بھاگ پاتا ہے۔ اگر کسی بچے کو کسی بیماری یا کسی اور وجہ سے جسمانی نشوونما صحیح نہیں ہوتی تو اس کا اثر بھی اس کی حرکی نشوونما پر پڑتا ہے۔ وہ بچے ٹھیک سے چل نہیں سکتا بھاگنا نہیں جانتا ہے۔ اسی طرح حرکی عمدہ مہارتوں جیسے ڈرائنگ میں پنسل پکڑنے پر بھی جسمانی نشوونما کا اثر پڑتا ہے۔
- وراثت: حرکی نشوونما جینیات کا نتیجہ ہے۔ کچھ تحقیق میں یہ دیکھا گیا کہ فن کار کے بچے فن کار، موسیقار کے بچے موسیقار اور کھلاڑی کے بچے کھلاڑی بن جاتے ہیں۔ کیونکہ ان کی توارث میں یہ جینز ہوتے ہیں۔ جن سے انکی حرکی نشوونما بہتر طریقہ سے ہو جاتی ہے۔

• ماحولیاتی عوامل: حرکی مہارتوں کا انحصار ماحول پر ہوتا ہے۔ مختلف ثقافتوں میں بچوں کی حرکی مہارتیں مختلف ہوتی ہیں۔ حرکی ترقی بہت سے ماحولیاتی عوامل سے متاثر ہوتی ہیں۔ بچے حرکی سرگرمیوں کے ذریعے ماحول اور اپنے بارے میں سیکھتے ہیں۔ حرکی مہارتوں میں حرکت شامل ہوتی ہے جو خود ادراک کی ایک شکل ہے، کیونکہ proprioceptive اور haptic اور حواس مسلسل معلومات حاصل کر رہے ہیں، ایسی معلومات جو مکمل طور پر بیرونی حواس جیسے بصارت اور سماعت کی معلومات کے ساتھ ملتی ہیں۔ حرکت بذات خود ادراک کی ایک شکل ہے۔ کیونکہ حواس مسلسل معلومات حاصل کر رہے ہیں، ایسی معلومات جو مکمل طور پر بیرونی حواس جیسے بصارت اور سماعت کی معلومات کے ساتھ ملتی ہیں۔ اس طرح حرکت ہمارے تمام تجربے کے جوڑ کا ایک لازمی حصہ ہے۔ بشمول وہ وقت جب ہم کسی چیز کو دیکھ رہے ہوتے ہیں کیونکہ دیکھنے میں آنکھ، سر اور گردن کی حرکت شامل ہوتی ہے۔ اس لیے ابتدائی بچپن میں زیادہ سے زیادہ حرکت کرنے کا موقع دیا جائے جو ہر ممکن حد تک وسیع ہوتا کہ بچوں کے پاس تحریک کا بھرپور ذخیرہ ہو جائے اور بچے جسمانی سرگرمیوں میں بڑھ چڑھ کر حصہ لے سکیں اور اچھی ورزش کر سکیں۔

• غذائیت: جب بچوں کو مناسب غذا ملتی ہے تو اس سے انکی حرکی نشوونما بھی بہتر طریقہ سے ہوتی ہے۔ بہتر غذا نہ ملنے کی وجہ سے بچوں میں کچھ بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ جس کی وجہ مختلف سرگرمیوں میں اپنے آپ کو شامل نہیں کر پاتے ہیں۔ جیسے کواشکور (Kwashiorkor)، آسٹیوپوروسس (osteoporosis) یا کیلشیم (calcium)، آرن (iron) یا میگنیشیم (magnesium) کی کمی کی وجہ سے پٹھوں اور ہڈیوں کی نشوونما نہیں ہوتی ہے، اور حرکی نشوونما اثر انداز ہوتی ہے۔

• جسمانی سرگرمیاں: آج کے دور میں موٹاپا بچوں میں ایک عام بیماری ہے۔ بچے کھیلنے نہیں جاتے وہ موبائل فون، لیپ ٹاپ پر کھیلتے رہتے ہیں۔ جسمانی سرگرمیوں پر زیادہ غور نہیں کرتے ہیں۔ جگہ کی کمی یا لائف اسٹائل بدلنے کی وجہ سے جسمانی سرگرمیاں ختم ہو جاتی ہیں جو براہ راست حرکی نشوونما پر اثر ڈالتی ہیں۔

• جسمانی معذوری: اکثر کچھ بچوں میں ریڑھ کی ہڈی میں یا جسم کے کسی حصے میں جسمانی معذوری ہوتی ہے۔ جس کی وجہ سے وہ صحیح سے چل نہیں پاتے اور دوڑ نہیں کر پاتے ہیں۔ پٹھوں میں کھینچاؤ بھی حرکی نشوونما پر اثر ڈالتا ہے۔ جیسے، دماغی فالج (cerebral palsy) وغیرہ

• حسی خرابی: بعض اوقات بچے توجہ کی کمی کی وجہ سے ہم آہنگی نہیں کر پاتے ہیں جیسے کہ بلیک بورڈ سے دیکھ کر لکھنا۔

• ٹریننگ: اگر بچوں کو صحیح سے سکھایا نہیں جاتا تو ان کو مجموعی حرکی مہارتوں کو آشکارا کرنے میں تھوڑا سا وقت لگ جاتا ہے۔ دوسری طرف عمدہ حرکی مہارت کے فروغ میں ٹریننگ کا اہم کردار ہے۔ اگر بچوں کو پینل صحیح طریقے سے پکڑنا اور اسے استعمال کرنا سکھایا جائے تو وہ آسانی سے عمدہ مہارتیں سیکھ سکتے ہیں۔

• پریکٹس: جس مہارت کے لیے بچہ بہت کوشش کرتا ہے اس کا نتیجہ جلد سامنے آتا ہے۔ جیسے ہوم ورک میں کرنے سے بچے کے لکھنے کی صلاحیت بہتر ہوتی ہے۔

## اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- بچہ کی نشوونما میں جسمانی کمزوری کس طرح رکاوٹ پیدا کرتی ہے؟

### 7.5 حرکی نشوونما کو فروغ دینے میں بڑوں کا کردار

#### (Adults role in promoting Motor Development)

حرکی مہارتوں کا حصول ایک متحرک اور ترقیاتی عمل ہے۔ بچوں کی پرورش میں والدین اور اساتذہ دونوں کا کردار اہم ہوتا ہے۔ ابتدائی بچپن (2-6) سالوں کے دوران بچوں کو بنیادی حرکی مہارتوں کی ایک وسیع حد کا تجربہ کرنا چاہیے جن کے لیے توازن پھیر بدل اور حرکت کی ضرورت ہوتی ہے۔ بچوں میں جسمانی بیداری اور کنٹرول کے ساتھ ساتھ بنیادی حرکی مہارتوں کی قابلیت کو زیادہ سے زیادہ فروغ دینے کے لیے، بیٹھنے کے بجائے حرکت کرنے اور کھیلنے کی ضرورت ہے۔ مجموعی اور عمدہ حرکی سرگرمیوں کو متوازن انداز میں کرنے کی ضرورت ہے۔ بڑوں کے کردار میں اساتذہ اور والدین بچوں میں حرکی مہارت کی نشوونما میں نمایا کر دار ادا کرتے ہیں، جس کے لیے درج ذیل کام کرنا لازمی ہیں۔

- بچوں کو آزادی دینا: بچوں کو آزادی دی جانی چاہیے اور بعض اوقات انہیں پارک میں یا گراؤنڈ میں تہا چھوڑ دینا چاہیے۔
- مناسب رہنمائی: اساتذہ اور والدین کو وقتاً فوقتاً بچوں کی حرکی صلاحیتوں کی نشوونما کے لیے رہنمائی کرتے رہنا چاہیے۔
- مواد فراہم کرنا: اساتذہ اور والدین کو کھیل کی سرگرمی اور کھیل کے آلات فراہم کرنے کی کوشش کرنی چاہیے جو بچے کی نشوونما اور عمر کے لحاظ سے موزوں ہوں۔ اساتذہ اور والدین حرکی مہارتوں کو فروغ دینے کے لیے انہیں ڈرائنگ بک، لکھنے کے لیے کتابیں اور آٹا فراہم کر سکتے ہیں۔ والدین بچوں کے لیے فائدہ مند کھلونے اور کھیل فراہم کر کے بچوں کو محرک کر سکتے ہیں۔
- سرگرمیاں ڈیزائن کریں: یہ ضروری ہے کہ نوجوانوں کے کھیلوں کے پروگراموں میں شامل اساتذہ اور والدین ایسا ماحول فراہم کریں جس میں بچے حصہ لینا چاہتے ہیں۔ مناسب سیکھنے کے پروگراموں کی ڈیزائننگ کریں، جیسے موٹر اسکلز کو سکھانے کے لیے آرٹ کیمپس، جمناسٹک ٹریننگ، تیراکی کی کلاسز جیسی سرگرمیوں کو ڈیزائن کیا جاسکتا ہے۔
- مناسب کھیل: بچوں کی زندگی کھیل کے ساتھ بہت قریب ہے۔ بہت سے کھیلوں میں اعلیٰ حرکی مہارتوں کی ضرورت ہوتی ہے، لہذا بچوں کو ایک متحرک تجربہ فراہم کرنے کی ضرورت ہے جو ان کی حرکی نشوونما کو متحرک کرتا ہو۔ جسمانی بیداری اور کنٹرول کے ساتھ ساتھ بنیادی حرکی مہارت کی صلاحیت کو زیادہ سے زیادہ فروغ دینے کے لیے بچوں کو حرکت اور کھیلنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ نہ کہ بیٹھ کر اس عمر کے دوران مسابقتی کھیلوں میں حصہ لینا ان کے تجربات کا حصہ نہیں ہونا چاہیے۔

## اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- بچہ کی حرکی نشوونما کو فروغ دینے میں بڑوں کے کردار پر ایک نوٹ تحریر کریں۔

## 7.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درجہ ذیل باتیں سیکھیں:

- حرکی نشوونما سے مراد وہ عمل ہے جس کے ذریعے شیر خوار اور بچے اپنی حرکات پر قابو پانا سیکھتے ہیں اور نئی نئی مہارتیں حاصل کرتے ہیں جیسے کہ ریٹنگنا، چلنا، دوڑنا اور چھلانگ لگانا۔ اس میں مجموعی موٹر مہارت (بڑے پٹھوں کی نقل و حرکت) اور عمدہ موٹر مہارت (چھوٹے پٹھوں کی نقل و حرکت) دونوں کی ترقی شامل ہے۔
- عام طور پر ان میں اضطراری حرکات (پیدائش سے 1 ماہ تک)، ابتدائی حرکات کی نشوونما (1 سے 6 ماہ) بنیادی حرکات کا آغاز (6 سے 12 ماہ)، بنیادی حرکات میں مہارت (1 سے 2 سال)، خصوصی حرکات کی ترقی (2 سے 7 سال)، خصوصی حرکات کی اصلاح (7 سال اور اس سے اوپر) وہ عوامل جو حرکی نشوونما کو متاثر کر سکتے ہیں ان میں جینیات، قبل از پیدائش کا ماحول، غذائیت، جسمانی سرگرمی کی سطح، نقل و حرکت کے مختلف مواقع کی نمائش، اور نقل و حرکت میں چیلنجوں اور کامیابیوں کے تجربات شامل ہیں۔
- بالغ افراد شیر خوار بچوں اور بچوں کو ایک محفوظ ماحول فراہم کر کے حرکی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتے ہیں جو تلاش اور نقل و حرکت کی حوصلہ افزائی کرتا ہے۔ بالغ افراد نقل و حرکت کی مہارت کا نمونہ بھی بنا سکتے ہیں اور مشق اور رائے کے مواقع فراہم کر سکتے ہیں۔
- بالغ افراد کھیل، ساختی ورزش کے پروگراموں اور بیرونی پلے ٹائم کے ذریعے جسمانی سرگرمی کو فروغ دے کر صحت مند موٹر کی نشوونما میں مدد کر سکتے ہیں۔

## 7.7 فرہنگ (Glossary)

حرکی مہارتیں	Motor Skills
مجموعی حرکی مہارتیں	Gross Motor Skills
عمدہ حرکی مہارتیں	Fine Motor Skills
جسم کی حالت	Posture

لو کو موٹر کی نقل و حرکت	Locomotor Movement
جوڑ توڑ کی حرکت	Manipulative Movement
استحکام کی تحریک	Stability Movement

## 7.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1. ہاتھوں اور انگلیوں کے چھوٹے پٹھوں کو کنٹرول کرنے کی صلاحیت کو بیان کرنے کے لیے استعمال ہونے والی اصطلاح کیا ہے؟

(a) مجموعی حرکی مہارت (b) عمدہ مہارت

(c) لو کو موٹر حرکی مہارت (d) ادراک کی حرکی مہارت

2- زیادہ تر بچے کس عمر میں ایک پاؤں پر اچھلنے (hopping) کی صلاحیت پیدا کرتے ہیں؟

(a) 6-7 ماہ (b) 12-24 ماہ

(c) 3-4 سال (d) 5-6 سال

3- ابتدائی بچپن کے سالوں میں بچوں کے ذریعے حاصل کردہ کچھ مجموعی صلاحیتیں کیا ہیں؟

(a) بھاگنا، چھلانگ لگانا، اور گیند پھینکنا

(b) موٹر سائیکل چلانا اور آزادانہ طور پر تیراکی کرنا

(c) ہاپ اسٹاچ کھیلنا اور کارٹ وہیلز کرنا

(d) کمپیوٹر پر ٹائپ کرنا اور کرسیوں میں لکھنا

4. درج ذیل میں سے کون fine موٹر مہارت کی ایک مثال ہے؟

(a) تیز دوڑنا (b) چھلانگ لگانا

(c) رنگ بھرنا (d) قمیض کا بٹن لگانا

5. مندرجہ ذیل میں سے کون سی لو کو موٹر کی نقل و حرکت کی عام مہارت نہیں ہے؟

(a) چلنا (b) رسی کودنا

(c) پھسلنا (d) لات مارنا

6. مندرجہ ذیل میں سے کون سا جوڑ توڑ کی مہارت کی مثال ہے؟

(a) تیز دوڑنا (b) چھلانگ لگانا

(c) پھینکنا (d) توازن

7. بچے کس مرحلے پر ٹرائی سائیکل چلانے کی صلاحیت پیدا کرتے ہیں؟

(a) 2-3 سال

(b) 4-5 سال

(c) 6-7 سال

(d) 8-9 سال

8۔ بچوں کی حرکی نشوونما کو متاثر کرنے والی سب سے عام بیماری کون سی ہے؟

(a) دماغی فالج

(b) ڈاؤن سنڈروم

(c) آئزوم سپیکٹرم کی خرابی

(d) کوئی نہیں

9۔ مندرجہ ذیل میں سے کون سا ایسا عنصر نہیں ہے جو بچے کی حرکی نشوونما کو متاثر کر سکتا ہے؟

(a) جنس

(b) جینیات

(c) غذائیت

(d) موسیقی کی صلاحیت

10۔ وہ کون سا طریقہ ہے جو والدین گھر پر اپنے بچے کی موٹر ڈیولپمنٹ میں مدد کر سکتے ہیں؟

(a) ٹی وی دیکھنا

(b) بیرونی پلے ٹائم کو محدود کرنا

(c) غیر منظم کھیل اور نقل و حرکت کے مواقع فراہم کرنا

(d) نئی جسمانی سرگرمیوں کی حوصلہ شکنی

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

1۔ مجموعی موٹر مہارتیں کیا ہیں؟

2۔ موٹر کی عمدہ مہارتیں کیا ہیں؟

3۔ بچوں کی مجموعی موٹر مہارتیں عام طور پر وقت کے ساتھ کیسے تیار ہوتی ہیں؟

4۔ مجموعی موٹر کی ترقی ٹھیک موٹر کی ترقی سے کیسے مختلف ہے؟

5۔ چھوٹے بچوں کی نشوونما کے لیے جسمانی سرگرمی کیوں ضروری ہے؟

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

1۔ ابتدائی بچپن کے سالوں میں بچوں کی نشوونما کے دیگر شعبوں پر موٹر ڈیولپمنٹ کے اثرات کیا ہوں گے؟

2۔ بچوں کے ابتدائی سالوں میں بالغ افراد بچوں کی موٹر ڈیولپمنٹ میں کس طرح مدد کر سکتے ہیں؟

3۔ ایک استاد/والدین/بالغ ہونے کے ناطے آپ چھوٹے بچوں کے روزمرہ کے معمولات میں جسمانی سرگرمی کو کیسے شامل کریں گے۔

- 4۔ بچپن کے ابتدائی سالوں میں موٹر کی نشوونما کو متاثر کرنے والے عام عوامل پر بحث کریں۔
- 5۔ والدین اور اساتذہ بچوں کی عمدہ اور مجموعی موٹر نشوونما میں کیسے مدد کر سکتے ہیں؟

---

## 7.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

- Formiga, Cibelle Kayenne Martins & Linhares, Maria. (2015). Motor Skills: Development in Infancy and Early Childhood. International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences. 10.1016/B978-0-08-097086-8.23071-7.  
[https://www.researchgate.net/publication/304191163\\_Motor\\_Skills\\_Development\\_in\\_Infancy\\_and\\_Early\\_Childhood](https://www.researchgate.net/publication/304191163_Motor_Skills_Development_in_Infancy_and_Early_Childhood)
  - Adolph, Karen & Robinson, Scott. (2015). Motor Development. 10.1002/9781118963418.childpsy204.  
[https://www.researchgate.net/publication/280611384\\_Motor\\_Development](https://www.researchgate.net/publication/280611384_Motor_Development)
- t  
-

# اکائی 8۔ بچے کی سماجی نشوونما

(Child Development-Social)

اکائی کے اجزاء

8.0 تمہید (Introduction)

8.1 مقاصد (Objectives)

8.2 سماجی ترقی، تصور، ضرورت اور اہمیت

(Social Development: Concept Need and significance)

8.3 سماجی ترقی کے پیٹرن / نمونے (Pattern of Social Development)

8.4 سماجی ترقی کو متاثر کرنے والے عوامل (Factors Influencing Social Development)

8.5 بچوں کو اسکول میں ایڈجسٹ کرنے اور سماجی ترقی کو فروغ دینے میں اساتذہ اور بڑوں کا کردار

(Role of Teacher and Adults in helping Children adjust to School and Promoting Social Development)

8.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

8.7 فرہنگ (Glossary)

8.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

8.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

8.0 تمہید (Introduction)

سماجی ترقی کا مضمون اس بات کی وضاحت کرتی ہے اور اس طرف بھی توجہ دلاتی ہے کہ بچے کس طرح دوستی کرتا اور دیگر تعلقات استوار کرتا ہے اور وہ اپنے ساتھیوں کے ساتھ تنازعات کو کس طرح حل کرتا ہے۔ رومی (1332-1406 عیسوی)، جسے ابن خلدون کے نام سے بھی جانا جاتا ہے، کو معاشیات اور سماجیات کا بانی، سماجی علوم کا موجد کہا جاتا ہے، نے بھی اس امر کو ظاہر کرنے کی کوشش کی ہے۔ وائیکو لئسکی کا نظریہ (Vygotsky Theory) 1962 تجویز کرتا ہے کہ بچے کی نشوونما کو سماجی اور ثقافتی تجربے کے حوالے سے بہترین طریقے سے سمجھا جاسکتا ہے۔ سماجی تعامل کو خاص طور پر، ترقی میں ایک اہم قوت کے طور پر دیکھا جاتا ہے۔ سماجی ترقی کی خصوصیات اکثر تعاون،

پہل، قیادت، اشتراک، نظم و ضبط اور شراکت کی مہارت ہوتی ہیں۔ سماجی ترقی کی نمایاں خصوصیات میں مؤثر مواصلات، سماجی اصول اور اقدار، جذباتی ذہانت، سماجی کاری، خود آگاہی، اشتراک، تعاون اور ہمدردی شامل رہتی ہیں۔ سماجی ترقی کے اقسام کے تین مراحل ہیں یا یہ کہیں کہ معاشرے کی ترقی کا سفر تین مراحل پر مشتمل ہے: جسمانی، اخلاقی اور ذہنی۔ سماجی ترقی سے مراد کسی شخص کی سماجی صلاحیتوں میں اضافہ ہے جیسے وہ بڑھتا ہے ویسے ہی سماجی ترقی کی طرف گامزن ہوتا جاتا ہے۔ بچپن میں، سماجی ترقی کی مثالوں میں تعاون کرنے، دوسروں کے نقطہ نظر کو دیکھنے اور سماجی ذمہ داری کو فروغ دینے کی ابھرتی ہوئی صلاحیتیں شامل ہیں۔ ایک سماجی نمونہ سماجی اعمال پر مشتمل ہوتا ہے جو ہمیشہ دہرائی جاتی ہیں اور ان کے دوبارہ ہونے کا امکان ہمیشہ ہوتا ہے۔ سماجی اور ثقافتی اصول ایک مخصوص ثقافتی یا سماجی گروپ کے اندر مشترکہ عقائد پر مبنی رویے اور خیالات کے اصول یا توقعات پر مبنی ہوتے ہیں۔ وہ حالات اور تغیرات جو تصور سے پختگی تک جذباتی، فکری، سماجی اور جسمانی نشوونما کو متاثر کرتے ہیں۔ مثالوں میں والدین کے رویے اور محرک، ہم عمر تعلقات، سیکھنے کے تجربات، تفریحی سرگرمیاں، اور موروثی رجحانات بھی شامل رہتے ہیں۔ اس اکائی میں ہم بچوں میں سماجی ترقی کے موضوعات، اس کے تصور، ضرورت اور اس کی اہمیت کا احاطہ کریں گے۔ یہ اکائی سماجی ترقی کے نمونوں، اس پر اثر انداز ہونے والے عوامل پر بھی روشنی ڈالتی ہے۔ اور سب سے اہم بات یہ ہے کہ یہ یونٹ بچے کو اسکول میں ایڈجسٹ کرنے اور اس کی سماجی نشوونما میں مدد کرنے میں بالغوں اور اساتذہ کے کردار کے بارے میں بھی تفصیل سے بحث کرتی ہے۔

## 8.1 مقاصد (Objectives)

- اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:
- سماجی ترقی کے معنی کو سمجھ سکیں۔
- سماجی ترقی کی خصوصیات کو سمجھ سکیں۔
- کہ بچے کی نشوونما کو سماجی اور ثقافتی تجربے کے حوالے سے سمجھ سکیں۔
- بچوں میں سماجی ترقی کے موضوعات، تصور، ضرورت اور اس کی اہمیت کے بارے میں جانیں۔
- سماجی ترقی کے نمونوں، اس پر اثر انداز ہونے والے عوامل کو بھی سمجھ سکیں۔
- بچوں کو اسکول میں ایڈجسٹ کرنے اور اس کی سماجی نشوونما میں مدد کرنے میں بالغوں اور اساتذہ کے کردار کے بارے میں سمجھیں۔

## 8.1 سماجی ترقی، تصور، ضرورت اور اہمیت

### (Social Development: Concept Need and significance)

رامی (1332-1406 عیسوی)، جسے ابن خلدون کے نام سے جانا جاتا ہے، کو معاشیات اور سماجیات کا بانی، سماجی علوم کا موجد کہا جاتا ہے کی رائے میں، سماجی ترقی سے مراد وہ عمل ہے جس کے ذریعے بچہ اپنے آس پاس دوسروں کے ساتھ بات چیت کرنا سیکھتا ہے اور یہ کہ لوگ کس طرح بچپن سے جوانی تک خصوصی توجہ کے ساتھ عمر بھر میں سماجی اور جذباتی مہارتوں کی ترقی کرتے ہیں۔ جیسا کہ وہ اپنی کمیونٹی میں

اپنی انفرادیت کو محسوس کرتے ہیں، وہ لوگوں کے ساتھ بات چیت کرنے اور اپنے بل بوتے پر کارروائی کرنے کی مہارت بھی حاصل کرتے ہیں۔ سماجی ترقی اس بات کی وضاحت کرتی ہے اور اس طرف توجہ دلاتی ہے کہ بچہ کس طرح دوستی کرتا اور دیگر تعلقات استوار کرتا ہے اور وہ اپنے ساتھیوں کے ساتھ تنازعات کو کس طرح حل کرتا ہے۔

وانگولسکی کا نظریہ (Vygotsky Theory) 1962 تجویز کرتا ہے کہ بچے کی نشوونما کو سماجی اور ثقافتی تجربے کے حوالے سے بہترین طریقے سے سمجھا جاتا ہے۔ سماجی تعامل کو خاص طور پر، ترقی میں ایک اہم قوت کے طور پر دیکھا جاتا ہے۔ سماجی ماحول میں تجربہ کار لوگوں کی مدد کے ذریعے بچہ آہستہ آہستہ اپنے طور پر کام کرنا سیکھتا ہے۔ اس طرح، سماجی دنیا انفرادی اور علمی ترقی میں اپنا کردار ادا کرتی ہے۔ سماجی ترقی کے میدان میں دو سب سے نمایاں شخصیات ونگولسکی اور جین پیاہجے ہیں۔ Vygotsky اور Piaget کے سماجی ترقی کے ماڈلز میں کچھ مماثلتیں موجود ہیں۔

### 8.1.1 سماجی ترقی کا تصور (Social Development: Concept)

سماجی ترقی وقت کے ساتھ کسی فرد کی تفہیم، اس کے متعلق رویوں اور دوسروں کے ساتھ برتاؤ میں تبدیلی ہے۔ سماجی ترقی معاشرے کے ہر فرد کی فلاح و بہبود کو بہتر بنانے کے بارے میں ہے تاکہ وہ اپنی پوری صلاحیت تک پہنچ سکے۔ معاشرے کی کامیابی ہر شہری کی بھلائی سے وابستہ ہے۔ سماجی ترقی انفرادی اور سماجی بہبود کے عزم، اپنی اور اپنے معاشرے کی ضروریات کا تعین کرنے اور ان پر اثر انداز ہونے والے فیصلوں میں شامل ہونے کا موقع فراہم کرتی ہے۔

● نفسیات میں سماجی ترقی کا بنیادی تصور: نفسیاتی ترقی، بچپن سے لے کر بڑھاپے تک، انسان کی علمی، جذباتی، فکری، اور سماجی صلاحیتوں اور عام زندگی کے دوران کام کرنے کی طریقہ کار سے متعلق ہے۔ یہ نظم و ضبط کا موضوع ہے جسے ترقیاتی نفسیات کہا جاتا ہے۔ سماجی ترقی ترقیاتی نفسیات کا ذیلی شعبہ ہے جو بچوں کے دوسروں کے ساتھ تعلقات کی ضرورت، دوسروں کے ساتھ اپنے تعلقات کے مفہوم کو سمجھنے اور دوسروں کے طرز عمل، رویوں اور ارادوں کے بارے میں ان کی سمجھ پر توجہ مرکوز کرتا ہے۔

### 8.1.2 بچوں میں سماجی ترقی کی ضرورت (Social Development: Need)

بچوں میں مثبت سماجی اور جذباتی ترقی اس لیے ضروری ہے کیوں کہ یہ بچے کے نشوونما، خود اعتمادی، ہمدردی، بامعنی اور دیرپا دوستی اور شراکت داری کو فروغ دینے کی صلاحیت، اور لوگوں کے لیے اہمیت اور قدر کے احساس کو پیدا کرتی ہے۔ بچپن کے ابتدائی سالوں میں سماجی ترقی کسی شخص کی مجموعی صحت، اس کی زندگی بھر کی فلاح و بہبود اور خوشی کا ایک اہم حصہ ہوتی ہے جس کا علمی اور جذباتی نشوونما سے بہت گہرا تعلق ہوتا ہے۔ اس عمل میں، بچہ اپنے ارد گرد دوسروں کے ساتھ بات چیت کرنا اور ان کے عمل پر رد عمل کرنا سیکھتا ہے۔ نفسیاتی ترقی اس وقت ہوتی ہے جب بچے تعلقات بناتے ہیں، دوسروں کے ساتھ بات چیت کرتے ہیں، اور اپنے جذبات کو سمجھتے اور ان کا نظم کرتے ہیں۔ سماجی اور جذباتی نشوونما میں صحت مند لگاؤ یا ایڈجمنٹ کی تشکیل بہت ضروری ہے جو کہ بچپن کا اہم سماجی سنگ میل ہے۔ سماجی ترقی وسیع ترین

ورکس سے متاثر ہوتی ہے جس میں توسیع شدہ خاندان، ساتھ ہی ساتھ کمیونٹی اور اپنے ارد گرد کی ثقافت میں شرکت بھی شامل ہے۔ دوسروں کے ساتھ اپنے تعلقات اور روابط کے ذریعے، بچے یہ احساس پیدا کرتے ہیں کہ وہ کون ہیں؟ اور سماجی دنیا میں وہ کہاں فٹ ہیں؟

- سماجی ترقی کی مہارتوں کی ضرورت: سماجی مہارتیں بچوں کو مثبت تعلقات بنانے، بات چیت کرنے، باڈی لینگویج تیار کرنے، تعاون کرنے، اشتراک کرنے اور یہاں تک کہ ایک ساتھ کھیلنے میں مدد کرتی ہیں۔ اچھی طرح سے ترقی یافتہ سماجی مہارتیں بھی بہتر ذہنی صلاحیت اور علمی صلاحیتوں کے ساتھ ساتھ اچھی اور مجموعی ذہنی صحت کا باعث بنتی ہیں۔ مثبت اور دیرپا سماجی تعاملات کی تشکیل کے لیے ضروری مہارتوں کی نشوونما بچپن میں ہی شروع ہوتی ہے اور ایک فرد کے بڑھنے اور نشوونما کے ساتھ ساتھ ارتقا پذیر ہوتی رہتی ہے۔ مہارتیں، جیسے کہ اعتماد، دوسروں کے لیے ہمدردی، تعاون، جذبات کو منتقل کرنا مثلاً خوشی، غصہ، اداسی، مایوسی، یہ سب بچپن سے ہی نشوونما پاتے ہیں۔

### 8.1.3 سماجی ترقی کی اہمیت (Social Development: significance)

بچپن کے ابتدائی سالوں میں سماجی ترقی کسی شخص کی مجموعی صحت، اس کی زندگی بھر کی فلاح و بہبود اور خوشی کا ایک اہم حصہ ہے جس کا علمی اور جذباتی نشوونما سے بہت گہرا تعلق ہے۔ اس عمل میں، بچہ اپنے آس پاس کے دوسروں کے ساتھ بات چیت کرنا اور ان کے عمل پر رد عمل کرنا سیکھتا ہے۔ سماجی مہارتوں کو فروغ دینے سے بچے کو زبان کی مہارت پیدا کرنے، خود اعتمادی پیدا کرنے، مہارتوں کو حاصل کرنے، تنازعات کو حل کرنے اور مثبت رویہ قائم کرنے میں مدد ملتی ہے۔ جب ایک بچہ دوسرے بچوں کے ساتھ ملتا ہے، تو اس سے وہ بولنے اور زبان کی مہارت سیکھتا ہے۔ جس سے بچے کو حالات کے مطابق لوگوں کو سمجھنے، اور ان کے ساتھ برتاؤ کرنے میں مدد ملتی ہے۔

**سماجی ترقی کے اہم ترین سال:**

- بچوں کے پہلے پانچ سال جسمانی، فکری اور سماجی جذباتی نشوونما کے لیے خاص طور پر اہم ہوتے ہیں۔ بچوں کی دیکھ بھال کی سرگرمیوں کی تیاری کرتے وقت اپنے بچے کی شخصیت اور عمر کو ذہن میں رکھنا چاہئے۔
- 0-2 سال: زندگی کے پہلے 2 سالوں میں کئی مہارتیں تیزی سے تیار ہوتی ہیں۔ ان 2 سالوں کے مرحلے میں، سماجی مہارتیں صرف نقل کرنے کے ذریعے سیکھی جاتی ہیں جو والدین یا بہن بھائی کرتے ہیں۔ وہ ہی بچہ اپنے آس پاس کے دوسروں کے جذبات سے متاثر ہو کر کرتا ہے۔
- 3-4 سال: اس وقت، بچے کا پر اعتماد ہونے کا احساس پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے کیونکہ وہ مدد کے بغیر مزید سرگرمیاں کرنا سیکھتا ہے۔ اس مرحلے پر، زیادہ تر بچے عام طور پر کھلونے بانٹتے ہیں۔ زیادہ خود مختاری دکھاتے ہیں، دوست سے لگاؤ کا اظہار کرتے ہیں۔
- 4-5 سال: اس وقت بچے اپنی انفرادیت کا شعور حاصل کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ ان ابتدائی مراحل میں ایک بچے کا خود مختار ہونے کا احساس اس کی باقی زندگی کے لیے ایک نمونہ قائم کرتا ہے۔ اس مرحلے پر، زیادہ تر بچے دوسرے بچوں سے دوستی کا اظہار کرتے ہیں، اپنا موازنہ دوسرے بچوں اور بڑوں سے کرتے ہیں، دوسروں کے خیالات اور احساسات کو سمجھتے ہیں، جب دوسرے بات کر رہے ہوں تو سنتے ہیں۔

### اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: سماجی ترقی کے بارے میں ایک نوٹ تحریر کریں؟

سوال: سماجی ترقی کی ضرورت اور اہمیت کے بارے میں دو سوالفاظوں میں ایک نوٹ تحریر کریں؟

### 8.3 سماجی ترقی کے پیٹرن / نمونے (Pattern of Social Development)

ایک سماجی نمونہ سماجی اعمال کی شکل پر مشتمل ہوتا ہے جو دہرائی جاتی ہیں اور ان کے دوبارہ ہونے کا امکان ہوتا ہے۔ سماجی اور ثقافتی اصول ایک مخصوص ثقافتی یا سماجی گروپ کے اندر مشترکہ عقائد پر مبنی رویے اور خیالات کے اصول یا توقعات ہوتے ہیں۔ جن کو اکثر بتایا نہیں جاتا ہے، مناسب اور نامناسب رویے کے اصول، سماجی معیارات پیش کرتے ہیں جو لوگوں کے درمیان بات چیت میں قابل قبول یا مسترد کو کنٹرول کرتے ہیں۔

• سماجی ڈھانچے کے نمونے: سماجی ڈھانچے کو لوگوں کے درمیان نمونہ دار تعلقات کے طور پر بیان کیا جاتا ہے جو وقت کے ساتھ ساتھ برقرار رہتے ہیں۔ رویے اور رویوں کا تعین سماجی ڈھانچے میں ہمارے مقام سے ہوتا ہے۔ سماجی ڈھانچے کے اجزاء ثقافت، سماجی طبقے، سماجی حیثیت، کردار، گروہ اور ادارے ہیں۔

• سماجی نمونوں کا مطالعہ: سماجیات سماجی زندگی، سماجی تبدیلی، اور انسانی رویے کے سماجی اسباب اور نتائج کا مطالعہ ہے۔ ماہرین سماجیات گروپوں، تنظیموں اور معاشروں کی ساخت اور ان سیاق و سباق کے اندر لوگ کیسے تعامل کرتے ہیں اس کی تحقیقات کرتے ہیں۔ سماجی پیٹرن اور ساخت کی مثال ہے سماجی ڈھانچہ۔ سماجی ڈھانچے کی مثالوں میں خاندان، مذہب، قانون، معیشت اور طبقے شامل ہیں۔ یہ "سماجی نظام" سے متصادم ہوتے ہیں۔

• سماجی پیٹرن کی اہمیت: سماجی نمونے اس لیے اہم ہوتے ہیں کیونکہ وہ سماجی ڈھانچے کے لیے قابل مشاہدہ ثبوت فراہم کرتے ہیں جو سماجیات کے ماہرین کے ذریعے وضع کیے گئے ہیں، جس سے سماجیات کے ماہرین ایک سماجی نقطہ نظر کو اپنانے کے قابل بناتے ہیں۔ سماجی ڈھانچے کو سماجی تعلقات کے نمونہ کے طور پر بیان کیا جاتا ہے جو سماجی ڈھانچے کے اراکین کے درمیان تعامل کے باقاعدہ اور دہرائے جانے والے پہلو ظاہر کرتے ہیں۔ سماجی اور ثقافتی اصول ایک مخصوص ثقافتی یا سماجی گروپ کے اندر مشترکہ عقائد پر مبنی رویے 'خیالات' اصول یا توقعات ہوتے ہیں۔ سماجی پیٹرن ان باقاعدہ تعلقات کا حوالہ دیتے ہیں جو معاشرے یا گروہ کے اندر موجود ہوتے ہیں، وہ بہت سی شکلیں لے سکتے ہیں اور اکثر ثقافت، تاریخ اور سماجی ڈھانچے جیسے عوامل سے متاثر ہوتے ہیں۔

• بچپن میں سماجی پیٹرن: بچپن میں بچے کی طرف سے اختیار کردہ سماجی رویے کے نمونوں میں جھگڑا، تعاون، چھیڑ چھاڑ، ہمدردی، انحصار، دوستی اور سماجی منظوری شامل ہیں۔ سماجی ترقی میں بچوں کی دوسروں کے ساتھ بات چیت کرنے اور اپنے رویے کو منظم کرنے کی

صلاحیت شامل ہوتی ہے۔ سماجی اور جذباتی نشوونما کا مطلب یہ ہے کہ بچے یہ سمجھنا شروع کرتے ہیں کہ وہ کون ہیں؟ وہ کیا محسوس کر رہے ہیں؟ اور دوسروں کے ساتھ بات چیت کرتے وقت، وہ کیا توقع رکھیں؟ یہ قابل ہونے کی علامت ہے: مثبت تعلقات کو تشکیل دینا اور برقرار رکھنا۔ تجربہ کرنا، چیزوں کو ترتیب دینا اور جذبات کا اظہار کرنا۔ دریافت کرنا اور ماحول کے ساتھ مشغول ہونا ہے۔

• سماجی ترقی کی خصوصیات: سماجی ترقی کی خصوصیات میں تعاون، پہل، قیادت، اشتراک، نظم و ضبط اور شرکت کی مہارتیں ہوتی ہیں۔  
Steinberg (1995)، Hughes (1995) اور Piaget (1996) کے مطابق، یہ خصوصیات ہیں: (a) جنس کے لحاظ سے دوست کا انتخاب کرنا۔ (b) ساتھیوں پر یقین کرنے کی کوشش کرنا۔ مثبت اور دیرپا سماجی تعاملات کی تشکیل کے لیے ضروری مہارتوں کی نشوونما بچپن سے ہی شروع ہو جاتی ہے۔

• جوانی میں سماجی ترقی کے نمونے: عام سماجی تبدیلیاں اور نوعمروں کا تجربہ جیسے جیسے ان کے سماجی حلقے پھیلتے ہیں، نوعمر افراد اپنے خاندانوں کے ساتھ کم وقت گزارتے ہیں اور اپنے ساتھیوں پر زیادہ توجہ مرکوز کرتے ہیں۔ نوجوان اپنے خاندانوں سے باہر بالغوں کے ساتھ مضبوط تعلقات قائم کرنے کی صلاحیت بھی پیدا کرتے ہیں اور بطور سرپرست کام کرنا پسند کرتے ہیں۔ سماجی ترقی کے تین اجزاء: سماجی ترقی کے چند اہم اجزاء یہ ہیں: (1) سماجی پہلو، (2) ثقافتی پہلو اور (3) سیاسی پہلو۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)
سوال: سماجی ڈھانچے کے نمونے کیا ہوتے ہیں؟
سوال: سماجی پیٹرن یا نمونے کے بارے میں دو سوالفاظوں پر مشتمل ایک نوٹ تحریر کریں؟

#### 8.4 سماجی ترقی کو متاثر کرنے والے عوامل (Factors Influencing Social Development)

وہ عوامل جو بچے کی سماجی ترقی کو متاثر کرتے ہیں

- (a) خاندانی ماحول - خاندانی حیثیت کا بچے کی نشوونما پر خاص اثر ہوتا ہے۔  
(b) استاد کا کردار - اسکول، اور ایک استاد کا اثر انگیز کام، اسکول وہ جگہ ہے جہاں زیادہ تر سماجی ترقی ہوتی ہے۔  
(c) والدین کا انداز،  
(d) ہم مرتبہ گروپ،  
(e) میڈیا۔

والدین اور بچے کے تعلقات، والدین کی استعمال کردہ زبان، والدین کی تعلیمی سطح، اور والدین کی سماجی و اقتصادی حیثیت، اور والدین کے ساتھ وقت گزارنے کے لیے فرصت کی دستیابی، خاندان میں اراکین کی تعداد دیگر عوامل ہیں جو بچے کی سماجی ترقی کو متاثر کرتے ہیں۔ سماجی و جذباتی ترقی تین مرکزی عوامل سے متاثر ہوتی ہے۔

(a) حیاتیات، بشمول جینیات اور مزاج،

(b) ماحول، بشمول سماجی اقتصادی حیثیت،

(c) معاونت، اور تعلقات۔ حیاتیات میں جینیات اور مزاج جیسے عوامل شامل ہیں (بولن اور ہیگ کل، 2009)۔

- ترقیاتی اور سماجی عوامل کی مثالیں: وہ حالات اور تغیرات جو تصور سے چھٹگی تک جذباتی، فکری، سماجی اور جسمانی نشوونما کو متاثر کرتے ہیں۔ مثالوں میں والدین کے رویے اور محرک، ہم عمر تعلقات، سیکھنے کے تجربات، تفریحی سرگرمیاں، اور موروثی رجحانات شامل ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- سماجی ترقی کو متاثر کرنے والے عوامل کون سے ہیں؟

## 8.5 بچوں کو اسکول میں ایڈجسٹ کرنے اور سماجی ترقی کو فروغ دینے میں اساتذہ اور بڑوں کا کردار

(Role of Teacher and Adults in helping Children adjust to School and Promoting Social Development)

بچوں کی سماجی ترقی کی ضرورت۔ بچوں میں مثبت سماجی اور جذباتی ترقی ضروری ہے۔ یہ بچے کی خود اعتمادی، ہمدردی، با معنی اور دیر پا دوستی اور شراکت داری کو فروغ دینے کی صلاحیت، اور اپنے ارد گرد کے لوگوں کے لیے اہمیت اور قدر کے احساس کو متاثر کرتی ہے۔ بچوں کی سماجی کاری میں استاد اور خاندان کا اہم کردار ہوتا ہے۔ والدین بچے کے لیے پہلے سرپرست ہوتے ہیں اور استاد دوسرے۔ بچے کی شخصیت کی تشکیل میں دونوں کا بہت بڑا حصہ اور ذمہ داری ہے۔ والدین بچے کا پہلا رول ماڈل ہوتے ہیں۔ بچے اپنے والدین کی طرح، برتاؤ اور عمل اور نقل کرتے ہیں۔ والدین اپنے بچوں کو سیکھنے کی ترغیب دینے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ والدین کا اچھا تعاون بچے کو مثبت، صحت مند اور زندگی بھر سیکھنے والا بننے میں مدد کرتا ہے۔ بچے اپنی زندگی کے ابتدائی مرحلے میں ہی مہارتیں حاصل کرتے ہیں اگر والدین مددگار اور سمجھدار ہوں تو بچے کو سماجی بنانے میں والدین بہت سے کردار ادا کر سکتے ہیں۔ وہ اپنے بچے کی منصوبہ بندی، دیکھ بھال اور ان کے ساتھ تعامل میں حصہ لیتے ہیں، ان کے ساتھ تعامل کا مشاہدہ کرتے ہیں، اور اپنے بچے کو ساتھیوں کے ساتھ بات چیت کرتے ہوئے دیکھتے ہیں۔ خاندان کو عام طور پر سماجی کاری کا سب سے اہم ایجنٹ سمجھا جاتا ہے۔ وہ نہ صرف ان کو اپنا خیال رکھنے کا طریقہ سکھاتے ہیں بلکہ اقدار، اصولوں اور عقائد کا پہلا نظام بھی دیتے ہیں۔

• اساتذہ کا کردار: اساتذہ کے لئے بڑے چیلنجز بچوں کی تعلیم کو پروان چڑھانا اور اس مشکل دنیا کا سامنا کرنے کے لیے انہیں مختلف تجربات فراہم کرنا ہے۔ وہ بچے کو ایک ذمہ دار اور خود مختار سیکھنے والا بناتے ہیں۔ استاد وہ پہلا شخص ہے جس سے بچہ اسکول میں اپنی سماجی مہارتیں سیکھتا ہے۔ اساتذہ اسے آرام دہ بناتے ہیں اور زندگی کے ابتدائی تصورات اور ترقی کی مہارتوں کی رہنمائی کرتے ہیں۔ کھلے ذہن، متوازن اور منصوبہ بند استاد بچے کی نشوونما میں مثبت تبدیلی لانے کی بڑی طاقت رکھتے ہیں۔ جیسے جیسے بچہ بڑا ہوتا ہے اور مختلف مہارتیں حاصل کرتا ہے، استاد اس کی دلچسپی کو پروان چڑھانے اور اسے مزید خود مختار بنانے میں ایک حقیقی رہنما بن جاتا ہے۔

• بچوں کی سماجی-جذباتی نشوونما میں معاونت میں بڑوں کا کردار اہم ہے جو ان کی مستقبل کی صحت اور ترقی کی بنیاد رکھتا ہے۔ جب بچے اپنی زندگی میں بڑوں کے قریب اور محفوظ محسوس کرتے ہیں، تو وہ زیادہ بھروسہ اور اعتماد کرنا سیکھتے ہیں۔ بالغوں اور بچوں کے درمیان مثبت تعلقات بچوں کی صحت مند نشوونما کا کام کرتے ہیں۔ مثبت رویہ، موثر سماجی مہارتیں اور بچوں میں کامیابی سے سیکھنے کی صلاحیت براہ راست منسلک ہیں۔ وہ پیدائش اور بچپن سے ہی دوسروں کے ساتھ بہتر تعلق رکھنے کے لیے ضروری مہارتوں کو فروغ دینا شروع کر دیتے ہیں۔ بچے بڑوں کے تعاون سے تعلق، اور خود پر قابو پانے اور دوسرے کے جذبات کو سمجھنا سیکھ جاتے ہیں۔ بچوں کی تعلیم میں بڑوں کی معاونت کا کردار ان کی نشوونما کی بنیاد رکھتا ہے۔ بالغوں کی طرف سے بچوں میں پیدا ہونے والی مثبت ذہنیت انہیں خود مختار بننے کی ترغیب دیتی ہے۔

• بچوں کو اسکول کے ابتدائی سالوں میں ایڈجسٹ کرنے میں مدد کرنا: گھر، پروگراموں اور اسکولوں کے درمیان ہموار تبدیلیاں کرنے سے بچوں کو اپنے بارے میں اچھا محسوس کرنے اور دوسرے بالغوں اور بچوں پر بھروسہ کرنے میں مدد ملتی ہے۔ بچوں کو ساتھیوں کے ساتھ رہنے دیں اور زندگی کے اہم اسباق سیکھنے دیں جیسے کہ کس طرح بانٹنا ہے، موڈ لینا ہے اور اصولوں پر عمل کرنا ہے۔ یہ انہیں تعلیمی طور پر بھی تیار کرتا ہے: بچوں کو بولنے، لوگوں کے سامنے کھڑے ہونے کی، بڑوں کو بتانے کے لیے حوصلہ افزائی کرنے کی ضرورت ہے کہ انہیں کس چیز کی ضرورت ہے۔ بڑوں کو اس بات کو یقینی بنانا چاہیے کہ یہ بچے صحت مند اور محفوظ رہیں۔ انہیں بالغ ہونے کے لیے مہارتوں اور وسائل سے آراستہ کرنا چاہیے، ان میں بنیادی ثقافتی اقدار منتقل کرنا چاہیے۔ والدین اور دیکھ بھال کرنے والے اپنے بچوں کو پیار، قبولیت، تعریف، حوصلہ افزائی اور رہنمائی پیش کرتے ہیں۔ وہ بچوں کی پرورش اور تحفظ کے لیے انتہائی قریبی حمایت فراہم کرتے ہیں کیونکہ بچے اپنی شخصیت اور شناخت کی تعمیر کرتے ہیں جس کے بعد وہ جسمانی، علمی، جذباتی اور سماجی طور پر بالغ ہوتے ہیں۔ اساتذہ، والدین اسکول پروگرام کی منصوبہ بندی کر کے، مضبوط روابط قائم کر کے، اور نئے معمولات قائم کر کے بچوں کی مدد کر سکتے ہیں۔ صحیح تعاون کے ساتھ، بچے اپنے نئے اسکول میں ایڈجسٹ کر سکتے ہیں، نئے دوست بنا سکتے ہیں، نئی چیزیں سیکھ سکتے ہیں اور ترقی کر سکتے ہیں۔

• بچوں کو اسکول میں ہم آہنگ کرنے میں کس طرح مدد کی جاسکتی ہے: اساتذہ، مشیران یا کوچ سے پوچھیں کہ آپ کا بچہ کن گروپوں یا سرگرمیوں میں شامل ہو سکتا ہے تاکہ بچے کی مدد کی جاسکے۔ معلوم کریں کہ آیا نئے طلبہ کے لیے خصوصی سسٹم موجود ہے۔ تاکہ وہ علمی سرگرمیوں کے بعد مصروف رہیں: چیک ان کرنے کے بعد اساتذہ سے بات کریں اور یہ یقینی بنائیں کہ آپ کا بچہ اچھی طرح سے ایڈجسٹ ہو گیا ہے۔ اپنے بچے کی اساتذہ اور اسکول کے عملے کے ساتھ شراکت داری پیدا کریں۔ اپنے بچے کی تعلیمی طور پر مدد کریں۔

• بچوں کو اسکول میں ایڈجسٹ کرنے اور سماجی ترقی کو فروغ دینے میں اساتذہ کا کردار: اساتذہ بچوں کی شخصیت اور اچھائی کو تسلیم کریں، حوصلہ افزائی کریں، بات سنیں اور سوالات پوچھیں: طلباء جب بات کرتے ہیں، سوالات پوچھتے ہیں اور آنکھوں میں دیکھتے ہیں، ان کی گفتگو کو تسلیم کرتے ہیں اور ان کے ساتھ کام میں حصہ لیتے ہیں۔ کلاس روم کے ہر معاملے میں اپنے طلباء کی حوصلہ افزائی کریں جیسے نصاب، کھیل، کامیابیاں، اور یہاں تک کی غلطیاں بھی کیونکہ بچے سیکھنے کے لیے آپ کی دیکھ بھال میں ہوتے ہیں۔

◀ اساتذہ کو اپنے طلباء کو مضبوط سماجی مہارتوں کا نمونہ بنانا چاہیے اور ان کو اپنے ہم مرتبہ (Peers) کے ساتھ بامعانی تعاملات اور سرگرمیوں کے مواقع فراہم کرنا چاہیے۔ طالب علموں کو فیصلہ سازی کی اچھی مہارتوں پر عمل کرنے میں مدد کرنا جو کہ مثبت تعاملات کا باعث بنتی ہے اسکول اور اس سے آگے کے لیے ضروری ہے۔

◀ اساتذہ اسکول میں طلباء کی مدد اس طرح کر سکتے ہیں کہ وہ ہر طالب علم کی صلاحیت، سیکھنے کی رفتار، دلچسپیوں وغیرہ کو سمجھتے ہوئے ان کی رہنمائی کریں، انہیں بہتر بنانے کے لیے فیڈبیک فراہم کریں۔ وہ اکثر ہر طالب علم کے والدین کے ساتھ بات چیت کرتے ہیں تاکہ انہیں اپنے بچوں کی کارکردگی کے بارے میں مطلع کریں اور ان کے سیکھنے کے عمل کو بڑھانے کے بارے میں تبادلہ خیال کر سکیں۔ شاگردوں کی ہم آہنگی میں اساتذہ بطور سہولت کار، مذاکرات کار، وسائل فراہم کرنے والے اور عملی پریکٹیشنرز (Practitioners) کے طور پر کام کرتے ہیں۔ طلباء، شرکاء اور تخلیق کاروں، مذاکرات کاروں، تعاون کاروں، اور خود شناسی کرنے والوں میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔

◀ اساتذہ بچوں کو علم اور تعلیم فراہم کرنے کے علاوہ، انہیں ضروری معلومات بھی فراہم کرتے ہیں، نئے آئیڈیاز اور موضوعات متعارف کراتے ہیں، اور انکی دلچسپیوں کو بڑھانے کی کوشش کرتے ہیں۔ انہیں پڑھنا سکھا کر اور ادب کے خزانے سے متعارف کروا کر، وہ آپ کے بچے کو اپنے نقطہ نظر کو وسعت دینے اور ان کے خیالات کو تقویت دینے میں بھی مدد کرتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال :- اساتذہ اسکول میں طلباء کی مدد کس طرح کر سکتے ہیں؟

## 8.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درج ذیل باتیں سیکھیں:

- سماجی ترقی اس بات کی وضاحت کرتی ہے اور اس طرف توجہ دلاتی ہے کہ بچہ کس طرح دوستی کرتا اور دیگر تعلقات استوار کرتا ہے اور وہ اپنے ساتھیوں کے ساتھ تنازعات کو کس طرح حل کرتا ہے۔
- سماجی ترقی کی خصوصیات اکثر تعاون، پہل، قیادت، اشتراک، نظم و ضبط اور شرکت کی مہارت ہوتی ہیں۔

- سماجی ترقی کی نمایاں خصوصیات میں موثر مواصلات، سماجی اصول اور اقدار، جذباتی ذہانت، سماجی کاری، خود آگاہی، اشتراک، تعاون اور ہمدردی شامل ہیں۔
- سماجی ترقی، اقسام اور ترقی کے تین مراحل ہیں۔ معاشرے کی ترقی کا سفر تین مراحل پر مشتمل ہے: جسمانی، اخلاقی اور ذہنی۔
- سماجی ترقی سے مراد کسی شخص کی سماجی صلاحیتوں میں اضافہ ہے جیسے جیسے وہ بڑھتا ہے۔
- بچپن میں، سماجی ترقی کی مثالوں میں تعاون کرنے، دوسروں کے نقطہ نظر کو دیکھنے اور سماجی ذمہ داری کو فروغ دینے کی ابھرتی ہوئی صلاحیتیں شامل ہیں۔

## 8.7 فرہنگ (Glossary)

کیونٹی - برادری	(Community)
رہنمائی - راستہ دکھانا	(Guidance)
شناخت - پہچان	(Identification)
روابط -	(Connections)
پرسنالٹی - شخصیت	(Personality)
تنازعات - جھگڑا	(Tension)
سماجیات - سوشیالوجی	(Sociology)
اقتصادی حیثیت - اکنامک پوزیشن	(Economic Status)
سماجی کاری	(Socialization)
انسانی رویے	(Human Attitude)
تعاملات - بات چیت	(Communication)

## 8.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1- سماجی ترقی کا کیا مطلب ہے؟

(a) شخصیت کی نشوونما

(b) وراثت

(c) معاشی ترقی

(d) آپسی میل جول

2- یہ لوگ بچوں کی سماجی کاری میں بہت اہم کردار ادا کرتے ہیں؟

(a) والدین (b) اساتذہ

(c) بزرگ اور بالغ (d) یہ سبھی

3- یہ ان عوامل میں سے ایک ہے جو سماجی ترقی کو متاثر کرتے ہیں؟

(a) خاندان (b) جسمانی صحت میڈیا

(c) دوست (d) یہ سبھی

4- والدین اور اساتذہ بچوں کی مدد کر سکتے ہیں؟

(a) منصوبہ بندی کر کے اور مضبوط روابط قائم کر کے (b) بات چیت کر کے

(c) پکنک جا کر (d) گیمز کھلوا کر

5- نو عمر افراد----- کے ساتھ کم وقت گزارنا پسند کرتے ہیں۔

(a) دوستوں (b) خاندان

(c) پڑوسی (d) بالغوں

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

1. آپ سماجی ترقی کے بارے میں کیا جانتے ہیں؟

2. سماجی ترقی کا تصور کیا ہے؟

3. سماجی نمونوں کے بارے میں چند سطریں لکھیں۔

4. سماجی ترقی کی اہمیت پر روشنی ڈالیے۔

5. بچوں کے سماجی بنانے میں کن لوگوں کا اہم رول ہوتا ہے؟

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

1. دو کون سے عوامل ہیں جو بچوں کی سماجی ترقی پر اثر انداز ہوتے ہیں؟

2. سوشولوجی میں سماجی نمونوں کی اہمیت کو واضح کیجیے؟

3. بچوں کی سماجی ترقی کی ضرورت اور اہمیت تفصیل سے لکھیے؟

4. بچوں کی سماجی ترقی اور ان کو اسکول ایڈجسٹ کرانے میں والدین کا کیا رول ہوتا ہے؟

5. بچوں کو اسکول کے ماحول سے ایڈجسٹ کرنے میں مدد کیلئے ٹیچرس کو کیا کرنا چاہیے؟

- 1- <https://studylecturenates.com/the-role-of-school-and-teacher-in-social-development>
- 2- [https://www.ldonline.org/ld-topics/classroom-management/teachers-role-developing/ -social-skills](https://www.ldonline.org/ld-topics/classroom-management/teachers-role-developing/-social-skills)
- 3- [https://www.jewelautismcentre.com/jewel\\_blog/importance-of-social-development](https://www.jewelautismcentre.com/jewel_blog/importance-of-social-development)
- 4- <https://beyou.edu.au/fact-sheets/social-and-emotional-learning/social-development>
- 5- <https://entw-psy.univie.ac.at/en/information-for-parents/the-importance-of-socialdevelopment/>
- 6- <https://helpfulprofessor.com/social-development-exam>.
- 7- <https://studymoose.com/role-of-teacher-for-intellectual-and-social-development-of-children-essay>
- 8- The Teacher I Never Met Paperback – Big Book, 1 January 2017 by Eshan,Sharma (Author), Publisher : Idea Publishing , Language : English-Paperback : 154pages-ISBN-10 : 9386518074 -- ISBN-13 : 978-9386518071.
- 9- Teacher: Their Role in Modern Education Paperback – 21 April 2021 by Martin RoyEdward (Author)-Publisher : Notion Press; 1st edition (21 April 2021)--Language: English -Paperback : 170 pages;ISBN-10 : 1638736472; ISBN-13 : 978-1638736479-Country of Origin : India
- 10- [www.thegaudium.com/role-parents-teachers-childs-life/](http://www.thegaudium.com/role-parents-teachers-childs-life/)

# اکائی 9۔ وقوفی نشوونما

(Cognitive Development)

اکائی کے اجزاء

9.0 تمہید (Introduction)

9.1 مقاصد (Objectives)

9.2 وقوفی نشوونما کے معنی اور تصورات

(Meaning and Concept of Cognitive Development)

9.3 مختلف وقوفی مہارتیں۔ یادداشت، سوچ، مماثلت، ترتیب، چھانٹنا یا مرتب کرنا اور تصورات کی ترقی

Cognitive Skills- Memory, Thinking, Matching, Sequencing, Sorting and Seriation and Development of Concepts

9.4 وقوفی نشوونما پر اثر انداز ہونے والے عوامل

(Factors Influencing Cognitive Development)

9.5 بالغوں کا وقوفی نشوونما کو فروغ دینے میں کردار

(Adults Role in Promoting Cognitive Development)

9.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

9.7 فرہنگ (Glossary)

9.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

9.9 تجویز کردہ اکتسابی وسائل کی فہرست (Suggested Learning Resources List)

9.0 تمہید (Introduction)

وقوفی نشوونما سے مراد علم و عمل کی افزائش اور پختگی ہے، جس میں ذہنی صلاحیتیں جیسے ادراک، محرکات، توجہ، یادداشت، زبان، مسئلہ حل کرنے کی صلاحیت اور استدلال شامل ہیں۔ وقوفی نشوونما وہ عمل ہے جس کے ذریعے بچے اپنے ارد گرد کی دنیا کو ذہن نشین کرنا، دلیل دینا اور سمجھنا سیکھتے ہیں۔ وقوفی نشوونما ایک پیچیدہ عمل ہے جو جینیات، ماحول اور سابقہ تجربات سمیت مختلف عوامل سے متاثر ہوتا ہے۔ یہ

پیدائش سے شروع ہوتا ہے اور زندگی بھر مسلسل جاری رہتا ہے۔ وقوفی نشوونما کا مطالعہ نفسیات میں تحقیق کا ایک اہم شعبہ ہے، اور اس میں بہت سے نظریات کی شمولیت ہیں، جو یہ وضاحت کرنے کی کوشش کرتے ہیں کہ وقوفی نشوونما کیسے ہوتی ہے۔ سب سے مشہور نظریات میں سے ایک (Jean Piaget) جین پیاجے کا وقوفی نشوونما کا نظریہ ہے، جس میں تجویز کیا گیا ہے کہ بچے نشوونما کے دوران مختلف مراحل سے گزرتے ہیں۔ وقوفی نشوونما کے دیگر نظریات میں لیووائی گوٹسکی (Lev Vygotsky) کا سماجی ثقافتی نظریہ شامل ہے، جو وقوفی نشوونما میں معاشرتی تعامل کے کردار پر زور دیتا ہے، اور انفارمیشن پروسیسنگ تھیوری، جو اس بات پر توجہ مرکوز کرتا ہے کہ بچے معلومات پر کس طرح عمل کرتے ہیں اور استعمال کرتے ہیں۔ مجموعی طور پر، وقوفی نشوونما ایک پیچیدہ اور جاری ساری عمل ہے جو کسی فرد کی ذہنی صلاحیتوں، شخصیت اور مجموعی فلاح و بہبود کی تشکیل میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اس اکائی میں ہم وقوفی نشوونما کے بارے میں مزید بحث کریں گے۔

## 9.1 مقاصد (Objectives)

اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- وقوفی نشوونما کے معنی کو سمجھ سکیں۔
- وقوفی نشوونما کی اہمیت کی وضاحت کر سکیں۔
- مختلف اقسام کے وقوفی مہارتوں کی وضاحت کر سکیں۔
- وقوفی نشوونما کو متاثر کرنے والے عوامل کی وضاحت کر سکیں۔
- وقوفی نشوونما کو فروغ دینے میں بالغوں کے کردار کو سمجھ سکیں۔

## 9.2 وقوفی نشوونما کے معنی اور تصورات

### (Meaning and Concept of Cognitive Development)

- وقوفی نشوونما کے معنی: وقوفی نشوونما سے مراد کسی شخص کی فکری اور ذہنی صلاحیتوں کی افزائش اور نشوونما ہے۔ یہ ادراک، توجہ، یادداشت، زبان، مسئلہ حل کرنے اور استدلال کے عمل کا احاطہ کرتا ہے۔ وقوفی نشوونما ایک زندگی بھر چلنے والا عمل ہے جو بچپن میں شروع ہوتا ہے اور بلوغت کے دوران جاری رہتا ہے۔ علمی نشوونما کے دوران، افراد نئی معلومات، مہارتیں، اور صلاحیتیں حاصل کرتے ہیں، اور ان کی سوچ زیادہ پیچیدہ اور نفیس ہو جاتی ہے۔ یہ ترقی مختلف عوامل سے متاثر ہوتی ہے، بشمول جینیات، ماحول، اور تجربات کے۔ نفسیات، تعلیم اور نیوروسائنس جیسے شعبوں میں وقوفی نشوونما کا مطالعہ کا ایک اہم شعبہ ہے، کیونکہ یہ ہمیں یہ سمجھنے میں مدد کرتا ہے کہ افراد معلومات کو کیسے سیکھتے ہیں اور اس پر عمل کرتے ہیں، اور ہم زندگی بھر وقوفی نشوونما کی حمایت اور اضافہ کیسے کر سکتے ہیں۔

• وقوفی نشوونما کا تصور: وقوفی نشوونما کا تصور کسی شخص کی فکری صلاحیتوں کی نشوونما اور پختگی سے مراد ہے، بشمول ادراک، توجہ، یادداشت، زبان، مسئلہ حل کرنا، اور استدلال۔ علمی نشوونما ایک پیچیدہ عمل ہے جو بچپن میں شروع ہوتا ہے اور بلوغت کے دوران جاری رہتا ہے۔ وقوفی نشوونما کا مطالعہ اہم ہے کیونکہ اس سے ہمیں یہ سمجھنے میں مدد ملتی ہے کہ افراد معلومات کو کس طرح سیکھتے ہیں اور اس پر عمل کرتے ہیں، اور ہم زندگی بھر وقوفی نشوونما کی حمایت اور اضافہ کیسے کر سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر، تحقیق سے پتہ چلا ہے کہ ابتدائی تجربات اور ماحولیاتی عوامل بچوں میں علمی نشوونما پر اہم اثر ڈال سکتے ہیں، اور یہ کہ ہدف شدہ مداخلت نشوونما معذوری یا علمی کمزوری والے افراد میں وقوفی خسارے کو دور کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔ وقوفی نشوونما کے نظریات، جیسے جین پیابے اور لیووائی گولڈسٹی کے ذریعے تجاویز، نے وقت کے ساتھ ساتھ علمی صلاحیتوں کی نشوونما کے بارے میں ہماری تفہیم کو تشکیل دینے میں مدد کی ہے۔ ان نظریات سے پتہ چلتا ہے کہ وقوفی نشوونما حیاتیاتی اور ماحولیاتی عوامل دونوں سے متاثر ہوتی ہے، اور یہ مراحل کی ایک سلسلہ سے گزرتی ہے جو مختلف علمی صلاحیتوں اور سوچنے کے طریقوں کی خصوصیت رکھتی ہے۔

مجموعی طور پر، وقوفی نشوونما کا تصور یہ سمجھنے کے لئے اہم ہے کہ افراد معلومات کو کس طرح سیکھتے ہیں اور اس پر عمل کرتے ہیں، اور زندگی بھر علمی صلاحیتوں کی حمایت اور اضافے کے لئے مؤثر حکمت عملی تیار کرنے کے لئے کام کرتے ہیں۔

• وقوفی نشوونما کیا ہے؟: عام طور پر وقوفی نشوونما کا مطلب سوچنے اور عقل کی صلاحیت کی نشوونما ہے۔ ترقی کے چار اہم شعبوں میں بچے اپنے پہلے پانچ سالوں میں تیزی سے بڑھتے اور ترقی کرتے ہیں۔ یہ شعبے موٹر (حرکی)، زبان اور مواصلات، وقوفی اور سماجی/جذباتی ہیں۔ 6 سے 12 سال کی عمر کے بچے، عام طور پر ٹھوس طریقوں (ٹھوس کارروائیوں) میں سوچتے ہیں۔ اس میں چیزیں شامل ہو سکتی ہیں جیسے اشیاء اور اعمال کو کس طرح یکجا کرنا، الگ کرنا، ترتیب دینا اور تبدیل کرنا ہے۔ وقوفی نشوونما کا مطلب یہ ہے کہ بچے کس طرح سوچتے ہیں، دریافت کرتے ہیں اور چیزوں کا پتہ لگاتے ہیں۔ یہ علم، مہارت، مسئلہ حل کرنے اور مزاج کی ترقی ہے، جو بچوں کو اپنے ارد گرد کی دنیا کے بارے میں سوچنے اور سمجھنے میں مدد کرتی ہے۔ دماغ کی نشوونما وقوفی نشوونما کا حصہ ہے۔

ایک والدین کی حیثیت سے، اپنے بچے کی پیدائش کے ساتھ ہی اس کی وقوفی نشوونما کو فروغ دینا ضروری ہے کیونکہ ایسا کرنے سے آپ کے بچے کی اسکول اور بعد میں زندگی میں کامیابی کی بنیاد ملتی ہے۔ مثال کے طور پر، تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ جو بچے چھ ماہ کی عمر میں آوازوں میں فرق کر سکتے ہیں وہ چار اور پانچ سال کی عمر میں پڑھنا سیکھنے کی مہارت حاصل کرنے میں بہتر ہیں۔

### 9.3 مختلف وقوفی مہارتیں - یادداشت، سوچ، مماثلت، ترتیب، چھانٹنا یا مرتب کرنا اور تصورات کی ترقی

(Cognitive Skills- Memory, Thinking, Matching, Sequencing, Sorting and Seriation and Development of Concepts)

وقوفی مہارتوں سے مراد وہ ذہنی عمل ہیں جو معلومات کے حصول، منظم، ذخیرہ اندوزی، بازیافت اور استعمال میں شامل ہوتے ہیں۔ دوسرے لفظوں میں، یہ ذہنی مہارتیں ہیں جو علم حاصل کرنے، معلومات میں جوڑ توڑ، استدلال، اور مسئلہ حل کرنے میں استعمال ہوتی ہیں۔ وہ

علم سیکھنے سے لے کر روزمرہ کے مسائل کو حل کرنے اور فیصلہ سازی تک، کاموں کی ایک وسیع رینج کے لئے ضروری ہیں۔ وقوفی مہارتوں کو سیکھنے کے لئے کسی شخص کی تشخیص کی جاسکتی ہے اور اس کو سمجھا جاسکتا ہے۔ صحیح ٹولز کے ساتھ، کوئی بھی آسانی اور کارکردگی کے ساتھ ان کاموں کو مکمل کر سکتا ہے۔ مثال کے طور پر، سیمنٹ مکسر کے بجائے چھچھ کے ساتھ سیمنٹ ملانے کی کوشش کرنے کا تصور کر۔ اساتذہ میں سب سے عام شکایات میں سے ایک یہ ہے کہ ان کے طلباء میں نصاب کو سنبھالنے کے لئے وقوفی یادماغ پر مبنی صلاحیتوں کی کمی ہے۔ اگرچہ یہ سب سے زیادہ بہتر ہے، لیکن تعلیم کی تمام سطحوں پر وقوفی مہارتوں کی تعلیم کو نظر انداز کیا جاتا ہے۔

وقوفی مہارتیں کچھ عام مثالوں میں شامل ہیں:

- یادداشت / میموری: وقت کے ساتھ معلومات کو ذخیرہ کرنے اور بازیافت کرنے کی صلاحیت: اس میں قلیل مدتی میموری، طویل مدتی میموری، اور ورکنگ میموری شامل ہیں۔

- توجہ: کسی کام یا محرک پر توجہ مرکوز کرنے اور برقرار رکھنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔

- ادراک: حسی معلومات کی تشریح کرنے اور سمجھنے کی صلاحیت، جیسے بصری یا سمعی محرکات ہیں۔

- استدلال: معلومات کا تجزیہ کرنے، خیالات پیدا کرنے اور متبادل کا جائزہ لینے کی صلاحیت ہوتی ہے۔

- مسئلہ حل کرنا: مسائل کی نشاندہی کرنے، حل تیار کرنے اور ان پر عمل درآمد کرنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔

- فیصلہ سازی: دستیاب معلومات کی بنیاد پر انتخاب کرنے اور ان کے نتائج کا جائزہ لینے کی صلاحیت ہوتی ہے۔

تعلیم، کام اور ذاتی تعلقات سمیت زندگی کے بہت سے شعبوں میں کامیابی کے لئے وقوفی مہارتوں میں اہم ہیں، انہیں مشق اور تربیت کے ذریعے تیار اور بہتر بنایا جاسکتا ہے، اور عمر، صحت اور ماحولیاتی اثرات جیسے عوامل سے بھی متاثر کیا جاسکتا ہے۔ درج ذیل میں کچھ علمی مہارتوں کی ایک مختصر وضاحت پیش کی جا رہی ہے:

- میموری: میموری سے مراد وقت کے ساتھ معلومات کو ذخیرہ کرنے اور بازیافت کرنے کی صلاحیت ہے۔ میموری کی کئی اقسام ہیں،

- بشمول قلیل مدتی میموری (Short Memory)، طویل مدتی میموری (Memory Bank)، اور ورکنگ میموری (

- Processing or Working Memory)۔ قلیل مدتی میموری مختصر مدت کے لئے معلومات کو ذہن میں رکھنے کی صلاحیت

- ہے، جبکہ طویل مدتی میموری سے مراد طویل مدت میں معلومات کو ذخیرہ کرنے کی صلاحیت ہے۔ ورکنگ میموری کسی کام کو مکمل کرنے کے

- لئے معلومات کو ذہن میں رکھنے اور پھیر بدل (Retrieval) کرنے کی صلاحیت ہے۔

- غور و فکر: غور و فکر سے مراد وہ ذہنی عمل ہے جو مسئلہ کو حل کرنے، فیصلہ سازی اور استدلال میں شامل ہوتا ہے۔ اس میں معلومات کا

- تجزیہ کرنے، خیالات پیدا کرنے اور متبادل کا جائزہ لینے کی صلاحیت شامل ہے۔ سوچنے کی صلاحیتوں کو معمہ، کھیل، اور دماغی مشقوں جیسی

- سرگرمیوں کے ذریعے تیار کیا جاسکتا ہے۔

- میچنگ یا مماثلت: سے مراد اشیاء یا تصورات کے درمیان مماثلت اور اختلافات کو پہچاننے کی صلاحیت ہے۔ اس میں بصری یا سمعی

- محرکات کا موازنہ اور تقابل کرنے اور نمونوں یا تعلقات کی شناخت کرنے کی صلاحیت شامل ہے۔

- ترتیب: ترتیب سے مراد اشیاء یا واقعات کو ایک مخصوص ترتیب میں ترتیب دینے کی صلاحیت ہے۔ اس میں معلومات کو منظم کرنے اور کسی کام یا سرگرمی کی منطقی پیش رفت کی شناخت کرنے کی صلاحیت شامل ہے۔
- درجہ بندی: درجہ بندی سے مراد مخصوص معیار کی بنیاد پر اشیاء یا معلومات کی درجہ بندی کرنے کی صلاحیت ہے۔ اس میں اشیاء کے درمیان مماثلت اور اختلافات کو پہچاننے اور اس کے مطابق انہیں گروپ کرنے کی صلاحیت شامل ہے۔
- مرتب کرنا: مرتب کرنا سے مراد کسی خاص صفت کی بنیاد پر اشیاء یا معلومات کو ایک مخصوص ترتیب میں ترتیب دینے کی صلاحیت ہے۔ اس میں سائز، شکل، یادگیر خصوصیات کی بنیاد پر نمونوں کو پہچاننے اور اشیاء کو ترتیب دینے کی صلاحیت شامل ہے۔
- مجموعی طور پر، یہ وقوفی مہارتیں تعلیمی اکتساب سے لے کر روزمرہ کے مسائل کو حل کرنے اور فیصلہ سازی تک، کاموں اور سرگرمیوں کی ایک وسیع رینج کے لئے اہم ہیں۔ ان مہارتوں کو فروغ دے کر، افراد اپنی علمی صلاحیتوں کو بڑھا سکتے ہیں اور مختلف سیاق و سباق میں اپنی کارکردگی کو بہتر بنا سکتے ہیں۔

### وقوفی مہارتیں کیوں ضروری ہیں؟ (Why Cognitive skills are important?)

- اعلیٰ درجے کی وقوفی مہارتیں: اکتساب ایک ہی سطح پر نہیں ہوتا ہے بلکہ یہ ایک سطحی عمل ہے۔ مثال کے طور پر، کسی کو جوڑنا اور گھٹانا سیکھنا ممکن ہونے سے پہلے گننا سیکھنا پڑتا ہے۔ فرض کریں کہ کسی نے ایک ایسے بچے کو سکھانے کی کوشش کی جس نے ابھی تک جوڑنا یا گھٹانا نہیں سیکھا تھا۔ یہ ناممکن ہو جائے گا، اور بچے کو جوڑنے اور گھٹانے کی تعلیم دینے میں کوئی بھی کوشش کبھی کامیاب نہیں ہوگی۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ گنتی ایک ایسی مہارت ہے جس میں مہارت حاصل کرنے کی ضرورت ہے اس سے پہلے کہ حساب کتاب کرنا سیکھنا ممکن ہو جائے۔ اسی طرح، بنیادی، چلی سطح کی علمی صلاحیتوں کو حاصل کرنا ضروری ہے۔ جس کے ذریعے اعلیٰ درجے کی دماغ پر مبنی مہارتوں میں مہارت حاصل کرنا ممکن ہو جاتا ہے۔

- بلوم کی درجہ بندی یہ ایک تعلیمی ماڈل ہے جو مضامین کو سیکھنے اور مہارت حاصل کرنے کے وقوفی عمل کی وضاحت کرتا ہے۔ محققین اور ماہرین تعلیم کی ایک کمیٹی کے سربراہ بیٹجمن بلوم کے نام سے موسوم یہ ماڈل 1950 اور 60 کی دہائی میں تیار کیا گیا تھا۔ بلوم کی درجہ بندی اور تنقیدی سوچ ساتھ ساتھ چلتی ہے۔ بلوم کی درجہ بندی طالب علموں کو معلومات یا علم کا تنقیدی تجزیہ کرنے کے سوچنے کے عمل کے ذریعے لے جاتی ہے۔ اس کا مقصد نچلے درجے کی علمی صلاحیتوں (Lower order Thinking) کو فروغ دے کر طالب علموں میں اعلیٰ درجے کی سوچ (Higher Order Thinking) کی حوصلہ افزائی کرنا ہے۔

- تصورات کا فروغ (Development of Concepts): بچوں میں تصور کی ترقی سے مراد ان کے ارد گرد کی دنیا کے بارے میں علم اور تفہیم کے حصول اور منظم کرنے کا عمل ہے۔ بچے ماحول کے ساتھ اپنے تجربات، دوسروں کے ساتھ تعامل، اور نئی معلومات کی نمائش کے ذریعے تصورات تیار کرتے ہیں۔ پیاجے کے وقوفی نشوونما کے نظریہ کے مطابق، بچے ترقی کے ساتھ ساتھ وقوفی مراحل کے ایک سلسلے سے گزرتے ہیں۔ سینسو موٹر مرحلے (پیدائش سے 2 سال تک) میں، بچے اپنے حواس اور حرکی اعمال کے ذریعے تصورات تیار کرتے ہیں، جیسے اشیاء کو پکڑنا اور تلاش کرنا۔ پری آپریشنل مرحلے (2 سے 7 سال) میں، بچے زیادہ پیچیدہ تصورات، جیسے علامتی سوچ اور زبان

تیار کرتے ہیں۔ ٹھوس آپریشنل مرحلے (7 سے 12 سال) میں، بچے زیادہ منطقی اور منظم سوچ کی مہارتوں کو فروغ دینا شروع کرتے ہیں، جیسے تحفظ اور درجہ بندی۔ رسمی آپریشنل مرحلے (12 سال اور اس سے زیادہ) میں، بچے تجریدی سوچ کی مہارت اور فرضی حالات کے بارے میں منطق کرنے کی صلاحیت پیدا کرتے ہیں۔ مجموعی طور پر، بچوں میں تصور کا فروغ ایک پیچیدہ اور جاری عمل ہے جو مختلف عوامل سے متاثر ہوتا ہے، بشمول وقوفی نشوونما، معاشرتی تعامل، اور ماحولیاتی تجربات۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)
سوال:۔۔ بچے کی وقوفی نشوونما کے مختلف مراحل پر ایک نوٹ تحریر کریں۔

## 9.4 وقوفی نشوونما پر اثر انداز ہونے والے عوامل

### (Factors Influencing Cognitive Development)

اپنے بچے کی علمی نشوونما کو فروغ دینے کے لئے، یہ ضروری ہے کہ آپ روزانہ اپنے بچے کے معیار کے تعامل میں فعال طور پر مشغول ہوں۔ اس کی مثالوں میں شامل ہیں:

- اپنے بچے سے بات کرنا اور عام طور پر استعمال ہونے والی اشیاء کا نام رکھنا۔
- اپنے بچے کو کھلونے تلاش کرنے اور گھومنے پھرنے دیں۔
- اپنے بچے کو گانا اور پڑھنا۔
- اپنے بچے کو کتابوں اور پہیلیوں سے روشناس کرانا۔
- مخصوص سیکھنے کی سرگرمیوں میں آپ کے بچے کی دلچسپیوں کو بڑھانا۔ مثال کے طور پر، آپ کا بچہ ڈائنامک ساروں میں ابتدائی دلچسپی ظاہر کر سکتا ہے، لہذا آپ اسے قدرتی تاریخ کے عجائب گھر کے سفر پر لے جاسکتے ہیں تاکہ اس وقت کے بارے میں مزید جان سکیں جب یہ مخلوق زمین پر گھومتی تھی۔

اپنے بچے کے "کیوں" سوالات کا جواب دیں۔

ایک اور طریقہ جس سے آپ اپنے بچے کی علمی نشوونما کو فروغ دے سکتے ہیں وہ یہ ہے کہ اسے انتخاب فراہم کریں اور اسے سوچ سمجھ کر فیصلے کرنے کی ترغیب دیں۔ آپ کو اپنے بچے کو مسائل کو حل کرنے کے مختلف طریقوں کو تلاش کرنے کی بھی اجازت دینی چاہئے۔ اگرچہ آپ کچھ نرم رہنمائی اور حوصلہ افزائی فراہم کرنا چاہتے ہیں، اپنے بچے کو چیزوں کو سمجھنے کے لئے کچھ وقت دیں، جیسے ایک نئی پہیلی۔ اس کے لئے آپ کی طرف سے کچھ صبر کی ضرورت ہو سکتی ہے، لیکن یہ بالآخر اسے سیکھنے میں مدد ملے گی۔

بہت سے عوامل ہیں جو قونی نشوونما کو متاثر کر سکتے ہیں، بشمول جینیاتی، ماحولیاتی، معاشرتی اور ثقافتی عوامل۔ یہاں کچھ مثالیں ہیں:

- جینیات: تحقیق سے پتہ چلا ہے کہ جینیاتی عوامل و قونی نشوونما میں کردار ادا کر سکتے ہیں، بشمول ذہانت، یادداشت، اور توجہ۔ جڑواں بچوں اور خاندانوں کے مطالعے سے پتہ چلا ہے کہ جینز علمی صلاحیتوں میں انفرادی اختلافات کا ایک اہم حصہ ہیں۔
- ماحولیات: ماحولیاتی عوامل جیسے غذائیت، زہریلے مادوں کی نمائش، اور ابتدائی بچپن کے تجربات بھی و قونی نشوونما پر اہم اثر ڈال سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر، ابتدائی بچپن کے دوران غذائی قلت علمی کمی کا باعث بن سکتی ہے جو بلوغت تک برقرار رہ سکتی ہے۔ مزید برآں، ماحولیاتی زہریلے مادوں جیسے سیسہ (Lead) کی نمائش علمی افعال کو متاثر کر سکتی ہے
- سماجی اور ثقافتی عوامل: سماجی اور ثقافتی عوامل جیسے سماجی و اقتصادی حیثیت، والدین کی تعلیم، اور ثقافتی عقائد بھی و قونی نشوونما پر اثر انداز ہو سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر، کم سماجی و اقتصادی پس منظر سے تعلق رکھنے والے بچوں کو علمی محرک اور افزودگی کے لئے کم مواقع مل سکتے ہیں، جو ان کی علمی صلاحیتوں کو متاثر کر سکتے ہیں۔ مزید برآں، تعلیم اور و قونی نشوونما کی اہمیت کے بارے میں ثقافتی عقائد بچوں کی ترغیب اور سیکھنے میں مصروفیت کو متاثر کر سکتے ہیں۔

مجموعی طور پر، و قونی نشوونما جینیاتی، ماحولیاتی، معاشرتی اور ثقافتی عوامل کے پیچیدہ باہمی تعامل سے متاثر ہوتی ہے۔ ان عوامل کو سمجھنے سے ہمیں زندگی بھر افراد میں و قونی نشوونما کی حمایت اور اضافے کے طریقوں کی شناخت کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- بچہ کی و قونی نشوونما پر اثر انداز ہونے والے عوامل پر ایک نوٹ تحریر کریں۔

## 9.5 بالغوں کا و قونی نشوونما کو فروغ دینے میں کردار

(Adults Role in Promoting Cognitive Development)

صحت مند نوجوانوں کی و قونی نشوونما کو فروغ دینا:

- نوجوانوں میں مثبت اور صحت مند علمی نشوونما کی حوصلہ افزائی کرنے میں مدد کے لئے:
- مناسب نیند، ہائیڈریشن اور غذائیت حاصل کرنے میں نوجوانوں کی مدد کریں۔
- مختلف موضوعات، مسائل، اور موجودہ واقعات کے بارے میں تبادلہ خیال میں نوجوانوں کو شامل کریں۔
- نوجوانوں کو بالغوں کے ساتھ خیالات اور خیالات کا اشتراک کرنے کی ترغیب دیں۔
- نوجوانوں کو آزادانہ طور پر سوچنے اور اپنے خیالات تیار کرنے کی ترغیب دیں۔
- نوجوانوں کو ان کے اپنے اہداف مقرر کرنے میں مدد کریں۔

- نوجوانوں کو مستقبل کے امکانات کے بارے میں سوچنے کی ترغیب دیں۔
- اچھی طرح سے سوچے سمجھے فیصلوں کے لئے نوجوانوں کی تعریف اور سراہنا۔
- کسی بھی ناقص فیصلے کا جائزہ لینے میں نوجوانوں کی مدد کریں۔

### بالغوں کا کردار (Adults Role)

سیکھنا ان مواقع پر منحصر ہے جو بالغ افراد موجودہ مہارتوں کے اظہار اور زیادہ پیچیدہ مہارتوں کو فروغ دینے کے لئے فراہم کرتے ہیں۔ اس بات کو یقینی بنانا کہ عملہ با معنی تجربات اور سرگرمیاں فراہم کرتا ہے جو سیکھنے کی حمایت کرتے ہیں آپ کی ذمہ داری ہے۔ لہذا، یہ ضروری ہے کہ جب آپ کلاس روم کے تجربات اور سرگرمیوں کا مشاہدہ کرنے میں وقت گزارتے ہیں تو آپ اس بات پر توجہ دیں کہ آیا عملہ مؤثر تدریسی حکمت عملی کا استعمال کر رہا ہے کیونکہ وہ ان کی دیکھ بھال میں شیر خوار بچوں، چھوٹے بچوں، بچوں اور نوجوانوں کے ساتھ بات چیت کرتے ہیں۔ بچوں کی وقوفی نشوونما کی حمایت اس وقت کی جاتی ہے جب:

- اساتذہ بچوں اور نوجوانوں کو دلچسپی اور شامل رکھنے کے لئے مختلف قسم کے تجربات، سرگرمیوں اور مواد کا استعمال کرتے ہیں۔
  - اساتذہ بچوں کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں اور ان کی حمایت کرتے ہیں کیونکہ وہ نئے تجربات اور سرگرمیوں میں مشغول ہوتے ہیں۔
  - اساتذہ تبادلہ خیال اور سرگرمیوں کے دوران تجزیہ اور تنقیدی سوچ کی مہارت کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں۔
  - اساتذہ اور نوجوانوں کو تخلیقی بننے اور اپنے خیالات پیدا کرنے کے مواقع فراہم کرتے ہیں۔
  - اساتذہ موجودہ تصورات کو پچھلے تصورات سے جوڑتے ہیں جو بچوں اور نوجوانوں کی زندگیوں سے مطابقت رکھتے ہیں۔
  - اساتذہ بچوں اور نوجوانوں کے لئے سیکھنے کا کام کرتے ہیں جو نئے تصورات کے ساتھ مشکل وقت گزار رہے ہیں، سوالات کے جوابات دے رہے ہیں یا سرگرمیوں کو مکمل کر رہے ہیں۔
  - بڑے بچوں اور نوجوانوں سے کہتے ہیں کہ وہ اپنی سوچ اور اعمال کی وضاحت کریں۔
  - بالغ بچوں کی تفہیم کو بڑھانے کے مواقع سے فائدہ اٹھاتے ہیں۔
  - اساتذہ شمولیت اور استقامت کو بڑھانے کے لئے حوصلہ افزائی کرتے ہیں۔
  - بڑے کھلے سوالات پوچھتے ہیں اور بچوں اور نوجوانوں کے جوابات سنتے ہیں۔
- یہ نوٹ کرنا ضروری ہے کہ دیکھ بھال کرنے والوں کی طرف سے مندرجہ بالا حکمت عملیوں کو مستقل اور مؤثر طریقے سے استعمال کرنے کے لئے مشق کی ضرورت ہے۔ جیسے جیسے اساتذہ زیادہ پر اعتماد ہوتے ہیں، وہ زیادہ قابل ہو جاتے ہیں۔

### اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- بچے کی وقوفی نشوونما کی ترقی میں اساتذہ کے کردار پر ایک نوٹ تحریر کریں۔

## 9.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درج ذیل باتیں سیکھیں:

- وقوفی نشوونما سے مراد وقوفی عمل کی نشوونما اور پختگی ہے۔
- علمی نشوونما ایک پیچیدہ عمل ہے جو بچپن میں شروع ہوتا ہے اور بلوغت کے دوران جاری رہتا ہے۔
- وقوفی مہارتیں وہ ذہنی مہارتیں ہیں جو علم حاصل کرنے، معلومات میں پھیر بدل، استدلال، اور مسئلہ حل کرنے میں استعمال ہوتی ہیں۔
- تعلیم، کام، اور ذاتی تعلقات سمیت زندگی کے بہت سے شعبوں میں وقوفی مہارتیں اہم ہیں۔ انہیں مشق اور تربیت کے ذریعے تیار اور بہتر بنایا جاسکتا ہے، اور عمر، صحت اور ماحولیاتی جیسے عوامل سے بھی متاثر کیا جاسکتا ہے۔
- بچوں میں تصور کے فروغ سے مراد ان کے ارد گرد کی دنیا کے بارے میں علم اور تفہیم کے حصول اور منظم کرنے کا عمل ہے۔ بہت سے عوامل ہیں جو وقوفی نشوونما کو متاثر کر سکتے ہیں، بشمول جینیاتی، ماحولیاتی، معاشرتی اور ثقافتی عوامل۔

## 9.7 فرہنگ (Glossary)

تصورات کا فروغ	(Development of Concepts)
مختلف وقوفی مہارتیں	Cognitive Skills
یادداشت	Memory
سوچ	Thinking
مماثلت	Matching
ترتیب	Sequencing
چھانٹنا یا مرتب کرنا	Sorting
تصورات کی ترقی	Development of Concepts
قلیل مدتی میموری	(Short Memory)
ورکنگ میموری	Processing or Working Memory
طویل مدتی میموری	Memory Bank

---

## 9.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

---

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1. وائی گولڈسٹی کے وقوفی نشوونما کے نظریے کو-----کہا جاتا ہے۔
2. ----- میموری معلومات کو ذہن میں رکھتی ہے؟
3. حسی معلومات کی تشریح کرنے اور سمجھنے کی صلاحیت----- کہلاتی ہے؟
4. اعلیٰ درجہ کی سوچ دی----- تھی؟
5. وقوفی نشوونما پر----- اثر انداز ہوتے ہیں؟

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

1. تصور کے فروغ کے عمل کی وضاحت کریں۔
2. حسی موٹر مرحلے کی خصوصیات کیا ہیں؟
3. میچنگ و وقوفی مہارت کیسے کام کرتی ہے؟
4. ماحول کس طرح وقوفی نشوونما پر اثر انداز ہوتا ہے؟
5. بلوغت کی خصوصیات کیا ہیں؟

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

1. بچوں کی وقوفی نشوونما میں اساتذہ کے کردار پر روشنی ڈالیں؟
2. نوبلوغت میں صحت مند وقوفی نشوونما کو بڑھانے کے لئے کیا اقدامات ہیں؟
3. وقوفی نشوونما کے لئے کلاس روم کے کچھ طریقوں کی فہرست بنائیں؟
4. والدین کے کردار پر روشنی ڈالیں؟
5. اعلیٰ درجہ کی سوچ ہوتی ہے؟

---

## 9.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

1. Edwards, L-, Hopgood, J-, Rosenberg, K-, & Rush, K- (2000)- Mental Development and Education- Retrieved April 25, 2009, from Flinders

University Web site:

<http://ehlt.flinders.edu.au/education/DLiT/2000/Piaget/begin.htm>

2. Meadows, S. (1995). Cognitive development. In P.-E. Bryant and A.-M. Colman (eds), *Developmental Psychology*. Harlow: Longman. This provides a brief overview of the 'state of the art' in the study of cognitive development.
3. Piaget, Jean (1936). *Origins of intelligence in the child*. Routledge & Kegan Paul.
4. Piaget, J., & Inhelder, B. (1972). *The Psychology of the Child* (Vol. 5001). Basic Books.
5. <https://helpmegrowmn.org/HMG/HelpfulRes/Articles/WhatCognitiveDev/index.html>
6. <http://www.healthofchildren.com/C/Cognitive-Development.html>
7. <https://www.verywellmind.com/piagets-stages-of-cognitive-development-2795457>

# اکائی 10۔ وقوفی نشوونما کے نظریات

(Theory of Cognitive Development)

اکائی کے اجزاء

10.0 تمہید (Introduction)

10.1 مقاصد (Objectives)

10.2 جین پیا جے کی وقوفی نشوونما کے نظریات: ابتدائی بچپن میں ان نظریات کا اطلاقی عمل

(Piaget Theory of Cognitive Development- its application in Early Childhood)

10.3 وائی گوٹسکی کی وقوفی نشوونما کے نظریات: ابتدائی بچپن میں ان نظریات کا اطلاقی عمل

(Vygotsky Model of Cognitive Development- its application in Early Childhood)

10.4 اوسوبیل کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں شراکت: ابتدائی بچپن میں ان نظریات کا اطلاقی عمل

(Ausubel contribution to Cognitive development- its application in Early Childhood)

10.5 برونر کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں تعاون: ابتدائی بچپن میں ان نظریات کا اطلاقی عمل

(Bruner's contribution to cognitive development- its application in Early Childhood)

10.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

10.7 فرہنگ (Glossary)

10.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

10.9 تجویز کردہ اکتسابی وسائل کی فہرست (Suggested Learning Resources List)

ابتدائی بچپن سے مراد عام طور پر پیدائش سے لے کر چھ سال کی عمر تک کا عرصہ ہوتا ہے۔ ابتدائی بچپن کے دوران بچے کی علمی نشوونما، جس میں تعمیراتی مہارتیں شامل ہوتی ہیں جیسے پڑھنا، زبان، الفاظ، اور اعداد کو سمجھنا وغیرہ بچے کی پیدائش کے وقت سے ہی شروع ہو جاتا ہے۔ ترقی پسند سائنس دانوں نے تحقیقی بنیادوں سے پایا ہے کہ دماغ یا ذہن یا وقوفی علاقہ بچوں کے بولنے سے پہلے ہی زندگی کے پہلے سال میں زبان کے بارے میں بہت زیادہ معلومات حاصل کر لیتا ہے۔ جب تک بچے اپنے پہلے الفاظ بولتے یا سمجھتے ہیں، وہ جانتے ہیں کہ ان کی زبان کون سی مخصوص آواز استعمال کرتی ہے، کن آوازوں کو ملا کر الفاظ تخلیق کیے جاسکتے ہیں، اور الفاظ اور فقروں کی رفتار اور تال میل کیسے کی جاسکتی ہے۔ تھیوری آف کونگنیٹو ڈیولپمنٹ (وقوفی نشوونما کا نظریہ) ایک جامع فریم ورک ہے جسے سوئس ماہر نفسیات جین پیاہے نے تجویز کیا ہے تاکہ یہ سمجھا جاسکے کہ بچے کیسے وقوفی نشوونما سے علم کی تعمیر کرتے ہیں اور اپنے ارد گرد کی دنیا کو سمجھتے ہیں جیسے جیسے وہ بڑھتے اور ترقی کرتے جاتے ہیں علم کی ترقی بھی ہوتی جاتی ہے۔ Piaget کا نظریہ بتاتا ہے کہ بچے علمی نشوونما کے چار مختلف مراحل سے گزرتے ہیں، جن میں سے ہر ایک مخصوص خصوصیات اور صلاحیتوں سے نشان زد ہوتا ہے۔ ابتدائی بچپن میں وقوفی نشوونما بچے کی سوچنے، سیکھنے، مسئلہ حل کرنے اور اپنے ارد گرد کی دنیا کو سمجھنے کی صلاحیت کو تشکیل دینے میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ یہ تیز رفتار علمی ترقی اور مختلف علمی مہارتوں میں نمایاں پیش رفت کرتی ہے۔ ابتدائی بچپن میں وقوفی یا علمی نشوونما کے مختلف پہلوؤں اور تعلیم پر اثر انداز ہوتی ہے۔ بچوں کے تعلیمی عمل میں وقوفی نشوونما (Cognitive Development) کے کئی نظریات نے ہماری اس بات کو سمجھنے میں اہم کردار ادا کیا ہے کہ افراد کس طرح علم حاصل کرتے ہیں، معلومات پر عمل کرتے ہیں، اور سوچنے کی صلاحیتوں کو فروغ دیتے ہیں۔ ہر نظریہ علمی نشوونما میں منفرد نظریات پیش کرتا ہے اور تعلیم اور بچوں کی نشوونما میں اس کا عملی اطلاق ہوتا ہے۔ کچھ نمایاں نظریات اور ان کے اطلاقات اس اکائی میں پیش کیے جا رہے ہیں جس سے ہم سمجھ سکتے ہیں کہ وقوفی نشوونما ابتدائی بچپن میں کس طرح ایک اہم کردار ادا کرتی ہے۔

- اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:
- جین پیاہے کے وقوفی نشوونما کی ترقی کے نظریات کو سمجھ سکیں۔
  - جین پیاہے کے وقوفی نشوونما کی ترقی کے نظریات کے تعلیمی اطلاقات کو سمجھ سکیں۔
  - وائی گوٹسکی کے وقوفی نشوونما کے نظریات کو سمجھ سکیں۔
  - وائی گوٹسکی کے وقوفی نشوونما کی علمی ترقی کے نظریات کے تعلیمی اطلاقات کو سمجھ سکیں۔
  - اوسوبیل کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں شراکت کے نظریات کو سمجھ سکیں۔
  - اوسوبیل کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں شراکت کے تعلیمی اطلاقات کو سمجھ سکیں۔

- بروز کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں تعاون کے نظریات کو سمجھ سکیں۔
- بروز کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں تعاون کے نظریات کے تعلیمی اطلاق کو سمجھ سکیں۔

## 10.2 جین پیا جے کے وقوفی نشوونما کے نظریات: ابتدائی بچپن میں ان نظریات کا اطلاقی عمل

(Piaget Theory of Cognitive Development- its application in Early Childhood)

علمی ترقی سے مراد دانشورانہ صلاحیتوں کا ایک مجموعہ ہے جسے محققین ایک شیر خوار، طفولیت، نوبلوغیت کی عمر کے لیے 'عام' سمجھتے ہیں۔ دوسرے لفظوں میں، یہ مقدار، یا اس بات پر زور دیتی ہے کہ کس عمر کے بچے کو کتنی مقدار میں ذہنی نشوونما حاصل کرنے کی ضرورت ہے۔ جین پیا جے جو کہ نفسیاتی فلسفہ کے اسکول تعمیریت سے تعلق رکھتے تھے نے بچوں کی علمی ترقی کے لیے اپنا نظریہ پیش کیا جو تعلیمی اعتبار سے بچوں کے لیے بہت اہمیت کا حامل ہے اور جس میں بچوں کی علمی صلاحیتوں جیسے دوسروں کے نقطہ نظر کو سمجھنا اور تسلیم کرنا، منطقی طور پر سوچنا یا علامتی طور پر ہمارے ذہن میں موجود اشیاء کی نمائندگی کرنا وغیرہ کی شمولیت رہتی ہے۔ یہ صلاحیتیں اس وقت پیدا ہوتی ہیں جب ہم بڑے ہوتے ہیں اور دنیا کے بارے میں سیکھتے اور تجربہ کرتے ہیں۔ Piaget نے علمی ترقی کے چار مراحل کا خاکہ پیش کیا، جس میں سینسری موٹر (حواسِ خمسہ کی حرکات) کا مرحلہ، پری آپریشنل مرحلہ، کنکریٹ آپریشنل مرحلہ اور باقاعدہ آپریشنل مرحلہ۔ ہر مرحلے پر، بچوں کو کچھ علمی غلطیوں پر قابو پانا پڑتا ہے اور اگلے مرحلے میں جانے کے لیے مخصوص ترقیاتی نتائج حاصل کرنا ہوتے ہیں۔ جین پیا جے کا دامغانی ترقی کا نظریہ میں جو نوجوانوں اور بچوں کی دامغانی پیشہ ورانہ ترقی کی طرف مائل کرنا ہے پر اظہارات کیے جاتے ہیں۔ یہ نظریہ درج ذیل چار مختلف مراحل پر مبنی ہے جو بچوں کی ذہنی و علمی نشوونما کے بنیادی اور عقلی ترقی کی پیش رفت پر مبنی ہے:

- سینسوری موٹر مرحلہ (پیدائش تا 2 سال) Sensorimotor Stage (Birth to 2 years): نوزائیدہ بچے یا شیر خوار کی کے مرحلہ میں بچے اپنے حواسِ خمسہ سے اپنے آس پاس کے ماحول اور چیزوں کو سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں۔ جس میں ان کی حسی حرکات کی شمولیت رہتی ہے۔ جس میں بچے کسی اشیاء کی پہچان اور دائرہ بندی کی تصویریت بھی شامل ہوتی ہے، بچے اپنے تصورات کو منطقی نظریہ سے سمجھ کر ایک تصور قائم کر لیتا ہے اور وہ یہ سمجھتے ہیں کہ اشیاء کے غائب ہو جانے پر بھی اس کا وجود ان کے ذہن میں موجود رہتا ہے۔
- پری آپریشنل مرحلہ (2 سے 7 سال) Preoperational Stage (2 to 7 years): بچے اپنی ذہنی نشوونما کے اس مرحلہ میں اپنی طفولیت کی عمر میں ہوتے ہیں اور وہ کسی چیز یا احساس کو اپنی زبان اور علامات یا اشاروں کا استعمال شروع کرتے ہیں تاکہ وہ اشیاء اور خیالات کو دوسروں پر ظاہر کر سکیں۔ لیکن وہ اپنے قائم کردہ تصورات کی بنیاد پر ہی وضاحتیں پیش کرتے ہیں اور خود کو مرکزی حیثیت حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں، جس سے وہ اپنی بات کو ظاہر کر سکیں ان کو دوسرے کے نقطہ نظر سے چیزوں کو سمجھنے میں مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ مگر اس وقت ان کی منطقی سوچ کا دائرہ اور اس کا استعمال محدود ہوتا ہے۔

- کانگریٹ آپریشنل مرحلہ (7 سے 11 سال Concrete Operational Stage) : نو بلوغت کی عمر میں بچے اب اپنے تصورات کو یقینی شکل فراہم کرتے ہیں اور کسی چیز یا خیال کی پیروی معقول طریقے سے کانگریٹ واقعات پر مبنی کر سوچتے اور واضح کرتے ہیں۔ وہ اپنی یادداشت اور تصورات کو سمجھتے ہیں اور سادہ یا پیچیدہ تبدیلیوں کو بھی سمجھ سکتے ہیں۔
- فارمل آپریشنل مرحلہ (11 سال یا اس سے زیادہ عمر): بچے اب بلوغت کی دہلیز پر ہوتے ہیں اور ذہن کی نشوونما کے اس آخری مرحلے میں، تجریدی سوچ قائم کرتے ہیں اور منطقی طور پر سوچنے اور اپنے خیالات و دیگر چیزوں کو تصوراتی طور پر منطقی انداز کے ساتھ پیش کرنے کی کوشش کرتے ہیں اس وقت بچے منطقی تخلیقی کام کرنے کی صلاحیت پیدا کرتے ہیں۔ وہ استنباطی استدلال میں مشغول ہو سکتے ہیں، امکانات کے بارے میں سوچ سکتے ہیں، اور منظم طریقے سے مسائل کو حل کر سکتے ہیں۔ نوجوان اب مستحیالانہ طور پر اور منطقی طور پر سوچ سکتے ہیں۔ وہ تجریدی سوچ میں ملوث ہو سکتے ہیں، استدلالی سوچ، اور پیچیدہ خیالات کو سمجھ سکتے ہیں۔

### 10.2.1 جین پیاہے کی وقوفی نشوونما کا نظریہ اور ابتدائی بچپن میں ان کا اطلاقی عمل

(Piaget Theory of Cognitive Development- its application in Early Childhood)

- جین پیاہے کی طرف سے تجویز کردہ وقوفی نشوونما یا علمی ترقی کا نظریہ تعلیم پر گہرے اثرات رکھتا ہے۔ Piaget کا نظریہ بچوں کی علمی نشوونما کے مراحل کو سمجھنے اور اس کے مطابق ان کے سیکھنے کے تجربات کو قائم کرنے اور علمی ترقی کرنے کے لیے تعلیمی طریقوں کو استوار کرنے کی اہمیت پر زور دیتا ہے۔ Piaget کے نظریہ سے اخذ کردہ کچھ تعلیمی مضمرات درج ذیل ہیں:
- ترقی کے لحاظ سے موزوں تعلیم (Developmentally Appropriate Education): اساتذہ کو طلباء کے لیے سیکھنے کا ماحول اور سرگرمیاں تخلیق کرنی چاہئیں جو طلباء کی علمی صلاحیتوں اور ترقی کے مرحلے کے مطابق ہوں۔ اس کا مطلب ہے کہ بعض تصورات کو سمجھنے کے لیے طلباء کی تیاری پر غور کرنا اور اس کے مطابق تدریسی طریقوں کو ہم آہنگ کرنا شامل ہونا چاہیے۔
  - زندہ جاوید مثالوں سے تجربات حاصل کرنا (Hands-On and Experiential Learning): Piaget نے سیکھنے میں زندہ جاوید مثالوں سے تجربات حاصل کرنا اور تجسس قائم کرنے کی صلاحیت پیدا کرنے کی اہمیت پر زور دیا۔ معلمین طلباء کو ایسی سرگرمیوں میں مشغول ہونے کی ترغیب دے سکتے ہیں جو انہیں اشیاء کو دریافت کرنے، اس میں تبدیلی کرنے اور اپنے ماحول کے ساتھ تعامل کرنے کی اجازت دیتی ہوں۔ یہ نقطہ نظر بچوں کو اپنے علم کی تعمیر کرنے میں مدد فراہم کرتا ہے۔
  - مسئلہ حل کرنا اور تنقیدی سوچ قائم کرنا (Problem-Solving and Critical Thinking): Piaget کا نظریہ طلباء میں مسئلہ حل کرنے کی مہارتوں اور تنقیدی سوچ قائم کرنے کی صلاحیتوں کو فروغ دینے کا حامی ہے۔ معلمین طلباء کو عام مسائل پیش کر سکتے ہیں جو انہیں منطقی طور پر سوچنے، قیاس کرنے اور آزادانہ طور پر حل تلاش کرنے کی ترغیب فراہم کرتے ہیں۔

• انفرادی اختلافات کا خیال رکھنا (Respect for Individual Differences): Piaget کا نظریہ تسلیم کرتا ہے کہ بچے مختلف شروحوں سے مختلف مراحل سے گزرتے ہیں۔ اس طرح، معلمین کو سیکھنے کے انداز اور علمی نشوونما میں انفرادی فرق کو ذہن نشین رکھنا چاہیے اور ان کو عام طلباء کے ساتھ ہم آہنگ کرنے کی کوشش کرنی چاہیے، جس سے کہ وہ طلباء کو ان کی منفرد صلاحیتوں اور دلچسپیوں کی بنیاد پر سیکھنے کے متنوع مواقع فراہم کر سکتے ہیں۔

• سیکھنے میں کھیل کا کردار (Role of Play in Learning): Piaget نے علمی ترقی میں کھیل کی اہمیت پر زور دیا۔ اساتذہ بچوں کے تخیل، تخلیقی صلاحیتوں، سماجی مہارتوں، اور مسائل حل کرنے کی صلاحیتوں کو فروغ دینے کے لیے کھیل پر مبنی سیکھنے کی سرگرمیوں کو نصاب میں شامل کر سکتے ہیں۔

• تشخیص اور تخمینہ (Assessment and Evaluation): تشخیص میں طلباء کے ترقیاتی مرحلے اور زاویات پر غور کرنا چاہیے۔ مکمل طور پر معیاری ٹیسٹوں پر انحصار کرنے کے بجائے، اساتذہ مختلف تشخیصی ٹولز استعمال کر سکتے ہیں جو Piaget کے مراحل کے مطابق ہوتے ہیں، جیسے مشاہدہ، پروجیکٹ پر مبنی تشخیص، اور سوال کرنے کی تکنیک وغیرہ۔

تعلیمی ترتیبات میں Piaget کے وقوفی نشوونما سے علمی ترقی کے نظریہ کو سمجھنے اور لاگو کرنے سے، معلمین سیکھنے کے مزید موثر تجربات تخلیق کر سکتے ہیں جو ان کے طلباء کی علمی صلاحیتوں اور ترقیاتی ضروریات کو پورا کرتے ہیں۔ جین پیاجے کا نظریہ اس بات پر زور دیتا ہے کہ بچے معلومات کو تعاملاتی طور پر تبدیلی یا جذب کرنے کے بجائے اپنے ماحول کے ساتھ تعامل کے ذریعے دنیا کے بارے میں اپنی سمجھ کو ہم آہنگ کرنے کی تشکیل کرتے ہیں۔ پیاجے نے ذہن کے تعمیراتی تصور کو متعارف کرایا (جو کہ معلومات کو منظم کرنے اور اس کی تشریح کرنے کے لیے استعمال ہونے والے ذہنی فریم ورک پر مبنی ہے) اور انضمام یا ہم آہنگ کرنے (موجودہ تعمیراتی تصورات کی بنیاد پر نئی معلومات کی تشریح) اور اس کی یاد دہانی (نئی معلومات کو شامل کرنے کے لیے موجودہ تعمیراتی تصورات قائم کرنے) کے عمل پر زور دیا۔

ابتدائی بچپن کی تعلیم کے حوالے سے، Piaget کے نظریہ کا خاصہ اثر ہوا ہے۔ اساتذہ اکثر اس کے خیالات کو تدریسی حکمت عملیوں اور نصاب کی ترقی سے آگاہ کرنے کے لیے استعمال کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر، وہ ایسے ماحول بناتے ہیں جو بچوں کو مواد کے ساتھ فعال طور پر مشغول ہونے اور اپنے علم کی تعمیر کرنے کی اجازت دینے کے لیے تلاش اور سیکھنے کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں۔ اساتذہ سیکھنے کے تجربات کو بھی ڈھال سکتے ہیں، مدد اور رہنمائی فراہم کرتے ہوئے آہستہ آہستہ بچوں کو مزید گہرائی سے سوچنے اور مسائل کو آزادانہ طور پر حل کرنے کا چیلنج دیتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: - بچہ کی وقوفی نشوونما کے پیاجے کے نظریات کی وضاحت دو سوالیوں میں تحریر کریں؟

## 10.3 وائی گوٹسکی کی وقوفی نشوونما کے نظریات: ابتدائی بچپن میں ان نظریات کا اطلاقی عمل

(Vygotsky Model of cognitive Development- its application in Early Childhood)

وائی گوٹسکی (1896-1934) ایک روسی ماہر نفسیات اور استاد تھے جنہوں نے بچوں میں وقوفی نشوونما کا نظریہ تیار کیا جس کے مطابق انہوں نے بتایا کہ ہمارے سماجی تعاملات (social interactions) ہماری وقوفی اور علمی نشوونما کو کس طرح متاثر کرتے ہیں۔ یہ وقوفی نشوونما کا نظریہ Lev Vygotsky کی علمی ترقی کی سماجی و ثقافتی نظریہ کے نام سے جانا جاتا ہے۔ وائی گوٹسکی نے اپنے نظریات اسی وقت پیش کیے جب سوئس ماہر نفسیات جین پیاہجے وقوفی نشوونما یا علمی ترقی کے بارے میں نظریات پیش کر رہے تھے، لیکن یہ دونوں نظریات تقریباً ہر اطلاقی عمل پر مختلف ہیں۔ اب بھی وائی گوٹسکی کے کچھ کاموں کا روسی زبان سے ترجمہ کیا جا رہا ہے۔ وائی گوٹسکی ایک مشہور ماہر نفسیات تھے جنہوں نے علمی ترقی کا سماجی ثقافتی نظریہ پیش کیا۔ اس کا ماڈل سماجی تعاملات، ثقافتی تناظر، اور بچے کی علمی نشوونما کی تشکیل میں زبان کے کردار کے اثر و رسوخ پر مرکوز ہے۔ علم کی انفرادی تعمیر پر پیاہجے کے نظریہ کے برعکس، وائی گوٹسکی نے سیکھنے میں سماجی اور ثقافتی عوامل کی اہمیت کو اجاگر کیا۔ Vygotsky کے ماڈل کے اہم اجزاء میں شامل ہیں:

- سماجی قربت سے وقوفی نشوونما اور علمی ترقی (Zone of Proximal Development-ZPD): وائی گوٹسکی کا سماجی قربت کا تصور اس فرق کی طرف اشارہ کرتا ہے کہ ایک سیکھنے والا بچہ مدد کے بغیر وقوفی یا ذہنی ترقی تبھی حاصل کر سکتا ہے جب اس پر اساتذہ کی نظریہ مشاہدہ کیا جا رہا ہو، اساتذہ کو چاہیے کہ بچے جو کام خود کر لیتا ہے تو اس بچے کو تھوڑا مشکل کام دیا جائے اس طرح وہ بچہ اپنے سماجی معززین یا زیادہ علم یافتہ شخص کی رہنمائی یا مدد سے زیادہ اور اعلیٰ علم حاصل کر سکتا ہے۔ ZPD ان سماجی قربت اور وقوفی نشوونما کی حدود کی نشاندہی کرتا ہے جن میں انفرادی مہارت حاصل کرنا انفرادی بچے کے لیے بہت مشکل ہے لیکن کسی بالغ یا زیادہ ہنرمند ساتھی کی رہنمائی سے ہنریا وقوفی نشوونما کے مراحل کو مکمل کیا جاسکتا ہے۔

- امدادی فروغ (Scaffolding): امدادی فروغ کا عمل ایسا عمل ہے جس میں ایک زیادہ علم و ہنر رکھنے والا شخص، جیسا کہ استاد، والدین، اپنے ZPD کے نظریہ یا ماڈل میں سیکھنے والے کو مدد اور رہنمائی فراہم کرتا ہے۔ یہ مدد بتدریج کم ہوتی جاتی ہے کیونکہ سیکھنے والا اپنے کام کو ہلکے ہلکے آزادانہ طور پر انجام دینے میں زیادہ قابل ہو جاتا ہے، اس طرح وقوفی نشوونما پر وان چڑھتی ہے۔

- ثقافتی اور ثالثی آلات (Cultural Tools and Mediation): وائی گوٹسکی نے وقوفی نشوونما اور علمی ترقی کی تشکیل میں ثقافتی آلات، جیسے رائج سماجی زبان، اقداریں، سماجی علامتوں اور سماجی ماڈل کے نمونوں کی اہمیت پر زور دیا۔ یہ ثقافتی آلات مختلف سماجی افراد اور ان کے ماحول کے درمیان بچے کا تعامل کرنے میں ثالثی کرتے ہیں، جس سے اعلیٰ ذہنی افعال کی نشوونما میں مدد حاصل ہوتی ہے۔

- سماجی تعامل اور کوآپریٹو لرننگ (Social Interaction and Cooperative Learning): وائی گوٹسکی کا خیال تھا کہ سیکھنا یا اکتسابی عمل سماجی تعامل اور دوسروں کے ساتھ تعاون کے ذریعے حاصل کیا جاتا ہے۔ کوآپریٹو لرننگ، گروپ سرگرمیاں،

اور آپسی ترسیل یا بات چیت بچوں کو ایک دوسرے سے سیکھنے اور علم کو تقسیم کرنے کی اجازت دے کر علمی نشوونما میں آسانی اور مدد فراہم کرتی ہے۔

- زبان کا کردار (Role of Language): زبان وائی گوٹسکی کے مطابق علمی ترقی میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ انہوں نے تجویز پیش کی کہ زبان نہ صرف رابطے کا ذریعہ ہے بلکہ سوچنے کا ایک آلہ بھی ہے۔ جیسے جیسے بچے سماجی تعاملات میں مشغول ہوتے ہیں اور زبان کو اپنے اندر فروغ دیتے ہیں جس سے ان کی سوچ اور مسئلہ حل کرنے کی صلاحیتیں بھی ترقی یافتہ رہتی ہیں۔

### 10.3.1 وائی گوٹسکی کی وقوفی نشوونما کے نظریات اور ان نظریات کا اطلاقی عمل

(Vygotsky Model of Cognitive Development- its Application)

- وائی گوٹسکی کے وقوفی نشوونما کے نظریہ کے تعلیمی اطلاق بھی کافی اہمیت کے حامل ہیں جس میں شامل ہیں اساتذہ کو سیکھنے کی سہولت کے لیے طلباء کے درمیان سماجی میل جول اور تعاون کے مواقع پیدا کرنے چاہئیں۔
- کوآپریٹو لرننگ (اشتراکی اکتساب) یا آپسی تعاون سے سیکھنے کی حکمت عملیوں کا استعمال کیا جانا چاہیے اور جہاں طلباء مسائل کو حل کرنے یا کاموں کو مکمل کرنے کے لیے مل کر کام کرتے ہیں وہاں یہ مشترکہ عمل ضروری ہے۔
- طالب علموں کو ان کے ZPD میں مناسب مدد فراہم کرنے کے لیے امدادی فروغ فراہم کرنے کی تکنیک استعمال کریں۔
- علمی ترقی کو فروغ دینے کے لیے سیکھنے کی سرگرمیوں میں زبان اور مواصلات کے استعمال کی حوصلہ افزائی کریں۔
- سماجی یا ثقافتی طور پر جامع اکتسابی ماحول بنائیں جو متنوع پس منظر اور نقطہ نظر کو تسلیم کرے اور ان کا احترام کرے۔
- وائی گوٹسکی کا سماجی ثقافتی نظریہ وقوفی نشوونما کے بارے میں قیمتی رائے پیش کرتا ہے کہ کس طرح سماجی تعاملات، ثقافتی سیاق و سباق، اور زبان علمی ترقی پر اثر انداز ہوتے ہیں، اور اساتذہ کو مزید مؤثر تدریسی حکمت عملیوں، سیکھنے کے ماحول کو ڈیزائن کرنے کے لیے ایک راستہ فراہم کرتے ہیں۔

وائی گوٹسکی کا سماجی ثقافتی نظریہ وقوفی نشوونما کے بارے میں بہت اہم ہے کہ ہم کس طرح سماجی تعاملات، ثقافتی سیاق و سباق، اور زبان کے استعمال سے علمی ترقی پر اثر انداز ہوتے ہیں، اور جس سے اساتذہ کو مزید مؤثر تدریس اور سیکھنے کے ماحول کو قائم کرنے کے لیے ایک راہ فراہم کی جاسکتی ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- وائی گوٹسکی کے نظریہ پر مبنی بچے کی وقوفی نشوونما کے علمی مضمرات کی وضاحت دو سو الفاظ میں کریں؟

## 10.4 اوسوبیل کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں شراکت: ابتدائی بچپن میں ان نظریات کا اطلاقی عمل

(Ausubel contribution to cognitive development- its application in Early Childhood)

ڈیوڈ اوسوبیل (David Ausubel) ایک امریکی ماہر نفسیات تھے جنہوں نے (1963) میں وقوفی نشوونما کے نظریہ ”معنی خیز اکتساب“ (Ausubel’s meaningful learning) کو پیش کیا جس کو ابتدائی طور پر موجود متعدد تعلیمی مفروضوں یا خیالات کے برعکس خالصتاً تدریسی ہدایتی نظام کے لیے تیار کیا گیا تھا، جو کہ نصاب کے تدوین کے مطابق نفسیات پر مبنی تصورات پر مبنی ہے۔ یہ تعلیمی و تدریسی مواد کو بچہ کی نشوونما کے لیے تیار کرنے کے عمل کا ایک خاکہ پیش کرتا ہے جس سے طلبا کو اپنی تعلیم و تربیت کو اس طرح مرتب کرنے میں مدد فراہم کرتا ہے جس سے بچہ اپنے تریسیلی عمل کا تعلق قائم کر سکیں۔ ڈیوڈ اوسوبیل کے نظریہ ”معنی خیز اکتساب“ (Ausubel’s meaningful learning) کے نظریے کا مقصد اسکول انتظامیہ کو بھی ترتیب وار طریقہ سے ملازمین کے لیے کسی بھی صورت حال سے نمٹنے کے لیے ضروری علم و عمل حاصل کرنا اور اسے برقرار رکھنا شامل ہوتا ہے۔ ڈیوڈ اوسوبیل ایک ماہر نفسیات تھے جنہوں نے تعلیمی نفسیات کے میدان میں خاص طور پر علمی ترقی اور اکتسابی عمل کے میدان میں اہم کردار ادا کیا۔ اس کی بنیادی توجہ با معنی سیکھنے اور سیکھنے کے عمل میں پیشگی علم کے کردار پر تھی۔ Ausubel کی اہم شراکتوں میں شامل ہیں:

- ایڈوانس آرگنائزر (Advance Organizer): اوسوبیل نے ایڈوانس آرگنائزر یا ”منظم تنظیم“ کا تصور متعارف کرایا، جو کہ تعارفی مواد کی منظم تنظیم کا خاکہ پیش کرتا ہے۔ جو مستقبل کے درس میں آنے والے اکتسابی عمل کے مواد کا جائزہ فراہم کرتے ہیں۔ یہ منتظمین سیکھنے والوں یا طلبا کی نئی معلومات کو ان کے موجودہ علم سے جوڑنے میں مدد کرتے ہیں، جس سے با معنی سیکھنے کے عمل کو آسان بنایا جاسکتا ہے۔

- ”معنی خیز اکتساب“ (Ausubel’s meaningful learning): اوسوبیل نے یادداشت یارٹ کر سیکھنے کے برعکس ”معنی خیز اکتساب“ کی اہمیت پر زور دیا۔ اس کا خیال تھا کہ ”معنی خیز اکتساب“ اس وقت مکمل ہوتا ہے جب نئی معلومات کو موجود علمی و تجرباتی علمی وقوفی ساخت کے ساتھ مربوط کیا جاتا ہے یعنی کہ پرانے تجربات و علم کو نئے علمی تجربات سے تعلق قائم کر تدریس فراہم کرنا جسے اوسوبیل نے سیکھنے والے کے ”سب صارفین“ (subsumes) (موجودہ علمی ڈھانچے) ”(existing cognitive structures) کے نام سے موسوم کیا ہے۔

- علم کا انضمام اور ذہن نشین کرنا (Assimilation and Accommodation): اوسوبیل کے خیالات یہاں کے وقوفی نشوونما کے علمی ترقی کے نظریہ سے متاثر تھے۔ اس نے علم کا انضمام اور ذہن نشین کرنے کے عمل کے انضمام (موجودہ علمی ساخت میں نئی معلومات شامل کرنا) اور ذہن نشینی کے عمل (نئی معلومات کو شامل کرنے کے لیے موجودہ علمی عمل ایک مثبت زاویہ میں ڈھالنا یا تبدیل کرنا) پر روشنی ڈالی۔

• تعمیم کرنے کا نظریہ (Subsumption Theory): Ausubel نے وقوفی نشوونما اور علم حاصل کرنے کے لیے ”تعمیم کرنے کا نظریہ“ تجویز کیا، جس میں بتایا گیا کہ سیکھنے میں نئی معلومات کو موجودہ علمی ساخت یا تصورات میں شامل کر علم حاصل کیا جاسکتا ہے۔ اوسوبیل نے دلائل پیش کرتے ہوئے بتایا کہ نئی معلومات کو سیکھنے کے لیے پرانے علم اور تجربات کے ساتھ تعلق قائم کیا جاتا ہے، جس سے نئی معلومات زیادہ با معنی اور آسانی سے بازیافت کی جاسکتی ہے۔

• متعلقہ سابقہ علم (Relevant Prior Knowledge): Ausubel نے نئے مواد کو پڑھانے سے پہلے سیکھنے والوں کے پیشگی میں سابقہ معلومات اور علم کا اندازہ لگانے کی اہمیت پر زور دیا۔ اس کا خیال تھا کہ نئی معلومات کو سابقہ معلومات کو جوڑنے سے نئے مواد کو بہتر طریقہ سے پیش کیا جاسکتا ہے اور بچے اسے جلد ہم آہنگ کر علم حاصل کر سکتے ہیں۔ جس سے یہ علم عام طور مستقل ہوتا ہے اور اسے برقرار رکھنے میں مدد ملتی ہے۔

#### 10.4.1 اوسوبیل کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں شراکت اور ان نظریات کا اطلاقی عمل

##### (Ausubel Contribution to Cognitive Development its Application)

اوسوبیل کے نظریات تعلیم کے لیے بہت اہمیت رکھتے ہیں۔ جس میں اساتذہ طلباء کی سابقہ معلومات کے علم کو سمجھ کر نئی جانکاری فراہم کرتے ہیں جس سے طلباء با مقصد عمل کے ساتھ اپنے پرانے علم اور تجربات کے ساتھ ہم آہنگ ہو کر علم حاصل کرتے ہیں جو دیر پا ہوتا ہے۔ جس میں نئے تصورات کی گہری سمجھ کو فروغ ملتا ہے، درجہ میں تدریسی اشیاء کا استعمال کیا جاتا ہے۔ اکتسابی منتظمین یا اساتذہ، تصوراتی نقشے، اور دیگر جدید تکنیکوں کا استعمال کر سکتے ہیں۔

• اساتذہ کو چاہیے کہ وہ اس بات کو مد نظر رکھیں کہ طلباء کی سابقہ معلومات کو نئی معلومات سے جوڑنے کی کوشش کریں جس سے اکتسابی عمل آسان ہو جائے گا اور طلباء اپنی پرانے علم اور تجربات کو قائم کرتے وقت ایسے مراحل مواد اور خیالات کا استعمال کریں گے جس سے اکتسابی عمل دیر پا ہو جائے گا۔

- طلباء کو اس قابل ہونا چاہیے کہ جو کچھ پڑھایا جا رہا ہے اسے اپنے پرانے علم اور تجربات کے ساتھ بیان کر سکیں۔
- اساتذہ کو پڑھانے کی جدید تکنیکوں اور طریقوں کا استعمال کرنا چاہیے جو طلباء کی دلچسپی پر مبنی ہوں۔
- اساتذہ کے علم و عمل طلباء کے لیے پیش کیے گئے مواد کو واضح اور منظم ہونا چاہیے تاکہ طلباء اس کو باسانی سمجھ سکیں۔
- اساتذہ کو طلباء کی توجہ حاصل کرنے اور تدریس کو دلچسپ بنانے کے لیے حقیقی زندگی کی مثالوں کا استعمال کرنا چاہیے اور معنی خیز سیکھنے کے لیے طلباء میں حوصلہ افزائی کرنی چاہیے جس سے اساتذہ کو طلباء کی نشوونما پر توجہ مرکوز ہو سکے۔

آخر میں یہ بات کرنا ضروری ہے کہ اوسوبیل کا خیال تھا کہ نئے علم کا سیکھنا پہلے سے موجود علم پر منحصر ہے، وہ با معنی تعلیم کے خیال پر یقین رکھتے تھے، یہ آسوبیل کے نظریے کے مطابق با معنی سیکھنے کے لیے طلباء کو اپنے نئے علم کو ان تصورات سے جوڑنا چاہیے جن سے وہ پہلے سے واقف ہیں۔ اس نظریے کا سب سے اہم عنصر نئی حاصل شدہ معلومات کو پرانی معلومات سے جوڑنا ہے۔ مجموعی طور پر، Ausubel کے

کام نے بامعنی سیکھنے کی اہمیت، موجودہ علمی ساخت کے ساتھ نئی معلومات کے انضمام، اور علمی ترقی اور تعلیمی طریقوں کی تشکیل میں پیشگی علم کے عمل پر زور دینا ہے۔ ان کے خیالات نے تدریسی حکمت عملیوں اور نصاب کے ڈیزائن پر دیرپا اثر ڈالا ہے، جس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ اساتذہ مختلف تعلیمی ترتیبات میں سیکھنے کی سہولت تک کیسے پہنچتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: - او سو بیل کا نظریہ کیوں مشہور ہے؟ اس کی وضاحت دو سو الفاظ میں کریں؟

## 10.5 بروزر کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں تعاون: ابتدائی بچپن میں ان نظریات کا اطلاقی عمل

(Bruner's contribution to cognitive development- its application in Early Childhood)

جیروم بروزر، Jerome Bruner ایک امریکی علمی ماہر نفسیات تھے جو کہ (1915) میں پیدا ہوئے اور جنہوں نے وقوفی نشوونما کی ترقی کا ایک نظریہ ”اکتسابی اور وقوفی نشوونما کا نظریہ“ (Jerome Bruner's Theory Of Learning And Cognitive Development) اس خیال پر پیش کیا کہ تعلیم کا ہدف ”دانشورانہ ترقی“ (Intellectual development) ہونا چاہیے۔ اس نظریہ میں، بروزر نے نمائندگی کے تین طریقوں کی نشاندہی کی۔ بروزر (1966) کی اپنی تحقیق میں اس بات سے متفق تھے کہ مختلف سوچ (یا نمائندگی) کے ذریعے علم کی نمائندگی اور تنظیم کیسے کی جاسکتی ہے، بچوں کی علمی نشوونما پر اپنی تحقیق میں، جیروم بروزر نے نمائندگی کے تین طریقے تجویز کیے:۔ پہلا

- پوشیدگی کی طرز (Enactive Mode (0-1 year): بچوں میں کچھ پوشیدہ چیزیں چھپی ہوتی ہیں اور یہ وہ مرحلہ ہے جس میں داخلی نمائندگی کے بغیر اشیاء کی براہ راست جوڑ توڑ، تخلیق یا ہیرا پھیری یا بدلاؤ کرنا ممکن ہو سکتا ہے جس سے بچہ کی وقوفی نشوونما کی جاسکتی ہے۔ ”انفرادی پوشیدگی کی طرز (Enactive Mode) انفرادی پوشیدگی موڈ میں، علم بنیادی طور پر حرکاتی ردعمل کی شکل میں محفوظ کیا جاسکتا ہے۔ یہ طرز زندگی کے پہلے سال کے اندر استعمال کی جاتی ہے جیسے کہ پیاجے کے سینسری موٹر مرحلے کے مطابق تھا۔ یہ سوچ مکمل طور پر جسمانی اعمال پر مبنی ہے، اور شیر خوار بچے اندرونی نمائندگی (یا سوچ) کے بجائے حرکت کرنے سے سیکھتے ہیں۔ اس مرحلہ میں جسمانی کارروائی پر مبنی معلومات کو انکوڈنگ (پڑھ کر سمجھنا) کرنا اور اسے یادداشت میں محفوظ کرنا شامل رہتا ہے۔ یہ نظریہ صرف بچوں تک محدود نہیں ہے۔ بہت سے بالغ افراد جسمانی حرکات و سکنات سے مختلف کام انجام دے سکتے ہیں جیسے (ٹائپنگ، قمیض سلائی کرنا، لان کاٹنے کی مشین چلانا) جنہیں آئیکنک (تصویر) یا علامتی (لفظ) کی شکل میں بیان کرنا مشکل ہوتا ہے انکوڈ کر سمجھا جاسکتا ہے۔ یہ موڈ بعد کی زندگی میں بہت سی جسمانی سرگرمیوں کے ساتھ جاری رہتا ہے، جیسے کہ موٹر سائیکل چلانا سیکھنا وغیرہ۔

• تصویریت کی طرز (Iconic Mode (1-6 years): طفولیت کی عمر میں بچہ معلومات حسی تصویرات (آئیکون) کے طور پر اپنے ذہن میں محفوظ کرتا ہے، عام طور پر وہ جو دیکھتا ہے، محسوس کرتا ہے اسے اپنے ذہن میں کسی تصویر کے ساتھ منسلک کر (بصری تصویریں) ذہن میں پیوست کر لیتا ہے، جیسے دماغ میں مختلف تصاویر اکٹھا ہو جاتی ہیں۔ کچھ ماہرین کا کہنا ہے کہ ہم بچہ کی اس ذہنی طرز کا مطالعہ نہیں کر سکتے۔ اس سے یہ وضاحت ہو سکتی ہے کہ جب ہم کوئی نیا موضوع سیکھ رہے ہوتے ہیں تو زبانی معلومات کے ساتھ ذہن میں موجود خاکوں یا تمثیلوں کا ہونا اکثر ہمارے اکتسابی عمل میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔

• علامتی وضع (Symbolic Mode (7 years onwards): یہ مرحلہ یعنی کہ نوبلوغیت کا وقت و قوفی نشوونما کی ترقی کے عمل میں آخری ترقی کا مرتبہ ہے۔ یہاں بچہ اپنے ذہن میں مختلف علامتوں کو ذہن نشین کر کسی چیز سے مماثلت فراہم کرتا ہے۔ اس مرحلے میں، علمی ترقی کو بنیادی طور پر زبان، ریاضیاتی علامتوں، یادگیر علامتی نظاموں میں محفوظ کیا جاسکتا ہے، یہ وضع تقریباً چھ سے سات سال کی عمر میں حاصل کی جاتی ہے۔ اس علامتی مرحلے میں، علم کو بنیادی طور پر الفاظ، ریاضیاتی علامتوں، یادگیر علامتی نظاموں، جیسے موسیقی کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ بروزر کی درجہ بندی کے مطابق، یہ ان سے مختلف ہیں کہ علامتیں "من مانی" ہیں۔ مثال کے طور پر، لفظ "خوبصورتی" خوبصورتی کے خیال کے لیے ایک صوابدیدی عہدہ ہے کہ یہ لفظ خود کسی دوسرے لفظ سے زیادہ فطری طور پر خوبصورت نہیں ہو سکتا ہے۔ علامتیں بچوں کو اس لیے بھی پسند رہتی ہیں کہ اس میں آسانی سے بدلاؤ، ترتیبی اور تخلیقی عوامل کیے جاسکتے ہیں۔

### 10.5.1 بروزر کے و قوفی نشوونما کی ترقی کا اطلاقی عمل

(Bruner's cognitive development- its application)

تعلیم کا مقصد خود مختار انفرادی سیکھنے کے عمل کو متاثر کرتا ہے جس سے اساتذہ کسی طرز کا سہارا لے کر اس اکتسابی عمل کو پروان چڑھاتے ہیں۔ بروزر (1961) کے لیے، تعلیم کا مقصد علم فراہم کرنا نہیں ہے، بلکہ اس کے بجائے بچے کی سوچ اور مسئلہ حل کرنے کی مہارتوں کو آسان بنانا اور بچہ کی اسزات خود اپنی صلاحیتوں کی بنیاد پر علم حاصل کرنا اور مسائل کو انفرادی طور پر خود حل کرنا شامل ہے جسے بعد میں مختلف حالات میں منتقل کیا جاسکتا ہو۔ خاص طور پر، تعلیم اس طرح ہو کہ وہ بچہ کی و قوفی نشوونما کرتی ہو اور اس کے ذہن میں تخلیقی سوچ پیدا کرتی ہو جس سے وہ اپنے سیکھے ہوئے علم کو علامتی طور پر دوسری جگہ منتقل بھی کیا جاسکتا ہو۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال :- بروزر نے کون سا نظریہ بچہ کی و قوفی نشوونما پیش کیا؟ اور کیوں؟

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درجہ ذیل باتیں سیکھیں:

- علمی ترقی سے مراد دانشورانہ صلاحیتوں کا ایک مجموعہ ہے جسے محققین ایک شیر خوار، طفولیت، نوجوانیت کی عمر کے لیے 'عام' سمجھتے ہیں۔ دوسرے لفظوں میں، یہ مقدار، یا اس بات پر زور دیتی ہے کہ کس عمر کے بچے کو کتنی مقدار میں ذہنی نشوونما حاصل کرنے کی ضرورت ہے۔ جین پیاجے جو کہ نفسیاتی فلسفہ کے اسکول تعمیریت سے تعلق رکھتے تھے نے بچوں کی علمی ترقی کے لیے اپنا نظریہ پیش کیا جو تعلیمی اعتبار سے بچوں کے لیے بہت اہمیت کا حامل ہے۔
- فارمل آپریشنل مرحلہ (11 سال یا اس سے زیادہ عمر): بچے اب بلوغیت کی دہلیز پر ہوتے ہیں اور ذہن کی نشوونما کے اس آخری مرحلے میں، تجربیدی سوچ قائم کرتے ہیں اور منطقی طور پر سوچنے اور اپنے خیالات و دیگر چیزوں کو تصوراتی طور پر منطقی انداز کے ساتھ پیش کرنے کی کوشش کرتے ہیں اس وقت بچے منطقی تخلیقی کام کرنے کی صلاحیت پیدا کرتے ہیں۔
- جین پیاجے کی طرف سے تجویز کردہ و قونی نشوونما علمی ترقی کا نظریہ تعلیم پر گہرے اثرات رکھتا ہے۔ Piaget کا نظریہ بچوں کی علمی نشوونما کے مراحل کو سمجھنے اور اس کے مطابق ان کے سیکھنے کے تجربات کو قائم کرنے اور علمی ترقی کرنے کے لیے تعلیمی طریقوں کو استوار کرنے کی اہمیت پر زور دیتا ہے۔ Piaget کے نظریہ سے اخذ کردہ کچھ تعلیمی مضمرات درج ذیل ہیں:
- تشخیص اور تخمینہ: (Assessment and Evaluation): تشخیص میں طلباء کے ترقیاتی مرحلے اور زاویات پر غور کرنا چاہیے۔ مکمل طور پر معیاری ٹیسٹوں پر انحصار کرنے کے بجائے، اساتذہ مختلف تشخیصی ٹولز استعمال کر سکتے ہیں جو Piaget کے مراحل کے مطابق ہوتے ہیں، جیسے مشاہدہ، پروجیکٹ پر مبنی تشخیص، اور سوال کرنے کی تکنیک وغیرہ۔
- وائی گوٹسکی (1896-1934) ایک روسی ماہر نفسیات اور استاد تھے جنہوں نے بچوں میں و قونی نشوونما نظریہ تیار کیا جس کے مطابق انہوں نے بتایا کہ ہمارے سماجی تعاملات (social interactions) ہماری و قونی اور علمی نشوونما کو کس طرح متاثر کرتے ہیں۔ یہ و قونی نشوونما کا نظریہ Lev Vygotsky کی علمی ترقی کی سماجی و ثقافتی تھیوری کے نام سے جانا جاتا ہے۔
- اوسوبیل (David Ausubel) ایک امریکی ماہر نفسیات تھے جنہوں نے (1963) میں و قونی نشوونما کے نظریہ ”معنی خیز اکتساب“ (Ausubel’s meaningful learning) کو پیش کیا جس کو ابتدائی طور پر موجود متعدد تعلیمی مفروضوں یا خیالات کے برعکس خالصتاً تدریسی ہدایتی نظام کے لیے تیار کیا گیا تھا، جو کہ نصاب کے تدوین کے مطابق نفسیات پر مبنی تصورات پر مبنی ہے۔
- تعلیم کا مقصد خود مختار انفرادی سیکھنے کے عمل کو متاثر کرتا ہے جس سے اساتذہ کسی طرز کا سہارا لے کر اس اکتسابی عمل کو پروان چڑھاتے ہیں۔ برونز (1961) کے لیے، تعلیم کا مقصد علم فراہم کرنا نہیں ہے، بلکہ اس کے بجائے بچے کی سوچ اور مسئلہ حل کرنے کی مہارتوں کو آسان بنانا اور بچے کی اسزات خود اپنی صلاحیتوں کی بنیاد پر علم حاصل کرنا اور مسائل کو انفرادی طور پر خود حل کرنا شامل ہے جسے بعد میں

مختلف حالات میں منتقل کیا جاسکتا ہو۔ خاص طور پر، تعلیم اس طرح ہو کہ وہ بچہ کی وقوفی نشوونما کرتی ہو اور اس کے ذہن میں تخلیقی سوچ پیدا کرتی ہو جس سے وہ اپنے سیکھے ہوئے علم کو علامتی طور پر دوسری جگہ منتقل بھی کیا جاسکتا ہو۔

## 10.7 فرہنگ (Glossary)

حواس خمسہ کا مرحلہ (پیدائش تا 2 سال)	Sensorimotor Stage (Birth to 2 years)
پری آپریشنل مرحلہ (2 سے 7 سال)	Preoperational Stage (2 to 7 years)
کانکریٹ آپریشنل مرحلہ (7 سے 11 سال)	Concrete Operational Stage (7 to 11 years)
ترقی کے لحاظ سے موزوں تعلیم	Developmentally Appropriate ( Education)
زندہ جاوید مثالوں سے تجربات حاصل کرنا	Hands-On Experience and ) (Experiential Learning
مسئلہ حل کرنا اور تنقیدی سوچ قائم کرنا	Problem-Solving and Critical ) (Thinking
سماجی قربت سے وقوفی نشوونما اور علمی ترقی	Zone of Proximal Development-) (ZPD
امدادی فروغ	(Scaffolding)
آسوبیل کا بمعنی اکتساب	(Ausubel's meaningful learning)
ایڈوانس آرگنائزر	(Advance Organizer)
پوشیدگی کی طرز	Enactive Mode
تصویرییت کی طرز	Iconic Mode
علامتی وضع	Symbolic Mode

## 10.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1- بچوں کی وقوفی نشوونما نظریہ کا اہم موضوع کیا ہے؟

- (a) معاشرہ اور ماحول  
(b) جذبات اور طرز عمل  
(c) تخلیقی صلاحیت اور طرز عمل  
(d) سوچ اور طرز عمل

2- بچوں کی وقوفی نشوونما کا نظریہ کس نے دریافت کیا؟

- (a) ماسلو  
(b) ایرکسن  
(c) جین پیا جے  
(d) اسکندر

3- Piaget کے نظریہ کا کون سا مرحلہ پیدائش سے دو سال کی عمر تک رہتا ہے؟

- (a) Sensorimotor  
(b) Pre-operational

- (c) Formal Operational  
(d) Concrete Operational

4- بروز کس یونیورسٹی کے استاد تھے؟

- (a) ہاروارڈ  
(b) علی گڑھ  
(c) فرانس  
(d) امیریکہ

5- بروز نے بچوں کی علمی نشوونما پر اپنی تحقیق کب شروع کی؟

- (a) 1966  
(b) 1976  
(c) 2023  
(d) 1987

6- ابتدائی بچوں میں جسمانی نشوونما۔۔۔۔۔ پہلوؤں پر مشتمل ہے؟

- (a) غذا  
(b) جینیات  
(c) ماحول  
(d) ان میں سے سبھی

7- وقوفی نشوونما کا اہم زاویہ ہے؟

- (a) جسمانی  
(b) سماجی  
(c) جذباتی  
(d) ذہنی

8- اوسوبیل نے کس نشوونما کی بات کی؟

- (a) دماغی نشوونما  
(b) نیند کی پیٹرن  
(c) جسمانی نشوونما  
(d) ان میں سے سبھی

9- بروز کس سن عیسوی میں پیدا ہوئے؟

- (a) 1915  
(b) 1914

(d) کوئی نہیں

(c) 1912

10- ذہنی نشوونما میں سابقہ معلومات کو کس نے اہم مانا؟

(b) بروئر

(a) پیاجے

(d) آسویل

(c) وائی گوٹسکی

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

1. وقوفی نشوونما کیا ہوتی ہے؟
2. وقوفی نشوونما کے مختلف مراحل کی نشاندہی کیجیے؟
3. بروئر کے تعلیمی اطلاق کیوں مشہور ہیں؟
4. وائی گوٹسکی کے بارے میں ایک مختصر نوٹ تحریر کریں؟
5. آسویل نے اپنا نظریہ سابقہ معلومات کی اہمیت پر کیوں پیش کیا؟

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

1. بروئر کے وقوفی نشوونما کی ترقی میں تعاون کس طرح واضح کیا جاسکتا ہے؟
2. وائی گوٹسکی کی وقوفی نشوونما کے نظریات اور ابتدائی بچپن میں ان نظریات کا اطلاقی عمل کس طرح کیا جاسکتا ہے؟
3. جین پیاجے کیوں مشہور ہیں؟ ان کی وقوفی نشوونما کے مراحل کو واضح کیجیے؟
4. آسویل نے وقوفی نشوونما کی ترقی میں شراکت کس طرح کی؟
5. بچوں میں وقوفی نشوونما کیوں ضروری ہے؟ ایک مختصر نوٹ تحریر کریں؟

تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

10.9

1. Bruner, J. S. (1957). Going beyond the information given. New York: Norton.
2. Bruner, J. S. (1960). The Process of education. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
3. Bruner, J. S. (1961). The act of discovery. Harvard Educational Review, 31, 21-32.
4. Wood, D. J., Bruner, J. S., & Ross, G. (1976). The role of tutoring in problem solving. Journal of Child Psychiatry and Psychology, 17(2), 89-100.

5. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
6. Wass, R., & Golding, C. (2014). Sharpening a tool for teaching: the zone of proximal development. *Teaching in Higher Education*, 19(6), 671-684.
7. Ausubel, D. P. (1977). [The facilitation of meaningful verbal learning in the classroom](#). *Educational psychologist*, 12 (2), 162-178.
8. <https://www.simplypsychology.org/expository-method-of-teaching.html>
9. Piaget, J. (1970). *Science of education and the psychology of the child*. Trans. D. Coltman.
10. Schaffer, H. R. (1988). *Child Psychology: the future*. In S. Chess & A. Thomas (eds), *Annual Progress in Child Psychiatry and Child Development*. NY: Brunner/Mazel.
11. Siegler, R. S. & Richards, D. (1979). Development of time, speed and distance concepts. *Developmental Psychology*, 15, 288-298.

# اکائی 11 - لسانی نشوونما

(Language Development)

اکائی کے اجزا

11.0 تمہید (Introduction)

11.1 مقاصد (Objectives)

11.2 لسانی نشوونما کا تصور اور اہمیت

(Concept and Significance of Language Development)

11.2.1 لسانی نشوونما کا تصور (Concept of Language Development)

11.2.2 لسانی نشوونما کی اہمیت (Significance of Language Development)

11.3 لسانی نشوونما کے مراحل (Stages of Language Development)

11.3.1 لسانی نشوونما کے اجزاء (Components of language development)

11.3.2 لسانی نشوونما کے مختلف مراحل

(Different stages of linguistic development)

11.3.3 عمر کے ساتھ ذخیرہ الفاظ میں اضافہ (Vocabulary Increases with Age)

11.4 لسانی نشوونما کو متاثر کرنے والے عوامل

(Factors influencing Language Development)

11.5 لسانی نشوونما کے فروغ میں بالغوں کا کردار

(Adults' role in promoting Language Development)

11.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

11.7 فرہنگ (Glossary)

11.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

11.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

ایک اہم خصوصیت جو انسان کو جانوروں سے ممتاز کرتی ہے اور جس کا نام زبان ہے۔ جو انسان کی لسانی خصوصیت ہے اور جس سے ہم ترسیل کو قائم کرتے ہیں۔ یہ ایک لسانی صلاحیت ہے جو انسانوں کو ممتاز حیثیت فراہم کرتی ہے ترسیلی عمل، زبان اور بات چیت بچوں کی نشوونما کے اہم شعبے ہیں۔ یہ انسان کی پوری زندگی میں ایک اہم کردار ادا کرتے ہیں، یہ سمجھنے میں مدد کرتے ہیں کہ ہمارے ارد گرد کیا ہو رہا ہے، ہماری بنیادی ضروریات اور احساسات کا اظہار کرنے، تبادلہ خیال کرنے، سوچنے اور سیکھنے، تعلقات کو فروغ دینے، مسائل کو حل کرنے، اور مزید بہت کچھ کرنے میں ہماری مدد کرتے ہیں۔ وہ نشوونما کے بہت سے دوسرے پہلوؤں کی بھی حمایت کرتے ہیں، بشمول علمی، سماجی، اور خواندگی کی نشوونما۔ اس لیے ایک معلم کو لسانی نشوونما کے بارے میں معلومات ہونا بہت ضروری ہے۔ اس اکائی میں ہم لسانی نشوونما کے بارے میں مزید بحث کریں گے۔

اس اکائی کو پڑھنے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- لسانی نشوونما کا تصور اور اہمیت بیان کر سکیں۔
- لسانی نشوونما کے مراحل بتا سکیں۔
- لسانی نشوونما کو متاثر کرنے والے عوامل کی فہرست سازی کر سکیں۔
- لسانی نشوونما کے فروغ میں بالغوں کا کردار بتا سکیں۔
- لسانی نشوونما کے فروغ میں معاون حکمت عملیاں جان کر استعمال کر سکیں۔

### (Concept and Significance of Language Development)

#### 11.2.1 لسانی نشوونما کا تصور (Concept of Language Development)

عموماً، آوازوں کے ذریعے بات چیت کے آلات دو حصوں میں تقسیم کیے جاسکتے ہیں۔ عنوانات اور علامات۔ علامات صرف انسانوں کے لیے مخصوص ہوتے ہیں۔ زبان ایک اطلاعی بات چیت کا ذریعہ ہے جو ایک نسل سے دوسری نسل تک معلومات کی ترسیل کی اجازت دیتی ہے۔ یہ آئندہ نسلوں کو حکمتِ عمران پہنچاتی ہے۔ یہ مندرجہ ذیل اہم افعال کو انجام دیتی ہے:

- زبان دوسروں تک خیالات پہنچانے میں مدد کرتی ہے۔
- زبان تصورات کی تشکیل میں مدد کرتی ہے۔

- زبان پچیدگیوں کی تجزیہ میں مدد کرتی ہے۔
- زبان ہمیں ان خیالات پر توجہ مرکوز کرنے میں مدد کرتی ہے جنہیں ذہن میں رکھنا مشکل ہوتا ہے۔ زبان میں مواصلات کی کئی اشکال ہیں جیسے بولی جانے والی زبان، تحریری زبان اور اشارتی زبان۔ اس میں دو اہم عمل شامل ہیں، معلومات بھیجنا اور وصول کرنا جسے ہم ترسیل کہتے ہیں۔ معلومات منتقل کرنے کے لیے، انسان کو بولنے یا دوسری صورت میں الفاظ اور جملے استعمال کرنے کے قابل ہونا چاہیے۔ اس صلاحیت کو لسانی تولید کہا جاتا ہے۔ دوسری جانب، زبان کا سمجھنے کا عمل الفاظ، جملوں اور جملات کے ذریعے منتقل شدہ پیغام کو سمجھنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔

◀ (Lahey) لایہی (2004) "زبان انسانی نسل کی سب سے اہم و توفی نشوونما میں سے ایک ہے"

◀ (Feldman) فیلمڈمین (2005) "لسانی تعریف اس طرح کی گئی ہے کہ یہ منظم اصولوں کے مطابق ترتیب دی گئی علامتوں کے ذریعے معلومات کا ابلاغ ہے۔"

## 11.2.2 لسانی نشوونما کی اہمیت (Significance of Language Development)

زبان ایک اہم ترین مہارت ہے جسے دوسروں کے ساتھ مؤثر طریقے سے بات چیت کرنے کے لیے ہر ایک کو سیکھنے کی ضرورت ہے۔ یہ ہمیں اپنے خیالات کو منظم انداز میں پہنچانے میں مدد کرتا ہے۔ مزید یہ کہ دوسرے لوگ الفاظ کے معنی کو ایک خاص طریقے سے سمجھ سکتے ہیں اور تشریح کر سکتے ہیں۔ لسانی نشوونما صرف مواصلاتی مہارتوں تک محدود نہیں ہے بلکہ علمی، سماجی اور خواندگی کی نشوونما کے لیے ضروری ہے۔ لسانی نشوونما کا عمل آوازوں اور اشاروں سے شروع ہوتا ہے اور پھر الفاظ اور جملوں کی طرف بڑھتا ہے۔ لسانی نشوونما بچوں کی مجموعی نشوونما کا ایک اہم حصہ ہے۔ ان کی بات چیت کی مہارت کو بڑھانے کے علاوہ، یہ ان کی سوچ اور سیکھنے کی مہارت کو بھی بڑھاتا ہے۔ مزید برآں، طالب علموں میں ایک نئی زبان سیکھنے اور معمول کی زبان کے بارے میں اپنی تفہیم کو بڑھانے پر کام کرنے کے ذریعے اپنی مسئلہ حل کرنے کی صلاحیتوں کو فروغ دینے کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔ لسانی اہمیت ذاتی زندگی میں بھی نمایاں ہوتی ہے۔ مواصلات کی اچھی مہارت رکھنے والے کسی بھی شخص کے دوسروں کے ساتھ دیرپا تعلقات استوار کرنے اور اسے برقرار رکھنے کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔ یہ تو ظاہر ہے کہ بچے کی زندگی میں گفتار اور لسانی نشوونما کا اہم کردار ہوتا ہے، لیکن اس کے ساتھ مزید تفصیلی فوائد کی فہرست مندرجہ ذیل ہے :

- زبان سے بچے کو اسکول میں پیش رفت کے لیے ایک بنیاد فراہم ہوتی ہے۔ بچوں کو پڑھنے سے پہلے اپنی گفتار اور زبان کو نشوونما دینے کی ضرورت ہوتی ہے اور زبان وہ ذریعہ ہے جس کے ذریعے معلومات اساتذہ سے طلباء تک منتقل ہوتی ہیں، سیکھی جاتی ہیں اور سمجھی جاتی ہیں۔
- مندرجہ بالا کے نتیجے میں بچوں کی لسانی نشوونما ان کی بعد کی تعلیمی نتائج، خصوصاً پڑھنے کی سمجھ اور ضابطہ کشائی کی پیش گوئی کرتی ہے۔ ابتدائی سالوں میں اچھا ذخیرہ الفاظ بعد میں بہتر تعلیمی کارکردگی کا باعث بنتے ہیں۔
- بچوں کی مجموعی نشوونما کے لیے لسانی نشوونما بہت اہم ہے۔ مثال کے طور پر، زبان علمی نشوونما کی حمایت کرتی ہے۔

- زبان بچوں کو دوستی کرنے میں مدد کرتی ہے۔ زبان کا استعمال انہیں اپنے آس پاس کے لوگوں سے معنی خیز بات چیت کرنے میں مدد فراہم کرتا ہے۔
- زبان بچوں کو اپنی ضروریات کو بہتر طریقے سے اظہار کرنے میں مدد کرتی ہے۔
- بچے اپنے ارد گرد کی دنیا کو مزید سمجھنے کے قابل ہوتے ہیں۔ زبان ہمارے خیالات اور دنیا کو دیکھنے کے طریقے سے جڑی ہوئی ہے۔ جب ہم اپنے ارد گرد جو کچھ ہو رہا ہے اسے الفاظ میں بیان کرنے کے قابل ہو جاتے ہیں، یہ ہمیں اسے سمجھنے میں مدد کرتا ہے۔
- نتیجے کے طور پر، یہ ضروری ہے کہ آپ جو کچھ بھی کر سکتے ہیں وہ کریں تاکہ آپ کی دیکھ بھال میں بچوں اور بچوں کی بات چیت اور لسانی مہارت کو بہتر بنانے میں ان کی مدد کریں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال :- لسانی نشوونما کی وضاحت دو سو الفاظ میں تحریر کریں؟

## 11.3 لسانی نشوونما کے مراحل (Stages of Language Development)

### 11.3.1 لسانی نشوونما کے اجزاء (Components of language development)

لسانی نشوونما میں چار اہم اجزاء شامل ہیں:

- ❖ صوتیات (Phonetics and Phonology): جس میں الفاظ کا تلفظ سیکھنا، اور ساتھ ہی زبان میں آواز کی ترتیب اور قواعد کو سمجھنا۔
- ❖ علم المعانی (Semantics): الفاظ سیکھنا اور یہ سمجھنا کہ تصورات کیسے الفاظ سے منسوب ہوتے ہیں۔ مثال کے طور پر، کیا 'والد' کا مطلب کوئی آدمی ہے؟ یا کوئی داڑھی والا آدمی؟ یا صرف ایک خاص آدمی؟
- ❖ علم نحو اور شکلیات (Syntax and Morphology): جملے میں الفاظ کو ترتیب دینے کے اصول و قواعد اور کس طرح وقت، آواز یا نمبر جیسی چیزوں کو تبدیل کیا جائے۔ مثال کے طور پر، 'بھیڑا کی جمع بھیڑیں' ہوتی ہے؟
- ❖ علم مصطلحات (Pragmatics): زبان کا استعمال کرتے وقت سماجی اصول و قواعد سیکھنا، آپ جس سے بات کر رہے ہیں اس کے لیے اپنی زبان کو ترتیب دینا، اور موضوع پر قائم رہنا۔ اس میں غیر زبانی مواصلات سیکھنا بھی شامل ہے۔ بشمول چہرے کے تاثرات، اشاروں، اور آواز کا لہجہ۔ اور یہ ہمارے کہے ہوئے الفاظ کے ساتھ کیسے تعامل کرتا ہے۔

### 11.3.2 لسانی نشوونما کے مختلف مراحل (Different stages of linguistic development)

آوازیں، الفاظ اور جملے لسانی نشوونما کے مختلف مراحل ہیں۔ بچے کی پہلی پکار یا آواز اس کی پیدائش کا رونا ہے۔ رونا، بڑبڑانا اور اشارے سب ابتدائی مرحلہ 'مواصلات کی اہم اشکال' ہیں۔ ایک ماں اپنے بچے سے پیدائش کے لمحے سے ہی بات چیت کرنا شروع کرتی ہے۔ جب وہ اسے کھلاتی۔ پلاتی ہے تو وہ بچے سے بات کرتی ہے۔ جب وہ اس کے کپڑے بدلتی ہے تو وہ اس سے بات کرتی ہے۔ جب وہ اسے غسل دیتی ہے تو وہ اس سے بات کرتی ہے۔ اس سے بچے میں آواز بنانے کے رویے کو تقویت ملتی ہے۔ پورے خاندان کے لیے شیر خوار بچے کی آوازیں سننا اور سنانا خوشگوار ہوتا ہے۔ یہ بچے کے لیے ایک انتہائی موثر تجربہ ثابت ہوتا ہے۔

Crow and Crow (1962) نے لسانی ترقی کے سلسلہ وار مراحل کی نشاندہی اس طرح کی:

- کمزور اشارے اور آوازیں۔ Feeble gestures and sounds
- بڑبڑانا Babbling
- سادہ بول چال کا استعمال Use of simple spoken vocabulary
- ایک لفظی جملے One-word sentences
- جملوں میں الفاظ کا مجموعہ Combination of words into sentences
- پڑھنے میں مہارت کی ترقی Development of skill in reading
- مواصلات کے آلات کا استعمال Handling the tools of communication

Gassel and Thompson (1934) نے لسانی نشوونما کے بارے میں کہا کہ جب بچے 12 سے 16 ہفتے کے ہوتے ہیں تو کو کو آوازیں نکالتے ہیں۔ وہ 5 سے 6 ماہ کی عمر میں کچھ سروں اور حرفوں کو یکجا کرنے اور یکے بعد دیگرے دہرانے کے قابل ہوتے ہیں۔ ایک سال کے ہونے پر وہ ایک یا ایک سے زائد الفاظ بول سکتے ہیں۔ A W Lynip (1951) نے ایک شیر خوار بچے کی آواز کے نمونے اس کے پیدائشی رونا سے لے کر 56 ہفتوں تک ریکارڈ کیے تھے۔ ایک صوتی سپیکٹرو گراف (sound spectrograph) کے ساتھ، اس نے ان ریکارڈوں کا تجزیہ کیا اور نوٹ کیا کہ شیر خوار بچے نے ایک سال کی عمر تک بالغ سروں یا حرفوں کے مقابلے میں ایک بھی حرف یا حرفی آواز پیدا نہیں کی۔

### 11.3.3 عمر کے ساتھ ذخیرہ الفاظ میں اضافہ (Vocabulary Increases with Age)

مطالعات سے پتہ چلتا ہے کہ بچے کی پہلی بول چال کی شروعات تقریباً 10 مہینے یا ایک سال کی عمر میں ہوتی ہے۔ بات چیت میں تاخیر ہو سکتی ہے جب ترغیب کم ہو۔ فہم اور تقریر کا انحصار متعدد عوامل پر ہوتا ہے، خاص طور پر سماجی و اقتصادی پس منظر اور والدین کی تعلیم۔ نچلے طبقے کے گھروں میں والدین اور بچوں کے درمیان زبانی تعامل کم ہوتا ہے۔ تعلیم یافتہ درمیانہ طبقے کے والدین اپنے بچوں کو کتابیں پڑھ کر یا ان کے ساتھ واقعات پر تبادلہ خیال کر کے لسانی طور پر تحریک دیتے ہیں۔ ایک سال کی عمر تک، بچہ تقریباً تین الفاظ جانتا ہے، دو سال کی عمر تک

اس کو تقریباً 300 الفاظ کا علم ہوتا ہے، تین سال کی عمر تک اس کو تقریباً 1,000 الفاظ کا علم ہوتا ہے، اور پانچ سال کی عمر تک اس کو تقریباً 2,000 الفاظ کا علم ہوتا ہے۔ اسمتھ (1926) کی طرف سے کئے گئے ایک مطالعہ نے بچوں کی عمر اور ذخیرہ الفاظ کے تعلق سے مندرجہ ذیل انکشاف کیا:

Years	Months	No. of words acquired
0	8	0
0	10	1
1	0	3
1	3	19
1	6	22
1	9	118
2	0	272
2	6	446
3	0	896
3	6	1222
4	0	1540
4	6	1870
5	0	2072
5	6	2289
6	0	2562

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- لسانی نشوونما کے مختلف مراحل کی وضاحت دو سو الفاظ میں تحریر کریں؟

---



---

(Factors influencing Language Development)

بچے میں لسانی نشوونما پر اثر انداز ہونے والے عوامل جو اہمیت رکھتے ہیں درج ذیل ہیں:

• عام جسمانی حالت اور صحت: عام جسمانی حالت اور جسمانی حرکت کی نشوونما لسانی نشوونما کو متاثر کرتی ہے۔ شدید اور طویل بیماری اور خراب صحت خاص طور پر زندگی کے پہلے دو سالوں میں بلاشبہ گفتگو کی نشوونما کو روکتی ہے۔ مسلسل بیماری اور کمزور صحت کی وجہ سے اس میں خود اعتمادی کا بھی فقدان ہوتا ہے جس کی وجہ سے اس کی خود ساختہ اظہار کی بے ساختہ خواہش رک سکتی ہے۔ چونکہ بچہ زیادہ تر وقت بیمار محسوس کرتا ہے اس میں دوسروں کے ساتھ بات کرنے اور بات چیت کرنے کا کوئی جوش نہیں ہوتا ہے۔ قدرے بہرے بچے اور وہ بچے جن کو سماعت میں مشکل ہوتی ہے ان کی تقریر کی نشوونما مست ہو سکتی ہے۔

• ذہانت اور وقوفی نشوونما: زبان اور وقوفی نشوونما آپس میں اتنا زیادہ تعلق ہے کہ کہا جاتا ہے کہ 'بچے کی تقریر اس کی ذہانت (IQ) کا بہترین اشارہ ہے'۔ I.Q میں فرق کی وجہ سے الفاظ کے معنی جاننے اور لسانی علامتوں سے فائدہ اٹھانے کی صلاحیت متاثر ہوتی ہے۔ ذہانت سے بھرپور چھوٹے بچے عموماً جلدی بات کرتے ہیں۔ وہ اپنی ضروریات اور خواہشات کو درست اور آسان جملوں میں بیان کر سکتے ہیں۔ تحقیق اور تجربے سے پتہ چلا ہے کہ اعلیٰ ذہانت والے بچے الفاظ کی لغت، زبانی نشوونما اور جملے کی تعمیر میں بہتر ہوتے ہیں۔ وہ جملے کی ساخت، بولے جانے والے جملوں کی لمبائی اور الفاظ کے درست اطلاق میں بھی اہلیت کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ Cruickshank Johnson (1958) کے مطالعے سے پتہ چلتا ہے کہ جتنا کم I.Q ہوتا ہے، زبان بھی اتنی کمزور ہوتی ہے۔

• تربیت، اکتساب اور پختگی: بچے کی لسانی نشوونما کا انحصار اکتساب اور پختگی پر ہوتا ہے۔ درحقیقت، ان عوامل کا تعامل بچے کی لسانی نشوونما کا تعین کرنے میں اہم ہے۔ عمر بڑھنے کے ساتھ بچے کی غنائی کو اڑ پختہ ہوتی ہے اور اس کے سیکھنے میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔ ان دو عوامل کے باہمی تعامل سے زبان ترقی کرتی ہے۔ لسانی نشوونما میں پختگی کے کردار کا ایک اور ثبوت یہ ہے کہ ثقافت، نسل، مذہب اور جغرافیائی اختلافات سے قطع نظر زبان کی نشوونما کے کچھ مراحل ایک مقررہ ترتیب رکھتے ہیں اور وہ انفرادی اختلافات کے باوجود مخصوص عمر میں اندر واقع ہوتے ہیں۔ اگر بچے کو مناسب وسائل، تقویت اور بات کرنے کی ترغیب نہ دی جائے، اگر کوئی اس کے ساتھ بات چیت نہ کرے اور اسے تنہا رہنے کے لیے چھوڑ دیا جائے، تو مناسب تربیت نہ ہونے کی وجہ سے اس کی لسانی نشوونما متاثر ہوتی ہے۔ لہذا لسانی نشوونما کے لیے پختگی، تربیت اور اکتساب ضروری ہیں۔ اگر ان میں سے کسی ایک کی بھی کمی ہو تو لسانی نشوونما کو سنگین نقصان پہنچتا ہے۔

• ماحول: تحقیق کے ذریعے یہ ثابت کیا گیا ہے کہ موزوں اور محرک ماحول بچوں کی جلدی بول چال کی نشوونما میں اضافہ کرتی ہیں، جبکہ غیر موزوں ماحول اس کو روکتا ہے۔ غیر موزوں ماحول میں زبان اور شعوری نشوونما میں تاخیر بھی ہوتی ہے۔ بڑوں کے ساتھ بات کرنے کے زیادہ مواقع لسانی نشوونما کا دائرہ کار بڑھاتے ہیں۔

• نشوونما: زندگی کے شروعاتی دور میں لسانی نشوونما میں جنس کا اثر نہیں دیکھا جاتا، یعنی لڑکوں اور لڑکیوں کی لسانی نشوونما یکساں ہوتی ہے۔ لیکن دوسرے سال سے لڑکیوں کی لڑکوں کے مقابلے بہتر تقریری نشوونما ہوتی ہے۔ لڑکیاں لڑکوں کے مقابلے بولنے میں زیادہ مہارت رکھتی ہیں اور روانی سے بات کرتی ہیں۔ یہ فرق عمر کے گزرنے اور سماجی و اقتصادی حیثیت میں فرق کے ساتھ مزید واضح ہو جاتا ہے۔ لڑکے قواعد کی زیادہ غلطیاں کرتے ہیں اور ان کا تلفظ بھی لڑکیوں کے مقابلے میں کم درست ہوتا ہے۔ لڑکوں اور لڑکیوں کی لسانی نشوونما میں یہ فرق پائیدار ہے۔

• خاندان کے افراد کے ساتھ تعلقات: بچے کا اپنے خاندان کے افراد کے ساتھ تعلق اس کی زبان کی نشوونما پر دائمی اور مستقل اثر ڈالتے ہیں۔ خاندان میں بچے اداروں سے زیادہ قریبی ذاتی رابطے میں آتے ہیں۔ خاندان کے افراد کا جمہوری اور لچکدار رویہ بچوں کو زیادہ بولنے کی ترغیب دیتا ہے۔

• خاندان کے افراد کی تعداد: خاندان کے افراد کی تعداد کا لسانی ترقی پر خاصا اثر پڑا ہے۔ ماہرین نفسیات کا دعویٰ ہے کہ جب کسی خاندان میں افراد کی تعداد زیادہ ہوتی ہے تو بچوں کو ایک دوسرے سے بات کرنے کا موقع ملتا ہے، جو ان کی لسانی نشوونما کو مدد فراہم کرتا ہے۔

• دوزبانی: تحقیق سے پتہ چلتا ہے کہ جو بچے دوزبان جانتے ہیں وہ ایک زبانی بچوں کے مقابلے میں زیادہ الفاظ استعمال کرتے ہیں۔ کیونکہ وہ دو مختلف زبانوں کو سیکھ رہے ہیں جس کی بنا پر ان کی لسانی بنیادی عملی مہارتوں میں بہتری پیدا ہوتی ہے۔ دوزبانوں کو اچھی طرح سے بولنے والے بچوں کو عام طور پر نئے الفاظ سیکھنے اور الفاظ کو زمرے میں رکھنے میں آسانی ہوتی ہے۔ لسانی نشوونما کے علاوہ، دوزبانی ہونے کی وجہ سے سننے، تدراک، اور مسئلہ حل کرنے کی مہارتیں بھی بہتر ہوتی ہیں۔ لسانی نشوونما کے ابتدائی مراحل میں چھوٹے بچوں کے لیے دوزبانیت الفاظ کے بچے کو آسان کرنے میں مدد فراہم کرتی ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- لسانی نشوونما کے مختلف عناصر کی وضاحت کریں؟

11.5 لسانی نشوونما کے فروغ میں بڑوں کا کردار

(Adults' role in promoting Language Development)

بچوں کی لسانی نشوونما کو فروغ دینے میں بڑوں کا کردار بہت اہم ہے۔ ان میں سے کچھ اہم کام یا بیاں درج ذیل ہیں:

• اچھی مثال بننا: بچے عام طور پر تاثرات ظاہر کرنا بڑوں کو دیکھ کر سیکھتے ہیں۔ اس لیے بڑوں کو اچھے اور صحیح طریقے سے بات کرنا بچوں کی لسانی نشوونما کے لیے بہترین مثال فراہم کرتا ہے۔

- کتابیں، اخبار، کہانیاں وغیرہ پڑھانا: چھوٹے بچوں کو کتابیں، اخبار، کہانیاں وغیرہ پڑھانا بھی لسانی نشوونما کے لیے اہم ہے۔ کتابوں کی مدد سے وہ نئے الفاظ سیکھتے ہیں اور سوچنے کی صلاحیت کو فروغ ملتا ہے۔
- سننے کی ترغیب دینا: بچوں کو بات کرتے وقت سننے کی ترغیب دینا بہت اہم ہے۔ ان کی باتوں کو سننے کا اہتمام بڑوں کی جانب سے بچوں کی لسانی نشوونما کے لیے بہترین حمایت فراہم کرتا ہے۔
- صحیح معلومات فراہم کرنا: بچوں کو صحیح اور معتبر معلومات فراہم کرنا ان کی لسانی نشوونما کے لیے بہترین طریقہ ہے۔ ان کے سوالوں کا جواب دینے اور نئی معلومات سے وہ سیکھتے ہیں۔
- گفتگو کرنا: بچوں کے ساتھ بات کرنا بہترین طریقہ ہے تاکہ وہ زبان کا استعمال سیکھ سکیں۔ یہ ان کی لسانی نشوونما کے لیے بہترین طریقہ ہے کیونکہ وہ نئی باتوں کو سیکھتے ہیں اور خود کو اظہار کرنے کی مہارتیں بڑھاتے ہیں۔
- ذخیرہ الفاظ میں اضافہ کرنا: بچوں کو نئے الفاظ اور جملے سیکھنے کا موقع دینا بہت اہم ہے۔ زیادہ الفاظ سیکھنے سے بچوں کی لسانی نشوونما ہوتی ہے اور ان کی تخلیقیت کو فروغ ملتا ہے۔
- تعلیمی کھیلوں میں حصہ لینا: بچوں کے تعلیمی کھیلوں میں حصہ لینے سے ان کی لسانی نشوونما بہتر ہوتی ہے۔ یہ کھیل ان کی تصویریت کو بھی فروغ دیتے ہیں اور نئی باتیں سیکھنے کا موقع فراہم کرتے ہیں۔
- بچوں کی لسانی نشوونما کو فروغ دینے میں بڑوں کا اہتمام اور مدد بہت اہم ہوتی ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- لسانی نشوونما کے فروغ میں بڑوں کے کردار کی وضاحت کریں؟

## 11.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درج ذیل باتیں سیکھیں:

- زبان ایک اطلاعاتی بات چیت کا ذریعہ ہے جو ایک نسل سے دوسری نسل تک معلومات کی ترسیل کی اجازت دیتی ہے۔ یہ آئندہ نسلوں کو حکمتِ عمران پہنچاتی ہے۔
- زبان ہمیں ان خیالات پر توجہ مرکوز کرنے میں مدد کرتی ہے جنہیں ذہن میں رکھنا مشکل ہوتا ہے۔ زبان میں مواصلات کی کئی اشکال ہیں جیسے بولی جانے والی زبان، تحریری زبان اور اشارتی زبان۔
- لسانی نشوونما بچوں کی مجموعی نشوونما کا ایک اہم حصہ ہے۔ ان کی بات چیت کی مہارت کو بڑھانے کے علاوہ، یہ ان کی سوچ اور سیکھنے کی مہارت کو بھی بڑھاتا ہے۔

- بچوں کی مجموعی نشوونما کے لیے لسانی نشوونما بہت اہم ہے۔ مثال کے طور پر، زبان علمی نشوونما کی حمایت کرتی ہے۔
- صوتیات (Phonetics and Phonology): جس میں الفاظ کا تلفظ سیکھنا، اور ساتھ ہی زبان میں آواز کی ترتیب اور قواعد کو سمجھنا۔
- زندگی کے شروعاتی دور میں لسانی نشوونما میں جنس کا اثر نہیں دیکھا جاتا، یعنی لڑکوں اور لڑکیوں کی لسانی نشوونما یکساں ہوتی ہے۔
- بچے عام طور پر تاثرات ظاہر کرنا بڑوں کو دیکھ کر سیکھتے ہیں۔ اس لیے بڑوں کو اچھے اور صحیح طریقے سے بات کرنا بچوں کی لسانی نشوونما کے لیے بہترین مثال فراہم کرتا ہے۔

## 11.7 فرہنگ (Glossary)

آوازوں کی ترتیبی رشتوں کو ظاہر کرنے والے علامات یا حروف۔	(Symbols)
آوازوں کی ترتیبی رشتوں کو ظاہر کرنے والے عنوانات یا نشانات۔	علامات: (Signs)
آوازوں اور الفاظ کا استعمال کر کے معلومات کی ترسیل کا ذریعہ۔	زبان: (Language)
صوتیات: (Phonetics and Phonology) الفاظ کا تلفظ سیکھنا، اور زبان میں آواز کی ترتیب اور قواعد کو سمجھنے کا مطالعہ۔	
الفاظ سیکھنا اور ان کا معنی سمجھنا، تصورات کیسے الفاظ سے منسوب ہوتے ہیں کا مطالعہ۔	علم المعانی: (Semantics)
جملوں میں الفاظ کو ترتیب دینے کے اصول و قواعد اور الفاظ کی شکلوں کا مطالعہ۔	علم نحو اور شکلیات (Syntax and Morphology):
بان کا استعمال کرتے وقت سماجی اصول و قواعد کو سمجھنا اور مواصلات کے آلات کو استعمال کرنا۔	علم مصطلحات: (Pragmatics)
وہ عمل ہے جس میں بچے زبان کو حاصل کرتے ہیں اور اسے استعمال کرنا سیکھتے ہیں، جیسے لغت، گرامر، اور بات چیت کی مہارتیں۔	لسانی نشوونما
وہ صلاحیت ہے جو جسمانی حرکتوں کو کنٹرول کرنے اور منطبق کرنے کی میں مدد فراہم کرتی ہے، جو بچوں کی لسانی نشوونما کو متاثر کر سکتی ہے۔	موٹر مہارتیں
ایک شخص کی عقلی صلاحیتوں کا پیمانہ ہے، جو ان کی لسانی مہارتوں پر اثر انداز ہو سکتا ہے۔	ذہانت (آئی کیو IQ)
بچوں کو سیکھانے کے لیے مثال دینے کا عمل، جس میں ان کے سامنے کوئی مثال دی جاتی ہے تاکہ وہ اسے سمجھ سکیں۔	مثال بنانا:

کتابیں، اخبار، کہانیاں	تعلیمی کتابیں، اخبار، اور کہانیاں جن کا مقصد معلومات فراہم کرنا اور لسانی تربیت میں مدد فراہم کرنا ہوتا ہے۔
گفتگو کرنا	دو یا دو سے زیادہ افراد میں بات چیت کرنے کا عمل، جس میں الفاظ کا استعمال کیا جاتا ہے تاکہ ان کے درمیان تبادلہ ہو سکے۔
ذخیرہ الفاظ	نئے الفاظ کو یاد رکھنے کا عمل، جو بعد میں استعمال کے لیے دستیاب رہیں۔

## 11.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

- 1) لسانی نشوونما کی اہمیت کیا ہے؟
  - (a) مواصلات کے لیے
  - (b) علمی نشوونما کے لیے
  - (c) دوستیاں بنانے کے لیے
  - (d) تمام مندرجہ بالا
- 2) لسانی نشوونما کا عمل کس سے شروع ہوتا ہے؟
  - (a) الفاظ اور جملات
  - (b) آوازوں اور اشارات
  - (c) تشکیل اور تعلیم
  - (d) بولنا اور سمجھنا
- 3) لسانی نشوونما کی کتنی اہم اجزاء ہیں؟
  - (a) دو
  - (b) تین
  - (c) چار
  - (d) پانچ
- 4) بچوں کی پہلی پکار یا آواز کب شروع ہوتی ہے؟
  - (a) پیدائش کے بعد
  - (b) ایک سال کی عمر میں
  - (c) دو سال کی عمر میں
  - (d) تین سال کی عمر میں
- 5) بچوں کی لسانی نشوونما پر کس عامل کا سب سے زیادہ اثر ہوتا ہے؟
  - (a) ذہانت
  - (b) خاندان کی تعداد
  - (c) ماحولی عوامل
  - (d) جنس
- 6) موٹر مہارتوں کا لسانی نشوونما میں کیا اہم کردار ہوتا ہے؟
  - (a) الفاظ کی وسعت کرنا
  - (b) تحریری مہارتوں کی تربیت دینا
  - (c) بات کرنے اور بات چیت کی صلاحیت کو متاثر کرنا
  - (d) پڑھائی کی فہم کو بہتر بنانا

7) بچوں کی لسانی نشوونما کے فروغ میں بڑوں کا کردار کیا ہے؟

(a) زبانی تربیت دینا (c) مثالی مثالیں دینا

(b) خاندانی معاشرت میں شامل ہونا (d) تمام مندرجہ بالا

8) کتابیں، اخبار، اور کہانیاں بچوں کی لسانی نشوونما کے لیے کس طرح مدد فراہم کرتے ہیں؟

(a) نئے الفاظ سکھانے میں (c) معلومات فراہم کرنے میں

(b) تصویریت کو بڑھانے میں (d) تمام مندرجہ بالا

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

1. لسانی نشوونما کی معنوی اہمیت کیا ہے؟
2. زبان کے تین مختلف اشکال کیا ہیں اور ان کی کیا اہمیت ہے؟
3. لسانی نشوونما کے کتنے اجزاء ہیں اور ان کی کیا اہمیت ہے؟
4. بچوں کی زبانی ترقی کی مختلف مراحل کی تفصیل کیجئے۔
5. خاندانی دنیا اور گھریلو معاشرت کے کن رشتوں کا بچے کی لسانی نشوونما پر کیسے اثرات ڈالتے ہیں؟ مثالیں فراہم کریں۔

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

1. لسانی تولید اور لسانی سمجھ کے عمل کو تفصیل سے بیان کریں اور ان کی اہمیت کو توضیح دیں۔
2. لسانی نشوونما کے بارے میں مختلف ماہرین کی رائے بیان کیجئے۔
3. ذہانت (IQ) اور بچے کی لسانی نشوونما کے درمیان کیسے تعلق ہوتا ہے؟ زیادہ آئی کیو کس طرح لسانی مہارتوں پر مثبت اثر ڈالتا ہے؟
4. بچوں کی لسانی نشوونما کو فروغ دینے میں بڑوں کا کردار کیسے ترتیب دیتا ہے؟
5. اپنی جواب میں بڑوں کے مختلف کامیاب اہمیت پر تبادلہ کریں اور ان کو کس طرح اجزاء میں لایا جاسکتا ہے۔

11.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

1. Elliot, A.J. (1981) Child Language, Cambridge University Press.
2. McGregor, W. (2009) Linguistics: An introduction. London: Continuum International Publishing Group.
3. NCERT (2008) Understanding of Reading. NCERT, New Delhi
4. Trask, R.L. (1995) Language: the Basics. London: Routledge

## 5. Digital Suggested Resources

6. <https://study.com/learn/lesson/early-childhood-language-development-overview-milestones-importance.html>
7. <https://www.child-encyclopedia.com/language-development-and-literacy/according-experts/language-development-early-age-learning>
8. <https://www.structural-learning.com/post/language-development>
9. <https://study.com/academy/lesson/language-skills-in-children-development-definition-types.html>
10. [https://www.youtube.com/watch?v=b\\_k5J9fBCZU&pp=ygUnbGFuZ3VhZ2UgZGV2ZWxvcG1lbnQgaW4gZWYybHkgY2hpbGRob29k](https://www.youtube.com/watch?v=b_k5J9fBCZU&pp=ygUnbGFuZ3VhZ2UgZGV2ZWxvcG1lbnQgaW4gZWYybHkgY2hpbGRob29k)
11. <https://www.youtube.com/watch?v=N2tG-gZyLR0&pp=ygUnbGFuZ3VhZ2UgZGV2ZWxvcG1lbnQgaW4gZWYybHkgY2hpbGRob29k>
12. <https://www.youtube.com/watch?v=C3s3-EUCXHo&pp=ygUnbGFuZ3VhZ2UgZGV2ZWxvcG1lbnQgaW4gZWYybHkgY2hpbGRob29k>
13. <https://www.youtube.com/watch?v=2rGuO2bu3qo&pp=ygUnbGFuZ3VhZ2UgZGV2ZWxvcG1lbnQgaW4gZWYybHkgY2hpbGRob29k>

# اکائی 12- لسانی نشوونما کے نظریات

(Theories of Language Development)

اکائی کے اجزاء

- 12.0 تمہید (Introduction)
- 12.1 مقاصد (Objectives)
- 12.2 نظریہ طرز عمل برائے لسانی نشوونما (Behavioral Theory of Language Development)
- 12.3 نظریہ موروثی برائے لسانی نشوونما (Nativistic Theory of Language Development)
- 12.4 لسانی نشوونما کا معنیاتی-و قونی نظریہ (Semantic-Cognitive Theory)
- 12.5 بچوں کا لسانی ترقی کا سماجی عملی نظریہ (Social Pragmatic Theory)
- 12.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)
- 12.7 فرہنگ (Glossary)
- 12.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)
- 12.9 تجویز کردہ اکتسابی وسائل کی فہرست (Suggested Learning Resources List)

---

12.0 تمہید (Introduction)

---

بچوں میں لسانی نشوونما ایک دلچسپ اور پیچیدہ عمل ہے۔ اس میں مواصلات کے لیے الفاظ اور قواعد کا استعمال شامل ہے۔ بچوں میں زبان سیکھنے کی قابل ذکر صلاحیت ہوتی ہے، جو اپنے پہلے سال سے شروع ہوتی ہے اور تقریباً پانچ سال کی عمر تک تیزی سے ترقی کرتی ہے۔ وہ آسانی سے قواعد حاصل کرتے ہیں اور جدید جملے بناتے ہیں۔ تاہم، زبان کا حصول عمر کے ساتھ زیادہ مشکل ہوتا جاتا ہے۔ اس اکائی میں، ہم لسانی نشوونما کے مختلف نظریات کے موضوع کو تلاش کریں گے۔ اس اکائی کو تدریسی طریقہ میں تشکیل دیا گیا ہے، جس کا آغاز موضوع کے تعارف سے ہوتا ہے، اس کے بعد مقاصد کا خاکہ ہوتا ہے۔ مواد کو سادہ اور منظم انداز میں پیش کیا گیا ہے، جس میں طلباء کی سمجھ کا اندازہ لگانے کے لیے "اپنی پیش رفت کو جانچیں" کے سوالات شامل ہیں۔ ایک خلاصہ، کلیدی اصطلاحات، اور سوالات اور مشقوں کا ایک سیٹ اکائی کے آخر میں فراہم کیا گیا ہے تاکہ سیکھنے کی مؤثر سہولت فراہم کی جاسکے۔

اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- لسانی ترقی کے اہم نظریات کے بارے میں جان سکیں۔
- ہر نظریہ کے اہم نظریات اور اصولوں کو سمجھ سکیں۔
- ہر نظریہ کی خوبیوں اور کمزوریوں کو پہچان سکیں
- ان نظریات کو بچپن کی ابتدائی دیکھ بھال اور تعلیم میں کیسے لاگو کیا جاسکتا ہے سمجھیں۔

## 12.2 نظریہ طرز عمل برائے لسانی نشوونما

### (Behavioral Theory of Language Development)

لسانی نشوونما کا طرز عمل کا نظریہ ایک نفسیاتی نقطہ نظر ہے جو زبان کے حصول کی تشکیل میں ماحولیاتی محرکات اور تقویت کے کردار پر زور دیتا ہے۔ طرز عمل، ایک وسیع نظریاتی فریم ورک کے طور پر، 20 ویں صدی کے اوائل میں شروع ہوا اور ذہنی عمل کے بجائے قابل مشاہدہ طرز عمل پر توجہ مرکوز کی۔ یہ نظریہ بتاتا ہے کہ زبان کنڈیشننگ اور کمک کے ذریعے سیکھی جاتی ہے، اور یہ زبان کے حصول میں فطری عوامل کے اثر کو کم کرتی ہے۔

#### • طرز عمل کا جائزہ:

طرز عمل نفسیات میں ایک مکتبہ فکر ہے جس نے جان بی واٹسن اور بی ایف اسکنر جیسے معروف ماہر نفسیات کے کام سے منظر عام پر اہمیت حاصل کی۔ یہ طرز عمل (Behavioral) کا مطالعہ کرنے کے لیے سائنسی نقطہ نظر کی وکالت کرتا ہے اور انسانی اکتساب اور ترقی کو سمجھنے میں قابل مشاہدہ محرکات اور رد عمل کی اہمیت پر زور دیتا ہے۔

#### • کلیدی تصورات اور اصول:

لسانی ترقی کا طرز عمل کا نظریہ درج ذیل کلیدی تصورات اور اصولوں پر مبنی ہے:

- شرائط بندی Conditioning:** طرز عمل کے ماہرین تجویز کرتے ہیں کہ زبان کا حصول شرائط بندی کے عمل کا نتیجہ ہے، خاص طور پر اس رد عمل کے ساتھ محرکات کی وابستگی کے ذریعے دل کیا جاتا ہے، ان ماہرین کا ماننا ہے کہ بچے مخصوص الفاظ یا آوازوں (محرکات) اور متعلقہ اعمال یا رد عمل کے درمیان تعلق قائم کر کے زبان سیکھتے ہیں۔ مثال کے طور پر، جب کوئی بچہ لفظ "گیند" سنتا ہے اور گیند کو دیکھتا ہے، تو وہ بار بار نمائش اور کمک کے ذریعے اس لفظ کو شے کے ساتھ جوڑنا سیکھتا ہے۔ وقت گزرنے کے ساتھ، یہ وابستگی مضبوط ہو جاتی ہے، اور بچہ اس چیز کا حوالہ دینے کے لیے لفظ "گیند" استعمال کرنا سیکھتا ہے۔

ii. **Reinforcement**: کمک میں کمک ایک مرکزی اصول ہے، اور یہ زبان کے حصول میں ایک اہم کردار ادا کرتا ہے۔ طرز عمل کے ماہرین کا کہنا ہے کہ مثبت تقویت، جیسے تعریف، انعامات، یا منظوری، زبان کے رویے کو مضبوط کرتی ہے اور بچوں کو بعض الفاظ یا فقرے استعمال کرتے رہنے کی ترغیب دیتی ہے۔ مثال کے طور پر، جب کوئی بچہ "ماما" کہتا ہے اور اسے اپنے نگہداشت کرنے والے کی طرف سے مثبت جواب ملتا ہے، تو امکان ہے کہ وہ اس لفظ کو دہرائیں گے، اس کے استعمال کو تقویت پہنچائیں گے۔ دوسری طرف، رویے کے ماہرین تجویز کرتے ہیں کہ منفی کمک، جیسے کہ تنقید یا اصلاح، زبان کے ناپسندیدہ رویوں کی حوصلہ شکنی کر سکتی ہے اور بچوں کو زبان کو زیادہ درست طریقے سے استعمال کرنا سیکھنے میں مدد کر سکتی ہے۔

iii. **Imitation**: طرز عمل کے ماہرین کے مطابق تقلید لسانی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ وہ تجویز کرتے ہیں کہ بچے دوسروں کی تقریر اور طرز عمل کی تقلید کرتے ہوئے زبان سیکھتے ہیں، خاص طور پر ان کی دیکھ بھال کرنے والوں اور ان کے آس پاس والوں کی۔ زبان کے ماڈلز کے بار بار نمائش کے ذریعے، بچے ان آوازوں، الفاظ اور قواعد کی ساخت کو دوبارہ بنانا سیکھتے ہیں جو وہ سنتے ہیں۔ مثال کے طور پر، ایک بچہ فون کا جواب دیتے وقت اپنے والدین کی "ہیلو" کہنے کی نقل کر سکتا ہے، اور کمک اور مشق کے ساتھ، وہ اسی طرح کے حالات میں لفظ کو مناسب طریقے سے استعمال کرنا سیکھ سکتے ہیں۔ طرز عمل کے ماہرین تجویز کرتے ہیں کہ زبان کے درست استعمال کی تقلید اور تقویت کے ذریعے، بچے آہستہ آہستہ اپنی لسانی مہارت کو فروغ دیتے ہیں۔ یہاں، یہ نوٹ کرنا ضروری ہے کہ اگرچہ طرز عمل لسانی نشوونما کے کچھ پہلوؤں کے بارے میں بصیرت فراہم کرتا ہے، لیکن اس کی حدود ہیں۔ ناقدین کا کہنا ہے کہ طرز عمل کے نظریات زبان کے حصول میں بچوں کے فعال کردار اور اس میں شامل پیچیدہ علمی عمل کو نظر انداز کرتے ہیں۔ دیگر نظریات، جیسے کہ قومیت اور علمی نقطہ نظر، متبادل نقطہ نظر پیش کرتے ہیں جو لسانی نشوونما میں لسانی فطری صلاحیتوں اور علمی میکانزم کے کردار پر زور دیتے ہیں۔ بہر حال، طرز عمل کے اصولوں جیسے شرائط بندی، کمک، اور تقلید نے لسانی تعلیم اور مداخلت کی حکمت عملیوں کو متاثر کیا ہے، خاص طور پر اطلاق شدہ تربیات میں جہاں طرز عمل کی تکنیکوں کا استعمال لسانی خرابی والے افراد میں زبان کے طرز عمل کو تشکیل دینے اور ان کو تقویت دینے کے لیے کیا جاتا ہے۔

#### ● **تنقید اور حدود:**

لسانی نشوونما کے طرز عمل کے نظریہ کو کئی تنقیدوں اور حدود کا سامنا بھی کرنا پڑا ہے:

**ناکمل وضاحت:** طرز عمل لسانی نشوونما کا ایک محدود اکاؤنٹ پیش کرتا ہے، کیونکہ یہ مکمل طور پر قابل مشاہدہ طرز عمل پر مرکوز ہے اور زبان کے حصول میں شامل علمی عمل کو نظر انداز کرتا ہے۔

**تخلیقی صلاحیتوں کے لیے وضاحت کی کمی:** طرز عمل اس بات کی وضاحت کرنے میں ناکام رہتا ہے کہ بچے کس طرح نئے اور تخلیقی زبان کے تاثرات پیدا کرتے ہیں، کیونکہ یہ بنیادی طور پر تکرار اور تقویت پر زور دیتا ہے۔

**پیدائشی عوامل کو نظر انداز کرتا ہے:** ناقدین کا استدلال ہے کہ طرز عمل لسانی فطری صلاحیتوں اور رجحانات کو نظر انداز کرتا ہے جو بچوں کے پاس ہوتے ہیں، بشمول واضح ہدایات کے قواعد کے اصولوں کو عام کرنے کی صلاحیت۔

## • اطلاق اور مضمرات:

اپنی حدود کے باوجود، طرز عمل کے اصولوں نے لسانی نشوونما میں تعلیمی طریقوں اور مداخلتوں کو متاثر کیا ہے۔ طرز عمل میں تبدیلی کے پروگراموں، اسپیشل تھراپی، اور لسانی خرابی کے لیے مداخلتوں میں طرز عمل کا طریقہ استعمال کیا گیا ہے۔ مثال کے طور پر، طرز عمل کے اصولوں پر مبنی کمک کی حکمت عملیوں اور تشکیل کی تکنیکوں کا استعمال مواصلات کی دشواریوں سے دوچار افراد کو مخصوص لسانی مہارتیں سکھانے میں مؤثر ثابت ہو سکتا ہے۔ لسانی نشوونما کا طرز عمل کا نظریہ، جس کی جڑیں طرز عمل کے وسیع فریم ورک میں ہے، زبان کے حصول میں شرائط بندی، کمک، اور تقلید کے کردار پر زور دیتی ہے۔ اگرچہ اس نظریہ نے زبان سیکھنے کے بارے میں ہماری سمجھ میں اہم کردار ادا کیا ہے، لیکن اس کے محدود دائرہ کار اور لسانی نشوونما میں شامل فطری عوامل اور علمی عمل کا محاسبہ کرنے میں ناکامی کی وجہ سے اس پر تنقید کی گئی ہے۔ اپنی حدود کے باوجود، طرز عمل کے اصولوں کا زبانی مداخلت کے پروگراموں میں عملی اطلاق ہوتا رہتا ہے۔ تاہم، لسانی ترقی کی ایک جامع تفہیم کے لیے متعدد نظریاتی تناظر پر غور کرنے کی ضرورت ہے۔

### اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- ایک استاد کے طور پر، آپ اپنے طلباء میں لسانی نشوونما کو آسان بنانے کے لیے شرائط بندی، کمک، اور تقلید کی حکمت عملیوں کو کس طرح استعمال کریں گے؟

## 12.3 نظریہ موروثی برائے لسانی نشوونما

### (Nativistic Theory of Language Development)

لسانی ترقی کا موروثی نظریہ یہ ثابت کرتا ہے کہ انسان زبان کو حاصل کرنے کی فطری صلاحیت کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ زبان کا حصول اندرونی حیاتیاتی طریقہ کار سے چلتا ہے، اور بچے آسانی سے زبان سیکھنے کے لیے تیار ہوتے ہیں۔ یہ نظریہ طرز عمل کے برعکس ہے اور لسانی نشوونما میں فطرت، جینیات اور عالمگیر لسانی اصولوں کے کردار پر زور دیتا ہے۔ Nativism لسانیات اور علمی نفسیات کے اندر ایک نظریاتی نقطہ نظر ہے جو اس بات پر زور دیتا ہے کہ زبان کا حصول بنیادی طور پر بیرونی اثرات کے بجائے فطری حیاتیاتی عوامل کا نتیجہ ہے۔ یہ تجویز کرتا ہے کہ انسانوں کے پاس ایک موروثی نظریہ کا لسانی شعبہ ہے جو انہیں آسانی سے زبان حاصل کرنے کے قابل بناتی ہے۔

## 12.3.1 موروثی نظریہ کے کلیدی تصورات اور اصول

### (Key Concepts and Principles of Nativistic Theory)

لسانی ترقی کا موروثی نظریہ درج ذیل کلیدی تصورات اور اصولوں پر مبنی ہے:

- عالمگیر قواعد زبان Universal Grammar: کا موروثی نظریہ کے مطابق، تمام زبانیں کچھ بنیادی اصولوں اور ڈھانچے کا اشتراک کرتی ہیں، جنہیں عالمگیر قواعد زبان Universal grammar کہا جاتا ہے۔ یونیورسل گرامر اس فطری لسانی علم کی نمائندگی کرتا ہے جو بچوں کو کسی بھی زبان کو حاصل کرنے کی اجازت دیتا ہے جس سے وہ ناواقف ہوتے ہیں۔ یونیورسل گرامر (UG) ماہر لسانیات نوم چومسکی کی طرف سے تجویز کردہ موروثی نظریہ کا ایک نظریہ ہے جو انسانوں میں فطری لسانی علم کے وجود کی تجویز کرتا ہے، جو انہیں زبان کو حاصل کرنے اور تخلیق کرنے کے قابل بناتا ہے۔ UG کے مطابق، تمام انسانی زبانیں ایک مشترکہ بنیادی ڈھانچہ، یا اصولوں کے سیٹ کا اشتراک کرتی ہیں، جو انسانی ذہن میں سرایت کرتی ہے۔ زبان کا یہ فطری علم زبان کے حصول کے لیے بنیاد فراہم کرتا ہے اور بچوں کو وہ زبان سیکھنے کی اجازت دیتا ہے جس سے وہ بے ناواقف ہوں۔

• یونیورسل گرامر کے کلیدی پہلو:

- i. پیدائشی زبان کے حصول کا طریقہ کار (Innate Language Acquisition Mechanism): یونیورسل گرامر کا مرکزی خیال یہ ہے کہ انسان ایک مخصوص علمی صلاحیتی طریقہ کار کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں جو زبان کے حصول کے لیے وقف ہے۔ زبان کے حصول کا یہ فطری طریقہ کار، جسے اکثر لینگویٹج ایکوزیشن ڈیوائس (LAD) کہا جاتا ہے، بچوں کو ان کی ابتدائی نشوونما کے مراحل کے دوران آسانی اور تیزی سے زبان حاصل کرنے کی صلاحیت فراہم کرتا ہے۔
- ii. لسانی عالمگیر (Linguistic Universal): یونیورسل گرامر اس بات کو تسلیم کرتا ہے کہ تمام انسانی زبانیں کچھ عالمگیر خصوصیات اور اصولوں کا اشتراک کرتی ہیں۔ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ لسانی عالمگیر انسانی ذہن میں موروثی نظریہ ہیں اور UG کا بنیادی حصہ ہیں۔ یہ زبانوں کے خصوصیات اور قواعد کی بنیادی ڈھانچے کو ظاہر کرتی ہیں جو خاص زبانوں سے آزاد ہوتے ہیں۔
- iii. متعین مقدار اور تغیر (Parameters and Variability): اگرچہ زبان میں آفاقی اصول موجود ہیں، یونیورسل گرامر ان پیرامیٹرز کے وجود کو بھی تسلیم کرتا ہے جو مختلف زبانوں میں تبدیلی کی اجازت دیتے ہیں۔ پیرامیٹرز وہ ترتیبات ہیں جو کسی خاص زبان میں مخصوص قواعد کی خصوصیات اور ساخت کا تعین کرتی ہیں۔ بچے یہ پیرامیٹرز سیکھنے حاصل کرتا ہے اس کی بنیاد پر اسے جو لسانی ان پٹ ملتا ہے، اس سے وہ اپنی زبان کو اپنے ماحول کے مخصوص قواعد کے ساتھ ہم آہنگ کر سکتا ہے۔
- iv. محرک کی کمی (Poverty of Stimulus): یونیورسل گرامر کی طرف سے پیش کردہ کلیدی دلائل میں سے ایک "محرک کی غربت" دلیل ہے۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ بچوں کے لیے دستیاب لسانی ان پٹ ان کے لیے صرف تقلید یا عمومی علمی صلاحیتوں کے ذریعے زبان حاصل کرنے کے لیے ناکافی ہے۔ دلیل یہ ہے کہ بچے پیچیدہ گرامیکل ڈھانچے اور قواعد حاصل کرنے کے قابل ہوتے ہیں جو

ان کے لسانی ان پٹ میں واضح طور پر سکھائے جانے والے یا پیش کیے جانے والے اصولوں سے باہر ہوتے ہیں۔ یہ فطری علم یا UG کے وجود کی تجویز کرتا ہے۔

v. زبان کے حصول کا حامی نظام (Language Acquisition Support System (LASS): یونیورسل گرامر تجویز کرتا ہے کہ زبان کے حصول کے عمل کو زبان کے حصول کا حامی نظام LASS سے تعاون حاصل ہے۔ LASS سے مراد بیرونی عوامل ہیں، جیسے کہ سماجی تعامل، لسانی نمائش، اور نگہداشت کرنے والوں کی طرف سے ان پٹ، جو بچوں کو زبان کے پیدائشی حصول کے طریقہ کار کو فعال اور تیار کرنے میں مدد کرتے ہیں۔ LASS بچوں کو مناسب پیرامیٹر کی قدریں متعین کرنے اور ان کی لسانی مہارت کو بہتر بنانے کے لیے ضروری لسانی ان پٹ فراہم کرتا ہے۔

### 12.3.2 زبان کے حصول کا آلہ ((Language Acquisition Device (LAD))

زبان کے حصول کا آلہ (LAD) ایک نظریاتی تعمیر ہے جسے ماہر لسانیات نوم چومسکی نے اپنے یونیورسل گرامر کے نظریہ کے حصے کے طور پر تجویز کیا ہے۔ LAD ایک فرضی علمی طریقہ کار ہے جس کے بارے میں خیال کیا جاتا ہے کہ یہ انسانوں میں پیدائشی ہے اور خاص طور پر زبان کے حصول کے لیے وقف ہے۔ یہ چومسکی کے نظریہ کا بنیادی جزو ہے، جو بتاتا ہے کہ بچے لسانی فطری صلاحیت کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں اور زبان کو تیزی اور آسانی سے حاصل کرنے کے لیے ضروری آلات رکھتے ہیں۔

• زبان کے حصول کا آلہ (LAD) کے اہم نکات:

i. پیدائشی لسانی صلاحیت: چومسکی کے مطابق، LAD ایک پیدائشی علمی طریقہ کار ہے جو ہر انسان میں موجود ہوتا ہے۔ یہ دماغ کے اندر ایک مخصوص ماڈیولی انظام ہے جو بچوں کو ابتدائی نشوونما کے دوران محدود لسانی ان پٹ دستیاب ہونے کے باوجود زبان سیکھنے کے قابل بناتا ہے۔

ii. یونیورسل گرامر (Universal Grammar): LAD کا یونیورسل گرامر UG کے تصور سے گہرا تعلق ہے۔ یونیورسل گرامر سے مراد تمام زبانوں کے مشترکہ اصولوں اور ڈھانچے کا بنیادی مجموعہ ہے۔ یہ زبان کا فطری علم یا یلبیو پرنٹ ہے جو LAD کا حصہ ہے۔ UG بنیادی اصول اور ڈھانچے فراہم کرتا ہے جو زبان کے حصول کی رہنمائی کرتا ہے۔

iii. زبان کے حصول کا طریقہ کار: LAD کو زبان کے لحاظ سے مخصوص ماڈیول سمجھا جاتا ہے۔ اس میں وہ اصول اور پیرامیٹرز ہیں جو بچوں کو کسی بھی لسانی قواعد حاصل کرنے کی اجازت دیتے ہیں جس سے وہ ناواقف ہوتے ہیں۔ LAD بچوں کو اس قابل بناتا ہے کہ وہ جو لسانی ان پٹ حاصل کرتے ہیں اس کا تجزیہ کریں اور زبان کے بنیادی اصولوں اور ڈھانچے کو نکالیں۔

iv. لسانی ان پٹ سے متحرک (Triggered by Linguistic Input): اگرچہ LAD پیدائشی ہے، اسے فعال کرنے کے لیے لسانی ان پٹ کی نمائش کی ضرورت ہے۔ بچے کے ماحول سے لسانی ان پٹ، جیسے کہ دیکھ بھال کرنے والوں اور آس پاس کی کمیونٹی کی

تقریر اور بات چیت، LAD کے لیے محرک کا کام کرتی ہے۔ لسانی نمائش کے ذریعے، LAD کو متحرک کیا جاتا ہے اور بچوں کو اپنی مادری لسانی مخصوص قواعد اور الفاظ کو حاصل کرنے کے قابل بناتا ہے۔

v. ترقی کے محدود راستے Limited Window of Development: خیال کیا جاتا ہے کہ ابتدائی بچپن کے نازک دور میں LAD سب سے زیادہ فعال ہوتا ہے۔ یہ استدلال کیا جاتا ہے کہ زبان کے حصول کے لیے ایک بہترین مدت ہے، اور اگر اس نازک دور میں بچوں کو کافی لسانی معلومات نہیں ملتی ہیں، تو ان کی زبان کے حصول کی صلاحیتوں سے سمجھوتہ کیا جاسکتا ہے۔ یہاں، یہ نوٹ کرنا ضروری ہے کہ LAD ایک نظریاتی تعمیر ہے، اور اس کی صحیح نوعیت اور طریقہ کار اب بھی لسانیات کے میدان میں بحث کا موضوع ہیں۔ تاہم، LAD کے تصور نے زبان کے حصول کے بارے میں ہماری سمجھ کو نمایاں طور پر متاثر کیا ہے، جس میں فطری صلاحیتوں کے کردار پر زور دیا گیا ہے اور لسانی نشوونما میں شامل علمی عمل کو تلاش کرنے کے لیے ایک فریم ورک فراہم کیا گیا ہے۔

### 12.3.3 فطری لسانی صلاحیتیں (Innate Language Abilities)

Nativism سے پتہ چلتا ہے کہ بچے فطری لسانی صلاحیتوں کے مالک ہوتے ہیں، جیسے کہ بولنے کی آوازوں میں فرق کرنے کی صلاحیت، قواعد کے اصولوں کی شناخت، اور تیز رفتاری سے الفاظ کا حصول۔ لسانی فطری صلاحیتوں سے مراد وہ فطری صلاحیت ہے جو زبان کے حصول اور ترقی کے لیے انسان کے پاس ہے۔ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ صلاحیتیں پیدائش کے وقت موجود ہوتی ہیں یا بچپن میں ہی ابھرتی ہیں، اور یہ پوری زندگی میں زبان کے حصول اور مہارت میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔ لسانی فطری صلاحیتوں کا تصور بتاتا ہے کہ انسان حیاتیاتی طور پر زبان کو حاصل کرنے اور استعمال کرنے کے لیے تیار ہیں، اور یہ رجحان لسانی نشوونما کی بنیاد فراہم کرتا ہے۔

• لسانی پیدائشی صلاحیتوں کے اہم نکات:

i. حیاتیاتی بنیاد: لسانی پیدائشی صلاحیتوں کی جڑیں انسانی دماغ کے حیاتیاتی بناوٹ میں ہیں۔ دماغ میں مخصوص ڈھانچا ہوتا ہے جو لسانی پروسیسنگ کی حمایت کرتا ہے، جیسے بروکا کا علاقہ Broca's area اور ورنک کا علاقہ Wernicke's area۔ یہ علاقے بالترتیب لسانی تخلیق اور فہم میں شامل ہیں۔ دماغ کی تنظیم اور زبان کے مخصوص علاقے لسانی صلاحیتوں کے لیے حیاتیاتی بنیاد تجویز کرتے ہیں۔

ii. نازک دور Critical Period: خیال کیا جاتا ہے کہ ابتدائی بچپن کے نازک دور میں فطری لسانی صلاحیتیں سب سے زیادہ واضح ہوتی ہیں۔ نازک دور سے مراد ایک مخصوص ترقیاتی ونڈو ہے جس کے دوران زبان کا حصول بہترین ہوتا ہے۔ یہ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ دور مادری لسانی مہارت کی ترقی کے لیے اہم ہوتا ہے۔ اس نازک دور کے بعد، زبان کا حصول زیادہ مشکل اور کم لچکدار ہو جاتا ہے۔

iii. زبان کے ان پٹ کے لیے حساسیت Sensitivity to Language Input: لسانی فطری صلاحیتیں افراد کو ان کی موصول ہونے والے لسانی ان پٹ کے لیے حساس بناتی ہیں۔ شیر خوار بچوں میں تمام زبانوں کی آوازوں کو سمجھنے اور ان میں فرق کرنے کی قابل ذکر صلاحیت ہوتی ہے، لیکن وقت گزرنے کے ساتھ، وہ اپنی مادری لسانی مخصوص آوازوں اور نمونوں سے ہم آہنگ ہو جاتے ہیں۔ یہ

حساسیت بچوں کو اپنے لسانی ماحول کے ساتھ نمائش اور تعامل کے ذریعے اپنی زبان کے صوتیاتی، لغوی اور قواعد کے پہلوؤں کو حاصل کرنے کی اجازت دیتی ہے۔

آخر میں، ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ لسانی فطری صلاحیتیں زبان کے حصول اور ترقی کے لیے انسان کی پیدا نشی صلاحیت کا حوالہ دیتی ہیں۔ یہ صلاحیتیں حیاتیاتی طور پر جڑی ہوئی ہیں اور زبان سیکھنے کی بنیاد فراہم کرتی ہیں۔ لسانی فطری صلاحیتوں کے تصور کو نظریات جیسے عالمگیر قواعد universal grammar اور زبان کے حصول کے آلے (LAD) کی موجودگی کی حمایت حاصل ہے۔ ان فطری صلاحیتوں کو سمجھنے سے ہمیں بچوں کی زبان کے حصول کی قابل ذکر مہارتوں اور لسانی بہترین نشوونما کے لیے زبان سے ابتدائی نمائش کی اہمیت کو سمجھنے میں مدد ملتی ہے۔

#### 12.3.4 لیٹگو بیج ایکوزیشن سپورٹ سسٹم (LASS)

لیٹگو بیج ایکوزیشن سپورٹ سسٹم (LASS) ایک تصور ہے جو جیروم برونر نے نوام چومسکی کے یونیورسل گرامر کے نظریہ کی تکمیل کے طور پر تجویز کیا تھا۔ LASS زبان کے حصول اور ترقی میں معاونت میں سماجی اور ثقافتی ماحول کے کردار پر توجہ مرکوز کرتا ہے۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ زبان سیکھنے کا انحصار صرف فطری صلاحیتوں پر نہیں ہے بلکہ یہ بیرونی عوامل اور دوسروں کے ساتھ تعاملات پر بھی انحصار کرتا ہے۔

• لیٹگو بیج ایکوزیشن سپورٹ سسٹم (LASS) کے بارے میں اہم نکات:

i. سماجی اور ثقافتی سیاق و سباق: LASS زبان کے حصول میں سماجی اور ثقافتی عوامل کے اثر و رسوخ پر زور دیتا ہے۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ بچے دیکھ بھال کرنے والوں، ساتھیوں اور وسیع تر سماجی ماحول کے ساتھ اپنی مواصلات کے ذریعے زبان حاصل کرتے ہیں۔ زبان سیکھنے کو ایک باہمی عمل کے طور پر دیکھا جاتا ہے جہاں بچے فعال طور پر رابطے میں مشغول ہوتے ہیں اور زیادہ تجربہ کار زبان استعمال کرنے والوں سے مدد اور رہنمائی حاصل کرتے ہیں۔

ii. زبان کا ان پٹ: LASS لسانی نشوونما میں سہولت فراہم کرنے میں بھرپور اور با معنی زبان کے ان پٹ کی اہمیت کو تسلیم کرتا ہے۔ بچوں کو ان پٹ کی مختلف شکلوں کے ذریعے زبان کا سامنا کرنا پڑتا ہے، بشمول بولی جانے والی زبان، تحریری متن، اور دیگر مواصلاتی اشارے۔ زبان کے ان پٹ کا معیار اور مقدار بچوں کی لسانی مہارتوں اور صلاحیتوں کی تشکیل میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔

iii. سہارے/حمایت/Scaffolding: سہاروں کا تصور، جو LASS کا مرکز ہے، زبان سیکھنے کے دوران دیکھ بھال کرنے والوں یا زیادہ جاننے والے دوسرے افراد کی جانب سے فراہم کردہ امداد کو بیان کرتا ہے۔ دیکھ بھال کرنے والے اپنی زبان کے استعمال کو موافق بناتے ہیں اور بچوں کو لسانی نئی مہارتیں سمجھنے اور حاصل کرنے میں مدد کرنے کے لیے لسانی اشارے، علامتی اور وضاحتیں فراہم کرتے ہیں۔ یہ سہارہ وقت کے ساتھ آہستہ آہستہ کم ہوتا جاتا ہے کیونکہ بچے زبان میں زیادہ ماہر ہوتے جاتے ہیں۔

iv. قربت کی ترقی کا علاقہ LASS: Zone of Proximal Development میں قربت کی ترقی کا علاقہ (ZPD) کے خیال کو شامل کیا گیا ہے، جو اصل میں Lev Vygotsky نے تجویز کیا تھا۔ ZPD اس فرق کی طرف اشارہ کرتا ہے کہ ایک سیکھنے والا آزادانہ طور پر کیا کر سکتا ہے اور وہ رہنمائی اور مدد سے کیا حاصل کر سکتا ہے۔ LASS تجویز کرتا ہے کہ لسانی تعلیم سیکھنے والے کے ZPD کے اندر سب سے زیادہ موثر طریقے سے ہوتی ہے، جہاں وہ ایسی سرگرمیوں میں مشغول ہو سکتے ہیں جو مشکل ہیں لیکن پھر بھی مدد کے ساتھ حاصل کی جاسکتی ہیں۔

v. ثقافتی سیاق و سباق LASS: Cultural Context تسلیم کرتا ہے کہ زبان کا حصول ثقافتی اصولوں، اقدار اور طریقوں سے متاثر ہوتا ہے۔ مختلف ثقافتوں میں مختلف مواصلاتی انداز، الفاظ اور گرامیٹیکل ڈھانچے ہو سکتے ہیں۔ بچے نہ صرف بات چیت کے لیے زبان سیکھتے ہیں بلکہ اپنی برادری کی سماجی اور ثقافتی توقعات کے مطابق بھی ہوتے ہیں۔

vi. متعامل اور با معنی تجربات LASS: Interactive and Meaningful Experiences زبان سیکھنے میں متعامل اور با معنی تجربات کی اہمیت پر زور دیتا ہے۔ زبان کے حصول کو ایک غیر فعال عمل کے طور پر نہیں دیکھا جاتا ہے بلکہ ماحول کے ساتھ ایک فعال مشغولیت کے طور پر دیکھا جاتا ہے۔ با معنی مواصلات کے ذریعے، بچے زبان اور اپنے ارد گرد کی دنیا کے درمیان رابطہ قائم کرتے ہیں، جس سے ان کی لسانی نشوونما میں اضافہ ہوتا ہے۔

لینگویج ایکویزیشن سپورٹ سسٹم LASS تجویز کرتا ہے کہ زبان کا حصول اور ترقی سماجی اور ثقافتی ماحول سے متاثر ہوتی ہے۔ یہ دیکھ بھال کرنے والوں کے کردار، زبان کے ان پٹ کے معیار، سہاروں، قربت کی ترقی کے علاقہ، اور لسانی تعلیم میں معاونت میں با معنی تعامل کو تسلیم کرتا ہے۔ LASS بیرونی عوامل کی اہمیت اور لسانی نشوونما کے عمل میں سیکھنے والوں کی فعال مصروفیت کو اجاگر کر کے لسانی فطری صلاحیتوں کے تصور کی تکمیل کرتا ہے۔ LASS کو سمجھنا سائنز اور نگہداشت کرنے والوں کو زبان سے بھرپور ماحول بنانے اور بچوں کے زبان کے حصول کو بڑھانے کے لیے مناسب مدد فراہم کرنے میں مدد کرتا ہے۔

#### تنقید اور حدود

- لسانی ترقی کا موروثی نظریہ کو کچھ تنقیدوں اور حدود کا سامنا کرنا پڑا ہے جس میں:
- تجرباتی ثبوت کی کمی: ناقدین کا استدلال ہے کہ قومی نظریہ کے ذریعہ تجویز کردہ مخصوص میکانزم، جیسے یونیورسل گرامر اور LAD، تجرباتی ثبوتوں کی کمی ہے اور سائنسی طور پر جانچنا مشکل ہے۔
- سماجی اور ماحولیاتی عوامل کو نظر انداز کرنا: قومیت بنیادی طور پر فطری عوامل پر مرکوز ہے اور لسانی نشوونما میں سماجی اور ماحولیاتی عوامل کے اثر کو کم کرتی ہے۔
- زبان کے تغیرات کی محدود وضاحت: Nativism دنیا بھر میں مختلف زبانوں اور بولیوں میں دیکھے جانے والے تغیرات کے لیے مناسب طور پر ذمہ دار نہیں ہے۔

## اطلاق اور مضمرات

موروثی نظریہ لسانی عوارض، دوسری زبان کے حصول اور تعلیم کو متاثر کرتی ہے۔ لسانی نشوونما کے دوران، بچوں کو ایک بھرپور لسانی ماحول کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ زبان سے محروم بچوں کے لیے ابتدائی مداخلت اور مدد کی اہمیت پر زور دیتا ہے۔ اس نظریہ کے مطابق معلمین زبان سے بھرپور ماحول تشکیل دے کر بچوں کو مواصلات کرنے اور ماڈلنگ کر کے قدرتی زبان سیکھنے میں بھی مدد کر سکتے ہیں۔ لسانی نشوونما کا موروثی نظریہ بچوں کی فطری لسانی صلاحیتوں اور زبان کے حصول میں یونیورسل گرامر اور LAD کے کردار پر زور دیتا ہے۔ اگرچہ اسے تنقید اور حدود کا سامنا کرنا پڑا، اس نظریہ نے لسانی نشوونما کے بارے میں ہماری سمجھ کو نمایاں طور پر متاثر کیا ہے اور اس کے تعلیمی مداخلتوں اور بچوں کی لسانی مہارتوں کی حمایت کے لیے اہم مضمرات ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال :- لسانی ترقی کے موروثی نظریہ کے مطابق، یونیورسل گرامر زبان کے حصول میں کیا کردار ادا کرتا ہے؟

## 12.4 لسانی نشوونما کا معنیاتی-و قوفی نظریہ (Semantic-Cognitive Theory)

### 12.4.1 معنیاتی-و قوفی نظریہ کا جائزہ (A Review of Semantic-Cognitive Theory)

لسانی نشوونما کا معنیاتی-و قوفی نظریہ و قوفی اور معنوی نظریات کے عناصر کو یکجا کرتا ہے یہ بتانے کے لیے کہ بچے لسانی مہارت کیسے حاصل کرتے ہیں۔ یہ نظریہ لسانی نشوونما میں علمی و قوفی / عمل اور الفاظ اور تصورات کے معنی دونوں کے کردار پر زور دیتا ہے۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ زبان کا حصول صرف تقلید یا کمک (Imitation and Reinforcement) پر مبنی نہیں ہے، بلکہ بچے کی الفاظ کے معنی اور ان کے تعلقات کو سمجھنے اور ترتیب دینے کی صلاحیت پر بھی ہے۔ Jean Piaget نے زبان کا معنوی علمی / و قوفی نظریہ پیش کیا۔ Piaget کے علمی / و قوفی ترقی کے مفروضے نے زبان سیکھنے میں بچوں کی علمی صلاحیت پر زور دیا ہے۔ ان کا خیال تھا کہ بچوں کو فعال طور پر زبان سیکھنی چاہیے۔ لیووائی گوٹسکی کا لسانی ترقی کا سماجی ثقافتی نظریہ بھی اس ضمن میں اہم تھا۔ وائی گوٹسکی کا خیال تھا کہ زبان کو بات چیت، استدلال اور مسائل کے حل کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ سماجی کاری اور زبان کا استعمال بچوں کی لسانی ترقی میں مدد کرتا ہے۔

### 12.4.2 لسانی نشوونما کا معنیاتی-و قوفی نظریہ کے کلیدی تصورات اور اصول

(Key Concepts and Principles of the Semantic-Physical Theory of Linguistic Development)

لسانی نشوونما کا معنوی و قوفی نظریہ کئی کلیدی تصورات اور اصولوں کو شامل کرتا ہے:

i. معنوی جال (Semantic Network): اس نظریہ کے مطابق، بچے الفاظ اور تصورات کو سیمینٹک نیٹ ورکس یا ذہنی نقشوں میں ترتیب دیتے ہیں۔ وہ الفاظ کو ان کے معنی اور رشتوں کی بنیاد پر جوڑتے ہیں، علم کا ایک ویب جیسا ڈھانچہ بناتے ہیں اور زبان سیکھتے ہیں۔

ii. معنی خیز سیاق و سباق (Meaningful Context): لسانی نشوونما میں اس وقت سہولت ہوتی ہے جب بچے معنی خیز سیاق و سباق میں الفاظ اور تصورات کا سامنا کرتے ہیں۔ حقیقی دنیا کے تجربات اور متعلقہ سیاق و سباق کا استعمال بچوں کو الفاظ کو زیادہ مؤثر طریقے سے سمجھنے اور یاد رکھنے میں مدد کرتا ہے۔

iii. زبان اور فکر (Language and Thought): معنوی۔ و قونی نظریہ تجویز کرتا ہے کہ زبان اور فکر ایک دوسرے سے جڑے ہوئے ہیں۔ جیسے جیسے بچے لسانی مہارت حاصل کرتے ہیں، وہ علمی اور و قونی صلاحیتیں بھی حاصل کرتے ہیں جیسے زمرہ بندی، مسئلہ حل کرنا، اور تجریدی سوچ وغیرہ۔

iv. قربت کی ترقی کا علاقہ (Zone of Proximal Development): وائی گونسکی کے ذریعہ متعارف کرایا گیا یہ تصور، اس فرق کی طرف اشارہ کرتا ہے کہ بچہ آزادانہ طور پر کیا کچھ حاصل کر سکتا ہے اور وہ رہنمائی اور مدد سے کیا حاصل کر سکتا ہے۔ قربت کی ترقی کے علاقے میں، بچے زیادہ علم رکھنے والے افراد، جیسے اساتذہ یا ہم عمر افراد کی مدد سے لسانی زیادہ جدید سرگرمیوں میں مشغول ہو سکتے ہیں۔

#### ● معلوماتی عملی نمونہ (Information Processing Model)

لسانی نشوونما کا معنوی علمی / و قونی نظریہ انفارمیشن پروسیسنگ ماڈل کے ساتھ ہم آہنگ ہے، جو اس بات کی وضاحت کرتا ہے کہ افراد کس طرح معلومات کو سمجھتے، انکوڈ، اسٹور اور بازیافت کرتے ہیں۔ اس ماڈل کے مطابق، بچے زبانی آمد و رفت کو سرگرمی سے عملی شکل دیتے ہیں اور لسانی سمجھ و تشکیل کے لئے ذہنی عمل کو مزید کارآمد بنانے کی تدریجی تشکیل حاصل کرتے ہیں۔

تثقید اور حدود:

لسانی ترقی کے معنوی علمی / و قونی نظریہ کو کچھ تثقید اور حدود کا سامنا کرنا پڑا ہے۔ ایک تثقید یہ ہے کہ یہ زبان کے حصول کے سماجی پہلوؤں کا مکمل طور پر محاسبہ نہیں کرتی، کیونکہ یہ لسانی ترقی میں سماجی تعامل اور مواصلات کے کردار پر دیگر نظریات کے مقابلے میں کم زور دیتی ہے۔ مزید برآں، کچھ ناقدین کا کہنا ہے کہ یہ نظریہ لسانی نشوونما میں انفرادی اختلافات کو کافی حد تک حل نہیں کرتا ہے اور یہ پوری طرح سے وضاحت نہیں کرتا ہے کہ بچے قواعد اور ترتیب قواعد (Syntax) کیسے حاصل کرتے ہیں۔

### 12.4.3 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں اطلاق اور مضمرات

(Applications and Implications in Early Childhood Care and Education)

ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے لیے معنوی علمی نظریہ کے کئی اطلاقات اور مضمرات ہیں:

- ذخیرہ الفاظ کی ترقی Development of Vocabulary: اساتذہ بچوں کے الفاظ کی ترقی میں مدد کے لیے با معنی اور سیاق و سباق سے بھرپور سیکھنے کے تجربات تخلیق کر سکتے ہیں۔ بچوں کو با معنی سیاق و سباق میں نئے الفاظ کا سامنا کرنے اور ان الفاظ سے متعلق گفتگو اور سرگرمیوں میں مشغول ہونے کے مواقع فراہم کر کے، اساتذہ بچوں کی سمجھ اور زبان کے استعمال کو بڑھا سکتے ہیں۔
- تنقیدی سوچ کو فروغ دینا Promoting Critical Thinking: نظریہ یہ بتاتا ہے کہ لسانی ترقی، وقوفی ترقی کے ساتھ گہرا تعلق رکھتی ہے۔ ابتدائی بچپن کے معلمین بچوں کو خیالات کو دریافت کرنے اور ان پر بحث کرنے، سوالات پوچھنے اور مختلف تصورات کے درمیان تعلق قائم کرنے کی ترغیب دے کر تنقیدی سوچ کی مہارت کو آسان بنا سکتے ہیں۔
- رہنمائی فراہم کرنا Scaffolding: اساتذہ اپنی زبان کو استعمال کر کے اور بچوں کو زیادہ مؤثر طریقے سے سمجھنے اور اظہار کرنے میں مدد کرنے کے لیے اشارے فراہم کر سکتے ہیں۔ یہ ماڈلنگ زبان کے ذریعے کی جاسکتی ہے، کھلے عام سوالات پوچھنا، اور لسانی سرگرمیوں کے دوران رائے اور رہنمائی فراہم کرنا اس میں شامل ہیں۔
- لسانی نشوونما کا معنوی علمی نظریہ علمی/وقوفی اور معنوی نقطہ نظر کو یکجا کرتا ہے تاکہ یہ سمجھا جاسکے کہ بچے لسانی مہارت کیسے حاصل کرتے ہیں۔ یہ زبان کے حصول میں علمی عمل، معنی خیز سیاق و سباق اور سیمینٹک نیٹ ورکس کی تنظیم کے کردار پر زور دیتا ہے۔ یہ نظریہ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم پر مضمرات رکھتا ہے، با معنی سیکھنے کے تجربات پیدا کرنے، تنقیدی سوچ کو فروغ دینے، اور لسانی نشوونما کے لیے امداد فراہم کرنے کی اہمیت کو اجاگر کرتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- معنوی-وقوفی نظریہ کے مطابق، وقوفی ترقی لسانی نشوونما میں کیا کردار ادا کرتی ہے؟ مثال کے ساتھ وضاحت کریں؟

## 12.5 لسانی ترقی کا سماجی عملی نظریہ (Social Pragmatic Theory)

### 12.5.1 لسانی ترقی کا سماجی عملی نظریہ کا تصور

#### (Social Pragmatics Concepts of Linguistic Development)

لسانی ترقی کا سماجی عملی نظریہ، جسے سماجی تعامل پسند نظریہ بھی کہا جاتا ہے، زبان کے حصول کے سماجی اور عملی پہلوؤں پر زور دیتا ہے۔ اس نظریہ کے مطابق، بچے سماجی تعاملات کے ذریعے زبان حاصل کرتے ہیں اور زبان کے استعمال کو ابلاغ اور سماجی تعامل کے لیے ایک آلہ کے طور پر استعمال کرتے ہیں۔ یہ نظریہ سماجی تعاملات کے کردار، مشترکہ توجہ اور اس سیاق و سباق پر زور دیتا ہے جس میں لسانی نشوونما کو آسان بنانے میں زبان کا استعمال کیا جاتا ہے۔

## کلیدی کردار

سماجی عملی نظریہ لسانی ترقی کے میدان میں کئی اہم شخصیات سے متاثر ہوا ہے:

- لیو وائی گوٹسکی: وائی گوٹسکی کا سماجی ثقافتی نظریہ سماجی عملی نظریہ کی بنیاد بناتا ہے۔ انہوں نے زبان کے حصول میں سماجی تعاملات، ثقافتی تناظر اور قربت کی ترقی کے زون کی اہمیت پر زور دیا۔
- جیروم برونر: برونر نے امداد کا تصور پیش کیا، جو کہ بچے کی لسانی نشوونما میں سہولت فراہم کرنے کے زبان کے حصول میں سماجی میل جول اور مشترکہ توجہ کے کردار پر روشنی ڈالی۔
- مائیکل ٹوماسیلو: بچوں کی لسانی نشوونما پر ٹوماسیلو کی تحقیق نے سماجی-عملی پہلوؤں پر توجہ مرکوز کی ہے۔ انہوں نے زبان سیکھنے میں دانستہ مطالعہ، مشترکہ توجہ اور مشترکہ مواصلات کے کردار کو اجاگر کیا ہے۔

## کلیدی اصولات

سماجی عملی نظریہ کئی کلیدی تصورات اور اصولوں کو شامل کرتا ہے:

- سماجی تعامل (Social Interaction): لسانی ترقی کو ایک سماجی عمل کے طور پر دیکھا جاتا ہے جو دوسروں کے ساتھ تعامل کے ذریعے ہوتا ہے۔ دیکھ بھال کرنے والے، ساتھی، اور دوسرے سماجی شراکت دار زبان کے حصول کو آسان بنانے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔
- مشترکہ توجہ (Joint Attention): مشترکہ توجہ کسی چیز یا واقعہ پر ایک بچے اور ایک سماجی ساتھی کے درمیان مشترکہ توجہ ہے۔ اسے لسانی نشوونما میں ایک اہم عنصر سمجھا جاتا ہے، کیونکہ یہ بچوں کو مشترکہ معنی قائم کرنے اور زبان اور آس پاس کی دنیا کے درمیان تعلق کو سمجھنے میں مدد کرتا ہے۔
- نیت پڑھنا (Intention Reading): بچے دوسروں کی بات چیت کے پس پردہ ارادوں اور معانی کی تشریح کر کے زبان سیکھتے ہیں۔ وہ سماجی شراکت داروں کے اعمال اور اظہار کا مشاہدہ کرتے ہیں تاکہ ان کے مطلوبہ معنی کا اندازہ لگایا جاسکے۔
- سیاق و سباق میں زبان کا استعمال (Language Use in Context): سماجی عملی نظریہ معنی خیز سیاق و سباق میں زبان کے استعمال کی اہمیت پر زور دیتا ہے۔ زبان کو مواصلات اور سماجی تعامل کے لیے ایک آلہ کے طور پر دیکھا جاتا ہے، اور بچے بات چیت اور با معنی بات چیت میں حصہ لے کر زبان سیکھتے ہیں۔

## تنقید اور حدود:

لسانی ترقی کے سماجی عملی نظریہ کو کچھ تنقیدوں اور حدود کا سامنا کرنا پڑا ہے۔ ناقدین کا استدلال ہے کہ نظریہ لسانی نشوونما میں انفرادی اختلافات کو مکمل طور پر ذمہ دار نہیں رکھتا اور یہ لسانی فطری صلاحیتوں پر کم زور دیتا ہے۔ مزید برآں، کچھ محققین کا خیال ہے کہ یہ نظریہ مناسب طور پر اس بات کی وضاحت نہیں کرتا ہے کہ بچے کس طرح قواعد اور ترتیب قواعد (syntax) کو حاصل کرتے ہیں۔

## 12.5.2 ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم میں اطلاق اور مضمرات

### (Applications and Implications in Early Childhood Care and Education)

سماجی عملی نظریہ ابتدائی بچپن کی نگہداشت اور تعلیم کے لیے اہم اطلاقات اور مضمرات رکھتا ہے:

- سماجی تعاملات کو آسان بنانا (Facilitating Social Interactions): اساتذہ زبان سے بھرپور ماحول بنا سکتے ہیں جو بچوں کے درمیان سماجی تعامل کی حوصلہ افزائی کرتا ہے۔ مشترکہ توجہ، باہم بدلنا (turn-taking)، اور مشترکہ مواصلات کے مواقع فراہم کرنا لسانی ترقی میں مدد کر سکتا ہے۔
  - مواصلاتی مہارتوں کو فروغ دینا (Promoting Communication Skills): اساتذہ مؤثر مواصلاتی مہارتوں کا نمونہ بنا سکتے ہیں اور مختلف سماجی سیاق و سباق میں بچوں کی رہنمائی کر سکتے ہیں۔ اس میں بچوں کو اپنی ضروریات کا اظہار کرنے، بات چیت شروع کرنے اور تعاون پر مبنی کھیل میں مشغول ہونے کا طریقہ سکھانا شامل ہے۔
  - کھیل کے ذریعے لسانی تعلیم کو فروغ (Enhancing Language Learning through Play): کھیل پر مبنی سرگرمیاں بچوں کو با معنی اور پر لطف سیاق و سباق میں اپنی لسانی مہارتوں کی مشق اور نشوونما کے لیے قیمتی مواقع فراہم کر سکتی ہیں۔ ڈرامائی کھیل، کردار ادا کرنا، اور باہمی تعاون کی سرگرمیاں لسانی ترقی کو فروغ دے سکتی ہیں۔
  - زبان اور خواندگی کی ترقی میں معاونت (Supporting Language and Literacy Development): معلمین زبان اور خواندگی کی سرگرمیوں کو مربوط کر سکتے ہیں جو سماجی تعامل کو فروغ دیتے ہیں، جیسے کہ کہانی سنانے، گروپ کے مباحثے، اور باہمی مطالعہ۔ یہ سرگرمیاں بچوں کو زبان کو با معنی انداز میں استعمال کرنے اور ان کی فہم اور اظہاری لسانی مہارتوں کو فروغ دینے کی ترغیب دیتی ہیں۔
- سماجی عملی نظریہ سماجی تعاملات، مشترکہ توجہ، اور لسانی نشوونما میں زبان کے استعمال کے سیاق و سباق کے اہم کردار پر روشنی ڈالتا ہے۔ یہ اس بات پر زور دیتا ہے کہ بچے دوسروں کے ساتھ با معنی بات چیت کے ذریعے زبان حاصل کرتے ہیں۔ سوشل پراگمٹک تھیوری کے اصولوں کو سمجھنے اور لاگو کرنے سے، ماہرین تعلیم ایک ایسا ماحول بنا سکتے ہیں جو بچوں کی زبان سیکھنے اور سماجی رابطے کی مہارتوں کی حمایت کریں اور بڑھائے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- لسانی ترقی کے سماجی عملی نظریہ کی بنیاد کیا ہے؟

## 12.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درجہ ذیل باتیں سیکھیں:

- لسانی نشوونما کا طرز عمل کا نظریہ ایک نفسیاتی نقطہ نظر ہے جو زبان کے حصول کی تشکیل میں ماحولیاتی محرکات اور تقویت کے کردار پر زور دیتا ہے۔
- طرز عمل نفسیات میں ایک مکتبہ فکر ہے جس نے جان بی واٹسن اور بی ایف اسکنر جیسے معروف ماہر نفسیات کے کام سے منظر عام پر اہمیت حاصل کی۔
- لسانی ترقی کا موروثی نظریہ یہ ثابت کرتا ہے کہ انسان زبان کو حاصل کرنے کی فطری صلاحیت کے ساتھ پیدا ہوتے ہیں۔ اس سے پتہ چلتا ہے کہ زبان کا حصول اندرونی حیاتیاتی طریقہ کار سے چلتا ہے، اور بچے آسانی سے زبان سیکھنے کے لیے تیار ہوتے ہیں۔
- زبان کے حصول کا آلہ (LAD) ایک نظریاتی تعمیر ہے جسے ماہر لسانیات نوم چومسکی نے اپنے یونیورسل گرامر کے نظریہ کے حصے کے طور پر تجویز کیا ہے۔
- یونیورسل گرامر LAD: Universal Grammar کا یونیورسل گرامر UG کے تصور سے گہرا تعلق ہے۔ یونیورسل گرامر سے مراد تمام زبانوں کے مشترک اصولوں اور ڈھانچے کا بنیادی مجموعہ ہے۔
- Nativism سے پتہ چلتا ہے کہ بچے فطری لسانی صلاحیتوں کے مالک ہوتے ہیں، جیسے کہ بولنے کی آوازوں میں فرق کرنے کی صلاحیت، قواعد کے اصولوں کی شناخت، اور تیز رفتاری سے الفاظ کا حصول۔
- لسانی فطری صلاحیتیں زبان کے حصول اور ترقی کے لیے انسان کی پیدائشی صلاحیت کا حوالہ دیتی ہیں۔ یہ صلاحیتیں حیاتیاتی طور پر جڑی ہوئی ہیں اور زبان سیکھنے کی بنیاد فراہم کرتی ہیں۔
- لسانی نشوونما کا معنیاتی، وقوفی نظریہ وقوفی اور معنوی نظریات کے عناصر کو یکجا کرتا ہے یہ بتانے کے لیے کہ بچے لسانی مہارت کیسے حاصل کرتے ہیں۔ یہ نظریہ لسانی نشوونما میں علمی وقوفی / عمل اور الفاظ اور تصورات کے معنی دونوں کے کردار پر زور دیتا ہے۔

## 12.7 فرہنگ (Glossary)

زبان کا حصول ایک پیدائشی، حیاتیاتی طور پر طے شدہ صلاحیت ہے، جو عالمگیر گرامر اور زبان کے مخصوص علمی ڈھانچے کے کردار پر زور دیتی ہے۔	Nativism
گرامر کے اصولوں اور قواعد کا ایک فطری مجموعہ جو تمام انسانی زبانوں کے اشتراک سے ہے۔	یونیورسل گرامر (Universal Grammar)
ایک فرضی پیدائشی ذہنی ماڈیول جو زبان کے حصول کے لیے ذمہ دار ہے، ایک عالمگیر	زبان کے حصول کا آلہ (LAD)

گرامر فریم ورک فراہم کرتا ہے۔	
ابتدائی بچپن میں نازک دور سے مراد ایک مخصوص ترقیاتی ونڈو ہے جس کے دوران زبان کا حصول بہترین ہوتا ہے۔	نازک دور (Critical Period)
لسانی ترقی کو مشترکہ توجہ، تقلید اور دوسروں کے ساتھ تعامل کے ذریعے سہولت فراہم کی جاتی ہے۔	سماجی تعامل پسند نظریہ (Social Interactionist Theory)
زیادہ علم والے فرد کی رہنمائی کے ساتھ بچے کی حقیقی اور ممکنہ ترقی کی سطح کے درمیان فرق۔	قربت کی ترقی کا زون (ZPD)
لسانی نشوونما علمی ترقی کے نتیجے میں ہوتی ہے، جس میں زبان خیالات کو منظم کرنے اور اظہار کرنے کے لیے ایک آلے کے طور پر کام کرتی ہے۔	علمی/واقفنی نظریہ (Cognitive theory)
زبان سیکھنے میں دماغ میں اعصابی رابطوں اور نیٹ ورکس کو بتدریج مضبوط کرنا۔	روابط (Connectionism)

## 12.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1. لسانی ترقی کے طرز عمل کے نظریہ کے مطابق، زبان حاصل کی جاتی ہے؟

a. لسانی فطری صلاحیتوں کے ذریعے

b. تقلید اور کمک کے ذریعے

c. لیٹنگو بیج ایکوزیشن ڈیوائس (LAD) کے ذریعے

d. سماجی تعامل اور عملی مہارتوں کے ذریعے

2. لسانی ترقی کا قومی نظریہ ان کے وجود کی تجویز کرتا ہے:

a. یونیورسل گرامر اور ایک زبان کے حصول کا آلہ (LAD)

b. طرز عمل کنڈیشننگ اور کمک

c. سماجی تعامل اور عملی مہارت

d. معنوی علمی عمل اور انفارمیشن پروسیسنگ ماڈل

3. لسانی ترقی کا علمی نظریہ ان کے کردار پر زور دیتا ہے:

a. تقلید اور کمک

b. فطری لسانی صلاحیتیں۔

- c. علمی عمل اور انفارمیشن پروسیڈنگ ماڈل  
d. سماجی تعامل اور عملی مہارت
4. لسانی ترقی کا سماجی عملی نظریہ اس کی اہمیت کو اجاگر کرتا ہے:

- a. تقلید اور کمک  
b. فطری لسانی صلاحیتیں۔  
c. علمی عمل اور انفارمیشن پروسیڈنگ ماڈل  
d. سماجی تعامل اور عملی مہارت
5. لسانی ترقی کا کنکشنسٹ نظریہ اس بات پر مرکوز ہے:
- a. نیورل نیٹ ورک ماڈل اور ان پٹ اور تجربہ کا کردار  
b. فطری لسانی صلاحیتیں۔  
c. علمی عمل اور انفارمیشن پروسیڈنگ ماڈل  
d. تقلید اور کمک

#### مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

1. طرز عمل کے نظریہ کے مطابق، لسانی سے حاصل کی جاتی ہے؟
2. لسانی ترقی کے موروثی نظریہ کا بنیادی زور کیا ہے؟
3. معنوی و قونی نظریہ لسانی ترقی کی وضاحت کیسے کرتا ہے؟
4. لسانی ترقی کے سماجی عملی نظریہ کا کلیدی تصور کیا ہے؟
5. کنکشنسٹ تھیوری زبان کے حصول کو کیسے دیکھتی ہے؟

#### طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

1. طرز عمل کے ماہرین کے مطابق کنڈیشنگ اور کمک زبان کے حصول میں کس طرح تعاون کرتے ہیں؟ اپنے جواب کی تائید کے لیے مثالیں فراہم کریں۔
2. لسانی ترقی کا موروثی نظریہ زبان کے حصول کی وضاحت کیسے کرتا ہے؟ یونیورسل گرامر اور لینگویج ایکویزیشن ڈیوائس (LAD) اس تھیوری میں کیا کردار ادا کرتے ہیں؟
3. لسانی ترقی کے علمی نظریہ کے کلیدی تصورات اور اصولوں پر بحث کریں۔

4. سماجی تعاملات نظریہ کے مطابق مشترکہ توجہ، اور سہاروں کا زبان کے حصول میں کیسے تعاون ہوتا ہے؟ اپنی وضاحت کی تائید کے لیے مثالیں فراہم کریں۔

5. لسانی ترقی کے کنٹیکسٹ تھیوری کی وضاحت کریں۔ اس نظریہ کے مطابق عصبی نیٹ ورک کے ماڈلز اور ان پیٹ اور تجربے کا کردار زبان کے حصول میں کس طرح تعاون کرتا ہے؟

---

## 12.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

1. Bruner, J. S. (1985). Child's talk: learning to use language. W.W. Norton.
2. Burrhus Frederic Skinner. (1957). Verbal Behavior. New York: Appleton-Century-Crofts.
3. Chomsky, N. (1959). Skinner's Verbal Behavior" in Language. Readings in the Psychology of Language, 35(1), 142–143.  
[http://www.biolingagem.com/ling\\_cog\\_cult/chomsky\\_1958\\_skinners\\_verbalbehavior.pdf](http://www.biolingagem.com/ling_cog_cult/chomsky_1958_skinners_verbalbehavior.pdf)
4. Clark, E. V. (2007). First language acquisition. Cambridge University Press.
5. DeBenedictis, A., Higgins, K., & Mack, A. (2012). Theories of Speech & Language Development. <https://Languageacquisitionpsyc220.Weebly.com/>.  
<https://languageacquisitionpsyc220.weebly.com/theories-of-speech--language-development.html>
6. Dedre Gentner, & Goldin-Meadow, S. (2003). Language in mind: advances in the study of language and thought (pp. 387–427). MIT Press.
7. Elman, J. L. (1990). Finding Structure in Time. Cognitive Science, 14(2), 179–211. [https://doi.org/10.1207/s15516709cog1402\\_1](https://doi.org/10.1207/s15516709cog1402_1)
8. Guedim, Z. (2020). Theories of Language Development: How Languages Came to Be. EDGY\_Labs. <https://edgy.app/theories-of-language-development>
9. John Broadus Watson. (1913). Psychology as the Behaviorist Views it.

10. Khan Academy. (2016). Theories of the early stages of language acquisition. Khan Academy. <https://www.khanacademy.org/test-prep/mcat/processing-the-environment/language/a/theories-of-the-early-stages-of-language-acquisition>
11. Lally, M., & Valentine-French, S. (n.d.). Theories of Language Development | Lifespan Development. Courses.lumenlearning.com. Retrieved May 19, 2023, from <https://courses.lumenlearning.com/suny-lifespandevelopment/chapter/theories-of-language-development/>
12. Lenneberg, E. H., Noam Chomsky, & Marx, O. (1967). Biological Foundations of Language. John Wiley & Sons.
13. Noam Chomsky. (1957). Syntactic structures. Martino. (Original work published 1957)
14. Paris, Ricardo, Raymond, & Johnson. (2019, October 8). 11.10: Theories of Language Development. Social Sci LibreTexts. [https://socialsci.libretexts.org/Bookshelves/Early\\_Childhood\\_Education/Book%3A\\_Child\\_Growth\\_and\\_Development\\_\(Paris\\_Ricardo\\_Rymond\\_and\\_Johnson\)/11%3A\\_Middle\\_Childhood\\_-\\_Cognitive\\_Development/11.10%3A\\_Theories\\_of\\_Language\\_Development#:~:text=Jean%20Piaget](https://socialsci.libretexts.org/Bookshelves/Early_Childhood_Education/Book%3A_Child_Growth_and_Development_(Paris_Ricardo_Rymond_and_Johnson)/11%3A_Middle_Childhood_-_Cognitive_Development/11.10%3A_Theories_of_Language_Development#:~:text=Jean%20Piaget)
15. Piaget, J. (1977). The Origin of Intelligence in the Child. Harmondsworth [etc.] : Penguin.
16. Pinker, S. (1994). The language instinct: how the mind creates language.
17. Rumelhart, D. E., McClelland, J. L., & Pdp, Diego. (1988). Parallel distributed processing: explorations in the microstructure of cognition: Volume 1: foundations. MIT Press.

18. Seidenberg, M. S., & McClelland, J. L. (1989). A distributed, developmental model of word recognition and naming. *Psychological Review*, 96(4), 523–568. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.96.4.523>
19. Skinner, B. F. (2002). *Verbal Behavior*. Napc/Copley Custom Textbooks.
20. Theories of Language Acquisition: Differences & Examples. (n.d.). Studysmarter.us. Retrieved May 19, 2023, from <https://www.studysmarter.us/explanations/english/language-acquisition/theories-of-language-acquisition/>
21. Tomasello, M. (2003). *Constructing a language: a usage-based theory of language acquisition*. Harvard University Press.
22. Vaidya, G. (2020, March 29). Language learning: Various stages & theories. *Www.linkedin.com*. <https://www.linkedin.com/pulse/language-learning-various-stages-theories-gayatri-vaidya/>
23. Vygotsky, L. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
24. Xavier, A. (2020, October 10). Language Development Theories | Scientific Editing. *Www.scientific-editing.info*. <https://www.scientific-editing.info/blog/language-development-theories/>
25. Yule, G. (2010). *The Study of Language* (4th ed.). Cambridge University Press.

# اکائی 13۔ بچے کی جذباتی نشوونما

(Child Development- Emotional)

اکائی کے اجزاء

13.0 تمہید (Introduction)

13.1 مقاصد (Objectives)

13.2 جذباتی نشوونما: تصور و اہمیت

(Emotional Development: Concept and Significance)

13.2.1 جذباتی نشوونما کا تصور (Emotional Development: Concept)

13.2.2 جذباتی نشوونما کی اہمیت (Emotional Development: Significance)

13.3 شیرخوارگی سے آٹھ سال کی مدت کی بنیادی جذباتی ضروریات

(Basic Emotional Needs from Infancy to Eight Years)

13.4 شیرخوارگی سے آٹھ سال کی عمر تک کہ اہم جذبات کے اثرات

(Effects of Important Emotions From Infancy to Age Eight)

13.5 جذباتی نشوونما کے فروغ میں بالغ افراد/بڑوں کا کردار

(Role of Adults in Promoting Emotional Development)

13.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

13.7 فرہنگ (Glossary)

13.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

13.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

13.0 تمہید (Introduction)

نشوونما ایک فطری عمل ہے جو پیدائش سے لے کر تا عمر چلتی رہتی ہے۔ نشوونما میں جسمانی، سماجی، نفسیاتی اور جذباتی تبدیلیاں شامل ہیں۔ نشوونما کے یہ تمام پہلو ایک دوسرے سے اس طرح مربوط و منسلک ہیں کہ ایک کا ارتقاء دوسرے کے ارتقاء پر منحصر ہے۔ لہذا والدین اور

سرپرست کی ذمہ داری ہے کہ وہ بچوں کی پرورش میں جسمانی نشوونما کے ساتھ ان کے نفسیاتی، سماجی اور جذباتی نشوونما کا بھی خیال رکھیں۔ ہمارے سماج کا یہ بڑا المیہ ہے کہ ہم بچوں کی جسمانی نشوونما پر تو خاصی توجہ دیتے ہیں مگر ان کے جذباتی نشوونما کو بالکل نظر انداز کر دیتے ہیں جو بچوں کی مربوط شخصیت کے فروغ کے لئے ایک مہلک عمل ہے۔

## 13.1 مقاصد (Objectives)

اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- جذباتی نشوونما کے تصور و اہمیت کو سمجھ سکیں۔
- بچوں کے بنیادی جذباتی ضروریات جیسے محبت و شفقت، توجہ، تحفظ و سلامتی، آزادی، رہنمائی اور کنٹرول کی وضاحت کر سکیں۔
- ایام طفولیت کے اہم جذبات اور ان کے نشوونما کی اہمیت سے واقف ہو سکیں۔
- محرومیتِ مادرانہ کے اثرات کا تجزیہ کر سکیں۔
- جذباتی نشوونما کے فروغ میں بڑوں کے کردار کا جائزہ لے سکیں۔

## 13.2 جذباتی نشوونما: تصور و اہمیت

(Emotional Development: Concept and Significance)

### 13.2.1 جذباتی نشوونما کا تصور (Emotional Development: Concept)

زندگی کے مختلف ادوار میں احساسات کو پہچاننے، اظہار کرنے اور ان کی تنظیم کرنے کی صلاحیت کو جذباتی نشوونما کہتے ہیں۔ جذباتی نشوونما عمل ہے جس میں ایک انسان مختلف جذبات و احساسات کا تجربہ کرتا ہے، انہیں پہچانتا ہے اور ان کے اظہار کے قابل بنتا ہے۔ مثلاً خوشی، خوف، غصہ، شرمندگی، حسد، رشک، تنفر وغیرہ۔ عرف عام میں یہ تصور ہے کہ چھوٹے بچوں میں نہ تو جذبات ہوتے ہیں اور نہ ہی انہیں سمجھنے کی صلاحیت ہوتی ہے لیکن یہ صرف خام خیالی ہے۔ درخالد کے انسان میں فطری طور سے پیدائش کے بعد سے ہی یہ صلاحیت موجود ہوتی ہے اور روز اول سے ہی جذبات کو سمجھنے لگتا ہے۔ مگر قانونِ فطرت کے تحت بتدریج اسے اظہار کرنے کے طریقے سے سیکھتا ہے۔ اس ضمن میں Laura E. Berk نے اپنی کتاب Child Development کے Chapter 10 میں ایک کہانی بیان کی ہے کہ کس طرح ایک شیرخوار بچہ اپنی ماں کے جذباتی عدم توازن سے متاثر ہو کر غیر فطری برتاؤ کرتا ہے۔ والدین پریشان ہو کر نفسیاتی ماہر ڈاکٹر کا رخ کرتے ہیں۔ ماہر نفسیات نے والدین کو بچے کے سامنے مثبت جذبات کا مظاہرہ کرنے کی صلاح دی۔ والدین کے صلاح پر عمل کرنے سے بچے میں مثبت تبدیلیاں رونما ہوئیں۔ عموماً بچوں میں سب سے پہلے جن جذبات کی شناخت کی جاتی ہے ان میں مسرت و خوشی، غصہ، ڈر یا خوف اور اسی شامل ہے۔ جیسے جیسے بچوں میں احساسِ خودی (Self Awareness) کی نشوونما ہوتی ہے ویسے ویسے تدریجاً مزید پیچیدہ جذبات رونما ہوتے ہیں۔ مثلاً شرم، احساسِ جرم، تعجب، فخر، ہمدردی وغیرہ۔ بچے مختلف جذبات کی شناخت کرنے، ان کے ظہور

کے مواقع کو سمجھنے اور ان کی تنظیم کے مناسب طریقے کی تفہیم کے لیے خاصی جدوجہد کرتے ہیں۔ لہذا یہ والدین یا سرپرست کی ذمہ داری ہے کہ بچے کو ایسے مواقع فراہم کریں جن سے بچے جذبات کے مناسب طریقہ اظہار سے واقف ہو سکیں۔

بچوں میں جذباتی اظہار کے وقت مندرجہ ذیل علامات نمودار ہوتے ہیں۔

- طبعی رد عمل: جیسے شرح قلب، عمل تنفس، سطح ہارمون اور جس میں کیمیائی تبدیلیاں۔
- جذبات کا طرز عمل سے اظہار: جیسے ہنسنا، تالی بجانا، روٹھنا وغیرہ
- احساسات سے وابستہ نظریات و فیصلے: مثلاً بچوں کا دوا افراد میں سے کسی ایک فرد کا انتخاب کرنا۔
- عملی اشارے: مثلاً بچوں کا کسی سے قریب ہونا، کسی سے بھاگنا یا پھر کسی سے لڑنا۔

### 13.2.2 جذباتی نشوونما کی اہمیت (Emotional Development: Significance)

بچوں میں جذباتی نشوونما غیر معمولی اہمیت کی حامل ہے۔ سگمنڈ فرائیڈ کے مطابق انسان کی نشوونما کا تعین ابتدائی بچپن میں ہونے والے واقعات و تجربات سے ہوتا ہے اور یہی شخصیت کو تشکیل دیتے ہیں۔ بچہ شیر خوارگی کے زمانے سے ہی اپنے ماحول سے ملنے والی توجہ اور بے توجہی، شفقت و محبت کو محسوس کرنے لگتا ہے۔ جذباتی نشوونما ذہنی صحت کے لیے ناگزیر اور جسمانی صحت کی طرح ہی اہمیت کا حامل ہے۔ یہ بات قابل غور ہے کہ جذباتی نشوونما کا جسمانی صحت کی طرف تخمینہ لگانا آسان نہیں ہیں لیکن یہ مربوط شخصیت کی نشوونما اور زندگی میں کامیابی کے لیے لازم ہے۔ کیونکہ جذباتی نشوونما زندگی کے ہر حصے کو متاثر کرتی ہے۔ جن بچوں کی جذباتی نشوونما اچھی ہوتی ہے وہ:

- جذباتی کشمکش کا شکار ہونے کے بجائے درپیش مسائل سے نبرد آزما ہوتے ہیں۔
- ذہنی دباؤ سے آگے بڑھ کر نئی نئی چیزوں کو سیکھتے ہیں۔
- دوست بناتے ہیں اور رشتوں کو اہمیت دیتے ہیں۔
- احساس بے بسی اور ناامیدی کے بجائے ان کا رویہ رجائیت پسندانہ ہوتا ہے۔
- خود دار اور پر اعتماد ہوتے ہیں اور ان میں اعلیٰ درجے کا self esteem اور self-efficacy ہوتا ہے۔
- National Centre for Safe and Supportive Learning Environment کے مطابق مستحکم

جذباتی نشوونما کے باعث پانچ اہم مہارتوں کو فروغ ملتا ہے:

- i. خود آگاہی (Self-Awareness)
- ii. سماجی بیداری (Social Awareness)
- iii. جذباتی تنظیم کاری (Emotional Regulation)
- iv. ذمہ دارانہ فیصلہ سازی (Responsible Decision Making)
- v. تعلقات کی تعمیر سازی (Relationship Building)

دوسری جانب جن بچوں کی مناسب جذباتی نشوونما نہیں ہوتی ہے وہ اکثر جذباتی، تعلیمی، سماجی اور ذہنی مسائل سے دوچار ہوتے رہتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)
سوال:- جذبات کے تصور پر ایک نوٹ تحریر کریں؟

### 13.3 شیر خوارگی سے آٹھ سال کی مدت کی بنیادی جذباتی ضروریات

(Basic Emotional Needs from Infancy to Eight Years)

اپنے بچوں کی جسمانی ضروریات کو پہچاننا والدین اور ذمہ داران کے لیے بہت ہی آسان ہے، ان کے لیے غذائیت سے بھرپور کھانا، عمدہ لباس اور سونے کے لئے نرم و نازک بستر مہیا کرنا۔ تاہم بچوں کے جذبات کو پہچاننا اور ان کے جذباتی ضروریات کا خیال رکھنا غیر معمولی عمل ہے۔ جس طرح بچوں کی جسمانی تندرستی کے لیے غذائیت سے بھرپور کھانا، سونے کے لئے آرام گاہ و پناہ گاہ، صحت افزا ماحول اور جسم چھپانے کے لئے مناسب لباس درکار ہے۔ اسی طرح ان کی ذہنی و جسمانی تندرستی کے لیے مثبت جذبات کا فروغ ضروری ہے۔ جیسے غیر مشروط محبت، والدین و سرپرست کی شفقت و توجہ، اور حمایت، عزت نفس، خود اعتمادی، خودداری اور آزادی نفس۔

مشہور ماہر نفسیات ایرک ایرکسن (Erik Erikson) نے اپنے نفسی سماجی نشوونما کے مراحل (Stages of Psychosocial Development) میں شیر خوارگی سے دس سال کی مدت تک جن استعداد کے نشوونما پر زور دیا ہے کہ وہ امید، قوت ارادی، آزادی، خود اعتمادی، مقصدیت اور فرض شناسی ہے۔ شیر خوارگی سے لے کر آٹھ سال کی عمر تک بچوں کی بنیادی جذباتی ضروریات کو ذیل میں یکے بعد دیگرے پیش کیا جا رہا ہے۔

#### i. محبت و شفقت (Love and Affection)

بچے پیدائش کے بعد پوری طرح سے اپنے والدین پر منحصر ہوتے ہیں۔ والدین کے دست نگرانی میں انہیں جس طرح سہارا اور تقویت ملتی ہے ان کی نشوونما اسی سمت میں چلتی رہتی ہے۔ محبت و شفقت کا ملنا بچے کے بنیادی جذباتی ضروریات میں سے ایک ہے اور تندرست دماغ (Healthy Mind) کے فروغ کے لئے ضروری ہے۔ جان بولبی (John Bowlby) کے تحقیق و تجربات سے بھی یہ بات ثابت ہوتی ہے کہ شفقت و پیار ملنا سب سے بنیادی ضروریات میں سے ایک ہے۔ جب بچے کو شفقت و پیار ملتا ہے تو اسے اپنی ذات کی اہمیت کا اندازہ ہوتا ہے اور اس کا عزت نفس (Self-Esteem) فروغ پاتا ہے۔ والدین جب بچے کی ضروریات کی طرف حساس ہوتے ہیں تو بچے کے رونے کی آواز سنتے ہی فوراً رد عمل کرتے ہیں اور بچے کی تکلیف دور کرنے میں ہمہ تن مصروف ہو جاتے ہیں۔ والدین کا یہ عمل والدین کے دل میں بچے کی محبت کی عملی شکل ہے۔ اسی طرح سے مختلف طریقے سے بچوں کو شفقت و پیار دیا جاسکتا ہے۔

- بچے جب بہت چھوٹے ہوں تو والدین و سرپرست کو چاہیے کہ وہ جسمانی مظاہرہ (Physical Demonstration) کے ذریعہ اظہار محبت کرے۔ مثلاً آغوش میں لینا، گلے لگانا، سینے سے لگانا، پیشانی کا بوسہ لینا وغیرہ۔
- بچوں کے ساتھ مل کر کھیلنا ایک اہم ذریعہ ہے محبت و شفقت دکھانے کا۔
- جب بچہ چلنا سیکھ رہا ہو تو اس کا ہاتھ پکڑ کر سہارا دینا بھی شفقت و محبت کی ایک نشانی ہے۔
- بچوں کو وقت دینا اور اس کے ساتھ گفت و شنید کرنا بھی محبت کے مظاہر کا ایک اہم ذریعہ ہے۔
- جب بچے تھوڑے بڑے ہو جائیں تو غیر جسمانی (Non Physical) طریقہ سے بھی ان کے سامنے شفقت و محبت کا مظاہرہ کیا جاسکتا ہے۔ مثلاً بچے اور ان کی کارکردگی پر دھیان، ان کے زندگی کے اہم لمحات کو یاد رکھنا اور ان لمحات پر خوشیاں، جشن منانا وغیرہ۔
- ماہر نفسیات کا ماننا ہے کہ والدین کی ذمہ داری نہ صرف اپنے بچوں سے پیار و محبت کرنا ہے بلکہ اس کا مظاہرہ بھی بہت ضروری ہے۔ کیونکہ مظاہرہ سے ایک بچے کو یہ احساس ہوتا ہے کہ اسے چاہنے والے لوگ موجود ہیں ان کی ذات کی ایک اہمیت ہے۔ بسا اوقات یہ دیکھنے میں آتا ہے کہ والدین اپنے بچوں سے پیار تو کرتے ہیں مگر نہ تو شفقت سے پیش آتے ہیں اور نہ ہی اپنے مختلف اعمال۔ جیسے پیشانی پر بوسہ دینا بچوں کے ساتھ وقت گزارنا، انہیں گلے لگانا، ان کی خوشی میں شامل ہونا وغیرہ۔ کے ذریعہ محبت کا مظاہرہ کرتے ہیں جو کہ بچے کی جذباتی نشوونما کے لیے غیر صحت مندانہ عمل ہے۔

## .ii توجہ (Attention)

توجہ سے مراد ایسا ذہنی عمل ہے جس میں کسی چیز کا مشاہدہ کرنا یا اس سے آگاہ ہونا شامل ہے۔ ممکن ہے کہ کوئی چیز ہمیں بہت معمولی لگے مگر اس کا اثر غیر معمولی اور دیر پا ہو۔ بچوں کے چھوٹی چھوٹی سرگرمیوں پر توجہ دینا تو معمولی سی بات ہے مگر اس سے بچوں میں حیرت انگیز اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ اس سے بچے میں خودی کے تصور (Self-Image) کی نشوونما ہوتی ہے اور اسے احساس ہوتا ہے کہ وہ فیملی کا قیمتی اور اہم رکن ہے۔ زندگی کے ہر دور میں توجہ کی اہمیت ہے مگر ایام طفولیت میں اس کی اہمیت غیر معمولی ہے۔ تحقیق بتاتی ہے کہ مثبت توجہ سے بچوں میں منفی برتاؤ اور منفی رویے میں کمی آتی ہے۔ توجہ کا بالکل یہ مطلب نہیں ہے کہ صرف نموشی سے بچوں کے اعمال و سرگرمی کا مشاہدہ کرنا بلکہ اس میں بچوں کے مسکان کا مسکان سے جواب دینا، روزمرہ کی سرگرمی اور کارنامے پر ایما و اشارے سے رد عمل کرنا اور بچوں سے ان کے کارنامے کے بارے میں بات کرنا بھی شامل ہے۔ توجہ نہ صرف بچوں کے لیے بلکہ ہر فرد کے لیے ایک بنیادی انسانی ضرورت ہے۔ اس سے بچوں میں مثبت رویہ کا نشوونما ہوتا ہے۔ اس کی دو قسمیں ہیں:

• مثبت توجہ Positive Attention

• منفی توجہ Negative Attention

## .iii تحفظ و سلامتی (Security and Protection)

مشہور ماہر نفسیات اور انسانیت پسندانہ نظریہ (Humanistic Approach) کے بانی ابراہیم ایچ ماسلو (Abraham H. Maslow) نے اپنے نظریہ میں ضروریات نظام کے مراتب (Hierarchy of Needs) کے اندر



کرنا غیر مناسب ہے اور یہ عمل ان کے صحت مند نشوونما میں رکاوٹ ہے۔ مؤثر رہنمائی بچے کی نشوونما کے ساتھ ساتھ بچے کی عزت نفس (Self-Esteem) اور وقار (Dignity) کو محفوظ رکھتا ہے۔ بچوں کو خود پر کنٹرول سکھانا غیر معمولی کام ہے۔ اس کے لیے صبر و تحمل، پر تفکر توجہ، اشتراک و تعاون اور بچے کی اچھی سمجھ ضروری ہے۔ رہنمائی اور کنٹرول کے لئے اپنی طاقت کا علم اور نظم و ضبط کے درپیش مسائل کا علم ہونا ضروری ہے۔ لہذا والدین، سرپرست اور ہر وہ بالغ انسان جو بچوں کی رہنمائی کر رہے ہیں ان کو چاہیے کہ آج کے بدلتے ماحول اور ضروریات کے مطابق خود کو اپڈیٹ کرتے رہیں۔ تاکہ وہ بچوں کی صحیح اور مناسب رہنمائی کر سکیں۔ ایسا نہ ہو کہ بچے کے عصری ضروریات سے بالکل نابالغ ہوں اور بوقت ضرورت ان کی رہنمائی نہ ہو سکے۔ مثلاً دور حاضر میں موبائل گیمز اور ٹیکنالوجی کا زیادہ استعمال یا اس کی لت بچوں میں عام ہوتا جا رہا ہے۔ اگر والدین ٹیکنالوجی کے مثبت و منفی اثرات سے باخبر ہوں گے تو بچوں کی مناسب وقت پر مناسب رہنمائی ممکن ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)
سوال:- بچے کی جذباتی ضرورتیں کیا ہیں؟ ایک نوٹ تحریر کریں؟

## 13.4 شیر خوارگی سے آٹھ سال کی عمر تک کہ اہم جذبات کے اثرات

### (Effects of Important Emotions From Infancy to Age Eight)

نیلند (Nelnd) 2016 کے مطابق "جذباتی نشوونما تمام حصے (All Domains) کے لیے ایک بنیاد فراہم کرتی ہے۔ اور ابتدائی سالوں میں بچوں کے تعلقات اور تجربات کا معیار بہت اہمیت کا حامل ہے۔" جذباتی نشوونما سے مراد وہ عمل ہے جس میں انسان شیر خوارگی سے لے کر زندگی کے اخیر ادوار تک اپنے جذبات کو پہچانتا ہے، سمجھتا ہے، ان کو منظم کرتا ہے اور بوقت ضرورت اس کا اظہار کرتا ہے۔ جذبات انسان کو اپنے اور گردونواح کے مابین تعلقات کو برقرار رکھنے اور اس میں ترمیم کرنے کی سہولت فراہم کرتا ہے۔ یہ اس بات پر منحصر ہے کہ کوئی خاص امر اس کے جذباتی سمجھ کی بنیاد پر کتنی اہمیت کا حامل ہے۔ نشوونما کے دوسرے شعبوں (Domains of Development) کے ساتھ جذبات کا مضبوط تعلق ہے۔ یہ شعبہ ایک دوسرے کو متاثر کرتے ہیں۔ جیسے ذہنی مہارت (Cognitive Skills)، سماجی طرز عمل اور جسمانی تندرستی و بہبود۔ بچوں کے جذباتی نشوونما کا سب سے اہم مرحلہ یہ ہے کہ ان میں جذبات کو پہچاننے، سمجھنے اور اظہار کی صلاحیت کو فروغ ملے۔ بچوں کے جذبات کے دو اقسام ہیں۔

- بنیادی جذبات (Primary Emotion)
- ثانوی جذبات (Secondary Emotion)

بنیادی جذبات پیدا کئی ہوتے ہیں اور ان میں توارث کا اہم رول ہوتا ہے۔ جبکہ ثانوی جذبات کا ظہور بچوں میں بعد کے زمانے میں سماجی اثر سے ہوتا ہے۔ بچوں میں شیر خوارگی سے آٹھ سال کی عمر تک مندرجہ ذیل اہم جذبات کی نشوونما ہوتی ہے۔

## i. خوف (Fear)

لغوی معنی: لفظ Fear یعنی خوف Proto-Germanic لفظ 'fēra' 'fērō' سے ماخوذ ہے جس کے معنی خطرہ (Danger) کے ہیں۔ اصطلاح میں خوف ایک شدید ناخوشگوار جذبہ یا حالت ہے جو کسی خطرہ کے احساس یا ادراک کے جواب میں رونما ہوتا ہے۔

American Psychological Association کے مطابق "خوف ایک بنیادی شدید جذبہ ہے جو کہ قریب الوقوع خطرات کے خدشات پر پیدا ہوتا ہے۔ جس کے رد عمل میں فوری طور سے خطرے کی گھنٹی بجتی ہے، جو کہ عضویے میں مختلف جسمانی تبدیلیوں کو متحرک کرتی ہے۔"

"a basic, intense emotion aroused by the detection of imminent threat, involving an immediate alarm reaction that mobilizes the organism by triggering a set of physiological changes."

عموماً انسان تبھی خوفزدہ ہوتا ہے جب اس کے سامنے کوئی خطرہ یا خطرات محرک کی شکل میں موجود ہو۔ منجملہ یہ کہا جاسکتا ہے کہ خوف ایک رد عمل ہے اور خطرہ کا ادراک ایک محرک ہے۔ بچوں کا خوفزدہ ہونا عام سی بات ہے۔ کیوں کہ یہ جذبہ بچوں کو محتاط و دور اندیش رہنے کے لیے آمادہ رکھتا ہے۔ والدین اور سرپرست کو چاہئے کہ وہ بچوں کو مخصوص خطرات سے ڈرنے اور ہوشیار رہنے کی تعلیم دے۔ مثلاً آتشزنی اور مضر وحشی جانور سے ڈرنا، راستے میں احتیاط کے ساتھ چلنا وغیرہ۔ بسا اوقات بچے ایسے حالات اور ایسی چیزوں سے بھی خوفزدہ ہونے لگتے ہیں جس میں کوئی خطرہ نہ ہو۔ اس وقت بڑوں کی ذمہ داری ہے کہ بچوں سے اس ڈر کو نکالے اور ان کی حوصلہ افزائی کرے۔ کیونکہ اس سے بچے کے جذباتی نشوونما پر منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ منجملہ خوف کے مثبت و منفی دونوں پہلو ہیں۔ مثبت پہلو کی وجہ سے بچے محتاط اور دور اندیش بنتے ہیں۔ جبکہ دوسری جانب منفی پہلو یہ ہے کہ:

- بچے پہل کرنے سے گریز کرتے ہیں۔
- بچوں میں حیلہ بازی کی عادت پڑنے لگتی ہے۔
- تصوراتی سوچ اور خام خیالی حقیقی زندگی کو متاثر کرنے لگتی ہے۔

بسا اوقات خوف کی وجہ سے ذہنی عمل (Cognitive Functions) میں گراؤ پیدا ہوتی ہے۔ ایسے حالات میں بڑوں کی ذمہ داری بڑھ جاتی ہے کہ وہ بچوں کی مدد کرے خوف سے نبرد آزما ہونے اور باطل نظریہ سے نکلنے میں۔ جس کے لیے مختلف لائحہ عمل کا استعمال کیا جاسکتا ہے۔

## ii. اضطراب (Anxiety)

لفظ Anxiety لاطینی لفظ Ango سے ماخوذ ہے۔ جس کا معنی ہے to constrict یعنی سمیٹنا یا سکینا۔ اصطلاح میں اضطراب ایک جذبہ ہے جس کی خصوصیات میں تناؤ کے احساسات، پر تفکر خیالات اور جسمانی تبدیلیاں شامل ہیں۔ اضطراب کے زیر اثر جس میں مختلف تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں جیسے کیمیائی تبدیلی، حرکت قلب میں تیزی، حلق کا سوکھنا، عرق ریزی، سانس تیز تیز چلنا وغیرہ۔ عام طور سے اضطراب اور خوف کو ایک دوسرے کے مترادف کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ مگر دونوں کے مابین کافی فرق ہے۔ خوف واضح، مخصوص، قابل شناخت، حالیہ خطرے کے رد عمل میں قلیل مدت کے لیے وقوع پذیر ہوتا ہے جبکہ اضطراب مستقبل میں خطرات کے ادراک پر ایک جذباتی رد عمل ہے جو کہ طویل مدتی ہوتا ہے۔

نشوونما کے مختلف ادوار میں بچوں میں اضطراب متوقع اور معمولی بات ہے۔ ہر بچہ کبھی نہ کبھی، کسی نہ کسی طرح کے اضطراب کا تجربہ ضرور کرتا ہے۔ زندگی کے اولین ادوار میں نشوونما کی رفتار تیز ہوتی ہے اور جذباتی پختگی نہیں ہوتی ہے۔ جس کے سبب اضطراب یا جذباتی بے ثباتی عام بات ہے۔ اور ممکن ہے کہ ایک ہی بچے میں مختلف ادوار میں مختلف اقسام کے اضطراب دیکھنے کو ملے۔ بچوں میں اضطراب کے عام علامات میں تیز تیز سانس چلنا، پسینہ آنا، عصب میں تناؤ، جی متلانا (Nausea)، خوف زدہ ہونا اور دل کا زور زور سے دھڑکنا شامل ہے جو کہ مدافعت، فرار یا جمود (Fight, Flight and Freeze) کے ساتھ رونما ہوتی ہے۔

عموماً بچوں میں تین اقسام کے اضطراب پائے جاتے ہیں۔

### • مفارقت سے متعلق اضطراب Separation Anxiety

بچے بہت بے چین اور اداس ہو جاتے ہیں جب وہ اپنے والدین یا اپنے دیکھ بھال کرنے والے (caregivers) سے کسی وجہ سے جدا ہوتے ہیں۔ مثلاً چھوٹا بچہ جب پہلی بار اسکول یا کتب خانے یا پھر اس کے والدین کسی ضروری کام کے سبب اسے گھر میں چھوڑ جائے تو بچہ اضطراب میں پڑ جاتا ہے۔ وہ اسکول یا کتب خانے یا پھر اپنے والدین سے الگ ہونے سے بالکل منع کر دیتا ہے۔

### • سماجی اضطراب Social Anxiety

بچوں کا لوگوں کے مابین جانے سے گریز کرنا اور شناسا کے علاوہ جب دوسرے لوگ بچے کے ارد گرد ہوں تو بچے کا خوف زدہ ہونا اور یہ سوچنا کہ اسے تنقیدی نگاہ سے دیکھا جا رہا ہے یا پھر ذلیل ہونے کا اندیشہ لاحق ہونا سماجی اضطراب کے زمرے میں آتا ہے۔

### • مخصوص دہشت Specific Phobia

کسی چیز یا صورتحال سے پیدا ہونے والا شدید اور غیر معقول خوف، بے چینی اور ڈر اس کے زمرے میں آتا ہے۔ جیسے بچے کا موسم برسات میں بادل کی گرج اور برق و باد سے پریشان ہونا، کسی غیر مضر ادوی کیڑے کو دیکھ کر خوف زدہ ہونا وغیرہ۔

## iii. غصہ (Anger)

خوشی، غم، اضطراب، خوف، اداسی اور بیزاری کی طرح غصہ بھی بنیادی انسانی جذبات میں سے ایک ہے۔ ہر بچہ اس جذبات کے ساتھ پیدا ہوتا ہے اور پیدائش کے بعد سے اس کی نشوونما شروع ہو جاتی ہے۔ نفسیات کے مطابق غصہ ایک شدید جذباتی کیفیت اور ناگوار

حالت ہے جو کہ غیر دوستانہ، فطری اور عموماً غیر اختیاری رد عمل ہے۔ اور یہ رد عمل تکلیف، کسی شخص کی جانب سے محسوس کردہ (perceived) اشتعال انگیزی، عدم تعاون، ظلم، ذلت اور جذباتی مجروحیت کی وجہ سے معرض وجود میں آتا ہے۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا کہ تکلیف کس طرح کی ہے بلکہ فرق اس سے پڑتا ہے کہ تکلیف کا تجربہ ناخوشگوار ہو۔ کیونکہ غصہ اکیلا نہیں ہوتا بلکہ فی الواقع اس سے پہلے تکلیف کا احساس ہوتا ہے، بعد ازاں غصہ آتا ہے۔ بایں وجہ غصہ کو اکثر ہر سیکنڈ ہینڈ جذبات کے طور پر جانا جاتا ہے۔

بچوں میں غصہ ہونا عام بات ہے۔ اس کا شمار مثبت اور مفید (Healthy) جذبات میں ہوتا ہے۔ اس کی وجہ سے بچے منفی احساسات و خیالات کا اظہار کر دیتے ہیں۔ نتیجتاً والدین یا پھر بڑے حضرات بچوں کو درپیش مسائل کا ممکنہ حل تلاش کرتے ہیں۔ مگر حد سے زیادہ غصہ غیر مناسب ہے اور بہت سے مسائل کا پیش خیمہ ہے۔ عام طور سے چھوٹے بچوں کو غصہ تب آتا ہے جب وہ نہیں جانتے ہیں کہ وہ اپنی مایوسی (Frustration) یا دیگر ناخوشگوار احساسات سے کیسے نبرد آزما ہوں۔ جب بچہ ناراض یا غصہ ہو جائے تو اس وقت والدین، سرپرست اور بالغ افراد کے رول کی بڑی اہمیت ہے۔ انہیں چاہیے کہ مختلف حکمت عملیوں کا استعمال کرے۔ ان میں سب سے اہم یہ ہے کہ والدین یا سرپرست خود طیش میں آنے کے بجائے بالکل پرسکون (calm) رہے۔ اس سے بچے پر مثبت اثر پڑتا ہے اور وہ اپنے غصہ پر قابو پانے کی کوشش کرتا ہے۔ اس کے علاوہ اور بھی طریقے ہیں جن کا استعمال حسب ضرورت کیا جاسکتا ہے۔

❖ بچوں کو احساسات اور رد عمل کے مابین فرق کو سمجھانا: مثلاً بچوں کو یہ بتانا کہ غصہ آنا ٹھیک ہے مگر غصہ کی وجہ سے اپنا یا کسی دوسرے فرد یا چیز کو نقصان پہنچانا غیر مناسب عمل ہے۔

❖ بچوں کے سامنے غصہ کی تنظیم کاری کا عمدہ نمونہ پیش کرنا: بچوں کو غصہ پر کنٹرول سکھانے کا یہ ایک بہترین طریقہ ہے۔ کیونکہ بچے بڑے سے ہی سیکھتے ہیں جب وہ بڑوں کو اپنے غصے کو کنٹرول کرنے اور اس سے نبرد آزما ہوتے دیکھتے ہیں وہ بھی اس سے سیکھتے ہیں۔

❖ بچوں کو اپنے غصہ سے صحت مند طریقے سے نبرد آزما ہونے کی مہارتیں سکھانا۔ (Healthy Coping Skills): مثلاً بچے کو یہ سکھانا کہ جب اسے اپنے بھائی پر غصہ آئے تو اس سے لڑنے کے بجائے دوسری جگہ چلے جانا یا کسی اور کام میں مشغول ہو جانا۔

❖ حسب ضرورت ثمرہ پیش کرنا (Consequences): مثلاً جب بچہ غصہ آنے کے باوجود بھی مثبت قدم اٹھائے تو اسے اس کا اچھا صلہ ملے شاباشی یا انعام کی شکل میں اور اگر بچہ غصہ کی وجہ سے منفی قدم اٹھائے تو اسے اس کا منفی صلہ ملے۔ اس سے بچے کو اپنے غصہ کو کنٹرول کرنے کی تحریک ملے گی۔

#### iv. مسرت (Joy)

مسرت (Joy) سے خوشحالی، کامیابی یا خوش قسمتی سے پیدا ہونے والے جذبات مراد ہیں۔ عام طور سے مسرت شدید اور دیر پا خوشی و شادمانی کے جذبات سے متعلق ہوتا ہے۔ پیدائش کے بعد پہلے دو ماہ میں بچے مسرت و شادمانی کا اظہار اپنے جسمانی بدلاؤ اور تحریک کے ذریعہ کرنے لگتے ہیں۔ اس کیفیت میں بچوں میں مثبت جذبات رونما ہوتے ہیں۔ جو بچے کے چہرے، آواز اور جسم سے ظاہر ہوتا ہے۔ اس جذباتی کیفیت میں بچے کے پر مسرت تبسم میں اضافہ ہوتا رہتا ہے یہاں تک کہ اس کی آنکھیں بند ہو جاتی ہے اور منہ کھل جاتا ہے۔ بچے کے اس

جذباتی احساسات کی وضاحت کرنا مشکل ضرور ہے مگر یہ بات قابل غور ہے کہ یہ بچے کی نشوونما میں اہم کردار نبھاتا ہے۔ بچوں کی ذہنی نشوونما کے لیے اس جذبے کا فروغ بہت ضروری ہے۔ بچوں کے لئے مسرت کے فوائد بے شمار ہیں ان میں سے چند:

❖ مسرت تناؤ کے خلاف ایک قوی تریاق (Powerful antidote to stress): تناؤ بچوں کی نشوونما اور جسمانی و ذہنی صحت پر منفی اثر ڈالتا ہے۔ تناؤ سے نبرد آزما ہونے میں مسرت و شادمانی ایک قوی تریاق کا کام کرتی ہے۔

❖ مسرت اضطراب کو کم کرتا ہے: بچے چاہے مفارقت کی وجہ سے مضطرب ہو یا پھر وہ سماجی اضطراب سے پریشان ہوں اگر انہیں ایسے مواقع فراہم کیا جائیں جن سے اسے مسرت و شادمانی ملے۔ تو وہ اضطراب سے آسانی کے ساتھ باہر نکل سکتے ہیں۔ کیوں کہ مسرت ہر طرح کے اضطراب سے نبرد آزما ہونے میں مدد فراہم کرتا ہے۔

❖ آموزشی صلاحیت کے فروغ میں تیزی (Boost learning ability): جب بچے کی آموزش کو پر مسرت بنایا جائے تو اس سے بچے کے سیکھنے کی صلاحیت نکھرتی ہے اور اسے فروغ ملتا ہے۔ بایں وجہ ماہر تعلیم اور ماہر نفسیات کی ایک بڑی تعداد Joyful Learning کی وکالت کرتے ہیں۔

❖ تخلیقی صلاحیت کو فروغ: مسرت سے بچوں کے سیکھنے کی صلاحیت کو نہ صرف فروغ ملتا ہے بلکہ انہیں نئی چیز کو آزمانے اور اس کا تجربہ کرنے کی تحریک بھی ملتی ہے۔ جس سے بچوں میں تخلیقی صلاحیت کو فروغ ملتا ہے۔

لہذا والدین اور بڑوں کی ذمہ داری ہے کہ بچوں کو فرحت بخش مواقع فراہم کریں۔ جیسے کھیل کود اور لطف اندوز ہونے کے مواقع دینا، والدین کا اپنے بچے کے ساتھ وقت گزارنا، بہت زیادہ پابندیوں سے گریز کرنا، بچے کے خصوصی لمحات کو یادگار بنانا وغیرہ۔

## v. حسد Jealousy

لفظ Jealousy (حسد) لاطینی لفظ Zelosus سے ماخوذ ہے۔ جس کا معنی ہے full of zeal، یعنی پر جوش۔ American Psychological Association کے مطابق حسد کا شمار منفی جذبات میں ہوتا ہے۔ جس میں ایک فرد اپنے پسندیدہ شخص کی شفقت و محبت سے محروم ہونے یا محرومی کے امکان کے ظہور پر کسی تیسرے فریق سے ناراض ہوتا ہے۔

حسد مسرت، غصہ اور خوف کی طرح بنیادی جذبات میں سے ایک ہے۔ جو فطری طور پر بچوں میں پیدائش کے بعد سے ہی نشوونما پانے لگتا ہے۔ سگمنڈ فرائیڈ نے اپنے نشوونما کے نفسی جنسیاتی مراحل (Psychosexual Stages of Development)

کے تیسرے مرحلہ میں اس کا ذکر کیا ہے کہ بچہ کو اپنے والد اور بچی کو اپنی والدہ سے حسد ہونے لگتا ہے۔ کیوں کہ وہ نہیں چاہتے کہ اس کے اور اس کے پسندیدہ شخص کے بیچ میں کوئی اور آئے۔ بچے میں حسد عام بات ہے۔ بچوں میں تبھی یہ جذبات رونما ہوتے ہیں جب وہ خود کو غیر محفوظ اور خوفزدہ پائیں اور انہیں اپنے مال، محبت یا حفاظت میں کسی تیسرے فرد کے سبب نسبتاً کمی پر تشویش خیالات یا احساسات آنے لگے۔ جب ایک بچہ کو اپنی قدر کھونے کا احساس یا ادراک ہونے لگے چاہے یہ احساس یا ادراک حقیقت پر مبنی نہ بھی ہو پھر بھی بچے میں حسد کو فروغ ملنے لگتا ہے اور اس کے برتاؤ سے اس چیز کا ظہور بھی ہونے لگتا ہے۔ بچوں میں حسد کے فروغ کے مختلف وجوہات ہیں ان میں سے چند مندرجہ ذیل

ہیں۔

- حد سے زیادہ لاڈ پیار (Excessive Pampering)
- موازنہ (Comparison)
- زیادہ فکر مند اور حفاظتی والدین (More concerned and protective parents)
- غیر صحت مندانہ مقابلہ آرائی (Unhealthy Competition)
- اور کنٹرولنگ یا تحکم پسندانہ پرورش (Over Controlling or Authoritarian Parenting)
- مہارت سے متعلق یا علمی حسد (Skills or Academic Jealousy)
- ہر بچے یکساں نہیں ہوتے ہیں۔ ممکن ہے کہ کوئی بچہ کسی علمی میدان یا پھر کسی ہم نصابی سرگرمی میں دوسرے بچوں سے سبقت لے جائے اور عمدہ کارکردگی کا مظاہرہ کرے۔ بچوں کا ایسے بچوں سے حسد کرنا بہت معمولی بات ہے جو کسی تعلیمی یا ہم نصابی سرگرمی میں غیر معمولی کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہیں۔

- بھائی بہن کے مابین حسد (Sibling Jealousy)
- یہ اکثر و بیشتر دیکھنے کو ملتا ہے کہ بڑا بچہ اپنے چھوٹے بھائی بہن سے حسد کرنے لگتا ہے۔ ممکن ہے کہ والدین اپنی توجہ بڑے بچے سے نومولود بچے کی طرف مبذول کریں۔ ایسی صورت میں بڑے بچے کو یہ احساس ہونے لگے کہ اس کے چھوٹے بھائی بہن کی وجہ سے اس کی قدر گھٹ گئی یا گھٹ رہی ہے۔ جس کے سبب اس میں اپنے چھوٹے بھائی بہن کے تئیں حسد کا جذبہ پیدا ہونے لگتا ہے۔

- محرومیتِ مادرانہ کے اثرات (Effects of Maternal Deprivation)
- محرومیتِ مادرانہ (Maternal Deprivation) ایک سائنسی اصطلاح ہے جو درحقیقت مشہور ماہر نفسیات John Bowlby کے کام کا خلاصہ بیان کرتا ہے کہ شیر خوار اور چھوٹے بچوں کا اپنی ماں سے جدا ہونے کے کیا کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ جان بولبی نے 1953 میں محرومیتِ مادرانہ کا مفروضہ پیش کیا۔ جس کے مطابق "صحت مند نفسیاتی یا جذباتی نشوونما کے لیے بچے کا ماں کے ساتھ پر جوش، گہرا اور مسلسل تعلق ضروری ہے۔" شیر خوارگی یا طفولیت کے ایام میں ماں کی محبت ذہنی صحت کے لیے اتنی ہی اہمیت کی حامل ہے جتنی وٹامنز اور پروٹین جسمانی صحت کے لیے۔ 1944 میں جان بولبی نے ۴۴ نابالغ چوروں کا مطالعہ کیا۔ جس مطالعے سے یہ نتیجہ برآمد ہوا کہ ان نابالغ افراد کے چور بننے کے پیچھے عمر کے ابتدائی ایام میں ماں سے محرومی یا جدائی کا اہم رول ہے۔ یہ بات قابل ذکر ہے کہ جان بولبی سے بہت پہلے سگمنڈ فرائیڈ نے بھی بچے کی نشوونما پر ماں کی محرومیت کے اثرات کو شمار کیا۔

- شیر خوار یا چھوٹے بچے کا اپنی ماں سے جدا یا محروم ہو جانا ایک بڑا المیہ ہے۔ جس کی تلافی کوئی ادارہ یا تنظیم نہیں کر سکتی ہے۔ اس محرومی کے اثرات بچوں کے نشوونما کے ہر پہلو پر پڑتا ہے۔ بالخصوص ان کی جذباتی نشوونما پر اس کا غیر معمولی اثر مرتب ہوتا ہے جیسا کہ جان بولبی اور دوسرے ماہر نفسیات کے مطالعے سے یہ بات ثابت ہوتی ہے۔ محرومیتِ مادرانہ کے اثرات مندرجہ ذیل ہیں۔

- مستقبل میں والہانہ تعلق بنانے میں ناکامی (Inability to form attachment in the future)

- بچہ جب عمر کے ابتدائی ادوار میں ماں کے شفقت و پیار سے محروم رہتا ہے تو اسے مستقبل میں کسی اور سے تعلقات استوار کرنے میں یا بنانے میں بہت دشواری پیش آتی ہے۔ بسا اوقات وہ اس میں ناکام ہو جاتا ہے۔
- ندامت و پشیمانی محسوس کرنے میں ناکامی (Affectionless Psychopathy)
- نوبلوغت کے زمانے میں طرز عمل و رویہ سے متعلق مسائل (Delinquency)
- ذہنی نشوونما سے متعلق مسائل (Problem with Cognitive Development)

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال :- خوف اور اضطراب میں فرق واضح کریں؟

### 13.5 جذباتی نشوونما کے فروغ میں بالغ افراد/ بڑوں کا کردار

#### (Role of Adults in Promoting Emotional Development)

جذباتی نشوونما سے مراد پیدائش کے بعد سے بچے کا جذبات و احساسات کا تجربہ، اس کی سمجھ، اس کا اظہار اور اس کی تنظیم (Regulation of Emotions) ہے۔ عمر کے ابتدائی ادوار میں بچے مختلف اقسام کے جذبات کا تجربہ کرتا ہے اسے سمجھنے کی کوشش کرتا ہے۔ بچوں میں جذباتی پختگی نہیں ہوتی ہے۔ بایں وجہ وہ بہت سے جذبات کو سمجھنے سے قاصر ہوتے ہیں۔ اور بسا اوقات سمجھ تو لیتے ہیں مگر طریقہ اظہار سے نابلد ہوتے ہیں۔ بالغ افراد یا بڑوں کی ذمہ داری ہے کہ وہ بچوں کو جذبات سمجھنے اور جذبات کے اظہار کے مناسب طریقے سیکھنے میں مدد فراہم کریں۔ ساتھ ہی ساتھ بچوں کو اپنے جذبات پر قابو رکھنے اور حسب ضرورت اس کے اظہار کے فوائد سے روشناس کرانا بھی ضروری ہے۔ بالغ افراد اور بچوں کی مابین مثبت تعلقات کا ہونا ضروری ہے۔ جس سے جذباتی نشوونما کا فروغ بہتر طریقے سے ہوتا ہے۔ بالغ افراد کی مدد سے بچے میں تعلق کا احساس (Sense of Belonging)، ضبط نفس (Self-Control) اور دوسروں کے جذبات و احساسات کی سمجھ کو فروغ ملتا ہے۔ بڑوں کا بچوں کے جذباتی نشوونما کے فروغ میں معاونت غیر معمولی اہمیت کا حامل ہے اور ان کے جذباتی نشوونما کے فروغ میں اہم رول ادا کرتا ہے۔ بلاشبہ بچوں میں جذباتی نشوونما سے متعلق مہارت کے فروغ کے لیے خاصی وقت درکار ہوتی ہے۔ بایں وجہ بچوں کو بڑوں کی جانب سے صحیح اور مناسب رہنمائی کی ضرورت ہوتی ہے۔

بچوں کے جذباتی نشوونما کے فروغ میں بالغ افراد کا کیا کردار ہے اور یہ کس طرح سے اثر انداز ہوتا ہے؟

- بڑوں کو چاہیے کہ وہ بچوں کے لیے ایک مثالی شخصیت بنیں جن کے بچے پیروی کریں۔ بڑے اس بات کی یقین دہانی کریں کہ بچوں کی ضروریات و خواہشات اور دلچسپی کا خیال رکھا جا رہا ہے۔ بچے بڑوں کے نقش قدم پر چلتے ہیں۔ بڑوں کو دیکھ کر وہ اضطراب و تناؤ سے نبرد آزما ہونے کے طریقے، خود پر قابو رکھنا اور محبت و دیگر جذبات کے اظہار کے مناسب طریقے سے سیکھتے ہیں۔

- بچوں کو مثبت جذبات کے فروغ کے لیے صحت مند ماحول (Healthy Environment) مہیا کرنا۔ البرٹ بندورا (Albert Bandura) نے 1961 سے 1963 کے مابین اپنے مشہور بوبو ڈال تجربہ (Bobo Doll Experiment) کے ذریعہ یہ ثابت کیا ہے کہ بچے اپنے ارد گرد کے ماحول سے جذبات سیکھتے ہیں۔ اور ان کے گرد و نواح میں جس طرح کے جذبات کا اظہار اکثر و بیشتر ہوگا ان میں اسی طرح کے جذبات کی نشوونما ہوگی۔ مثلاً بچہ اگر ایسے ماحول میں رہے جہاں لوگ زیادہ تر خوش رہتے ہوں اور ایک دوسرے سے نرمی اور خوشی کے ساتھ ملاقات و تعامل کرتے ہیں تو بچے کے مزاج میں نرمی ہوگی اور وہ خوش مزاج ہوگا۔ اس کے برعکس اگر ماحول میں تناؤ ہوگا تو بچے میں تناؤ جیسے جذبات کی نشوونما ہوگی۔ لہذا بڑوں کی ذمہ داری ہے کہ بچوں کو پرامن اور صحت مند ماحول (Peaceful and Healthy Environment) مہیا کرے۔
- بڑوں کے ذریعہ فراہم کردہ مناسبت تعاون سے ایک بچہ دوسروں کے جذبات سمجھ سکتا ہے اور اپنے تنازعات (Conflicts) کو مثبت طریقے سے حل کرنے کے قابل بن سکتا ہے۔
- بچے کو خود مختار اور خود کفیل بنانے میں بڑوں کا اہم کردار اس سے بچوں میں قوت ارادی اور مقصدیت سے متعلق استعداد کی نشوونما ہوتی ہے۔
- بڑوں کا بچوں کو تحریک و ترغیب دینا بچوں کا خود کے منفی جذبات سے نبرد آزما ہونے میں معاون ہے۔ مثلاً ایک نئے کام کے سبب بچہ مضطرب ہو۔ والدین کا بچے کو کام پورا کرنے کی طرف تحریک دینا بچے کو اپنے اضطراب پر قابو پانے میں مدد فراہم کرتا ہے۔ جب بچہ وہ کام پورا کر لیتا ہے تو اس کے اندر نہ صرف خود اعتمادی پیدا ہوتی ہے بلکہ مستقبل میں کسی نئے کام کے سبب پیدا ہونے والے اضطراب سے باآسانی نبرد آزما ہونے کے قابل ہوگا۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال :- معاشرے کے بزرگوں اور والدین کے کار عمل سے بچے کی کس طرح جذباتی نشوونما کی جاسکتی ہے؟

## 13.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

- اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درج ذیل باتیں سیکھیں:
- جذباتی نشوونما وہ عمل ہے جس میں ایک انسان مختلف جذبات و احساسات کا تجربہ کرتا ہے، انہیں پہچانتا ہے اور ان کے اظہار کے قابل بنتا ہے۔
- سگمنڈ فرائیڈ کے مطابق انسان کی نشوونما کا تعین ابتدائی بچپن میں ہونے والے واقعات و تجربات سے ہوتا ہے اور یہی شخصیت کو تشکیل دیتے ہیں۔ بچہ شیر خوارگی کے زمانے سے ہی اپنے ماحول سے ملنے والی توجہ اور بے توجہی، شفقت و محبت کو محسوس کرنے لگتا ہے۔

- بچوں کے جذبات کو پہچاننا اور ان کے جذباتی ضروریات کا خیال رکھنا غیر معمولی عمل ہے۔ جس طرح بچوں کی جسمانی تندرستی کے لیے غذائیت سے بھرپور کھانا، سونے کے لئے آرام گاہ و پناہ گاہ، صحت افزا ماحول اور جسم چھپانے کے لئے مناسب لباس درکار ہے۔
- والدین کی ذمہ داری نہ صرف اپنے بچوں سے پیار و محبت کرنا ہے بلکہ اس کا مظاہرہ بھی بہت ضروری ہے۔ کیونکہ مظاہرہ سے ایک بچے کو یہ احساس ہوتا ہے کہ اسے چاہنے والے لوگ موجود ہیں ان کی ذات کی ایک اہمیت ہے۔
- توجہ سے مراد ایسا ذہنی عمل ہے جس میں کسی چیز کا مشاہدہ کرنا یا اس سے آگاہ ہونا شامل ہے۔
- لفظ Fear یعنی خوف Proto-Germanic لفظ 'fēra' 'fērō' سے ماخوذ ہے جس کے معنی خطرہ (Danger) کے ہیں۔
- جذباتی نشوونما سے مراد پیدائش کے بعد سے بچے کا جذبات و احساسات کا تجربہ، اس کی سمجھ، اس کا اظہار اور اس کی تنظیم (Regulation of Emotions) ہے۔

### 13.7 فرہنگ (Glossary)

Infancy	شیر خوارگی
Love and Affection	محبت و شفقت
Security and Protection	تحفظ و سلامتی
Psychosocial Development	نفسی سماجی نشوونما
Self-Esteem	عزت نفس
Self-Image	خودی کا تصور
Humanistic Approach	انسانیت پسندانہ نظریہ
Hierarchy of Needs	ضروریات نظام کے مراتب
Physiological Needs	عضویاتی ضروریات
Discipline	نظم و ضبط
Self-Control	ضبط نفس
Anxiety	اضطراب
Phobia	دہشت
Joy	مسرت

Psychosexual Stages	جنسیاتی مراحل
Maternal Deprivation	محرومیتِ مادرانہ

### 13.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1. زندگی کے مختلف ادوار میں احساسات کو پہچاننے، اظہار کرنے اور ان کی تنظیم کرنے کی صلاحیت کس نام سے جانا جاتا ہے؟

(الف) روحانی نشوونما

(ب) جذباتی نشوونما

(ج) جسمانی نشوونما

(د) اخلاقی نشوونما

2. جن بچوں کی مناسب جذباتی نشوونما نہیں ہوتی ہے وہ اکثر و بیشتر

(الف) جذباتی مسائل سے دوچار ہوتے رہتے ہیں۔

(ب) ذہنی مسائل سے دوچار ہوتے رہتے ہیں۔

(ج) مسائل سے دوچار ہوتے رہتے ہیں۔

(د) مذکورہ بالا تمام

3. لفظ Anxiety کس زبان کے لفظ سے ماخوذ ہے؟

(الف) عربی

(ب) انگریزی

(ج) جرمن

(د) لاطینی

4. کس چیز/کن چیزوں کے بنا حسد ممکن نہیں؟

(الف) حاسد

(ب) حریف، جو اس رشتے کے لئے خطرہ بنا ہوا ہے۔

(ج) وہ پارٹنر جس کے ساتھ حاسد تعلق رکھتا ہے یا تعلق رکھنے کا خواہش مند ہے۔

(د) مذکورہ بالا تمام

5. کس ماہر نفسیات نے ۱۹۵۳ میں محرومیتِ مادرانہ کا مفروضہ پیش کیا؟

- (الف) جان بولبی  
 (ب) ایرک ایرکسن  
 (ج) ابرہم ایچ ماسلو  
 (د) سگمنڈ فرائیڈ

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

1. جذباتی نشوونما کا تصور بیان کرتے ہوئے اس کی اہمیت سے بحث کریں؟
2. بچوں میں مختلف اقسام کے اضطراب سے آپ کیا سمجھتے ہیں؟ تفصیل سے قلم بند کریں؟
3. محرومیتِ مادرانہ کا تصور واضح کرتے ہوئے اس اثرات پر روشنی ڈالیں؟
4. بچوں کے جذباتی نشوونما کے فروغ میں بالغ افراد کے کردار کو بالتفصیل بیان کریں؟

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

1. ایام طفولیت میں محبت و شفقت کی ضرورت و اہمیت پر روشنی ڈالیں۔
2. خوف کے معنی و مفہوم بیان کرتے ہوئے بچوں پر اس کے منفی اثرات قلم بند کریں؟
3. بڑے اور سرپرست کی حیثیت سے آپ بچوں کو اپنے غصہ کو کنٹرول اور اسے Manage کرنا سکھانے کے لئے کیا کیا تدابیر اختیار کریں گے؟
4. بچوں کے لئے مسرت (Joy) کے فوائد تحریر کریں؟
5. بچوں میں حسد کے فروغ کے وجوہات سے بحث کریں؟
6. بڑے اور سرپرست کی حیثیت سے آپ اسکول میں بچے سے کن کارکردگیوں کو جذباتی نشوونما کے لیے مختص کریں گے؟

13.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

1. Berk, L. E. (2017). Child Development (9th ed.). Pearson India
2. Thompson, R. A. (2001). Infancy and Childhood: Emotional Development. In International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences (pp. 7382-7387)

3. Alwaely, S. A., Yousif, N. B. A. & Mikhaylov, A. (2021). Emotional Development in Preschoolers and Socialization. In *Early Child Development and Care* (Vol. 191, pp. 2484-2493). Routledge Taylor & Francis Group
4. Bowlby, J. (1956) The Growth of independence in the young child. *Royal Society of Health Journal*, 76, 587-591.

# اکائی 14۔ طرز عمل اور اس کی ترمیم کی تفہیم

(Understanding Behavior and its Modification)

اکائی کے اجزا

14.0 تمہید (Introduction)

14.1 مقاصد (Objectives)

14.2 طرز عمل: معنی، تصور اور نوعیت (Behavior: Meaning, Concept and Nature)

14.3 طرز عمل کی پیمائش اور طرز عمل میں تبدیلی

(Measurement of Behavior and Behavior Change)

14.4 کمزور طرز عمل: معدومیت اور سزائیں

(Weakening Behaviors: Extinction and Punishments)

14.5 طرز عمل کو مضبوط بنانا۔ کمک، حوصلہ افزائی، سلسلہ بندی، تشکیل کرنا، محرک کو قابو کرنا اور کنڈیشننگ

(Strengthening Behaviors- Reinforcement, Prompting, Chaining, Shaping, Stimulus Control, and Conditioning)

14.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

14.7 فرہنگ (Glossary)

14.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

14.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

14.0 تمہید (Introduction)

جیسے جیسے ہماری عمر بڑھتی جاتی ہے، ہم اپنے اخلاقی ضابطہ اور طرز عمل سے اپنے رویے میں مثبت یا منفی تبدیلی کو قائم کرتے جاتے ہیں، ہمیں اساتذہ اور اپنے والدین سے ملنے والے محرکات، تقویت اور تعریف یا سزا کے ذریعے اپنے طرز عمل میں تبدیلی کرنے کی ایک راہ فراہم کی جاتی ہے، جس پر عمل کر کے ہم اپنے مثبت طرز عمل کی راہ ہموار کرتے ہیں۔ ہمارا طرز عمل ہماری روزمرہ کی زندگی میں ایک اہم کردار ادا کرتا ہے۔ ہمارا سلوک اور باہمی تعلقات ہماری اور معاشرہ کے لوگوں کی زندگیوں کو متاثر کرتے ہیں۔ اس لیے موجودہ دور میں انسانی

طرز عمل کو سمجھنا اشد ضروری ہے۔ انسانی طرز عمل کی بنیاد ہمارے اظہارات اور خیالات پر مبنی ہوتی ہیں جس سے ہم ایک دوسرے کے بارے میں مثبت یا منفی رائے قائم کرتے ہیں۔ کسی شخص کے ساتھ باہمی ترسیل کے دوران اسے بدکلام تسلیم کیا جاسکتا ہے جب کہ وہ حاصل کنندہ (Receiver) کو اپنے طرز عمل سے متاثر نہ کر سکے اور بدکلامی سے پیش آئے۔ انسانی طرز عمل زندگی بھر یکساں نہیں رہتے ہیں، بلکہ یہ طرز عمل، مختلف زاویات میں مختلف ہو سکتے ہیں۔ ابتدائی بچپن کے باہمی تعلقات، محرکات اور تجربات کے ساتھ ساتھ مستقبل کی توقعات، اور خاندان یا معاشرے کے عقائد انسانی طرز عمل اور اس کے روایات پر سب سے زیادہ اثر انداز ہوتے ہیں۔ انسانی طرز عمل کی بہتر تفہیم کرنے سے ہمیں انسانی طرز عمل کے اندرونی اور بیرونی عوامل کو سمجھنے میں مدد مل سکتی ہے جو ہمارے تجربات کو ایک نئے زاویہ میں رکھ کر پیش کر سکتی ہے۔ انسانی طرز عمل سے ہمیں آپسی اخلاقی ضابطہ کو بہتر طور پر سمجھنے اور انہیں بہتر بنانے میں مدد مل سکتی ہے۔ انسانی طرز عمل کو سمجھنا بہت زیادہ غیر متوقع اور فطری طور پر ایک پیچیدہ موضوع ہے۔ تاہم، انسانی طرز عمل کو سمجھنا آسان بھی ہو سکتا ہے اگر ہم یہ سمجھ سکیں کہ انسانی طرز عمل کن حالات میں کس طرح اثر انداز ہوتا ہے۔ بلاشبہ، انسانی طرز عمل کے بارے میں جو جتنا زیادہ سمجھتا ہے، اتنا ہی خود کو بہتر طریقہ سے زندگی کے ساتھ مثبت طور پر ہم آہنگ کر سکتا ہے۔ اس اکائی میں ہم انسانی طرز عمل اور اس کی تربیت کی تفہیم کو مختلف طریقہ سے سمجھنے کی کوشش کریں گے۔

## 14.1 مقاصد (Objectives)

- اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ؛
- انسانی طرز عمل کے معنی اور تصور کی وضاحت کر سکیں۔
- انسانی طرز عمل کی نوعیت کو واضح کر سکیں۔
- انسانی طرز عمل کی پیمائش کے طریقوں کی وضاحت کر سکیں۔
- انسانی طرز عمل میں مثبت تبدیلی پر تبادلہ خیال کر سکیں۔
- تقویت اور سزا کے درمیان فرق واضح کر سکیں۔
- انسانی طرز عمل کو کمزور اور مضبوط کرنے کی مختلف تکنیکیوں کو بیان کر سکیں۔

## 14.2 طرز عمل: معنی، تصور اور فطرت (Behavior: Meaning, Concept and Nature)

ماحول اور اس کا اعصابی نظام ممکنہ طور پر انسانی طرز عمل کو متاثر کرتے ہیں۔ کسی شخص کے طرز عمل میں موجود اس کے منفی یا مثبت روایات اس شخص کی وراثت، ماحول اور اس کے اعصابی نظام کی پیچیدگی سے منسلک ہو سکتے ہیں۔ جس کو ہم درج ذیل میں سمجھیں گے۔

## 14.2.1 طرز عمل کا مفہوم اور تصور (Meaning and Concept of Behavior)

انسانی طرز عمل کے اخلاقی ضابطہ کاری کے عمل کو ہم عام طور پر ایک بچہ کی کارکردگیوں، اس کے حسن سلوک اور اس کے باہمی تعلقات کی بنیاد پر سمجھتے ہیں، یہاں یہ دیکھا جاسکتا ہے کہ ہر بچہ ایک دوسرے سے منفرد ہوتا ہے اور اپنی ذاتی شخصیت کا مالک بھی ہوتا ہے۔ دوسرے الفاظ میں، انسانی طرز عمل میں بچہ کی وراثت، اس کا ماحول اور اس کا اعصابی نظام کے تمام اعمال اور رد عمل شامل رہتے ہیں جن کا مشاہدہ، پیمائش اور جانچ سے براہ راست یا بالواسطہ طور پر کیا جاسکتا ہے۔ انسانی طرز عمل کا مطلب نہ صرف جسمانی حرکات سے ہے بلکہ اس میں ذہنی، جذباتی اور علمی عمل بھی شامل ہو سکتے ہیں جس میں احساسات، روایات، اظہارات و خیالات، جذبات اور دیگر شخصیت کے تمام داخلی و خارجی زاویات کی بھی شمولیت ہو سکتی ہے، جن کا براہ راست مشاہدہ نہیں کیا جاسکتا لیکن لوگوں کے مشاہدات اور تجربات کی بنیاد پر ہم اس کو سمجھ سکتے ہیں۔ انسانی طرز عمل کے کے یہ تمام اعمال اور رد عمل محرکات کے رد عمل کے طور پر شروع کیے جاسکتے ہیں جو یا تو بہ ظاہر یا اندرونی ہو سکتے ہیں۔ اس طرح، طرز عمل کسی فرد کا وہ رد عمل ہے جو اس کی کارکردگی یا سرگرمی سے ظاہر ہوتا ہے، یہ توارث اور ماحول میں محرک یا اندرونی تبدیلی کا نتیجہ بھی ہو سکتا ہے۔ درج ذیل میں کچھ ماہرین کے نظریات ملاحظہ کریں:

- ووڈورٹھ (Woodworth) کے مطابق، "زندگی کا کوئی بھی رد عمل سرگرمی ہے، اور طرز عمل ان سرگرمیوں کا ایک اجتماعی نام ہو سکتا ہے۔"

- Crowder کے مطابق "طرز عمل اس شخص کی ایسی کوئی بھی سرگرمی ہے جس کا ہم مشاہدہ، ریکارڈ اور پیمائش کر سکتے ہیں، اس میں سب سے پہلے یہ شامل کیا جاتا ہے کہ بچہ یا انسان کیا کارکردگی کرتے ہیں؟ بچہ یا انسان کی اس حرکت یا کارکردگی کو ماپا بھی جاسکتا ہے۔"
- Lavitt نے طرز عمل کی درجہ بندی کچھ اس طرح کی ہے (i) : وجہ طرز عمل، (ii) حوصلہ افزاں طرز عمل، (iii) مقصد پر مبنی طرز عمل۔

ماہر نفسیات دو نقطہ نظر سے انسانی طرز عمل کا تجزیہ کرتے ہیں۔ ظاہری طرز عمل اور باطنی طرز عمل۔ جو طرز عمل ظاہری طور پر نظر آتا ہے اور جو انسان کے باہمی طور پر کارکردگیوں سے ادا ہوتا ہے، اسے ظاہری طرز عمل کہتے ہیں۔ مثال کے طور پر فٹ بال کھیلنا اور تقریب میں شامل ہونا وغیرہ۔ باطنی طرز عمل وہ طرز عمل ہے جو ظاہری طور پر نظر نہیں آتا اور جو انسان کے اندر چھپا ہوتا ہے اسے پوشیدہ طرز عمل بھی کہتے ہیں، جیسے ہمارے ذہن کی سوچ۔

اس طرح، طرز عمل کی اصطلاح میں تمام حرکی یا conative سرگرمیاں شامل رہتی ہیں جیسے چلنا، تیراکی کرنا، رقص کرنا، وغیرہ؛ علمی سرگرمیوں میں سوچ، استدلال، تصور، وغیرہ شامل رہتی ہیں، اور جذباتی سرگرمیوں میں خوشی، اداسی، غصہ، وغیرہ شامل رہتے ہیں۔

## 14.2.2 طرز عمل کی نوعیت اور خصوصیات (Nature and Characteristics of Behavior)

انسانی طرز عمل ایک ایسی سرگرمی ہے جس کا مشاہدہ کیا جاسکتا ہے، ریکارڈ اکٹھا کیا جاسکتا ہے اور پیمائش بھی کی جاسکتی ہے۔ کسی مخصوص ماحول کے اندر فرد کا برتاؤ کس طرح تبدیل ہوتا ہے، یہ انسانی نوعیت ہے کہ وہ اندرونی اور بیرونی ماحول سے پیدا ہونے والی محرک صورت حال کا جواب اپنی شخصیت کے مختلف عناصر کے مطابق فراہم کرتا رہتا ہے۔ طرز عمل کا اظہار درج ذیل میں کیا جاسکتا ہے۔

- طرز عمل متعدد عوامل سے متاثر ہوتا ہے: انسانی طرز عمل توارث کے ساتھ ساتھ حیاتیاتی، ثقافتی، سماجی، ماحولیاتی، مستقبل کی امید، محرکات، جذباتی، علمی اور دیگر عناصر وغیرہ کی عکاسی کرتا ہے اور یہ تمام عناصر انسانی طرز عمل کو متاثر کرتے ہیں۔
- انفرادی اختلافات: انسانی طرز عمل ایک شخص سے دوسرے شخص کے ساتھ یا ایک گروہ میں بھی ایک شخص سے دوسرے کے ساتھ بہت مختلف ہو سکتا ہے۔ لوگ اپنی جسمانی حرکات اور سابقہ تجربات، صلاحیت اور پس منظر کے لحاظ سے بھی مختلف ہو سکتے ہیں۔ نتیجے کے طور پر، یہ معمول کی بات ہے کہ جب دس افراد کو ایک جیسے حالات میں رکھا جائے تو ہر فرد کا طرز عمل دوسروں سے کسی نہ کسی لحاظ سے جداگانا یا مختلف حالات اور زاویوں میں مختلف ہو سکتا ہے۔

- انسانی طرز عمل بھی مماثلت کو ظاہر کرتا ہے: اگرچہ انسانی طرز عمل ایک دوسرے سے مختلف ہوتے ہیں لیکن اس کا مطلب یہ نہیں کہ تمام لوگ ہر وقت اور تمام حالات میں دوسروں سے مختلف ہوں۔ لوگوں کے طرز عمل میں بھی کافی حد تک مماثلت پائی جاسکتی ہے۔ مثال کے طور پر اگر کسی کی آنکھ میں دھول کا ذرہ گر جائے تو وہ اسے ہٹانے کی کوشش کرتا ہے۔ اس قسم کا طرز عمل عالمی سطح پر بھی پایا جاتا ہے۔

- طرز عمل ہمیشہ با مقصد اور ہدف پر مبنی ہوتا ہے: انسانی طرز عمل ہمیشہ جان بوجھ کر کی گئی کارکردگی پر مبنی ہوتا ہے، اور کسی کی سرگرمیوں کا مقصد ہمیشہ کسی نہ کسی طرح کے مقاصد کو حاصل کرنا اور اپنی ضرورت کو پورا کرنا ہوتا ہے۔
- مثلاً ایک نوجوان جو بیٹھ کر پڑھ رہا تھا اچانک کھڑا ہوا اور پانی کا گلاس پیا۔ اس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ اس بچے کا مقصد اپنی پیاس بجھانے کے لیے ایک گلاس پانی حاصل کرنا تھا، جو اس نے اپنی حرکت یا کارکردگی سے مکمل کیا۔ آئیے ایک اور مثال لیتے ہیں۔ ایک لڑکا بیٹھ کر پڑھ رہا ہے، پھر بھی اسے سردی لگ رہی ہے۔ وہ کھڑا ہو کر پنکھا بند کر دیتا ہے۔ اس کا خیال یہ ہے کہ سردی کی تکلیف سے بچنے کے لیے پنکھا بند کر دیا جائے۔ اس طرح ہم دیکھتے ہیں کہ ہماری تمام طرز زندگی ہمارے اعمال کے ارد گرد گھومتی ہے۔

- طرز عمل کافی حد تک تبدیل ہو سکتا ہے: بہت سے عناصر طرز عمل پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ نتیجے کے طور پر، ان عناصر کو تبدیل کر کے طرز عمل کو تبدیل کرنا ممکن ہے۔ اس موافقت کی وجہ سے ہی ہر انسان طرز عمل کی بنیاد پر اچھا بن سکتا ہے اور اچھا انسان برا بن سکتا ہے۔
- طرز عمل استحکام کو ظاہر کرتا ہے: اگرچہ ممکنہ طور پر عمل کی تبدیلیوں پر زور دیا گیا ہے، لیکن یہ یاد رکھنا چاہیے کہ زندگی ہمیشہ دشواریوں سے بھری نہیں ہوتی۔ انسانی طرز عمل میں تبدیلی کے دوران بھی مستقل مزاجی کی سطح کو قائم رکھا جاسکتا ہے۔ یہ ماحول کی ہر تبدیلی کے ساتھ نہیں بدلتا اور نہ ہی انسانی طرز عمل ہر قسم کے طرز عمل سے بدلتا ہے۔ انسانی طرز عمل ایک مسلسل عمل ہے۔ مثال کے طور پر، اگرچہ

ہماری دادی اب بھی ایک انتہائی جدید ثقافتی پرانے ماحول میں رہتی ہیں، پھر بھی قدیم عقائد اور زندگی کے پرانے طریقے پسند کر سکتی ہیں، یہ انکا طرز عمل ہے۔

- موافقت: انسانی نوعیت ہے کہ وہ نئی صورت حال سے کامیابی سے ہم آہنگ ہونے کے لیے اپنے اندر مثبت تبدیلی لاتا ہے۔ انسان کو ہمیشہ بدلتے ہوئے ماحول کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ بدلتے ہوئے ماحول کے ساتھ موافقت انسانی طرز عمل کی ایک عام خصوصیت ہے۔

### 14.2.3 طرز عمل کی وجوہات (Causes of Behavior)

- انسانی سلوک کسی فرد اور صورت حال کے مابین تعامل کا ایک نتیجہ ہوتا ہے۔ کسی بھی محرک حرکت کا جواب دینا انسانی نوعیت ہے۔ انسانی طرز عمل کی تبدیلی کی ایک وجہ ترتیب سے بھی سمجھی جاسکتی ہے۔ انسانی طرز عمل کی اس ترتیب کو درج ذیل میں بیان کیا گیا ہے۔
- محرک کی صورت حال: انسانی طرز عمل میں روشنی، آواز، کام کے معمولات، دوسرے لوگوں کے عمل اور ماحول کے مشاہدات کے کسی بھی پہلو سے حرکت کو پیدا کیا جاسکتا ہے۔
- آرگنزم (عضویہ): جب کسی شخص کو محرک کرنے کی صورت حال کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو انسان کے عضویہ خود بخود کارکردگی کرنا شروع ہو جاتا ہے۔ حیاتیاتی موروثی، پختگی، حیاتیاتی ضروریات اور بہت سے سیکھنے کے عمل جیسے علم، مہارت، مخصوص ضروریات کا طرز عمل اور اقدار وغیرہ کچھ بھی ہو سکتا ہے۔
- طرز عمل: انسانی طرز عمل ایک محرک صورت حال اور انفرادی حیاتیاتی عضویہ زاویات کا نتیجہ ہے جو کسی شخص کو کارکردگی کرنے یا اپنا طرز عمل ظاہر کرنے کی طرف مائل کرتا ہے۔ انسانی طرز عمل جسم کی حرکت، گفتگو، چہرے کے تاثرات، جذباتی رد عمل اور سوچ بھی ہو سکتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال:- آپ "انسانی طرز عمل" سے کیا سمجھتے ہیں؟

### 14.3 طرز عمل کی پیمائش اور طرز عمل میں تبدیلی

(Measurement of Behavior and behavioral change)

انسانی طرز عمل کو سمجھنے کے لیے ہم انسانی طرز عمل کا مشاہدہ کرتے ہیں اور اس مشاہدہ کی بنیاد پر معطیات کو یکجا کرتے ہیں، اعداد و شمار کو جمع کرنے کی ایک وجہ انسانی طرز عمل کی کارکردگی کی درست پیمائش کرنا ہے جو انسانی طرز عمل کی بہت سی وجوہات کو جاننے کے لیے ضروری

ہے۔ انسانی طرز عمل کی پیمائش میں سب سے پہلے طرز عمل کے طول و عرض کی شناخت کرنا ضروری ہوتا ہے۔ طرز عمل کی کم از کم چھ جہتیں ہوتی ہیں جس میں تعداد، دورانیہ، تاخیر، ٹیوگرانی (انسانی عضویہ کا تفصیلی مطالعہ)، لوکس (موقع)، اور قوت وغیرہ شامل ہیں۔

- تعداد: اس سے مراد ان رد عمل یا کارکردگی کی تعداد ہے جس میں یہ سلوک کتنی بار کیا گیا۔
- دورانیہ: دوسرا ممکنہ طول و عرض مدت یا طرز عمل جو کتنا عرصہ چلتا ہے اور دو کارکردگیوں کے درمیان کتنا وقفہ ہے۔
- تاخیر: اس سے مراد وہ وقت ہے جو کسی طرز عمل کے پیش آنے یا شروع کرنے میں لگا۔
- ٹیوگرانی (انسانی عضویہ کا تفصیلی مطالعہ): ٹیوگرانی سے مراد یہ ہے کہ انسانی طرز عمل میں کس عضویہ کی شمولیت تھی، یا خاص طور پر اس کی شکل کو دکھاتا ہے۔ مثال کے طور پر کسی طالب علم کے خط لکھنے کی مہارت۔
- لوکس (موقع): پانچویں ممکنہ جہت، لوکس، جہاں طرز عمل واقع ہوتا ہے، یعنی اس کو اپنا مقصد یا مقام حاصل کرنے کے کتنے مواقع حاصل ہوئے۔
- قوت: اس سے مراد طرز عمل میں استعمال کی گئی شدت یا قوت سے ہے۔

روپوں کو تین بنیادی خصوصیات سے ماپا جاسکتا ہے

- تعداد سے مراد ہے کہ انسانی طرز عمل کو کس طرح شمار یا مشاہدہ کیا جاسکتا ہے یا یہ وقت کے ساتھ ساتھ بار بار کیسے ممکن ہو سکتا ہے۔ مثال کے طور پر، اگر ماپا جا رہا طرز عمل اشیاء کو پھینکنے کا طرز عمل ہے، تو اس سے مراد ہے کہ آپ دیکھ سکتے ہیں کہ فرد کتنی بار اشیاء کو پھینکتا ہے۔
- عارضی حد سے مراد یہ ہے کہ طرز عمل میں کتنا وقت لگتا ہے۔ مثال کے طور پر، اگر آپ رونے کے طرز عمل کی پیمائش کرنے میں دلچسپی رکھتے ہیں، تو آپ رونے کی پہلی آواز پر ٹائم شروع کر کے اور رونابند ہونے پر ٹائم کو ختم کر کے رونے کے دورانیہ کی پیمائش کر سکتے ہیں۔
- عارضی لوکس یا مواقع سے مراد یہ ہے کہ یہ سلوک کس وقت شروع ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر، پھینکنے والی اشیاء کی پیمائش کرتے وقت، آپ اس وقت کی نشاندہی کر سکتے ہیں جب یہ طرز عمل واقع ہوتا ہے، جیسے کہ صبح 8:30 بجے، صبح 10:00 بجے اور صبح 11:00 بجے۔ یہ آپ کو مطلع کر سکتا ہے کہ طرز عمل صرف صبح کے وقت ہی ہوتا ہے۔

### 14.3.1 طرز عمل میں تبدیلی (Behavior Change)

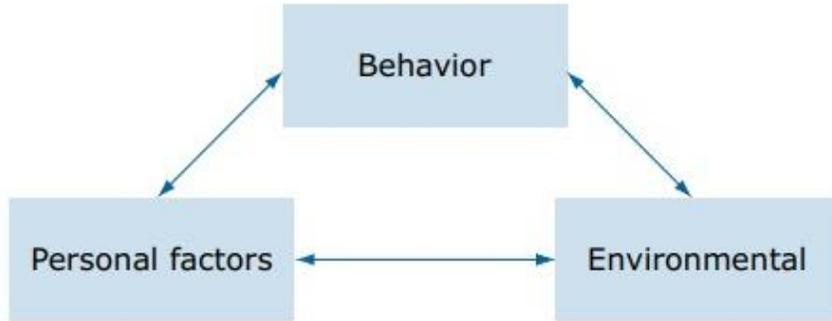
انسانی طرز عمل میں تبدیلی بہت سی وجوہات کی بنیاد پر اہم ہے۔ انسانی طرز عمل میں تبدیلی ہماری صحت، ہمارے تعلقات، اور ہمارے مجموعی احساسات و تجربات کو بہتر بنانے میں مدد کر سکتا ہے۔ یہ ہمارے کام اور پیشہ میں زیادہ نتیجہ خیز اور کامیاب ہونے میں بھی ہماری مدد کر سکتا ہے۔ انسانی طرز عمل میں تبدیلی کے لیے ایک مخصوص کار عمل پر زور دینے کی ضرورت ہوتی ہے جو ایک مخصوص کارکردگی اور اصلاح کے ذریعے مکمل ہوتی ہے۔ دوسرے لفظوں میں، انسانی طرز عمل کی تبدیلی طویل مدت کے لیے عادات اور طرز عمل کو تبدیل کرنے کے بارے میں ایک اہم عمل ہے۔ انسانی طرز عمل میں تبدیلی کا نظریہ بتاتا ہے کہ اس طرز عمل کی تبدیلی کے امکان کی تحقیقات کرتے وقت تین اہم عوامل کو ضرور ذہن نشین رکھنا چاہیے، کہ کوئی شخص کس ماحول میں کون سا سلوک کرے گا؟ جس کو ہم درج ذیل سے سمجھ سکتے ہیں۔

- طرز عمل کے بارے میں ایک شخص کے عقائد کی بنیاد کیا ہیں؟
  - اس طرز عمل کے بارے میں دوسرے کیا مانتے ہیں اس کے بارے میں ایک شخص کا عقیدہ یا سماجی اصول کیا ہیں؟
  - طرز عمل کو انجام دینے کی اپنی صلاحیت کے بارے میں کسی شخص کا یقین طرز عمل پر قابو کی شدت کیا ہے؟
- یہ عقائد، جب کسی شخص کے طرز عمل کے ساتھ عملی حقیقت سے واضح ہوتے ہیں۔ جیسا کہ اس کا ماضی کا طرز عمل، ارد گرد کی آبادی اور ثقافت، ان کی شخصیت، ان کی انفرادی خصوصیات، ان کی مہارتیں وغیرہ۔ اس شخص کے اپنے طرز عمل کو تبدیل کرنے کے ارادے کا تعین کرتے ہیں۔

### 14.3.2 طرز عمل کی تبدیلی کے اہم نظریات (Major Theories of Behavior Change)

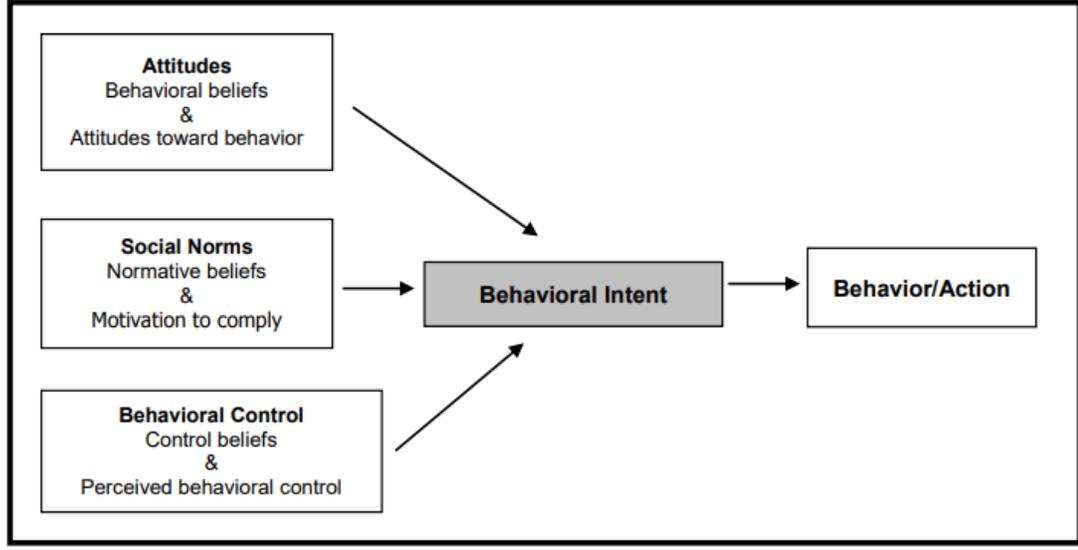
طرز عمل اور طرز عمل کی تبدیلی کے بارے میں بہت سے نظریات ماہرین نے فراہم کیے ہیں۔

- سماجی علمی نظریہ (Social Cognitive Theory)
- سماجی ادراک کا نظریہ (سماجی علمی یا ذہنی نظریہ): بانڈورا (Bandura) کا سماجی علمی نظریہ سفارش کرتا ہے کہ لوگ اپنی باطنی قوتوں سے نہیں بلکہ بیرونی عوامل سے حرکت کرتے ہیں۔ یہ ماڈل تجویز کرتا ہے کہ انسانی کام کاج کی وضاحت رویے، ذاتی یا انفرادی وراثت اور ماحولیاتی عوامل کے سہ رخی تعامل سے کی جاسکتی ہے۔ اسے اکثر باہمی تعین کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔



Social Cognitive Theory Model

- منصوبہ بند طرز عمل کا نظریہ (Theory of Planned Behaviour)
- منصوبہ بند طرز عمل کا نظریہ بتاتا ہے کہ طرز عمل کا انحصار اس طرز عمل کو انجام دینے کے ارادے پر ہوتا ہے جو کہ ارادے کا تعین کسی فرد کے طرز عمل جس میں عقائد اور اقدار کے ساتھ موضوعی اصولوں جس میں امید کے عقائد سے شمار کیا جاتا ہے۔ انسانی طرز عمل کا تعین کسی فرد کے سمجھ جانے والے طرز عمل کے کنٹرول سے بھی ہو سکتا ہے، جس کی تعریف فرد کی صلاحیت کے بارے میں تصور یا طرز عمل کو انجام دینے کے لیے خود افادیت کے احساسات کے طور پر کی جاسکتی ہے۔ یہ عمل عام طور پر انسانی طرز عمل کی قسم اور صورت حال کی نوعیت پر منحصر ہوتا ہے۔



Model of Theory of Planned Behavior

- ٹرانس تھیوریٹیکل (تبدیلی کے مراحل) کا ماڈل (Trans-theoretical (Stages of Change) Model)
- ٹرانس نظریاتی ماڈل چھ مراحل کے عمل کے طور پر تبدیلی کی سفارش پیش کرتا ہے۔
- i. قبل از غور و فکر (Pre-contemplation): وہ مرحلہ ہے جس میں لوگ قریب کے مستقبل میں کوئی تبدیلی کرنے کا ارادہ نہیں رکھتے ہیں (اکثر اگلے 6 ماہ کے طور پر بیان کیا جاسکتا ہے)۔
- ii. غور و فکر (Contemplation): وہ مرحلہ ہے جہاں لوگ تبدیلی کا ارادہ رکھتے ہیں (اگلے 6 ماہ کے اندر)۔ اس مرحلے میں لوگ تبدیلی کے فوائد سے واقف ہیں لیکن نقصانات کو بھی پہچان سکتے ہیں۔
- iii. تیاری (Preparation): اس مرحلے کی نمائندگی کرتی ہے جہاں لوگوں کے پاس عمل کا منصوبہ ہوتا ہے اور وہ مستقبل قریب میں ایک ماہ کے اندر کارروائی کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں۔
- iv. عمل (Action): وہ مرحلہ ہے جس میں لوگ طرز عمل میں تبدیلی لاتے ہیں۔
- v. دیکھ بھال (Maintenance): اس مرحلے کی نمائندگی کرتی ہے جہاں لوگ دوبارہ کارکردگی سے بچنے کے لیے کام کرتے ہیں۔
- vi. برطرفی (Termination): اس مرحلے کی نمائندگی کرتی ہے جہاں افراد 100 فیصد افادیت رکھتے ہیں اور اپنے طرز عمل کو برقرار رکھیں گے۔ اس مرحلے کو برقرار رکھنا سب سے مشکل ہے، لہذا بہت سے لوگ اپنی کارکردگی کو سنبھالنے میں زندگی بھر کوشاں رہتے ہیں۔

### 14.3.3 طرز عمل میں تبدیلی (Behavior Modification)

انسانی طرز عمل میں تبدیلی ایک تکنیکی عمل ہے جسے ہر کوئی طرز عمل کو مثبت طور پر تبدیل کرنے اور انہیں برقرار رکھنے کے لیے استعمال کرتا ہے۔ جب لوگ اپنے طرز عمل اور عادات کے بارے میں مزید مطالعہ کرتے اور اسے سمجھتے ہیں، تو وہ انہیں صحت مند یا زیادہ درستی سے قائم رکھنے کے لیے تبدیل کر سکتے ہیں۔ انسانی طرز عمل میں ترمیم کے لیے کمک یا مدد اور سزا کے استعمال سے بھی تبدیل کیا جاسکتا ہے۔ یہ بُری عادات کو تبدیل کرنے کا ایک طریقہ ہے جو مثبت تبدیلی میں شامل ہوتا ہے۔ یہ تمباکو نوشی چھوڑنے، شراب نوشی کو کم کرنے، کھیلوں کی نئی سرگرمیاں سیکھنے وغیرہ جیسے چیزوں کے ساتھ کیا جاسکتا ہے۔

انسانی طرز عمل کو بدلنا کسی کے لیے آسان کام نہیں ہے، لیکن ہر کسی کے لیے ناممکن بھی نہیں۔ اس کے لیے اپنے طرز عمل کو بدلنے کے لیے حوصلہ کے ساتھ ساتھ اس طرز عمل کو تبدیل کرنے کے بارے میں علم کی ضرورت بھی ہوتی ہے۔ آپ جو کچھ کرنے کی کوشش کر رہے ہیں اس کا مطالعہ کرنا اپنے مقصد کو پورا کرنا اس تبدیلی کو آسان بنا سکتا ہے۔

انسانی طرز عمل میں ترمیم کو عام طور پر مختلف محرک تکنیکوں کا استعمال کرتے ہوئے انسانی طرز عمل کے مقصود شکلوں میں تبدیل کرنے کے عمل کے طور پر محسوس کیا جاتا ہے، جیسے کہ منفی اور مثبت کمک، معدومیت، دھندلا پن، تشکیل کرنا، اور تسلسل قائم کرنا۔ یہ طریقہ اپنے طرز عمل کو تبدیل کرنے، اپنے بچوں، یا اپنے ملازمین میں مطلوبہ طرز عمل کی حوصلہ افزائی کرنے کے لیے ایک مفید آلہ کے طور پر استعمال ہو سکتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال :- طرز عمل کی چھ جہتیں بیان کریں؟

### 14.4 کمزور طرز عمل: معدومیت اور سزائیں

(Weakening Behaviors: Extinction and Punishments)

جب ہم انسانی طرز عمل کی بات کرتے ہیں تو مثبت اور منفی طرز عمل پر بحث کرنے میں کئی الفاظ استعمال کرتے ہیں جس میں مثبت کمک، منفی، کمک، اور سزا کو شامل کرتے ہیں۔ مثبت اور منفی کا مطلب اچھا اور برا نہیں ہوتا۔ اس کے بجائے، مثبت کا مطلب ہے کہ آپ کچھ تخلیقی عمل شامل کر رہے ہیں، اور منفی کا مطلب ہے کہ آپ کچھ غلط حاصل کر رہے ہیں جو آپ کو زد و کوب کرے گا۔ کمک کا مطلب ہے کہ آپ طرز عمل میں اضافہ کر رہے ہیں، اور سزا کا مطلب ہے کہ آپ طرز عمل کو کم کر رہے ہیں۔ کمک مثبت یا منفی ہو سکتی ہے، اور سزا بھی مثبت یا منفی ہو سکتی ہے۔

## 14.4.1 معدومیت (Extinction)

معدومیت سے مراد ایک مشروط رد عمل کا بتدریج کمزور ہونا ہے جس کے نتیجے میں ہمارے عضوی کارکردگی کے طرز عمل میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔ دوسرے لفظوں میں، مشروط طرز عمل بالآخر رک جاتا ہے۔ مثال کے طور پر، محسوس کریں کہ آپ نے اپنے کتے کو ہاتھ ملانا سکھایا ہے۔ اور وقت کے ساتھ دلچسپی میں کمی ہوتی گئی۔ بالآخر ایسی صورت میں رد عمل معدوم ہو جاتا ہے، اور آپ کا کتاب ہاتھ ملانے کے طرز عمل کو ظاہر نہیں کرتا ہے۔

Ivan Pavlov (1849-1936)، ایک روسی ماہر نفسیات کو نظام انہضام کے کام کا مطالعہ کرتے ہوئے، ایک غیر متوقع مسئلہ کا سامنا کرنا پڑا: اس کے تجربے میں کتوں نے نہ صرف کھانے دیکھ کر لعاب نکالا بلکہ جب انہوں نے کھانا دیکھا تو اس آدمی کو بھی دیکھا جو عام طور پر کھانا لاتا تھا۔ یا اس کے قدموں کی آواز بھی سنی۔ پاولاو نے اس رجحان کا مطالعہ کرنا شروع کیا جسے اس نے "کنڈیشننگ" کہا۔ بعد میں، اس کا نام کلاسیکل کنڈیشننگ رکھ دیا گیا۔ پاولاو نے محسوس کیا کہ اگر مشروط محرک (گھنٹی بجنا) کو خوراک کے بغیر تہا کئی بار پیش کیا جائے تو لعاب کے مشروط رد عمل کی شدت کم ہونا شروع ہو جاتی ہے، اور اسی طرح اس کے ظاہر ہونے کا امکان بھی بالکل کم ہو جاتا ہے۔ مشروط رد عمل کے بتدریج غائب ہونے یا S-R ایسوسی ایشن کے منقطع ہونے کے اس عمل کو معدومیت کہا جاتا ہے۔

- معدومیت کا مطلب یہ نہیں ہے کہ یہ ہمیشہ کے لیے ختم ہو گیا ہے

### (Extinction Doesn't Mean It's Gone Forever)

اگر مشروط جواب ظاہر نہیں ہوتا ہے، تو کیا اس کا واقعی یہ مطلب ہے کہ یہ ہمیشہ کے لیے ختم ہو گیا ہے؟ کلاسیکی کنڈیشننگ پر اپنی تحقیق میں، پاولاو نے پایا کہ جب معدومیت ہوتی ہے، تو اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ موضوع اپنی غیر مشروط حالت میں واپس آ جاتا ہے۔ جواب کے نہ ملنے کے بعد کئی گھنٹے یا اس سے بھی دن گزر جانے کے نتیجے میں رد عمل کی خود بخود بحالی ہو سکتی ہے۔ اچانک بحالی سے مراد پہلے سے غائب رد عمل کا اچانک دوبارہ ظہور ہوتا ہے۔ آپریٹ کنڈیشننگ پر اپنی تحقیق میں، اسکرن نے دریافت کیا کہ کسی طرز عمل کو کس طرح اور کب تقویت ملتی ہے۔ اس نے پایا کہ کمک کے ایک جزوی شیڈول (وقت کا صرف ایک حصہ طرز عمل کو تقویت دینا) نے معدومیت کے امکانات کو کم کرنے میں مدد کی۔

### • معدومیت کی وجوہات (Causes of Extinction)

کلاسیکی کنڈیشننگ میں، جب ایک مشروط محرک کو بغیر کسی مشروط محرک کے اکیلے پیش کیا جاتا ہے، تو مشروط رد عمل بالآخر ختم ہو جاتا ہے۔ مثال کے طور پر، پاولاو کے کلاسک تجربے میں، ایک کتے کو گھنٹی کی آواز پر لعاب نکالنے کی شرط لگائی گئی تھی۔ جب کھانے کی پیشکش کے بغیر گھنٹی کو بار بار پیش کیا گیا، تو لعاب کا رد عمل بالآخر معدوم ہو گیا۔ آپریٹ کنڈیشننگ میں، معدومیت اس وقت ہوتی ہے جب امتیازی محرک کے بعد رد عمل کو مزید تقویت نہیں ملتی۔

## 14.4.2 سزائیں (Punishments)

اس زاویہ کی دو اصطلاحات ہیں - پہلی منفی کمک اور دوسری سزا - ان دونوں کو ایک ہی معنی کے تصور میں نہیں لیا جانا چاہئے۔ سزایا منفی کمک کسی غلط طرز عمل کو کمزور کرتی ہے۔ دوسری طرف، منفی کمک ناخوشگوار تجربات کو کم کر مطلوبہ طرز عمل کو مضبوط کرتی ہے۔ یہاں یہ بات ذہن نشین رہے کہ کسی منفی طرز عمل کو کم کرنے کے لیے ایک پیمانہ کو سزا دینے والا کہلانے کے لیے اسے ناخوشگوار انجام کے ذریعے کسی طرز عمل کی تعداد کو ہمیشہ کم کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ مثال کے طور پر، ایک طالب علم کے معاملے میں جو برا محسوس کرنے کے بجائے کلاس سے باہر رہنے پر خوش ہوتا ہے، اسے کلاس سے باہر کرنا سزا دینے والے یا طرز عمل میں تبدیلی کے ذریعہ کام نہیں کرے گا۔ اسی طرح، ایسے طلباء کے لیے جو ڈانٹنا پسند کرتے ہیں کیونکہ اس سے ان کے استاد کی توجہ حاصل ہوتی ہے اور/یا ان کے ساتھیوں میں ان کی حیثیت میں اضافہ ہوتا ہے، سزا دینے والے کے طور پر کام کرنے کے بجائے ڈانٹنا ان کے طرز عمل کو تقویت دینے کا ایک طریقہ ہو سکتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال :- اصطلاح "ختم ہونا" کی وضاحت کریں؟

## 14.5 طرز عمل کو مضبوط بنانا - کمک، حوصلہ افزائی، سلسلہ بندی، شکل دینا، محرک کنٹرول، اور کنڈیشننگ

(Strengthening Behaviors- Reinforcement, Prompting, Chaining, Shaping, Stimulus Control, and Conditioning)

علم نفسیات میں انسانی طرز عمل کی تشکیل ایک سیکھے ہوئے مقصود طرز عمل کی سلسلہ وار تربیت کا ایک عمل ہے جو مطلوبہ نتائج کے قریب ہر انسانی مثبت طرز عمل کے لیے، ایک مثبت کمک یا انعام اس وقت تک فراہم کیا جاتا ہے جب تک کہ مقصود طرز عمل کا ہدف حاصل نہ ہو جائے۔ یہ تبدیلی انسانی طرز عمل کو مقصود طرز عمل کی طرف مائل کرتی ہے اور جس سے رویے میں تبدیلی کی ایک نئی مثبت شکل پیدا ہوتی ہے۔ جو اکثر انسانوں، جانوروں اور بچوں کو سکھانے کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔

## 14.5.1 کمک (Reinforcement)

کمک کا تصور انعام کی پیشکش کے مماثل ہے۔ کمک وہ محرک ہے جس کی پیشکش سے رد عمل کے دہرائے جانے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ اسکرنے دو قسم کی کمک کی وضاحت کی ہے پہلی مثبت کمک اور دوسری منفی کمک۔

i. پہلی مثبت کمک جس میں کوئی بھی محرک یا انعام کی شمولیت ہو سکتی ہے جیسے کھانا، پانی، جنسی رابطہ یا کوئی پسندیدہ چیز وغیرہ، جس کا تعارف پیشکش کسی خاص طرز عمل کے امکان کو بڑھاتا ہے۔ تعلیمی تناظر میں، تعریف، درجات، تمغے، اور طالب علموں کو دیے جانے والے دیگر انعامات مثبت تقویت کی مثالیں ہیں۔

ii. منفی کمک جس میں ایسی محرک شامل ہے جسے ہٹانا یا واپس لینا یا کم کرنا شامل رہتا ہے جو کہ کسی خاص انسانی طرز عمل کے امکان کو بڑھاتا ہے۔ جس میں ذہنی، جذباتی و جسمانی سزایا تکلیف جیسے جسم کو برقی جھکادینا، تیز آواز وغیرہ کو منفی کمک کہا جاسکتا ہے۔ تعلیمی زاویہ میں، دیکھیں تو اگر ایک استاد کا طلباء سے یہ کہنا ہو سکتا ہے کہ جو بھی کلاس میں ڈرل کا کام ٹھیک طریقے سے کرتا ہے اسے ہوم ورک سے مستثنیٰ قرار دے دیا جائے گا۔

### کمک کے نظام الاوقات (Schedules of Reinforcement)

طرز عمل کو تقویت دینے کے مختلف نظام الاوقات ہیں اور یہ مسلسل یا وقفے وقفے سے دیئے جاسکتے ہیں۔

#### مسلسل شیڈول (Continuous Schedule)

مسلسل نظام الاوقات: جب مثبت طرز عمل کے پیش آنے پر ہر بار کمک پیش کی جاتی ہے، تو اسے مسلسل کمک کہا جاتا ہے۔ ایک بار جب طرز عمل قائم ہو جائے تو بہتر ہے کہ رد عمل یا مطلوبہ طرز عمل کے لیے کمک کے تناسب کو کم کیا جائے اور اس طرز عمل کو قائم کیا جائے۔ جب کسی ناپسندیدہ طرز عمل کو تبدیل کرنے کی ضرورت ہوتی ہے اور جب سزا کو طریقہ کار کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے، تو یہ بہتر ہے کہ مسلسل کمک کا اطلاق کیا جائے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ متضاد سزا، طریقہ استعمال کرنے والے شخص کے تئیں الجھن یا ناراضگی کا باعث بن سکتی ہے۔

#### وقفے وقفے سے شیڈول (Intermittent schedules)

وقفے وقفے سے نظام الاوقات: تجرباتی حالات میں طرز عمل کو تبدیل کرنے کے لیے چار قسم کے وقفے وقفے سے کمک کا استعمال کیا جاتا ہے۔ ہر شیڈول کے طرز عمل پر مختلف اثرات دیکھے جاسکتے ہیں۔

- ایک مقررہ تناسب کے شیڈول سے مراد ایک مخصوص تعداد کے طرز عمل یا رد عمل کے بعد کمک کا اطلاق کرنا ہے۔
- ایک مقررہ وقفہ کے شیڈول سے مراد ایک مخصوص اور مقررہ وقت کے بعد کمک شامل کرنا ہے۔
- متغیر تناسب کا شیڈول جو ابابت کی متغیر تعداد کے بعد کمک کا اطلاق کرنا ہے۔ یہ بہت سے حالات میں بہترین کام کرنے کے لئے عمل میں لایا گیا ہے۔

- متغیر وقفہ کے شیڈول سے مراد متغیر وقت کے بعد کمک کا اطلاق کرنا ہے۔ متغیر نظام الاوقات طرز عمل کو تبدیل کرنے میں زیادہ قوی ہوتے ہیں اور اس کے نتیجے میں غیر یقینی صورتحال اور غیر متوقعیت کے عنصر کی وجہ سے زیادہ مستقل طرز عمل قائم کرتے ہیں جو ایک مستحکم اور مستقل طرز عمل کو برقرار رکھنے کا باعث بھی بنتے ہیں۔

## 14.5.2 اشارہ کرنا (Prompting)

اشارہ کر کے ترغیب دینے سے مراد ایسے اشارے ہیں جو کسی فرد کو کسی کام یا طرز عمل کو مکمل کرنے میں مدد کرتے ہیں۔ دوسرے الفاظوں میں، اشارہ کرنا کسی کے لیے طرز عمل شروع کرنے کا اشارہ، سمت یا مدد ہوتی ہے۔ اشارہ کرتے وقت، اس طرز عمل کی واضح اور اس کی مخصوص تعریف بتانا، یا واضح کرنا ضروری ہے جو طرز عمل آپ ان سے کروانا چاہتے ہیں۔

## کیسے اشارہ کریں (How to Prompt)

جب آپ اشارہ کرتے ہیں، تو یاد رکھنے کے لیے کئی اہم چیزیں ہیں جیسے

- کام کی بات کرو
- پرسکون ہو
- قریب رہو
- درخواست کا وقت
- پرامپٹ دو بار سے زیادہ نہیں۔
- اسے توڑ دو

اشارہ کرنے کی اقسام، جس میں کم دخل اندازی سے لے کر حد درجہ کی زیادہ دخل اندازی تک شامل ہیں:

- قربت کا کنٹرول: قربت کا کنٹرول ایک قسم کا پرامپٹ ہے جو طلباء کو اپنے طرز عمل کے استعمال سے آگاہ کرنے میں مدد کر سکتا ہے۔
- زبانی: زبانی اشارے بولے جانے والے اشارے ہیں جو طالب علم کو معلومات فراہم کرتے ہیں۔
- بصری: بصری اشارے میں ایسی تصاویر یا متن شامل ہو سکتا ہے جو طلباء کو کسی کام کو مکمل کرنے یا کوئی ہنر سیکھنے کے بارے میں یاد دہانی یا اشارے فراہم کرتے ہیں۔
- اشارہ: سادہ اشاروں میں ان چیزوں کی طرف اشارہ کرنا شامل ہو سکتا ہے جن کی طالب علم کو ضرورت ہے یا اس سمت میں جس طرف انہیں جانا ہے۔
- ماڈل: ماڈلنگ میں استاد یا ہم مرتبہ طالب علم کو مہارت کا مظاہرہ کرنا شامل ہوتا ہے۔
- جسمانی: جسمانی اشارے میں مکمل جسمانی مدد شامل ہو سکتی ہے جیسے کسی کام کو انجام دینے کے لیے ہاتھ کی مدد، یا جزوی جسمانی مدد (جیسے کہ طالب علم کو مطلوبہ عمل کی یاد دلانے کے لیے کلائی یا کہنی پر ہاتھ لگانا)۔

## 14.5.3 سلسلہ ترتیب (Chaining)

سلسلہ ترتیب سے مراد طرز عمل کی تشکیل اور کسی کام کے سیکھنے کا عمل ہے جہاں کام کے لیے مطلوبہ طرز عمل کو اس کے مؤثر سیکھنے اور اس کے نتیجے میں کمک کے لیے چھوٹے مراحل میں تقسیم کیا جاتا ہے۔ یہ ایک قسم کا سلسلہ رد عمل ہے جہاں ایک شے دوسری شے کو اپنی

قربت میں معیاری بناتی ہے جو ایک سلسلہ وار عمل ہے۔ سلسلہ بندی اس وقت شروع ہوتی ہے جب ایک رد عمل جاندار یا کسی شخص کو محرکات کے ساتھ رابطے میں لاتا ہے جو آخری رد عمل کو تبدیلی دیتے ہیں اور اگلے رد عمل کا سبب بنتے ہیں۔ لوگوں کے درمیان گفتگو کا آغاز اور سلسلہ طرز عمل کی ایک مثال ہے۔ جب ہم کسی ایسے شخص کو دیکھتے ہیں جسے ہم جانتے ہیں، تو یہ سلسلہ رد عمل شروع کرنے کے لیے ایک موثر محرک ہو سکتا ہے۔ ہم اسے سلام کرتے ہیں اور وہ جواب میں سلام کرتا ہے۔ ہمارے سلام کے جواب میں اس کا مزید جواب، جیسے ہاتھ ملانا یا پھیلائے ہوئے بازوؤں کے ساتھ آغوش میں لینا، اور اس طرح سے ایک رد عمل دوسرے نئے رد عمل کو پیدا کرتا ہے۔

#### 14.5.4 مجسمہ بنانا (Shaping)

مجسمہ بنانا یا شکل دینا ایک ایسا طریقہ کار ہے جس میں کسی موضوع پر چھوٹے چھوٹے حصوں میں مکمل فراہم کی جاتی ہے تاکہ موضوع کو ہلکے ہلکے مقصود طرز عمل کی طرف مائل کیا جاسکے۔ پیچیدہ طرز عمل کے حصول اور مشکل مہارتوں کے سکھانے کی صورت میں ایسی حالات کارگر ہو سکتے ہیں جس میں کسی مخصوص یا فطری طریقے سے رد عمل کے بے ترتیب ہونے کا بہت امکان ہو سکتا ہے۔ ایسی صورتوں میں، کسی جاندار کے بے ترتیب (قدرتی وقوع) کے رد عمل پر کسی خاص طریقے سے سلوک کرنے کا انتظار کرنے میں زندگی بھی لگ سکتی ہے۔ مثال کے طور پر، کبوتر کے کسی خاص انداز میں رقص کرنے کی تبدیلیاں بہت مشکل اور دیر پا عمل کی بات ہیں۔ غیر ملکی زبان سیکھنے والے بچے یا یہاں تک کہ بیٹھنے کے آداب کے لیے بھی یہی بات درست ہو سکتی ہے۔ ان حالات میں، جہاں مطلوبہ رد عمل بے ترتیب (یا قدرتی طور پر) نہیں ہوتے ہیں، مناسب بدلاؤ حاصل کرنے کی کوشش کی جاتی ہے۔ یہ ایک سلسلہ وار عمل کے ذریعے ایک ترتیب بنا کر پیش کیا جاسکتا ہے۔ جسے "تشکیل کرنا" کہا جاسکتا ہے۔

اسکرنے کبوتر کے طرز عمل کو تشکیل دینے کے لیے اپنے ایک تجربے میں، کبوتر کو آٹھ کے اعداد و شمار میں چلنا سکھانے کے لیے کبوتر کی سرگرمی کو دیکھا اور جب بھی وہ صحیح سمت میں جاتا تو اسے انعام کے طور پر تھوڑا سا انانج دیا کرتا تھا۔ پہلے تو کبوتر کو صرف اس کا سر صحیح سمت میں موڑنے پر انعام دیا گیا، پھر صحیح سمت میں قدم اٹھانے پر، پھر صحیح دوڑنا وغیرہ کے لئے انعام دیا گیا جب تک کہ اس نے صحیح چلنا سیکھ لیا۔

اس طرح کی تشکیل دینا، افراد کے مشکل اور پیچیدہ طرز عمل کو مثبت تبدیلی میں سیکھنے کی تربیت دینے اور ان کے طرز عمل میں مطلوبہ تبدیلیاں متعارف کرانے کے لیے ایک کامیاب تکنیک کے طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

#### 14.5.5 محرکات کو قابو کرنا (Stimulus Control)

محرک کنٹرول یا محرکات کو قابو کرنا ایک ایسی اصطلاح ہے جو ان حالات کو بیان کرنے کے لیے استعمال ہوتی ہے جس میں کسی محرک کی موجودگی یا عدم موجودگی سے کوئی طرز عمل شروع کیا جاتا ہو۔ اگر کوئی شخص ہمیشہ ٹی وی دیکھتے وقت کھاتا ہے، تو کھانے کے طرز عمل کو ٹیلی ویژن دیکھنے کے محرک سے کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔ مثال کے طور پر؛ ایک طالب علم دوستوں کے ساتھ بات کرنے والا ہو سکتا ہے لیکن کلاس

میں خاموش، درجہ کا سماجی ماحول اس بچہ کو بات کرنے پر کنٹرول کر رہا ہے۔ ایک محرک طرز عمل کو قابو کرنے میں فروغ دے سکتا ہے یا روک سکتا ہے۔

#### 14.5.6 کنڈیشننگ، اصلاح یا مؤثر تبدیلی (Conditioning)

کنڈیشننگ، فزیالوجی میں، ایک طرز عمل جس کے تحت مثبت یا منفی کمک فراہم کرنے کے نتیجے میں، کسی مخصوص ماحول میں رد عمل زیادہ کثرت سے یا زیادہ متوقع طور پر مکمل ہو جاتا ہے، کمک عام طور پر مطلوبہ رد عمل کے لیے محرک یا ایک انعام کی شکل ہوتا ہے۔ کنڈیشننگ کرنے کی ایک ایسی شکل ہے جس میں یا تو دیباہی محرک رد عمل پیدا کرنے میں تیزی سے مؤثر ہو جاتا ہے، یا پھر ایک اچھی طرح سے مخصوص اور مستحکم ماحول میں ترقی یافتہ باقاعدگی کے ساتھ مثبت یا منفی رد عمل مکمل کیا جاسکتا ہے۔ جو کہ استعمال کی گئی کمک کی قسم کے نتیجے میں اس تبدیلی کا تعین کرے گا۔

محرک رد عمل (S-R) نظریات کنڈیشننگ کے اصولوں میں مرکزی حیثیت رکھتے ہیں۔ وہ اس مفروضہ پر مبنی ہیں کہ انسانی سلوک سیکھا جاسکتا ہے۔ اس نفسیاتی طرز عمل کی تبدیلی میں ابتدائی تعاون کرنے والوں میں امریکی ماہر نفسیات ایڈورڈیل اور تھارن ڈائیک نے ایک قانون کا اثر مرتب کیا۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: منفی کمک اور مثبت کمک کے درمیان فرق کریں؟

#### 14.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درجہ ذیل باتیں سیکھیں:

- برتاؤ سے مراد وہ عمل یا سرگرمی ہے جو قابل مشاہدہ اور قابل پیمائش ہو۔ طرز عمل ہمیشہ با مقصد اور ہدف پر مبنی ہوتا ہے، یہ متعدد عوامل سے متاثر ہوتی ہے، حیاتیاتی، ثقافتی، سماجی، ماحولیاتی، محرک، جذباتی، علمی (مثال کے طور پر، احساسات، جذبات، محرک، اور خیالات)، اور دیگر عناصر۔ تمام طرز عمل پر اثر انداز ہوتے ہیں۔
- طرز عمل ایک فرد سے دوسرے فرد کے ساتھ ساتھ لوگوں کے ایک گروہ سے دوسرے کے ساتھ بھی مختلف ہو سکتا ہے۔ اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ تمام لوگ ہر وقت اور تمام حالات میں دوسروں سے مختلف ہوتے ہیں۔ لوگوں کے طرز عمل میں بھی کافی حد تک مماثلت پائی جاتی ہے۔

- طرز عمل کی کم از کم چھ جہتیں ہیں، جن میں تعداد یا شرح، دورانیہ، تاخیر، ٹیوگرانی، لوکس اور قوت۔ اس کی پیمائش تین بنیادی خصوصیات سے کی جاتی ہے۔
- طرز عمل میں تبدیلی ایک تکنیک ہے جسے ہر کوئی طرز عمل کو تبدیل کرنے اور انہیں برقرار رکھنے کے لیے استعمال کر سکتا ہے۔
- معدومیت سے مراد ایک مشروط رد عمل کا بتدریج کمزور ہونا ہے جس کے نتیجے میں طرز عمل میں کمی ہو جاتی ہے۔ دوسرے لفظوں میں، مشروط طرز عمل بالآخر رک جاتا ہے۔
- سزا کسی بہتر طرز عمل کو کم کرتی ہے۔ سزا کے ایسے نتائج ہوتے ہیں جو طرز عمل کو تقویت نہیں دیتے یا مضبوط نہیں کرتے اور اس کا مقصد ناپسندیدہ نتائج مسلط کر کے طرز عمل کو کم کرنا ہے۔
- اشارہ کرنا کسی کے لیے طرز عمل شروع کرنے کا اشارہ یا سمت ہے۔
- تشکیل کرنا ایک ایسا طریقہ کار ہے جس میں کسی موضوع پر چھوٹے قدموں میں کمک پہنچائی جاتی ہے تاکہ موضوع کو دھیرے دھیرے قریب تر اور ہدف بنائے گئے طرز عمل کو ظاہر کیا جاسکے۔

## 14.7 فرہنگ (Glossary)

برتاؤ (Behavior)	برتاؤ ایک سرگرمی ہے جس کا مشاہدہ، ریکارڈ اور پیمائش سے کی جاسکتی ہے۔
طرز عمل میں تبدیلی (Behavior Change)	طرز عمل میں تبدیلی طویل مدتی عادات اور طرز عمل کو تبدیل کرنے کے بارے میں ایک عمل ہے۔
مثبت کمک (Positive Reinforcement)	ایسا محرک ہے جس میں کھانا، پانی، جنسی رابطہ وغیرہ، شامل رہتا ہے
معدومیت (Extinction)	معدومیت سے مراد ایک مشروط رد عمل کا بتدریج کمزور ہونا ہے۔
سزا (Punishment)	سزا کسی طرز عمل کی تعداد کو کم کرتی ہے۔
اشارہ کرنا (Prompting)	اشارہ کرنا کسی کے لیے طرز عمل شروع کرنے کی سمت ہے۔
زنجیر بندی (Chaining)	سے مراد طرز عمل کی تشکیل اور کسی کام کے سیکھنے کا عمل ہے جہاں کام کے لیے مطلوبہ طرز عمل کو مؤثر سیکھنے اور اس کے نتیجے میں کمک کے لیے چھوٹے چھوٹے مراحل میں تقسیم کیا جاتا ہے۔
منفی کمک (Negative Reinforcement)	ایک منفی تقویت ایسی محرک شکل ہے جس سے انسان کو تکلیف ہوتی ہے۔

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1. طرز عمل کو تقویت دینے کے لیے استعمال ہونے والی محرکات کو کہا جاتا ہے۔

a. کنڈیشنر

b. کام کرنے والے

c. کمک پہنچانے والے

d. جواب دہندگان

2. اساتذہ جو طلباء میں ناپسندیدہ طرز عمل کو ختم کرنا چاہتے ہیں وہ \_\_\_\_\_ طرز عمل کا انتخاب کر سکتے ہیں۔

a. پتہ

b. نظر انداز کرنا

c. درست

d. وضاحت کریں۔

3. \_\_\_\_\_ کمک کاشیڈول کمک کے اثر کو مضبوط کرتا ہے۔

a. وقفے وقفے سے

b. مسلسل

c. طے شدہ

4. طرز عمل کا تجزیہ ان اصولوں پر مبنی ہے:

a. کلاسیکل کنڈیشننگ۔

b. آپرینٹ کنڈیشننگ۔

c. خوابوں کا تجزیہ۔

d. مذکورہ بالا تمام۔

5. طرز عمل میں ترمیم ایک قسم ہے:

a. طرز عمل کی تھراپی۔

b. وقوفی طرز عمل کی تھراپی۔

c. ہیومنسٹک تھراپی۔

d. کلائنٹ سینٹر ڈتھراپی۔

6. معدومیت کا اصول ماننا ہے کہ جذباتی مسائل ہو سکتے ہیں:

a. غیر سیکھا ہوا

b. آپ کے ذہنی لغت سے ہٹا دیا گیا ہے۔

c. بچپن کے تجربات سے ماخوذ۔

d. پراگیتا سک بنیں۔

7. معدومیت کب حاصل ہوتی ہے...؟

a. ایک نامناسب طرز عمل کو نظر انداز کیا جاتا ہے اور مناسب طرز عمل کو تقویت ملتی ہے۔

b. ایک نامناسب طرز عمل کو تقویت ملتی ہے اور مناسب طرز عمل کو نظر انداز کیا جاتا ہے۔

c. ایک مناسب طرز عمل کو نظر انداز کیا جاتا ہے اور ایک نامناسب طرز عمل کو تقویت ملتی ہے۔

d. ایک مناسب طرز عمل تقویت ہے۔

8. سزا کے استعمال کے ممکنہ منفی ضمنی اثرات کیا ہیں؟

a. ایک طالب علم سیکھنا بند کر سکتا ہے۔

b. ایک طالب علم اسکول کی املاک کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔

c. ایک طالب علم خلل ڈالنے والا بن جائے گا۔

d. تمام اوپر

9. کنڈیشنڈ یاری انفور سر کیا ہے؟

a. کوئی ایسی چیز جو اچھے سلوک کی حوصلہ افزائی کرے۔

b. کلاس کو کچھ معلوم ہے کہ وہ اچھی ہے۔

c. طلباء کی طرف سے سیکھا اور مطلوبہ کوئی محرک

d. ایسی چیز جو طلباء کو برتاؤ کرنے کی ترغیب دیتی ہے۔

10. پوشیدہ طرز عمل کی ایک مثال ہوگی۔

a. سوچنا

b. تحریر

c. دوڑنا

d. بھونکنا

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

1. آپ "رویے" کی اصطلاح سے کیا سمجھتے ہیں؟
2. رویے کے مطالعہ کی اہمیت کو لکھیں۔
3. مناسب مثالوں کی مدد سے "رویے" کی نوعیت کی وضاحت کریں۔
4. طرز عمل کی چھ جہتوں کی وضاحت کریں۔
5. طرز عمل کی تین بنیادی خصوصیات کیا ہیں؟
6. اصطلاح "ختم ہونا" کی وضاحت کریں۔
7. سزا کیا ہے؟ مناسب مثالیں دیں۔
8. منفی کمک اور مثبت کمک کے درمیان فرق کریں۔
9. آپ "شکل سازی" کی اصطلاح سے کیا سمجھتے ہیں؟ مناسب مثال دیں۔
10. اصطلاح "زنجیروں" کی وضاحت کریں۔

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

1. ان عوامل پر بحث کریں جو طرز عمل کو متاثر کرتے ہیں۔ مناسب مثالیں دیں۔
2. طرز عمل میں تبدیلی کیا ہے؟ طرز عمل میں تبدیلی لانے کے لیے اسے کیسے استعمال کیا جاتا ہے؟
3. مناسب مثالوں کی مدد سے منفی کمک اور سزا کے درمیان فرق کریں۔
4. طرز عمل کو مضبوط کرنے کے مختلف طریقے کیا ہیں؟ اس کی مثال دیں۔
5. "محرك كنترول" کی وضاحت کریں۔ مناسب مثالیں دیں۔

---

14.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

---

1. Watson, D. L., & Tharp, R. G. (2013). Self-Directed Behavior: Self-Modification for Personal Adjustment. Cengage Learning.
2. Watson, T. S. (2013). Behavior Modification: Principles and Procedures. Cengage Learning.
3. Martin, G., & Pear, J. J. (2015). Behavior Modification: What It Is and How to Do It. Routledge.

4. Miltenberger, R. G. (2016). *Behavior Modification: Principles and Procedures* (6th ed.). Cengage Learning.
5. Kazdin, A. E. (2017). *Parent Management Training: Treatment for Oppositional, Aggressive, and Antisocial Behavior in Children and Adolescents*. Oxford University Press.
6. Kazdin, A. E. (2018). *Behavior Modification in Applied Settings*. Routledge.
7. Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2019). *Applied Behavior Analysis* (3rd ed.). Pearson.
8. Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2020). *Applied Behavior Analysis* (3rd ed.). Pearson.
9. Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. Free Press.
10. Baer, D. M., Wolf, M. M., & Risley, T. R. (1968). Some current dimensions of applied behavior analysis. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 1(1), 91-97.
11. Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
12. Chorpita, B. F., & Barlow, D. H. (1998). The development of anxiety: The role of control in the early environment. *Psychological Bulletin*, 124(1), 3-21.
13. Gresham, F. M. (1998). Social skills training: Should we raze, remodel, or rebuild? *Behavioral Disorders*, 23(3), 228-244.
14. Hawkins, R. P. (2000). Understanding and using the implicit association test: III. Meta-analysis of predictive validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(2), 197-216.

15. Lerman, D. C., & Vorndran, C. M. (2002). On the status of knowledge for using punishment: Implications for treating behavior disorders. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 35(4), 431-464.
16. Martin, G., Pear, J., & Reeve, K. (2007). Behavior modification: What it is and how to do it. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 87(3), 454-457.

# اکائی 15- ابتدائی بچپن میں طرز عمل کے خدشات

(Behavioral Concerns in Early Childhood)

اکائی کے اجزا

15.0 تمہید (Introduction)

15.1 مقاصد (Objectives)

15.2 عام علامات اور ان کے علاج کے ذریعے توضیح

(Manifestation through common symptoms and their remedies)

15.3 منفی رویہ: (Negative Behaviour)

15.4 شرمیلان، ہائپر ایکٹیویٹی، اور حد سے زیادہ انحصار

(Shyness, Hyperactivity, and Over dependence)

15.5 عام علامات سے نمٹنے اور متوازن شخصیت کو فروغ دینے میں بالغ افراد کا کردار

(Adult's role in in dealing with common symptoms and promoting balanced personality)

15.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

15.7 فرہنگ (Glossary)

15.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

15.9 تجویز کردہ اکتسابی وسائل (Suggested Learning Resources)

---

15.0 تمہید (Introduction)

ابتدائی بچپن میں مختلف طرز عمل خدشات سے مراد، بچوں کے طرز عمل اور جذباتی مشکلات سے ہے جو ان کو ابتدائی بچپن میں پیش آتی ہیں۔ یہ خدشات مختلف طریقوں سے ظاہر ہو سکتے ہیں، جیسے غصہ، جارحیت، خود کو چوٹ پہنچانا، تباہ کن رویہ، شرم، انتہائی جذباتی رد عمل (Hyperactivity) اور دوسروں پر زیادہ انحصار۔ یہ خدشات بچوں اور ان کی دیکھ بھال کرنے والوں دونوں کے لیے چیلنج ہو سکتے ہیں۔ سرپرست یا بچوں کی دیکھ بھال کرنے والے گھر، اسکول اور سماجی حالات میں بچے کے کام کرنے کی صلاحیت میں مداخلت کر سکتے ہیں اور بچے ان

کی دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے کشیدگی اور مایوسی بھی پیدا کر سکتے ہیں جو ان کے اس طرح کے طرز عمل اور برتاؤ کو سنبھالنے کے لیے جدوجہد کرتے ہیں۔ یہاں یہ بات سمجھنا ضروری ہے کہ اس طرح کے برتاؤ اور طرز عمل نشوونما اور ترقی کا ایک حصہ ہیں، بچوں کو اپنے جذبات کو سنبھالنے اور اس پر قابو پانے کا طریقہ سیکھنے کے لیے مدد اور رہنمائی کی ضرورت ہوتی ہے۔ دیکھ بھال کرنے والوں کے طور پر، ہم بچوں کی مہارتوں کو تیار کرنے اور ان سے نمٹنے کی حکمت عملیوں میں مدد کرنے میں ایک اہم کردار ادا کرتے ہیں جن کی انہیں ابتدائی بچپن کے چیلنجوں سے نمٹنے کے لیے ضرورت ہوتی ہے۔ اس اکائی میں ہم بچوں کو درپیش عام طرز عمل کے خدشات کو سمجھ کر، ہم ان کی ترقی کے لئے ضروری مدد اور رہنمائی فراہم کرنے کے لئے بہتر طور پر لیس ہو سکتے ہیں۔ صبر، تفہیم اور مثبت پرورش کی حکمت عملی کے عزم کے ساتھ، ہم بچوں کو ان چیلنجوں پر قابو پانے اور صحت مند، اچھی طرح سے ایڈجسٹ شدہ بالغوں میں ترقی کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔

## 15.1 مقاصد (Objectives)

- اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ؛
- ابتدائی بچپن میں بچوں کی عام منفی و مثبت علامات کو سمجھ سکیں۔
- ابتدائی بچپن میں بچوں کے منفی طرز عمل کو سمجھ سکیں۔
- ابتدائی بچپن میں بچوں کے شرمیلان اور حد سے زیادہ انحصار کو سمجھ سکیں۔
- ابتدائی بچپن میں بچوں کی عام منفی و مثبت کمک کو سمجھ سکیں۔
- ابتدائی بچپن میں بچوں کی عام منفی و مثبت علامات کو ڈھالنے میں بالغ افراد کے کردار کو سمجھ سکیں۔

## 15.2 کچھ عام طرز عمل کے خدشات اور علاج کے ذریعے توضیح

### (Manifestation through common symptoms and their remedies)

بچوں میں کچھ منفی عادتیں ہوتی ہیں جن کو ہمیں ضرور دیکھنا، پرکھنا اور اس کو سمجھ کر ٹھیک کرنا لازمی ہوتا ہے ورنہ یہ عادات عمر کے پختہ ہونے پر اور زیادہ قوی ہوتی جاتی ہیں جس کی وجہ سے ہمیں کئی جگہ شرمندگی کا احساس سہنا پڑتا ہے، درج ذیل میں اسی طرح کی کچھ عادتیں دی جا رہی ہیں جن کو سمجھنا لازمی ہے۔

#### 15.2.1 انگوٹھا چوسنا (Thumb sucking)

انگوٹھا چوسنا نوزائیدہ اور چھوٹے بچوں میں ایک عام عادت ہے، اور یہ عام طور پر بچوں کے بڑے ہونے کے ساتھ ساتھ خود ہی ختم ہو جاتی ہے۔ تاہم، بعض صورتوں میں، عادت بچپن اور یہاں تک کہ جوانی تک برقرار رہ سکتی ہے، جس کے منفی نتائج ہو سکتے ہیں۔ یہ دھیان رہے کہ انگوٹھا چوسنا ضروری نہیں کہ کسی نفسیاتی مسائل یا معاملے کی علامت ہو۔ تاہم، اگر یہ عادت بچپن یا جوانی تک برقرار رہتی ہے اور روزمرہ کی

سرگرمیوں میں مداخلت کرتی ہے، تو یہ صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے یا معالج کی مدد لیا جاسکتا ہے۔ یہاں کچھ ممکنہ نفسیاتی وجوہات ہیں جن کی وجہ سے کوئی بچہ یا بالغ اپنا انگوٹھا چوسنا جاری رکھ سکتا ہے:

**آرام:** انگوٹھا چوسنا سکون اور تحفظ کا احساس فراہم کرتا ہے، جو خاص طور پر ان بچوں کے لیے اہم ہو سکتا ہے جو فکر مند یا دکھ کا شکار ہیں۔  
**سیلف ریگولیشن:** کچھ بچوں کے لیے، انگوٹھا چوسنے سے ان کے جذبات اور رویے کو کنٹرول کرنے میں مدد مل سکتی ہے، جس سے ان کو ماحول پر کنٹرول کا احساس ہوتا ہے۔

**بوریت:** کچھ بچے بوریت کی وجہ سے اپنے انگوٹھوں کو چوس سکتے ہیں، خاص طور پر جب وہ ایسے حالات میں ہوں جہاں وہ متحرک یا مشغول نہ ہوں۔

**نیند:** انگوٹھا چوسنے سے بچوں کو زیادہ آسانی سے نیند آنے اور رات کو زیادہ محفوظ محسوس کرنے میں مدد ملتی ہے۔  
**ایڈجسٹ:** انگوٹھا چوسنا بچوں کے لیے اپنے نگہداشت کرنے والوں یا دوسرے پیاروں سے تعلق برقرار رکھنے کا ایک طریقہ ہو سکتا ہے، خاص طور پر اگر انہیں علیحدگی یا نقصان کا سامنا کرنا پڑا ہو۔

**حسی تلاش:** کچھ بچوں کے لیے، انگوٹھا چوسنا حسی محرک فراہم کر سکتا ہے اور اپنے حسی تجربات کو منظم کرنے میں ان کی مدد کر سکتا ہے۔  
**انگوٹھا چوسنے کی علامات:** انگوٹھا چوسنے کی عام علامات میں مندرجہ ذیل باتیں شامل ہیں۔

- بچہ آرام کے لیے باقاعدگی سے اپنا انگوٹھا یا انگلیاں اپنے منہ میں رکھتا ہے۔
- بچہ بچپن سے بھی انگوٹھا چوسنا جاری رکھ سکتا ہے۔
- انگوٹھے پر کالس یا چھالے (Calluses or Blisters)۔
- شرمندگی کی وجہ سے سماجی تنہائی،
- تقریر کی ترقی کے ساتھ مشکل، بولنے کی نشوونما میں دشواری

**انگوٹھا چوسنے کا علاج:**

- انگوٹھا نہ چوسنے کے لیے حوصلہ افزائی: جب بچہ انگوٹھا نہیں چوس رہا ہو تو اس کی تعریف اور حوصلہ افزائی کریں۔
- ایک متبادل فراہم کریں، آرام کے لیے بچے کو کوئی متبادل چیز دے کر اسے پکڑنے یا کھیلنے کے لیے جیسے کہ کوئی کھلونا، کوئی اشیاء، یا کوئی Soft Toys جیسے کہ Teddy Bear وغیرہ۔
- انگوٹھا چوسنے سے روکنے کے لیے پٹی (Band) یا کڑوی چیز کا استعمال کریں۔
- بچے کو یہ سمجھنے میں مدد کرنا کہ اس کا انگوٹھا چوسنا بند کر دینا کیوں ضروری ہے۔

## 15.2.2 بستر گیلیا کرنا (Bed wetting)

بچوں میں بستر گیلیا کرنا ایک عام مسئلہ ہے، خاص طور پر چھ سال سے کم عمر کے بچوں میں۔ یہ بات یا تو رکھنا ضروری ہے کہ بستر گیلیا کرنا "کاہلی" کی وجہ سے نہیں ہے، اور جو بچے بستر گیلیا کرتے ہیں وہ جان بوجھ کر ایسا نہیں کر رہے ہیں۔ بیڈ گیلیا کرنا، جسے رات کا اینوریس (Nocturnal enuresis) بھی کہا جاتا ہے، مختلف نفسیاتی اور جسمانی عوامل کی وجہ سے ہو سکتا ہے۔ کچھ معاملات میں، بستر گیلیا کرنے کا تعلق نفسیاتی عوامل سے ہو سکتا ہے جیسے کہ بے چینی، تناؤ اور جذباتی مسائل۔

یہاں پر کچھ نفسیاتی وجوہات بیان کی جا رہی ہیں جو بستر گیلیا کرنے کا سبب بن سکتی ہیں:

- تناؤ اور اضطراب: وہ بچے جو اعلیٰ سطح کے تناؤ یا اضطراب کا شکار ہوتے ہیں وہ نیند کے دوران اپنے مثانے کو کنٹرول کرنے میں دشواری محسوس کرتے ہیں۔ یہ جسم کے قدرتی رد عمل " لڑائی یا پرواز (Fight or Flight) " کی وجہ سے ہو سکتا ہے، جو مثانے میں غیر ارادی طور پر پھٹوں کے سکڑنے کو متحرک کر سکتا ہے۔
  - نیند کی گڑبڑی: بستر گیلیا کرنا کچھ نیند کی خرابی کی وجہ سے ہو سکتا ہے جیسے کہ نیند کی کمی یا بے آرام ٹانگوں کے سنڈروم۔ ایسے معاملات میں، بستر گیلیا کرنا ایک ثانوی مسئلہ ہے نیند کی بنیادی خرابی کا علاج بستر گیلیا کرنے کے مسئلے کو کم کرنے میں مدد کر سکتا ہے۔
  - جذباتی مسائل: وہ بچے جنہوں نے تکلیف دہ واقعات کا سامنا کیا ہے، جیسے کہ بدسلوکی یا نظر انداز، انہیں نیند کے دوران اپنے مثانے کو کنٹرول کرنے میں پریشانی ہو سکتی ہے۔ جذباتی مسائل جیسے ڈپریشن یا اضطراب بھی کچھ بچوں میں بستر گیلیا کرنے کا سبب بن سکتا ہے۔
  - نشوونما میں تاخیر: بعض صورتوں میں، بچوں کی نشوونما میں تاخیر ہو سکتی ہے جو رات کے وقت ان کے مثانے پر قابو پانے کی صلاحیت کو متاثر کرتی ہے۔ یہ neurodevelopmental disorder جیسے Autism والے بچوں میں زیادہ عام ہے۔
- بستر گیلیا ہونے کی بنیادی علامت، یارات کا اینوریس (Nocturnal enuresis)، نیند کے دوران پیشاب کا غیر ارادی طور پر جانا ہے۔ یہ بچوں اور بڑوں میں بھی ہو سکتا ہے اور ایک بار یا اس سے زیادہ بار ہو سکتا ہے۔ یہاں کچھ اضافی علامات اور عوامل ہیں جو بستر گیلیا کرنے سے وابستہ ہو سکتے ہیں:

- رات کو سوتے وقت بستر گیلیا کرنا۔
- دن کے وقت کی علامات جیسے بار بار پیشاب آنا، پیشاب کرنے کی عجلت اور پیشاب کے قطروں کا شپکنا۔
- ہفتے میں کم از کم دو بار بستر گیلیا ہوتا ہے اور وقت کے ساتھ مستقل رہتا ہے۔
- جسمانی علامات جیسے پیٹ میں درد، قبض، یا پیشاب کی نالی میں انفیکشن۔
- جذباتی علامات جیسے اضطراب، تناؤ، یا شرمندگی۔
- بچوں میں، بستر گیلیا کرنا نشوونما میں تاخیر یا رویے کے مسائل سے منسلک ہو سکتا ہے۔

## بستر گیلیا کرنے کے علاج

بستر گیلیا کرنا، یارات کا اینوریس (Nocturnal enuresis)، بچوں اور بڑوں دونوں کے لیے تکلیف دہ ہو سکتا ہے۔ اس کے لیے بہت سے علاج ہیں جو بستر گیلیا کرنے کا انتظام کرنے اور اسے کم کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔ یہاں کچھ علاج کے بارے میں بتایا گیا ہے جو اس میں مددگار ثابت ہو سکتے ہیں:

- مشروبات کو محدود کریں: سونے سے پہلے مشروبات کو محدود کرنا، خاص طور پر جن میں کیفین یا شوگر ہوتی ہے، رات کے وقت پیشاب کی مقدار کو کم کر سکتی ہے۔
  - شیڈولڈ وائیڈنگ (Scheduled Voiding): سونے سے پہلے باقاعدگی سے پیشاب سے فارغ ہونا مٹانے کو خالی کرنے اور رات کے وقت بستر گیلیا ہونے کے امکانات کو کم کرنے میں مدد کرتا ہے۔
  - بستر گیلیا نہ کرنے کے لیے الارم: الارم خاص طور پر بچوں میں بستر گیلیا نہ کرنے کا ایک مؤثر علاج ہو سکتا ہے۔ یہ الارم اس شخص کو بیدار کرنے کے لیے بنائے گئے ہیں جب وہ بستر کو گیلیا کرنے لگتے ہیں، جس سے وہ رات کو جاگنے اور بیت الخلا استعمال کرنے میں مدد کرتے ہیں۔
  - ادویات: کچھ دوائیں، جیسے ڈیسموپریسن یا اینٹیکولنریکس (Desmopressin or Anticholinergics)، کو صحت کی دیکھ بھال کرنے والا پیشہ ور تجویز کر سکتا ہے تاکہ رات کے وقت پیشاب کی مقدار کو کم کرنے میں مدد ملے۔
  - رویے میں تبدیلی: بعض صورتوں میں، بستر گیلیا کرنا نفسیاتی عوامل جیسے کہ تناؤ یا اضطراب سے منسلک ہو سکتا ہے۔ رویے میں تبدیلی کی تکنیکیں، جیسے (Cognitive-Behavioural Therapy)، ان بنیادی مسائل کو حل کرنے میں مددگار ثابت ہو سکتی ہے۔
  - بنیادی طبی حالات: بعض صورتوں میں، بستر گیلیا کرنا کسی بنیادی طبی حالت جیسے پیشاب کی نالی کا انفیکشن (Urinary Tract Infection) یا نیند کی خرابی کی وجہ سے ہو سکتا ہے۔ ان بنیادی حالات کا علاج کرنے سے بستر گیلیا نہ کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔
  - اگر مسئلہ برقرار رہے تو طبی مشورہ طلب کر سکتے ہیں۔
- یہاں اس بات پر خاص طور سے دھیان رکھنا ضروری ہے کہ ہر فرد مختلف ہے اور بستر گیلیا نہ کرنے کے لیے ہر فرد کے لیے ایک ہی طرح کا علاج ہو یہ ضروری نہیں ہے۔

## 15.2.3 دانت سے ناخن کاٹنا (Nail biting)

دانت سے ناخن کاٹنا بچوں میں یہ ایک عام عادت ہے۔ اس کو Onychophagia کے نام سے بھی جانا جاتا ہے، لیکن اگر یہ عادت عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ جوانی میں بھی جاری رہتی ہے، تو یہ دانتوں اور جلد کے مسائل کا باعث بن سکتی ہے۔ دانت سے ناخن کاٹنا ایک

عام عادت ہے جو اکثر بچوں میں دیکھی جاتی ہے، اور ناخنوں اور cuticles کو نقصان پہنچانے جیسے جسمانی اثرات مرتب کر سکتی ہے، لیکن اس کے لیے نفسیاتی عوامل سے بھی ذمہ دار ہوتے ہیں۔ یہاں کچھ نفسیاتی وجوہات پیش کی گئی ہیں جن کی وجہ سے بچے اپنے ناخن کاٹ سکتے ہیں:

اضطراب اور تناؤ: جو بچے بے چینی یا تناؤ محسوس کرتے ہیں وہ تناؤ کو دور کرنے اور اعصابی توانائی کو دور کرنے کے لئے ناخن کاٹتے ہیں۔ یہ عموماً تب ہوتا ہے جب بچے نئے اسکول شروع کرتے ہیں یا گھر میں کسی مشکل صورتحال سے نمٹنا ہوتا ہے۔

بوریت یا غیر فعالیت: جو بچے بور ہوتے ہیں یا بہت کم کام کرتے ہیں وہ وقت گزارنے یا اپنے آپ کو مشغول رکھنے کے لئے ناخن کاٹنے لگتے ہیں۔

توجہ طلب: کچھ بچے اپنے والدین یا دیکھ بھال کرنے والوں کی توجہ حاصل کرنے کے طریقے کے طور پر ناخن کاٹنے میں مشغول ہو سکتے ہیں، خاص طور پر اگر وہ محسوس کرتے ہیں کہ انہیں نظر انداز کیا جاتا ہے یا ان دیکھا۔

پرفیکشنزم یا Obsessive-Compulsive Tendencies: وہ بچے جن کا پرفیکشنزم یا Obsessive-Compulsive Tendencies کی طرف رجحان ہے وہ اپنے ناخن کاٹ سکتے ہیں تاکہ وہ اپنے اضطراب یا تناؤ کے احساسات کو قابو کر سکیں۔

تقلید Imitation: بچے ناخن کاٹنے کی عادت اپنے آس پاس کے دوسروں سے بھی سیکھ سکتے ہیں، جیسے کہ خاندان کے افراد یا دوست۔

دانت سے ناخن کاٹنے کی علامات

ناخن کاٹنا، جسے onychophagia بھی کہا جاتا ہے، ایک عام عادت ہے جس میں مختلف جسمانی اور نفسیاتی علامات ہو سکتی ہیں۔ ناخن کاٹنے کی کچھ عام علامات میں شامل ہیں:

- چھوٹے، ناہموار ناخن: ناخن کاٹنے کی وجہ سے ناخن چھوٹے، ناہموار اور کٹے ہوئے ہو سکتے ہیں۔
- انفیکشن: ناخنوں کے ارد گرد جلد کو کاٹنے سے جلد ٹوٹ سکتی ہے، جو بیکٹیریا داخل ہونے اور انفیکشن کا سبب بنتے ہیں۔
- درد اور خون بہنا: دانت سے ناخن کاٹنے سے انگلیوں میں سے خون بہنا اور انگلیوں میں درد شروع ہو سکتا ہے۔
- دانتوں کے مسائل: مسلسل ناخن کاٹنے کی وجہ سے دانت غلط طریقے سے سیٹ ہو سکتے یا ٹوٹ سکتے ہیں۔
- سماجی شرمندگی: ناخن کاٹنا شرمناک ہو سکتا ہے، خاص طور پر اگر اس کی وجہ سے ناخن اور انگلیوں کے اشارے بد صورت دکھائی دیتے ہیں۔

• نفسیاتی پریشانی: ناخن کاٹنا تناؤ، اضطراب یا دیگر جذباتی پریشانی کی علامت ہو سکتا ہے۔ بعض صورتوں میں، یہ ایک مجبوری والا رویہ بن سکتا ہے جس پر قابو پانا مشکل ہے۔

اگر آپ ان علامات میں سے کسی کا سامنا کر رہے ہیں یا اپنی ناخن کاٹنے کی عادت کے بارے میں فکر مند ہیں، تو ممکنہ علاج اور نمٹنے کی حکمت عملیوں پر بات کرنے کے لیے صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور یا معالج سے بات کرنا آپ کے لیے مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

## ناخن کاٹنے کا علاج

- ناخن کاٹنا بچوں میں ایک عام عادت ہے، اور اس کے لیے کئی تجاویز ہیں جو انہیں روکنے میں مدد کر سکتی ہیں:
- تعریف اور مثبت رویہ: اپنے بچے کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ اپنے ناخن کاٹنا بند کر دے اور ہر اس دن یا اس ہفتے اس کی تعریف اور حوصلہ افزائی کریں جس دن وہ ناخن اپنے دانتوں سے نہیں کاٹتا ہے۔
- ایک اچھی مثال قائم کریں: بچے اکثر مثال سے سیکھتے ہیں، اس لیے یقینی بنائیں کہ آپ ان کے سامنے اپنے ناخن نہیں کاٹتے ہیں۔
- ناخنوں کو تراشتے رہیں: چھوٹے ناخن کاٹنے کے لیے کم پرکشش ہوتے ہیں، اس لیے کوشش کریں کہ ناخن تراشتے رہیں۔
- دستانے پہنیں: دستانے یا انگلیوں کے کور (Cover) پہننے سے دانتوں اور ناخنوں کے درمیان رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے جس سے انہیں کاٹنا زیادہ مشکل ہو جاتا ہے۔
- اپنے بچے سے بات کریں: اپنے بچے سے پوچھیں کہ وہ اپنے ناخن کیوں کاٹتے ہیں اور ان کے خیال میں اسے روکنے میں کیا مدد مل سکتی ہے۔ اس سے آپ کو ان کے رویے کو بہتر طور پر سمجھنے اور روکنے کے منصوبے پر مل کر کام کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔
- متبادل سرگرمیاں پیش کریں: اپنے بچے کو اپنے ناخن کاٹنے کی خواہش محسوس ہونے پر اپنے ہاتھوں سے کرنے کے لیے متبادل سرگرمیاں دیں، جیسے کہ دباؤ والی گیند یا کھلونا یا کھلونے سے کھیلنے کے لیے کہیں۔
- تلخ ذائقہ والی نیل پالش کا استعمال کریں: آپ کے بچے کے ناخنوں پر تلخ ذائقہ والی نیل پالش لگانے سے ایک ناخوشگوار ذائقہ پیدا ہو سکتا ہے جو اسے اپنے ناخن کاٹنے سے روک سکتا ہے۔
- آرام کرنے کی تکنیکوں کو آزمائیں: اپنے بچے کو آرام کی تکنیک سکھائیں جیسے گہری سانس لینے یا بصری مشقوں کو سکھائیں تاکہ وہ ناخن کاٹنے کا سہارا لیے بغیر تناؤ اور اضطراب کو سنبھال سکیں۔
- صابر اور معاون بننا: جب آپ کا بچہ ناخن کاٹنے کی عادت کو چھوڑنے کے لیے کام کرتا ہے۔ وقت اور کوشش کے ساتھ، وہ اس عادت پر قابو پا سکتے ہیں اور مقابلہ کرنے کی صحت مند حکمت عملی تیار کر سکتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: منفی کمک اور مثبت کمک کے درمیان فرق کریں؟

## 15.3 منفی طرز عمل (Negative Behaviour)

ابتدائی بچپن میں منفی طرز عمل کئی طریقوں سے ظاہر ہو سکتا ہے، بشمول غصہ، جارحیت، خود کو چوٹ پہنچانا، اور تباہ کن پن۔ یہاں کچھ عام علامات اور ان کے علاج دیئے گئے ہیں:

## غصہ (Aggression):

غصہ کرنا چھوٹے بچوں میں ایک عام رویہ ہے، خاص طور پر 1 سے 4 سال کی عمر کے درمیان۔ یہ بچے کے غصے اور مایوسی کا اظہار ہیں جب وہ اپنی ضروریات اور خواہشات کو مؤثر طریقے سے بتانے سے قاصر ہوتے ہیں تو وہ غصہ کی شکل میں سامنے آتا۔ ابتدائی بچپن میں غصے کی کچھ عام وجوہات ذیل میں دی گئی ہیں:

مایوسی: بچے اس وقت مایوس ہو سکتے ہیں جب وہ کسی مقصد کو حاصل کرنے یا کسی کام کو پورا کرنے سے قاصر ہوتے ہیں، یا جب وہ اپنی ضروریات کو مؤثر طریقے سے بتانے سے قاصر ہوتے ہیں۔

بھوک اور تھکاوٹ: بھوک اور تھکاوٹ بچوں کو چڑچڑا اور غصے کا شکار بنا سکتی ہے۔

حد سے زیادہ محرک: بہت زیادہ شور، بہت زیادہ لوگ، یا بہت زیادہ سرگرمیاں، بچوں کو مغلوب کر سکتی ہیں اور غصے کو جنم دیتی ہیں۔  
روٹین میں تبدیلیاں: روٹین میں تبدیلیاں، جیسے پری اسکول یا ڈے کیئر شروع کرنا، چھوٹے بچوں کے لیے دباؤ کا باعث ہو سکتا ہے اور غصے کا باعث بن سکتا ہے۔

علیحدگی کی پریشانی: علیحدگی کی پریشانی، جب ایک بچہ اپنے نگہداشت کرنے والے سے دور رہنے سے ڈرتا ہے، جب دیکھ بھال کرنے والا چھوڑ دیتا ہے تو وہ غصے کا باعث بن سکتا ہے۔

مضبوط جذبات: جب بچے شدید جذبات، جیسے خوف، غصہ، یا اداسی کا سامنا کر رہے ہوں تو ان میں غصہ آ سکتا ہے۔

نشوونما کے مراحل: بعض ترقیاتی مراحل کے دوران تناؤ زیادہ عام ہوتا ہے، جب بچے اپنی آزادی پر زور دینا سیکھ رہے ہوتے ہیں اور ان کے پاس اپنی ضروریات اور خواہشات کے اظہار کے لیے محدود الفاظ ہوتے ہیں۔

والدین اور دیکھ بھال کرنے والوں کے لیے یہ ضروری ہے کہ وہ غصے سے نمٹتے وقت صبر اور مستقل مزاجی سے رہیں، کیونکہ یہ بچپن کی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے۔ غصے کی وجوہات کو سمجھ کر، بالغ افراد بچوں کی ضروریات کا بہتر طور پر جواب دے سکتے ہیں اور اپنے جذبات پر قابو پانے کے مناسب طریقے سیکھنے میں ان کی مدد کر سکتے ہیں۔

غصہ ابتدائی بچپن کی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے، اور ان کی علامات کی ایک حد ہوتی ہے۔ ابتدائی بچپن میں غصے کی کچھ عام علامات

میں شامل ہیں:

- رونا: بچے غصے کی حالت میں رو سکتے ہیں، اکثر اونچی آواز میں اور بے قابو ہو کر۔
- چیخنا: بچے غصے کے دوران چیخ سکتے ہیں، خاص طور پر جب وہ مایوس یا غصے میں ہوں۔
- لات مارنا یا مارنا: بچے اپنے غصے یا مایوسی کا اظہار کرنے کے طریقے کے طور پر غصے کے دوران کسی چیز یا لوگوں کو لات یا مار سکتے ہیں۔
- پیٹنا یا بھڑکنا: بچے غصے کے دوران اپنے بازوؤں اور ٹانگوں کو پیٹ سکتے ہیں یا پھڑ پھڑا سکتے ہیں، خاص طور پر اگر وہ مغلوب یا قابو سے باہر محسوس کریں۔

- سانس روکنا: کچھ بچے غصے کے دوران اپنی سانس روک سکتے ہیں، جو خطرناک ہو سکتا ہے لیکن عام طور پر بے ضرر ہوتا ہے۔

- مٹھیوں یا دانتوں کو دبانا: بچے غصے کی حالت میں اپنی مٹھی یا دانت دبا سکتے ہیں تاکہ تناؤ یا غصے کا اظہار کیا جاسکے۔
- سختی: بچے غصے کے دوران سخت ہو سکتے ہیں، انہیں پرسکون کرنے یا ان کے رویے کو تبدیل کرنے کی کوششوں کے خلاف مزاحمت کر سکتے ہیں۔

ابتدائی بچپن میں غصہ عام ہے کیونکہ چھوٹے بچے اکثر اپنے جذبات کو کنٹرول کرنے کے لیے جدوجہد کرتے ہیں۔ یہاں کچھ ایسے علاج/نسخے ہیں جو چھوٹے بچوں میں غصے کو سنبھالنے اور روکنے میں مدد کر سکتے ہیں:

- مستقل معمولات قائم کریں: بچے معمولات پر ترقی کرتے ہیں، اور ایک متوقع شیڈول رکھنے سے انہیں محفوظ اور مستحکم محسوس کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔ مستقل معمولات ان غصے کو روکنے میں مدد کر سکتے ہیں جو ان کے روزمرہ کے معمولات میں خلل کی وجہ سے پیدا ہو سکتے ہیں۔

- سکون اور صبر سے رہیں: بچے اکثر اپنے والدین یا دیکھ بھال کرنے والوں کے رویے کی عکاسی کرتے ہیں۔ غصے کے دوران صبر اور سکون سے رہنا صورتحال کو مزید بڑھنے سے روکنے میں مدد کر سکتا ہے۔

- مثبت محرکات (Positive reinforcement) کا استعمال کریں: اپنے بچے کے اچھے رویے اور مثبت کاموں کی تعریف کریں، بجائے اس کے کہ ہمیشہ اس بات پر توجہ مرکوز کریں کہ وہ کیا غلط کر رہا ہے۔ اس سے آپ کے بچے کو مثبت طریقے سے برتاؤ کرنے کی ترغیب دینے اور غصے کے امکانات کو کم کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔

- انتخاب کرنے کا اختیار دیں: بچوں کو انتخاب کرنے کا موقع دینے پر اکثر وہ باختیار محسوس کرتے ہیں۔ جب ممکن ہو اپنے بچے کے لیے اختیارات فراہم کریں، جیسے کہ پہننے کے لیے دو کپڑوں کے اختیارات پیش کرنا، یا یہ پوچھنا کہ کیا وہ کسی مخصوص کھلونے سے کھیلنا چاہیں گے۔

- وقفے کی اجازت دیں: بچے مغلوب اور حد سے زیادہ حوصلہ افزائی پا سکتے ہیں۔ انہیں آرام کرنے اور ری چارج کرنے کے لیے دن بھر وقفہ دینا ضروری ہے۔ اس سے تناؤ کو روکنے میں مدد مل سکتی ہے جو تھکاوٹ یا زیادہ حوصلہ افزائی کی وجہ سے پیدا ہو سکتے ہیں۔

- توجہ مبذول کریں: کبھی کبھی، آپ کے بچے کو کسی نئی سرگرمی یا کھلونے سے مشغول کرنے سے ان کی توجہ کو ری ڈائریکٹ کرنے اور غصے کو بڑھنے سے روکنے میں مدد مل سکتی ہے۔

- مناسب رویے کا نمونہ: بچے مثالوں کے ذریعہ سیکھتے ہیں، اس لیے تناؤ یا مشکل حالات سے نمٹنے کے لیے مناسب رویے اور نمٹنے کے طریقے کار کا نمونہ بنانا ضروری ہے۔

- بچے کے جذبات کو تسلیم کریں اور ان کی تصدیق کریں۔

- بچے کو پرسکون ہونے کے لیے ایک محفوظ اور پرسکون جگہ فراہم کریں۔

- بچے کو مقابلہ کرنے کی مہارتیں سکھائیں جیسے گہری سانس لینا یا دس تک گنا

یاد رکھیں کہ غصہ ابتدائی بچپن کی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے اور صبر اور سوجھ بوجھ کے ساتھ اس کو کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔ اگر آپ کو اپنے بچے کے رویے کے بارے میں خدشات ہیں، تو ماہر اطفال یا بچوں کی نشوونما کے ماہر سے بات کرنا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

### جارحیت (Temper tantrums):

ابتدائی بچپن میں جارحیت ایک عام رویہ ہے، اور یہ بچے کی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے۔ تاہم، جب جارحیت بار بار یا شدید ہو جائے تو اس سے نمٹنا ضروری ہے کیونکہ یہ دوسروں کو نقصان پہنچا سکتا ہے اور بچے کی سماجی اور جذباتی نشوونما میں مداخلت کر سکتا ہے۔ ابتدائی بچپن میں جارحانہ رویہ مختلف طریقوں سے ظاہر ہو سکتا ہے، جیسے مارنا، کاٹنا، دھکیلنا، لات مارنا، اور اشیاء پھینکنا۔ جارحانہ رویہ مایوسی، سماجی مہارتوں کی کمی، ضروریات اور خواہشات کو بات چیت کرنے میں دشواری، یا ماحول میں تشدد یا جارحانہ رویے کا نتیجہ ہو سکتا ہے۔

ابتدائی بچپن میں جارحیت کی کئی وجوہات ہو سکتی ہیں:

- نشوونما کے عوامل: چھوٹے بچے اب بھی اپنی سماجی مہارتوں، جذباتی ضابطوں اور علمی صلاحیتوں کو فروغ دے رہے ہیں۔ نتیجے کے طور پر، انہیں اپنے جذبات اور رویے پر قابو پانے میں دشواری ہو سکتی ہے، جو جارحانہ رویے کا باعث بن سکتی ہے۔
- ماحولیاتی عوامل: وہ بچے جو دباؤ یا افراط و تفریط کے ماحول میں پروان چڑھتے ہیں ان کے جارحانہ رویے کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔ اس میں تشدد یا تنازعہ، اچھی تربیت نہ ہونا یا نظر انداز کرنا شامل ہو سکتا ہے۔
- حیاتیاتی عوامل: کچھ بچے حیاتیاتی عوامل جیسے جینیات (Genetics) یا دماغ کی کیمسٹری (Brain Chemistry) کی وجہ سے زیادہ جارحانہ رویے کا شکار ہو سکتے ہیں۔
- ماڈلنگ: بچے اپنے آس پاس کے لوگوں کے رویے کو دیکھ کر سیکھتے ہیں، خاص طور پر ان کے والدین یا دیکھ بھال کرنے والوں کے رویے سے۔ اگر وہ جارحانہ یا پر تشدد رویے کا سامنا کرتے ہیں، تو ان کے اسی طرح کے رویے کی نمائش کا امکان زیادہ ہو سکتا ہے۔
- مایوسی: چھوٹے بچے اس وقت جارحانہ ہو سکتے ہیں جب وہ اپنی ضروریات یا احساسات کو مؤثر طریقے سے بتانے سے قاصر ہوتے ہیں، یا جب وہ اپنے مقاصد حاصل کرنے میں ناکام رہتے ہیں۔
- صدمہ: جن بچوں نے صدمے یا بدسلوکی کا تجربہ کیا ہے ان کے جذبات اور بے بسی کے احساسات سے نمٹنے کے لیے جارحانہ رویے کا زیادہ امکان ہو سکتا ہے۔

یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ جارحیت ابتدائی بچپن کی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے، لیکن اگر یہ شدید ہو جائے تو اس پر توجہ دی جانی چاہیے۔ اگر آپ کو اپنے بچے کے جارحانہ رویے کے بارے میں خدشات ہیں، تو ماہر اطفال یا بچوں کی نشوونما کے ماہرین سے بات کرنا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

چھوٹے بچوں میں جارحیت کی کچھ عام علامات درج ذیل ہیں:

- جسمانی جارحیت: چھوٹے بچے جسمانی جارحیت کا مظاہرہ کر سکتے ہیں، جیسے مارنا، کاٹنا، دھکیلنا، لات مارنا، یا اشیاء پھینکنا۔
- زبانی جارحیت: بچے جارحانہ زبان استعمال کر سکتے ہیں، جیسے چیخنا، نام پکارنا، یا دوسروں کو دھمکی دینا۔

- اشیاء کو جان بوجھ کر توڑنا یا پھینکنا: بچے جان بوجھ کر دوسروں کی چیزوں کو نقصان پہنچا سکتے ہیں یا تباہ کر سکتے ہیں۔
- حوصلہ افزائی: بچے نتائج پر غور کیے بغیر اپنے جارحانہ جذبات پر عمل کر سکتے ہیں۔
- ہمدردی کا فقدان: بچے دوسروں کے جذبات کے لیے فکر مندی یا سمجھ کی کمی ظاہر کر سکتے ہیں۔
- قوانین پر عمل کرنے میں دشواری: بچوں کو والدین، دیکھ بھال کرنے والوں، یا اساتذہ کی طرف سے مقرر کردہ قوانین، نظم و ضبط یا حدود پر عمل کرنے میں دشواری ہو سکتی ہے۔
- انکار: بچے اتھارٹی کے اعداد و شمار کے خلاف مزاحمت یا نظر انداز کر سکتے ہیں، جس سے تنازعہ اور جارحانہ رویہ فروغ پا سکتا ہے۔
- ابتدائی بچپن میں جارحیت ایک عام طرز عمل ہے، اور اس پر قابو پانے کے بہت سے علاج یا طریقے ہیں جو اسے منظم کرنے اور روکنے میں مدد کر سکتے ہیں۔:
- مثبت طرز عمل سکھائیں اور مثال بنیں: چھوٹے بچے اپنے آس پاس کے لوگوں کے رویے کو دیکھ کر سیکھتے ہیں، اس لیے مثبت رویوں اور سماجی مہارتوں کی مثال بنانا ضروری ہے، جیسے اشتراک کرنا، اپنی باری کا انتظار کرنا، ادب اور احترام والی زبان استعمال کرنا۔
- واضح اصول اور نتائج قائم کریں: بچے منظم معمول کے مطابق ترقی کرتے ہیں، واضح اصولوں اور نتائج کا ہونا جارحانہ رویے کو روکنے اور ان کا انتظام کرنے میں مدد کر سکتا ہے۔ بچوں کو ان کے رویے کی توقعات اور نتائج کو سمجھنے میں مدد کرنے کے لیے قوانین اور نتائج کو نافذ کرنے میں مستقل مزاج رہنا ضروری ہے۔
- مواصلات کی حوصلہ افزائی کریں: بچے اکثر مایوسی یا اپنی ضروریات اور خواہشات کو مؤثر طریقے سے بیان کرنے میں ناکامی کی وجہ سے جارحانہ رویے پیش کرتے ہیں۔ زبان، کھیل اور دیگر سرگرمیوں کے ذریعے بات چیت کرنے کی حوصلہ افزائی مایوسی کو کم کرنے اور جارحانہ رویے کو روکنے میں مدد کر سکتی ہے۔
- Positive Reinforcement: مثبت رویے کی حوصلہ افزائی میں Positive Reinforcement ایک بہترین ذریعہ ہو سکتا ہے۔ بچوں کے مثبت کاموں کی تعریف کرنا ان رویوں کو تقویت دینے اور جارحانہ رویے کے امکانات کو کم کرنے میں مدد کر سکتا ہے۔
- پرسکون رہنے کی تکنیکوں کا استعمال کریں: جب بچہ مشتعل یا پریشان ہو جائے تو پرسکون کرنے کی تکنیکیں جیسے گہری سانس لینا یا وقفہ لینا جارحانہ رویے کو کم کرنے میں مدد کر سکتا ہے۔ بچوں کے ساتھ ان تکنیکوں کے استعمال کرنے کی مثال بننا اور ان پر عمل کرنا ضروری ہے۔
- مدد طلب کریں: اگر ان مداخلتوں کے باوجود جارحانہ رویہ برقرار رہتا ہے تو، کسی بھی بنیادی مسائل کی نشاندہی کرنے اور رویے کو منظم کرنے کے لیے ایک زیادہ جامع منصوبہ تیار کرنے کے لیے اطفال کے ماہر، معالج، یا بچوں کی نشوونما کے ماہر سے مدد حاصل کرنا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔
- یہ دھیان رہے کہ جارحانہ رویہ ابتدائی بچپن کی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے، لیکن اگر یہ یا شدید ہو جائے تو اس پر توجہ دی جانی چاہیے۔ صبر، مستقل مزاجی اور مدد کے ساتھ، چھوٹے بچوں میں جارحانہ رویے کا انتظام اور روک تھام ممکن ہے۔

## خود کو چوٹ پہنچانا (Self-Injury)

جسے خود کو نقصان پہنچانا یا خود کو توڑنا بھی کہا جاتا ہے، ایک غیر معمولی رویہ ہے، لیکن یہ کچھ بچوں میں ہو سکتا ہے۔ خود کو چوٹ پہنچانا ایسا رویہ ہے جو جان بوجھ کر کیا جاتا ہے اور اس کے نتیجے میں بچے خود کو جسمانی نقصان پہنچاتا ہے، جیسے کاٹنا، جلانا، نوچنا، مارنا، یا سرپیٹنا۔ خود کو چوٹ پہنچانا ایک پیچیدہ رویہ ہے، اور اس کی کوئی ایک وجہ نہیں ہے۔ یہ اکثر عوامل کے مجموعہ کا نتیجہ ہوتا ہے جس میں مندرجہ ذیل باتیں شامل ہو سکتی ہیں:

- جذبات کا اظہار کرنے میں دشواری: ہو سکتا ہے کہ کچھ بچوں میں الفاظ یا جذباتی پختگی نہ ہو کہ وہ اپنے جذبات کا اظہار کر سکیں، جو مایوسی، بے بسی اور غصے کے جذبات کا باعث بن سکتے ہیں۔ خود کو چوٹ پہنچانا بچے کے لیے ان جذبات کو جسمانی انداز میں ظاہر کرنے کا ایک طریقہ ہو سکتا ہے۔
  - حسی جذبوں کے ذریعے سکون حاصل کرنے کی کوشش: کچھ بچوں میں حسی پروسیسنگ کی خرابی ہو سکتی ہے جس کی وجہ سے وہ مخصوص قسم کے محرکات کی خواہش کرتے ہیں۔ خود کو چوٹ لگنے میں مشغول ہونا حسی محرک کی رہائی فراہم کر سکتا ہے جس میں بچے کو سکون یا اطمینان محسوس ہوتا ہے۔
  - توجہ طلب رویہ: کچھ بچے دوسروں کی توجہ حاصل کرنے کے طریقے کے طور پر خود کو چوٹ پہنچا سکتے ہیں اگر اس رویے پر توجہ یا تشویش کے ساتھ جواب دیا جائے گا تو اس رویے کو تقویت مل سکتی ہے۔
  - صدمے سے نمٹنا: بعض صورتوں میں، خود کو چوٹ لگنا اس بات کی علامت ہو سکتی ہے کہ بچے کو صدمے یا بدسلوکی کا سامنا ہے۔ خود کو چوٹ لگنا بچے کے لیے صدمے سے وابستہ مشکل جذبات اور یادوں سے نمٹنے کا ایک طریقہ ہو سکتا ہے۔
  - دماغی صحت کی بنیادی حالتیں: خود کو چوٹ لگانا دماغی صحت کی بنیادی حالت کی علامت ہو سکتی ہے، جیسے ڈپریشن، اضطراب، یاد و سیروی خرابی (Bipolar Disorder) کی شکایت۔
- ابتدائی بچپن میں خود کو چوٹ پہنچانے کا علاج رویے کی بنیادی وجہ پر منحصر ہے۔ زیادہ تر معاملات میں، رویے کے جسمانی اور جذباتی پہلوؤں کو حل کرنے کے لیے پیشہ ور افراد کی ایک ٹیم پر مشتمل ایک جامع نقطہ نظر ضروری ہے۔ علاج کے کچھ طریقے درج ذیل ہیں:
- نفسیاتی تھراپی (Psychological Therapy): نفسیاتی تھراپی، جیسے Cognitive Behaviour Therapy (CBT) یا پلے تھراپی (Play Therapy) بچے کو مقابلہ کرنے کی مہارت اور اپنے جذبات کے اظہار کے متبادل طریقے تیار کرنے میں مدد کر سکتی ہے۔
  - ادویات (Medication): بعض صورتوں میں دماغی صحت کی بنیادی حالتوں کے علاج کے لیے دوائی تجویز کی جاسکتی ہے، جیسے ڈپریشن یا اضطراب، جو خود کو چوٹ پہنچانے کے رویے میں معاون ہو سکتا ہے۔

- حسی انضمام تھراپی (Sensory integration therapy): اگر بچے کو اپنے حواسِ خمسہ سے حسی کارکردگی یا پروسسنگ ڈس آرڈر (Sensory Processing Disorder) ہے جو رویے میں تبدیلی کی وجہ بن رہا ہے تو اس کے لیے حسی انضمام تھراپی (Sensory integration therapy) کی جاسکتی ہے
- والدین کی تعلیم اور معاونت: والدین کی تعلیم اور مدد بچے کے رویے کو سمجھنے اور اس کے انتظام کے لیے حکمت عملی تیار کرنے میں فائدہ مند ثابت ہو سکتی ہے۔ اس میں مسلسل معمولات تیار کرنا اور مناسب رویے کے لیے حوصلہ افزائی کرنا شامل ہو سکتا ہے۔
- فیملی تھراپی: فیملی تھراپی کسی بھی بنیادی خاندانی حرکات کو حل کرنے میں مددگار ثابت ہو سکتی ہے جو رویے میں تبدیلی اور اس کے مستحکم ہونے میں مددگار ہے۔

اگر آپ کو شبہ ہے کہ کوئی بچہ خود کو چوٹ پہنچانے والے رویے میں ملوث ہے تو اس کے لیے پیشہ ورانہ مدد حاصل کرنا ضروری ہے۔ رویے کو طویل مدتی پیٹرن (Long-term Pattern) بننے سے روکنے کے لیے ابتدائی مداخلت کلیدی حیثیت رکھتی ہے۔ صحیح مدد اور علاج کے ساتھ، زیادہ تر بچے خود کو لگنے والی چوٹ پر قابو پا سکتے ہیں اور مشکل جذبات سے نمٹنے کے صحت مند طریقے سیکھ سکتے ہیں۔

### تخریبی رویہ (Destructiveness)

ابتدائی بچپن میں تخریبی رویہ غیر معمولی نہیں ہے، اور یہ بہت سی شکلیں لے سکتا ہے، بشمول پھینکنا، مارنا، چیزیں توڑنا، اور جسمانی تباہی کی دیگر اقسام۔ اگرچہ چھوٹے بچوں کے لیے تباہی کی کچھ سطح معمول کی بات ہو سکتی ہے جب وہ اپنے اطراف کو جانچتے اور سیکھتے ہیں، لیکن ضرورت سے زیادہ یا مسلسل تباہی ایک تشویش کا باعث ہو سکتی ہے۔

ابتدائی بچپن میں تباہ کن رویے کی کئی ممکنہ وجوہات ہیں، بشمول:

- نشوونما کے مسائل: تباہ کن رویہ بچے کے نشوونما کے عمل کا ایک عام حصہ ہو سکتا ہے، کیونکہ وہ اپنے اطراف کی چیزوں کو جانچتے ہیں کرتے اور تجربہ کرتے ہیں۔
- توجہ طلب رویہ: کچھ بچے توجہ حاصل کرنے یا اپنے نگہداشت کرنے والوں یا دوسروں کی طرف سے رد عمل حاصل کرنے کے لیے تباہ کن رویے میں ملوث ہو سکتے ہیں۔
- مایوسی یا غصہ: وہ بچے جو اپنے مایوسی یا غصے کے جذبات کو صحت مند طریقوں سے ظاہر کرنے سے قاصر ہیں وہ ایک آؤٹ لیٹ کے طور پر تباہ کن رویے کی طرف مائل ہو سکتے ہیں۔
- طرز عمل کی خرابی: بعض صورتوں میں، تباہ کن رویہ ایک بنیادی رویے کی خرابی کی علامت ہو سکتا ہے، جیسے کہ ADHD یا مخالفانہ ڈیفینٹ ڈس آرڈر۔

اگر کسی بچے کا تباہ کن رویہ خود کو یا دوسروں کو نقصان پہنچا رہا ہے، یا اگر یہ ان کی روزمرہ کی سرگرمیوں میں مداخلت کر رہا ہے، تو اسے پیشہ ورانہ مدد لینا ضروری ہو سکتا ہے۔ ابتدائی بچپن میں تباہ کن رویے کے علاج میں شامل ہو سکتے ہیں:

- برتاؤ کی تھراپی: برتاؤ کی تھراپی بچے کو اپنے جذبات کا اظہار کرنے اور اپنے رویے کو منظم کرنے کے متبادل طریقے سیکھنے میں مدد کر سکتی ہے۔
- پلے تھراپی: پلے تھراپی چھوٹے بچوں کو محفوظ اور صحت مند طریقے سے اپنے اور اپنے جذبات کا اظہار کرنا سیکھنے میں مدد کر سکتی ہے۔
- والدین کی تعلیم اور مدد: والدین تباہ کن رویے کو منظم کرنے اور مناسب رویے کے لیے مثبت کمک فراہم کرنے کے لیے حکمت عملی سیکھ سکتے ہیں۔
- فیملی تھراپی: فیملی تھراپی کسی بھی بنیادی خاندانی حرکیات کو حل کرنے میں مددگار ثابت ہو سکتی ہے جو رویے میں حصہ ڈال رہی ہے۔
- رویے کے لیے واضح اور مستقل حدود طے کریں جیسے۔
- جب بچہ مناسب رویے کا مظاہرہ کرے تو مثبت کمک کا استعمال کریں۔
- بچے کو اپنے جذبات کا اظہار غیر تباہ کن انداز میں کرنا سکھائیں۔
- بچے کی توانائی کے لیے مناسب آؤٹ لیٹس فراہم کریں، جیسے کہ جسمانی سرگرمی
- یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ جب چھوٹے بچوں میں تباہ کن رویے کی بات آتی ہے تو ابتدائی مداخلت کلیدی حیثیت رکھتی ہے۔ صحیح مدد اور علاج کے ساتھ، زیادہ تر بچے اپنے رویے اور جذبات کو سنبھالنے کے صحت مند طریقے سیکھ سکتے ہیں۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: حواسِ خمسہ کو کس طرح استعمال کیا جاسکتا ہے؟

15.4 شرمیلا پن، ہائپر ایکٹیویٹی، اور حد سے زیادہ انحصار

(Shyness, Hyperactivity, and Over dependence)

منفی رویے کے علاوہ، بچے شرم، ہائپر ایکٹیویٹی، یا ضرورت سے زیادہ انحصار کا بھی مظاہرہ کر سکتے ہیں۔ یہاں کچھ عام علامات اور ان کے علاج ہیں:

- شرم Shyness ایک عام مسئلہ ہے جو ابتدائی بچپن میں پیدا ہو سکتا ہے جس کی علامات درج ذیل ہیں۔
- شرم کی خصوصیت دوسروں کے ساتھ بات کرنے یا مشغول ہونے میں ہچکچاہٹ سے ہو سکتی ہے۔
- آنکھ ملنے سے گریز،
- سماجی حالات میں پریشان یا بے چین دکھائی دینا۔
- بچپن میں شرم کی کچھ ممکنہ وجوہات اور علاج درج ذیل ہیں:

- جینیاتی: کچھ بچے اپنے جینیاتی میک اپ کی وجہ سے شرمندگی کا شکار ہو سکتے ہیں۔
- مزاج: بچے کا مزاج بھی شرم میں حصہ ڈال سکتا ہے۔ جو بچے زیادہ حساس یا محتاط ہوتے ہیں وہ شرمندگی کا زیادہ شکار ہو سکتے ہیں۔
- سماجی تجربات: منفی سماجی تجربات، جیسے کہ ردیاد ہونے، بھی شرمندگی میں حصہ ڈال سکتے ہیں۔

#### علاج:

- سماجی حالات سے بتدریج نمائش: جو بچے شرمیلے ہوتے ہیں وہ معاون اور پرورش کے ماحول میں بتدریج سماجی حالات کے سامنے آنے سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ اس سے انہیں وقت کے ساتھ زیادہ آرام دہ اور پر اعتماد محسوس کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔
- سماجی مہارت کی تربیت: سماجی مہارت کی تربیت بچوں کو دوسروں کے ساتھ مشغول ہونے اور مثبت سماجی تعلقات استوار کرنے کا طریقہ سیکھنے میں مدد کر سکتی ہے۔
- مثبت تعاملات کی حوصلہ افزائی کرنا: ساتھیوں کے ساتھ مثبت تعاملات کی حوصلہ افزائی کرنا، جیسے کہ کھیل کی تاریخیں یا گروہی سرگرمیاں، بچوں کی سماجی مہارتوں کو فروغ دینے اور اعتماد پیدا کرنے میں بھی مدد کر سکتی ہیں۔
- مثبت مکمل: مناسب سماجی رویے کے لیے مثبت مکمل فراہم کرنے سے بچوں کو زیادہ پر اعتماد محسوس کرنے اور دوسروں کے ساتھ مشغول ہونے کی ترغیب دینے میں مدد مل سکتی ہے۔

یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ شرم و حیا بچپن کی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے، اور بہت سے بچے وقت اور مدد کے ساتھ اس سے بڑھ جائیں گے۔ تاہم، اگر کسی بچے کی شرمندگی خاصی پریشانی کا باعث بن رہی ہے یا ان کی روزمرہ کی سرگرمیوں میں مداخلت کر رہی ہے، تو صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے یا ذہنی صحت کے پیشہ ورانہ مدد لینا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

#### ہائپر ایکٹیویٹی (Hyperactivity)

- ایک عام مسئلہ ہے جو ابتدائی بچپن میں پیدا ہو سکتا ہے۔
- ہائپر ایکٹیویٹی کی خصوصیات ضرورت سے زیادہ توانائی سے ہو سکتی ہے،
- بچے بے حسی کا مظاہرہ کرے گا۔
- بچے خلل ڈالنے والا رویہ دکھائے گا۔
- بچے کو خاموش بیٹھنے یا توجہ مرکوز کرنے میں دشواری ہو سکتی ہے۔
- بچے بے چین یا مضطرب ہو سکتا ہے۔
- ابتدائی بچپن میں ہائپر ایکٹیویٹی کی کچھ ممکنہ وجوہات اور علاج یہ ہیں:
- جینیاتیات: کچھ بچے اپنے جینیاتی میک اپ کی وجہ سے ہائپر ایکٹیویٹی کا شکار ہو سکتے ہیں۔
- حواسِ خمسہ کے حسی پروسیسنگ ڈس آرڈر: کچھ بچوں کو حسی معلومات پر کارروائی کرنے میں دشواری ہو سکتی ہے، جس کی وجہ سے ہائپر ایکٹیویٹی ہوتی ہے۔

- ADHD: توجہ کی کمی/ہائپر ایکٹیویٹی ڈس آرڈر (ADHD) ایک عام عارضہ ہے جو ہائپر ایکٹیویٹی کا سبب بن سکتا ہے، ساتھ ہی توجہ مرکوز کرنے اور تسلسل کو کنٹرول کرنے میں دشواری کا سبب بن سکتا ہے۔

#### علاج:

- مستقل معمولات اور نظام الاوقات قائم کریں۔ ہائپر ایکٹیویٹی والے بچے مستقل معمولات اور حدود سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ اس سے انہیں زیادہ محفوظ محسوس کرنے میں مدد مل سکتی ہے اور یہ ان کے دن کو ڈھانچے بھی فراہم کر سکتا ہے۔
- جسمانی سرگرمی اور نقل و حرکت کے وقفے کے مواقع فراہم کریں: جسمانی سرگرمیوں کے لیے باقاعدگی سے مواقع فراہم کرنے سے بچوں کی زیادہ سرگرمی مثبت طریقے سے اضافی توانائی کو جاری کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔
- برتاؤ کی تھراپی: برتاؤ کی تھراپی ہائپر ایکٹیویٹی والے بچوں کو یہ سیکھنے میں مدد کر سکتی ہے کہ ان کے جذبات کو کیسے منظم کیا جائے اور مناسب سماجی مہارتیں کیسے تیار کی جائیں۔
- دوا: بعض صورتوں میں، ADHD والے بچوں میں ہائپر ایکٹیویٹی کو منظم کرنے میں مدد کے لیے دوا تجویز کی جاسکتی ہے۔
- جب بچہ مناسب رویے کا مظاہرہ کرے تو مثبت کمک کا استعمال کریں۔
- بچے کو آرام کی تکنیک سکھائیں جیسے کہ گہری سانس لینا یا تصور کرنا۔
- یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ ہائپر ایکٹیویٹی بچپن کی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے، اور بہت سے بچے وقت اور مدد کے ساتھ اس میں اضافہ کریں گے۔ تاہم، اگر کسی بچے کی ہائپر ایکٹیویٹی اہم پریشانی کا باعث بن رہی ہے یا ان کی روزمرہ کی سرگرمیوں میں مداخلت کر رہی ہے، تو صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے یادمانی صحت کے پیشہ ور سے پیشہ ورانہ مدد لینا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

#### حد سے زیادہ انحصار (Over dependence)

ابتدائی بچپن میں حد سے زیادہ انحصار اس وقت ہو سکتا ہے جب بچہ جذباتی، جسمانی یا نفسیاتی مدد کے لیے اپنے والدین یا دیکھ بھال کرنے والوں پر بہت زیادہ انحصار کرتا ہے۔

ابتدائی بچپن میں حد سے زیادہ انحصار کی علامات مختلف ہو سکتی ہیں، لیکن کچھ عام علامات جن پر غور کرنا ہے ان میں شامل ہیں:

- بچے کو دیکھ بھال کرنے والوں سے الگ ہونے میں دشواری ہو سکتی ہے۔
- بچہ جڑ چڑے رویے کا مظاہرہ کر سکتا ہے۔
- ایک بچہ جو اپنے والدین یا دیکھ بھال کرنے والے سے مسلسل توجہ، سکون، یا یقین دہانی کا خواہاں ہے۔
- آزادانہ طور پر فیصلے کرنے یا مسئلہ حل کرنے میں دشواری۔
- خود اعتمادی کی کمی یا کم خود اعتمادی۔
- چیلنجوں یا کاموں سے بچنا جن کے لیے آزادانہ کوشش یا پہل کی ضرورت ہوتی ہے۔
- والدین یا دیکھ بھال کرنے والے کی موجودگی کے بغیر سرگرمیوں میں مشغول ہونے یا کھیلنے سے انکار۔

- والدین یاد کیکھ بھال کرنے والے سے الگ ہونے پر پریشانی یاد شواری۔
- جذباتی مدد یا راحت کے لیے والدین یاد کیکھ بھال کرنے والے پر زیادہ انحصار۔
- معمول کی تبدیلیوں یا غیر متوقع واقعات سے نمٹنے میں دشواری۔

اگر آپ اپنے بچے میں یہ علامات محسوس کرتے ہیں، تو یہ اس بات کی علامت ہو سکتی ہے کہ وہ آپ پر زیادہ انحصار کر رہے ہیں۔ آپ کے بچے کی صحت مند نشوونما کو فروغ دینے اور ان کی آزادی کی حوصلہ افزائی کے لیے ان مسائل کو جلد حل کرنا ضروری ہے۔ اپنے بچے کو فیصلہ سازی، مسئلہ حل کرنے، اور خود ضابطہ کی مہارتوں کی مشق کرنے کے مواقع فراہم کر کے، آپ ان کی مدد کر سکتے ہیں کہ وہ مزید خود مختار اور پر اعتماد بننے کے لیے درکار مہارتیں تیار کریں۔

ابتدائی بچپن میں زیادہ انحصار کی کئی وجوہات ہو سکتی ہیں، بشمول:

- ضرورت سے زیادہ حفاظتی والدین: جو والدین اپنے بچے کی ضرورت سے زیادہ حفاظت کرتے ہیں وہ نادانستہ طور پر آزادی اور خود انحصاری پیدا کرنے کے اپنے مواقع کو محدود کر سکتے ہیں۔
- متضاد والدین: والدین میں عدم مطابقت، جیسا کہ بہت زیادہ یا بہت کم خاکہ فراہم کرنا، بچے کو اس بارے میں غیر یقینی بنا سکتا ہے کہ ان سے کیا توقع کی جاتی ہے، جس کی وجہ سے وہ ہنمائی کے لیے اپنے والدین یاد کیکھ بھال کرنے والوں پر انحصار کرتے ہیں۔
- آزادانہ تلاش کے مواقع کی کمی: اگر کسی بچے کو دنیا کو تلاش کرنے اور آزادانہ طور پر خطرات مول لینے کے مواقع نہیں دیئے جاتے ہیں، تو وہ ہدایت کے لیے اپنے والدین یاد کیکھ بھال کرنے والوں پر حد سے زیادہ انحصار کر سکتے ہیں۔
- علیحدگی کی پریشانی: علیحدگی کی پریشانی، جو بچپن کی ابتدائی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے، بعض اوقات والدین یاد کیکھ بھال کرنے والوں پر زیادہ انحصار کا نتیجہ بن سکتی ہے۔
- جذباتی ضروریات: وہ بچے جن کی جذباتی ضروریات پوری نہیں ہوتی ہیں، جیسے کہ اپنے والدین یاد کیکھ بھال کرنے والوں کی طرف سے توجہ یا تعاون کی کمی، جذباتی سکون کے لیے ان پر حد سے زیادہ انحصار کر سکتے ہیں۔
- ترقیاتی تاخیر: نشوونما میں تاخیر یا معذوری والے بچوں کو اپنے والدین یاد کیکھ بھال کرنے والوں سے زیادہ مدد کی ضرورت پڑ سکتی ہے، جس سے زیادہ انحصار ہوتا ہے۔

یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ ہر بچہ مختلف ہوتا ہے، اور زیادہ انحصار کی وجوہات انفرادی بچے اور خاندانی صورتحال کے لحاظ سے مختلف ہو سکتی ہیں۔ زیادہ انحصار کی ممکنہ وجوہات کو سمجھ کر، والدین اور دیکھ بھال کرنے والے اپنے بچے کی صحت مند نشوونما اور آزادی کو فروغ دینے کے لیے اقدامات کر سکتے ہیں۔

ابتدائی بچپن میں حد سے زیادہ انحصار کو مختلف طریقوں سے حل کیا جاسکتا ہے۔ یہاں کچھ تجاویز ہیں:

- آزادی کی حوصلہ افزائی کریں: والدین آہستہ آہستہ اپنے بچے کو خود انتخاب اور فیصلے کرنے کے مزید مواقع دے کر آزادی کی حوصلہ افزائی کر سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر، بچے کو اپنے کپڑے خود لینے دیں یا فیصلہ کریں کہ ناشتے میں کیا کھانا ہے۔

- ایک معمول بنائیں: ایک مستقل روٹین قائم کرنے سے بچوں کو اپنی روزمرہ کی زندگی میں محفوظ اور پر اعتماد محسوس کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔ اس میں کھانے، جھپکیوں اور سونے کے وقت کا باقاعدہ شیڈول شامل ہو سکتا ہے۔
  - کھیل اور تلاش کے مواقع فراہم کریں: کھیلنا اور تلاش کرنا بچے کی نشوونما کے لیے اہم ہیں اور ان کے اعتماد اور آزادی کو بڑھانے میں مدد کر سکتے ہیں۔ والدین اپنے بچے کو تلاش کرنے اور کھیلنے کے لیے کھلونے، کھیل اور محفوظ ماحول فراہم کر سکتے ہیں۔
  - ضرورت سے زیادہ حفاظت سے پرہیز کریں: اگرچہ بچوں کو محفوظ رکھنا ضروری ہے، والدین کو ضرورت سے زیادہ حفاظت کرنے یا اپنے بچے کے لیے سب کچھ کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔ بچوں کو خطرہ مول لینے اور غلطیاں کرنے کی اجازت دینے سے انہیں سیکھنے اور بڑھنے میں مدد مل سکتی ہے۔
  - مسئلہ حل کرنے کی مہارتوں کو فروغ دیں: کھلے عام سوالات پوچھ کر اور بچوں کو خود ان کے حل کے ساتھ آنے کی اجازت دے کر مسئلہ حل کرنے کی مہارتوں کی حوصلہ افزائی کریں۔ اس سے انہیں خود ہی چیلنجوں سے نمٹنے کے لیے اپنی صلاحیتوں پر اعتماد پیدا کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔
  - پیشہ ورانہ مدد حاصل کریں: اگر ان کو ششوں کے باوجود ضرورت سے زیادہ انحصار برقرار رہتا ہے، تو ماہر اطفال یا بچوں کے ماہر نفسیات سے مشورہ لینا مفید ہو سکتا ہے اس کے علاوہ۔۔۔
  - آہستہ آہستہ بچے کو نئے دیکھ بھال کرنے والوں یا حالات سے متعارف کروائیں۔
  - جب بچہ مناسب رویے کا مظاہرہ کرے تو مثبت کمک کا استعمال کریں۔
  - ماڈل مناسب سلوک اور آزادی
- یاد رکھیں، ہر بچہ منفرد ہوتا ہے اور اسے آزادی کو فروغ دینے کے لیے مختلف حکمت عملیوں کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ کلیدی مدد فراہم کرنے اور تلاش اور ترقی کی اجازت دینے کے درمیان توازن تلاش کرنا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: بچے کے شرمیلے پن کو کس طرح دور کیا جاسکتا ہے؟

## 15.5 عام علامات سے نمٹنے اور متوازن شخصیت کو فروغ دینے میں بالغ افراد کا کردار

(Role of Adults in dealing with common symptoms and promoting balanced personality)

بالغ ہونے کے ناطے، عام منفی علامات سے نمٹنے اور بچوں میں متوازن شخصیت کو فروغ دینے میں ہمارا کردار اہم ہے۔ یہاں کچھ طریقے ہیں جن سے ہم بچوں کی مدد کر سکتے ہیں:

- پرسکون اور صبر سے رہیں: بچوں میں چیلنجنگ رویوں سے نمٹنے وقت پرسکون اور صبر سے رہنا ضروری ہے۔ اس سے بچے کے لیے ایک محفوظ اور معاون ماحول پیدا کرنے میں مدد ملتی ہے۔
  - واضح اور مستقل حدود طے کریں: بچے اس وقت ترقی کرتے ہیں جب ان کے رویے کے لیے واضح اور مستقل حدود ہوتی ہیں۔ اس سے مدد ملتی ہے۔ بالغ ہونے کے ناطے، ہم بچوں کو طرز عمل سے متعلق خدشات سے نمٹنے اور متوازن شخصیت کو فروغ دینے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ یہاں کچھ طریقے ہیں جن سے ہم بچوں کی مدد کر سکتے ہیں:
  - مثبت رشتہ استوار کریں: بچے کے ساتھ مضبوط اور مثبت رشتہ ضروری ہے۔ جب بچے پیار اور حمایت محسوس کرتے ہیں، تو ان کے مثبت رویے کا مظاہرہ کرنے کا زیادہ امکان ہوتا ہے۔
  - مقابلہ کرنے کی مہارتیں سکھائیں: بچوں کو یہ سیکھنے کی ضرورت ہے کہ اپنے جذبات کو صحت مند طریقے سے کیسے منظم کیا جائے۔ ہم انہیں مقابلہ کرنے کی مہارتیں سکھا سکتے ہیں جیسے کہ گہری سانس لینا، مثبت خود کلامی، یا ذہن سازی کرنا۔ یہ مہارتیں بچوں کو اپنے جذبات کو کنٹرول کرنے اور منفی رویے سے بچنے میں مدد کر سکتی ہیں۔
  - ایک محفوظ اور معاون ماحول فراہم کریں: بچوں کو ایک محفوظ اور معاون ماحول کی ضرورت ہے جہاں وہ محفوظ اور محبت محسوس کر سکیں۔ ہم اس ماحول کو ایک متوقع معمول، مثبت مکالمے اور سننے والے کان فراہم کر کے بنا سکتے ہیں۔
  - پیشہ ورانہ مدد طلب کریں: بعض اوقات، ہماری بہترین کوششوں کے باوجود، بچوں کو رویے سے متعلق خدشات سے نمٹنے کے لیے پیشہ ورانہ مدد کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ اگر ہم محسوس کرتے ہیں کہ بچے کا رویہ ہماری صلاحیت سے باہر ہے تو ہمیں دماغی صحت کے پیشہ ور سے مدد لینے میں ہچکچاہٹ محسوس نہیں کرنی چاہیے۔
- خلاصہ یہ کہ بڑوں کے طور پر ہمارا کردار بچوں کے لیے ایک معاون اور پرورش کا ماحول فراہم کرنا ہے، ساتھ ہی ساتھ انہیں مقابلہ کرنے کی مہارتیں سکھانا اور رویے کے لیے واضح حدود طے کرنا ہے۔ ایسا کرنے سے ہم بچوں کو متوازن شخصیت بنانے اور منفی رویے سے بچنے میں مدد دے سکتے ہیں۔ یہ یاد رکھنا ضروری ہے کہ ابتدائی بچپن میں رویے کے خدشات عام ہیں اور اکثر صبر، سمجھ اور مثبت مکالمے کے ساتھ حل کیے جاسکتے ہیں۔ اگر آپ کو اپنے بچے کے رویے کے بارے میں خدشات ہیں، تو صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور یا بچوں کی نشوونما کے ماہر سے مشورہ کرنا ہمیشہ اچھا خیال ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: بالغ افراد کے کردار پر نظر ثانی کریں؟

15.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درج ذیل باتیں سیکھیں:

- برتاؤ اور طرز عمل نشوونما اور ترقی کا ایک حصہ ہیں، بچوں کو اپنے جذبات کو سنبھالنے اور اس پر قابو پانے کا طریقہ سیکھنے کے لیے مدد اور رہنمائی کی ضرورت ہوتی ہے۔ دیکھ بھال کرنے والوں کے طور پر، ہم بچوں کی مہارتوں کو تیار کرنے اور ان سے نمٹنے کی حکمت عملیوں میں مدد کرنے میں ایک اہم کردار ادا کرتے ہیں جن کی انہیں ابتدائی بچپن کے چیلنجوں سے نمٹنے کے لیے ضرورت ہوتی ہے۔
- صبر، تفہیم اور مثبت پرورش کی حکمت عملی کے عزم کے ساتھ، ہم بچوں کو ان چیلنجوں پر قابو پانے اور صحت مند، اچھی طرح سے ایڈجسٹ شدہ بالغوں میں ترقی کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔
- نیند کی گڈ بڈی: بستر گیلا کرنا کچھ نیند کی خرابی کی وجہ سے ہو سکتا ہے جیسے کہ نیند کی کمی یا بے آرام ٹانگوں کے سنڈروم۔ ایسے معاملات میں، بستر گیلا کرنا ایک ثانوی مسئلہ ہے نیند کی بنیادی خرابی کا علاج بستر گیلا کرنے کے مسئلے کو کم کرنے میں مدد کر سکتا ہے۔
- جذباتی مسائل: وہ بچے جنہوں نے تکلیف دہ واقعات کا سامنا کیا ہے، جیسے کہ بدسلوکی یا نظر انداز، انہیں نیند کے دوران اپنے مٹانے کو کنٹرول کرنے میں پریشانی ہو سکتی ہے۔ جذباتی مسائل جیسے ڈپریشن یا اضطراب بھی کچھ بچوں میں بستر گیلا کرنے کا سبب بن سکتا ہے۔
- نشوونما میں تاخیر: بعض صورتوں میں، بچوں کی نشوونما میں تاخیر ہو سکتی ہے جو رات کے وقت ان کے مٹانے پر قابو پانے کی صلاحیت کو متاثر کرتی ہے۔ یہ neurodevelopmental disorder جیسے Autism والے بچوں میں زیادہ عام ہے۔
- تعریف اور مثبت رویہ: اپنے بچے کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ اپنے ناخن کا ٹنڈ کر دے اور ہر اس دن یا اس ہفتے اس کی تعریف اور حوصلہ افزائی کریں جس دن وہ ناخن اپنے دانتوں سے نہیں کاٹتا ہے۔
- ابتدائی بچپن میں جارحیت ایک عام رویہ ہے، اور یہ بچے کی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے۔ تاہم، جب جارحیت بار بار یا شدید ہو جائے تو اس سے نمٹنا ضروری ہے کیونکہ یہ دوسروں کو نقصان پہنچا سکتا ہے اور بچے کی سماجی اور جذباتی نشوونما میں مداخلت کر سکتا ہے۔ ابتدائی بچپن میں جارحانہ رویہ مختلف طریقوں سے ظاہر ہو سکتا ہے، جیسے مارنا، کاٹنا، ڈھکیلنا، لات مارنا، اور اشیاء پھینکنا۔ جارحانہ رویہ مایوسی، سماجی مہارتوں کی کمی، ضروریات اور خواہشات کو بات چیت کرنے میں دشواری، یا ماحول میں تشدد یا جارحانہ رویے کا نتیجہ ہو سکتا ہے۔

- حسی انضمام تھراپی (Sensory integration therapy): اگر بچے کو اپنے حواسِ خمسہ سے حسی کارکردگی یا پروسسنگ ڈس آرڈر (Sensory Processing Disorder) ہے جو رویے میں تبدیلی کی وجہ بن رہا ہے تو اس کے لیے حسی انضمام تھراپی (Sensory integration therapy) کی جاسکتی ہے

## 15.7 فرہنگ (Glossary)

انگوٹھا چوسنا	Thumb sucking
بستر گیلا کرنا	Bed wetting
مثبت محرکات	Positive reinforcement
ہائپر ایکٹیویٹی	Hyperactivity
جارحیت	Temper tantrums
خود کو چوٹ پہنچانا	Self- Injury
مسمار کینندگی (ٹوڑ پھوڑ)	Destructiveness
غصہ	Aggression
حد سے زیادہ انحصار	Over dependence
دانت سے ناخن کاٹنا	Nail biting
تقلید	Imitation
سونے سے پہلے باقاعدگی سے پیشاب سے فارغ ہونا۔	شیڈولڈ وائڈنگ (Scheduled Voiding)

## 15.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

1- ابتدائی بچپن میں طرز عمل کے کچھ عام خدشات کیا ہیں؟

- (a) انگوٹھا چوسنا  
(b) بستر گیلا کرنا  
(c) ناخن کاٹنا  
(d) ان میں سے سبھی

2- بچوں میں انگوٹھا چوسنے کی ممکنہ نفسیاتی وجہ کیا ہے؟

- (a) بھوک  
(b) بوریت

(c) نیند کی کمی (d) الرجک رد عمل

3- دانت سے ناخن کاٹنے کے علاج کے طور پر مثبت کمک (Positive Reinforcement) کے طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے؟

(a) ناخن نہ کاٹنے کی تعریف کرنا (b) تلخ چکھنے والے مادوں کا استعمال

(c) دستانے پہننا (d) طبی مشورہ طلب کرنا

4- ابتدائی بچپن میں غصے کی ایک عام وجہ کیا ہے؟

(a) حد سے زیادہ محرک (b) نیند کی کمی

(c) حد سے زیادہ نظم و ضبط (d) متوازن معمولات

5- دانت سے ناخن کاٹنے کی ظاہری علامت کیا ہے؟

(a) ضرورت سے زیادہ باتیں کرنا (b) چھوٹے، ناہموار ناخن

(c) بار بار پیشاب آنا (d) بہت زیادہ غصہ کرنا

6- بچوں کی دیکھ بھال کرنے والے، چھوٹے بچوں میں غصے کو روکنے میں کس طرح مدد کر سکتے ہیں؟

(a) روزمرہ کے معمولات میں خلل ڈالنا (b) لامحدود اسکرین ٹائم کی اجازت دینا

(c) مستقل معمولات قائم کرنا (d) الرجک رد عمل

7- ابتدائی بچپن میں جارحیت کی کچھ ممکنہ وجوہات کیا ہیں؟

(a) مسلسل معمولات کا فقدان (b) مثبت رول ماڈلز کی حد سے زیادہ نمائش

(c) حسی پروسیسنگ ڈس آرڈر (d) جینیاتی رجحان

8- ابتدائی بچپن میں بچوں کا ضرورت سے زیادہ دوسروں پر انحصار کا تجویز کردہ علاج کیا ہو سکتا ہے؟

(a) آزادی کی کمی سے گریز کرنا (b) مسلسل معمولات فراہم کرنا

(c) دوسرے سے مدد لینے کے رویے کی حوصلہ افزائی کرنا (d) آہستہ آہستہ بچے کو نئے حالات سے متعارف کرانا

9- ابتدائی بچپن میں شرمیلاپن دور کرنے کے لئے ایک ممکنہ علاج کیا ہے؟

(a) سماجی حالات سے مکمل پرہیز کرنا (b) سماجی حالات سے بتدریج تعامل کرنا

(c) مثبت تعاملات کی حوصلہ شکنی (d) بچے کی ہچکچاہٹ کو نظر انداز کرنا

10- ابتدائی بچپن میں ہائپر ایکٹیویٹی (hyperactivity) کی کیا وجہ ہو سکتی ہے؟

(a) جسمانی سرگرمی کی کمی (b) مسلسل معمولات

(c) توجہ کی کمی / ہائپر ایکٹیویٹی ڈس آرڈر (d) ضرورت سے زیادہ پروٹیکٹیو پیئرینٹنگ (Protective Parenting)

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

- 1- بچوں میں متوازن شخصیت کو فروغ دینے میں بالغ افراد کیا کردار ادا کرتے ہیں؟ وضاحت کیجیے۔
- 2- ابتدائی بچپن میں دوسروں پر زیادہ انحصار کی علامات کیا ہیں، اور اس سے نمٹنے کے علاج کیا ہیں؟
- 3- والدین ایک انتہائی متحرک بچے کو اپنے رویے کو منظم کرنے میں کس طرح مدد کر سکتے ہیں؟
- 4- ابتدائی بچپن میں شرمیلے پن کی علامات اور ممکنہ وجوہات کیا ہو سکتی ہیں بیان کیجیے۔
- 5- منفی رویوں جیسے غصے کو قابو کرنے میں مستقل معمولات اور مثبت کمک کی اہمیت کی وضاحت کریں۔

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

- 1- ابتدائی بچپن میں شرمیلے پن، ہائپر ایکٹیویٹی (Hyper Activity)، اور حد سے زیادہ دوسروں پر انحصار کے ممکنہ اسباب کیا ہو سکتے ہیں؟ اس کے لیے تجویز کردہ علاج اور حکمت عملیوں کی تفصیلی وضاحت پیش کریں۔
- 2- بچوں میں ناخن کاٹنے کے پیچھے نفسیاتی وجوہات کا جائزہ لیں، اور اس رویے سے منسلک علامات کو بیان کریں۔ کچھ مؤثر علاج اور حکمت عملی کیا ہیں جو والدین بچوں کو ناخن کاٹنے سے روکنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں؟
- 3- ابتدائی بچپن میں منفی رویوں کی وضاحت کریں۔ والدین اور نگہداشت کرنے والے ان رویوں پر کس طرح قابو پا سکتے ہیں جو بچوں میں مثبت جذباتی نشوونما کو فروغ دے سکے؟

15.9 تجویز کردہ اکتسابی مواد (Suggested Learning Resources)

1. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4097844/> Rydell, Ann-Margret & Diamantopoulou, Sofia & Thorell, Lisa & Bohlin, Gunilla. (2009). Hyperactivity, shyness, and sex: Development and socio-emotional functioning. The British journal of developmental psychology. 27. 625-48. 10.1348/026151008X346996.

# اکائی 16۔ مطابقت اور ذہنی صحت

(Adjustment and Mental Health)

اکائی کے اجزا

16.0 تمہید (Introduction)

16.1 مقاصد (Objectives)

16.2 مطابقت اور عدم مطابقت: تصور و اہمیت

(Adjustment and Maladjustment: Concept and Significance)

16.3 مطابقت کا عمل (Process of Adjustment)

16.4 ذہنی صحت و حفظانِ صحت (Mental Health and Hygiene)

16.5 دفاعی نظام اور اس کا اطلاق (Defence Mechanism and its Applications)

16.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

16.7 فرہنگ (Glossary)

16.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

16.9 تجویز کردہ اکتسابی وسائل کی فہرست (Suggested Learning Resources List)

---

16.0 تمہید (Introduction)

تعلیم کے عمل میں ایڈجسٹمنٹ یعنی مطابقت یا ہم آہنگی ایک انتہائی اہم موضوع ہے۔ یہ ان اساتذہ کے لیے بہت اہمیت رکھتا ہے جو اپنی تدریس اور محنت کا نتیجہ ایسے طلباء کے طور پر دیکھنا چاہتے ہیں تحصیل جانچ میں سو فیصد کامیابی کا مظاہرہ کریں۔ بعض دفعہ اساتذہ اپنی تمام تر کوششوں کے باوجود اکتساب کے تعلق سے اپنے طلباء میں وہ تبدیلی نہیں لاپاتے جن کی توقعات ان سے وابستہ ہوتی ہیں۔ اس کی مختلف وجوہات ہو سکتی ہیں جن میں سے ایک اہم وجہ مطابقت اور ذہنی صحت ہے۔ ہماری تیز رفتار اور بدلتی ہوئی دنیا میں ان دو پہلوؤں کے درمیان گہرے تعلق کو سمجھنا ہماری اجتماعی بہبود اور ذاتی ترقی کے لیے ضروری ہے۔ ہم آہنگی انسانی وجود کا ایک موروثی حصہ ہے۔ اس میں زندگی کی مختلف تبدیلیوں، چیلنجوں اور غیر متوقع حالات کے مطابق ڈھالنے کی ہماری صلاحیت شامل ہے۔ چاہے یہ کسی نئی ملازمت میں منتقلی ہو، نقصان اٹھانا

پڑا ہو یا زندگی کی کسی بڑی تبدیلی کا سامنا کرنا ہو، ایڈجسٹٹ یا مختلف حالات میں ہم آہنگ ہونے کی ہماری صلاحیت ہماری ذہنی صحت کا تعین کرنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ اس اکائی میں ہم اپنی اسی ہم آہنگی کی مہارت کے اعتبار سے مطابقت اور ذہنی صحت کا مطالعہ کریں گے۔

## 16.1 مقاصد (Objectives)

اس اکائی کو مکمل کر لینے کے بعد آپ اس قابل ہو جائیں گے کہ:

- مطابقت کے تصور کو سمجھ جائیں۔
- مطابقت کی اہمیت سے واقف ہو جائیں۔
- عدم مطابقت کے تصور اور وجوہات کو جان سکیں۔
- عدم مطابقت کے نتائج سے واقف ہو جائیں۔
- ذہنی صحت و حفظان صحت کے معنی سمجھ سکیں۔
- ذہنی صحت و حفظان صحت کی اہمیت سے واقف ہو جائیں۔
- دفاعی نظام کے تصور اور اس کے اقسام کو سمجھ جائیں۔
- دفاعی نظام کے اطلاق کو سمجھ جائیں۔

## 16.2 مطابقت اور عدم مطابقت: تصور و اہمیت

### (Adjustment and Maladjustment: Concept and Significance)

انسانی زندگی مختلف چیلنجوں اور تبدیلیوں سے بھرا ہوا ایک متحرک سفر ہے۔ اس سفر کو کامیابی کے ساتھ طے کرنے کے لیے افراد کو اپنی زندگیوں میں مطابقت اور توازن برقرار رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ نئے حالات کے مطابق ڈھالنے اور ذہنی وجہاتی توازن کو برقرار رکھنے کے اس عمل کو ایڈجسٹمنٹ یا ہم آہنگی کہا جاتا ہے۔ اس کے برعکس جب افراد زندگی کے تقاضوں سے نمٹنے کے لیے جدوجہد کرتے ہیں تو درحقیقت وہ عدم مطابقت کا شکار ہوتے ہیں، جس سے ان کی فلاح و بہبود پر گہرے اثرات مرتب ہو سکتے ہیں۔ اس لحاظ سے مطابقت کے تصور اور اس کی اہمیت کے ساتھ عدم مطابقت اور اس کے نقصانات کو بھی سمجھنا ضروری ہے۔

### 16.2.1 مطابقت: تصور اور تعریف (Adjustment: Concept and Definition)

مطابقت ایک نفسیاتی عمل ہے جس کے ذریعے افراد اپنے ماحول کے ساتھ ہم آہنگی حاصل کرنے کے لیے اپنے خیالات، طرز عمل اور جذبات کو تبدیل کرتے ہیں۔ یہ ایک جاری و ساری عمل ہے جو بچپن سے شروع ہوتا ہے اور زندگی بھر جاری رہتا ہے۔ کامیاب مطابقت کی بنیاد پر افراد زندگی کے مختلف شعبوں میں مؤثر طریقے سے کام کو انجام دیتے ہیں مثلاً سماجی، جذباتی، تعلیمی اور پیشہ ورانہ۔ لغوی اعتبار سے لفظ

ایڈجسٹمنٹ یا مطابقت کے معنی فٹ کرنا، موزوں بنانا، موافق بنانا، ترتیب دینا، ترمیم کرنا، ہم آہنگ کرنا وغیرہ ہیں۔ اس طرح جب ہم دو چیزوں کے درمیان ایڈجسٹمنٹ یا مطابقت کرتے ہیں تو ہم ان میں سے ایک یا دونوں کو ایک دوسرے کے مطابق ڈھالتے ہیں یا تبدیل کرتے ہیں۔

ہندوستان سے کینیڈا منتقل ہوئے ایک خاندان کے افراد سال میں 10 مہینے گرم کپڑے پہنتے ہیں۔ عورتیں ساڑھی نہ پہن کر وہاں پر رائج لباس پہننے لگتی ہیں۔ پیزا اور برگر وغیرہ عام کھانے کا حصہ ہو جاتا ہے۔ ہندی کا استعمال کم سے کم تر ہوتے ہوئے انگریزی کا استعمال گھر اور باہر دونوں جگہ ہونے لگتا ہے۔ اس فیملی کے حالات کا جائزہ لیں تو اندازہ ہوتا ہے کہ ان افراد کا رہن سہن، کھانا پینا، لباس زبان اور لب و لہجہ وغیرہ تبدیل ہو گیا ہے۔ یہ تبدیلی وہاں کے ماحول، موسم اور ضرورت کے پیش نظر واقع ہوئی ہے۔ جس میں جسمانی، ماحولیاتی و سماجی مطابقت شامل ہیں۔ دیگر الفاظ میں ہم کہہ سکتے ہیں کہ نئی جگہ کے مطابق اس خاندان نے مطابقت اختیار کر لی ہے۔ اس طرح فرد کی اپنی ضرورتوں اور اپنے ماحول و اطراف کے تقاضوں کے مابین ایک تسکین آمیز تعلق کو مطابقت کہا جاسکتا ہے۔

تعلیمی پس منظر میں دیکھیں تو ایک معلم کے لیے نئے طلبا یا کام کرنے کی جگہ کے مطابق اور طلبا کو اسکول یا کمرہ جماعت کے نئے ماحول کے مطابق ایڈجسٹمنٹ اختیار کرنا نہایت ضروری ہے۔ اس کو مزید درج ذیل تعریفات سے سمجھا جاسکتا ہے۔

سی۔وی۔گڈ (CV Good) کے مطابق، "مطابقت ماحول یا ماحول میں تبدیلی کے لیے موزوں طرز عمل کو تلاش کرنے اور اپنانے کا عمل ہے۔"

شیفر کے مطابق، "ایڈجسٹمنٹ ایک ایسا عمل ہے جس کے ذریعے جاندار اپنی ضروریات اور ان حالات کے درمیان توازن برقرار رکھتا ہے جن سے ان ضروریات کی تسکین کا اندازہ ہوتا ہے۔"

گیٹس کے مطابق، "ایڈجسٹمنٹ ایک مسلسل عمل ہے جس کے ذریعے ایک شخص اپنے اور اپنے ماحول کے درمیان زیادہ ہم آہنگی پیدا کرنے کے لیے اپنے طرز عمل کو تبدیل کرتا ہے۔"

درج بالا تعریفات کی بنیاد پر ہم کہہ سکتے ہیں کہ

- مطابقت ایک مسلسل چلنے والا عمل ہے۔
- اس کا تعلق فرد کی ضروریات اور حالات سے ہے۔
- اس میں فرد اپنے طرز عمل میں تبدیلی لاتا ہے۔
- یہ ضروریات اور حالات کے درمیان توازن برقرار رکھنے کا عمل ہے۔

## 16.2.2 مطابقت کی اہمیت (Significance of Adjustment)

مطابقت ایک کثیر جہتی نفسیاتی عمل ہے جو افراد کی زندگی میں بہت اہمیت رکھتا ہے۔ یہ وہ متحرک عمل ہے جس کے ذریعے لوگ بدلتے ہوئے حالات اور زندگی کے تقاضوں کے مطابق خود کو ڈھالتے ہیں، جس سے وہ ذہنی اور جذباتی صحت کو برقرار رکھتے ہیں۔ مطابقت کی

اہمیت کو سمجھنے کے لیے ضروری ہے کہ انسانی وجود کے مختلف پہلوؤں کا جائزہ لیا جائے اور یہ دیکھا جائے کہ مطابقت ان پہلوؤں کو کیسے متاثر کرتا ہے۔

#### (i) صحت اور جسمانی بہبود

مطابقت جسمانی صحت میں بھی اہم کردار ادا کرتی ہے۔ عدم مطابقت والے افراد سے وابستہ کشیدگی جسم پر منفی اثرات مرتب کرتی ہے۔ اس کے برعکس وہ افراد جو مؤثر طریقے سے ایڈجسٹ کر سکتے ہیں اکثر بہتر جسمانی صحت کے حامل ہوتے ہیں کیونکہ کشیدگی کو سنبھالنے اور صحت کو فروغ دینے والے طرز عمل میں مشغول ہونے کی ان کی صلاحیت مجموعی طور پر بہبود میں معاون ہوتی ہے۔

#### (ii) ذہنی صحت اور جذباتی بہبود

مطابقت کے سب سے اہم پہلوؤں میں سے ایک ذہنی صحت اور جذباتی بہبود کے ساتھ اس کا قریبی تعلق ہے۔ مطابقت میں کامیاب شخص میں کشیدگی سے نمٹنے، جذبات کو مؤثر طریقے سے منظم کرنے اور ناموافق حالات کے وقت تبدیلی لانے کی صلاحیت شامل ہوتی ہے۔ جب افراد زندگی کے چیلنجوں سے مطابقت پیدا کرنے کے اہل ہوتے ہیں تو ان کے اندر اضطراب، ڈپریشن اور دیگر ذہنی مسائل کا امکان کم ہوتا ہے۔ مزید برآں مؤثر مطابقت جذباتی استحکام اور اندرونی سکون کو فروغ دیتی ہے، جو افراد کو زندگی کے اتار چڑھاؤ سے زیادہ آسانی کے ساتھ نمٹنے کے قابل بناتی ہے۔

#### (iii) تعلیمی اور پیشہ ورانہ کامیابی

تعلیم اور پیشہ زندگی کے مرکزی شعبے ہیں اور دونوں شعبوں میں کامیابی حاصل کرنے کے لیے مطابقت لازمی ہے۔ ادارے میں طلباء کو نصاب، امتحانات اور اکتسابی ماحول کے تقاضوں کے مطابق ڈھالنا چاہیے۔ کامیاب تعلیمی مطابقت میں وقت کا انتظام، مطالعہ کی مہارت اور تعلیمی دباؤ سے نمٹنے کی صلاحیت شامل ہوتی ہے۔ اسی طرح پیشہ ورانہ دنیا میں ملازمین کو اپنے پیشے کی توقعات کے مطابق ایڈجسٹ کرنا چاہیے۔ مثلاً نئی تکنیکوں کو اپنانا، ساتھیوں کے ساتھ تعاون کرنا اور کام سے متعلق چیلنجوں سے نمٹنا۔ جو لوگ مؤثر طریقے سے مطابقت اختیار کر سکتے ہیں ان کے تعلیمی اور پیشہ ورانہ طور پر بہتر ہونے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔

#### (iv) بہتر باہمی تعلقات

انسان فطری طور پر سماجی مخلوق ہے اور ان کے تعلقات کا معیار ان کی اجتماعی ترقی اور فلاح کو نمایاں طور پر متاثر کرتا ہے۔ مطابقت بہتر باہمی تعلقات کی تشکیل اور اس کو برقرار رکھنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ جو لوگ مطابقت اختیار کرنے میں مہارت رکھتے ہیں وہ زیادہ مؤثر طریقے سے بات چیت کرتے ہیں، ہمدردی کا جذبہ رکھتے ہیں اور تنازعات کو حل کر سکتے ہیں۔ اس کے برعکس وہ افراد جو مطابقت اختیار نہیں کر پاتے انہیں باہمی تعلقات بنانے اور برقرار رکھنے میں مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اس طرح مثبت سماجی روابط کو فروغ دینے اور ایک معاون سوشل نیٹ ورک بنانے کے لیے مطابقت ضروری ہے۔

## (v) مسرت و اطمینان

ایک فرد کی ایڈجسٹ کرنے کی صلاحیت سے خوشی و اطمینان کا گہرا تعلق ہے۔ جب افراد اپنی زندگی میں توازن کو برقرار رکھتے ہیں تو وہ حیاتی تسکین اور خوشی حاصل کرتے ہیں۔ مؤثر مطابقت مشکل حالات سے نمٹنے میں معاون ہوتی ہے۔ اس کے برعکس جو لوگ عدم مطابقت کا شکار ہوتے ہیں ان کو مستقل عدم اطمینان کا احساس ہوتا ہے۔

اس طرح ہم دیکھتے ہیں کہ ایڈجسٹمنٹ ایک بنیادی اور کثیر جہتی عمل ہے جو انسانی زندگی میں گہری اہمیت رکھتا ہے۔ یہ ذہنی اور جذباتی صحت، افراد کے باہمی تعلقات، تعلیمی اور پیشہ ورانہ کامیابی، مجموعی حیاتی تسکین اور یہاں تک کہ جسمانی صحت پر اثر انداز ہوتا ہے۔

## 16.2.3 عدم مطابقت (Maladjustment)

عدم مطابقت ایک نفسیاتی حالت ہے جس میں فرد اپنے ماحول کے تقاضوں، کشیدگی اور تبدیلیوں سے مؤثر طریقے سے نمٹنے میں ناکام ہوتا ہے یا دشواری محسوس کرتا ہے۔ یہ مطابقت کی کمی کے طور پر ظاہر ہوتا ہے اور اکثر کسی فرد کی زندگی کے مختلف پہلوؤں میں اہم منفی نتائج کا باعث بنتا ہے۔ عدم مطابقت کو جامع طور پر سمجھنے کے لیے اس کی بنیادی وجوہات اور اس کے دور رس نتائج کو جاننا ضروری ہے۔

## 16.2.4 عدم مطابقت کی وجوہات (Causes of Maladjustment)

(i) تکلیف دہ تجربات: تکلیف دہ واقعات سے سامنا جیسے جسمانی یا جذباتی زیادتی، حادثات، قدرتی آفات یا تشدد کسی فرد کی ایڈجسٹ کرنے کی صلاحیت کو بری طرح متاثر کر سکتے ہیں۔ صدمہ مسلسل جذباتی پریشانی، اضطراب اور پوسٹ ٹراویٹک اسٹریس ڈس آرڈر (PTSD) کا باعث بن سکتا ہے جو مطابقت کی راہ میں ایک بڑی رکاوٹ ہے۔

(ii) دماغی صحت کی خرابی: ذہنی پریشانی کے حالات جیسے ڈپریشن، بے چینی، بائی پولر ڈس آرڈر اور اسکیزوفرین یا نمایاں طور پر عدم مطابقت کا سبب بنتے ہیں۔ یہ عوارض مختلف طریقوں سے مطابقت میں رکاوٹ بنتے ہیں جیسے حقیقت کے بارے میں فرد کے ادراک پر اثر انداز ہونا، ان کے سوچنے کے عمل میں خلل ڈالنا اور ان کی مطابقت پذیر صلاحیت کو روکنا۔

(iii) ماحولیاتی دباؤ: اسکول، سماج اور خاندان ایسی جگہ ہیں جہاں بچے کا سماجی جانے کا عمل وقوع پذیر ہوتا ہے۔ اگر ایسی جگہ فرد کو تعاون اور ہمدردی کے بجائے دائمی کشیدگی، غربت، امتیازی سلوک اور زندگی کے منفی حالات کا سامنا کرنا پڑے تو یہ عدم مطابقت کا سبب بن سکتا ہے۔ اس طرح کے کشیدگی کے ساتھ طویل عرصے تک سامنا خراب رد عمل کا باعث بن سکتا ہے۔

(iv) جینیاتی اور حیاتیاتی عوامل: جینیاتی اور حیاتیاتی عوامل کچھ افراد کو عدم مطابقت کے لیے زیادہ حساس بنا سکتے ہیں۔ یہ عوامل دماغ کی کیمسٹری اور کام کاج کو متاثر کرتے ہیں۔ یہ ممکنہ طور پر جذباتی بے ضابطگی اور خراب رویوں کا باعث بنتے ہیں۔

## 16.2.5 عدم مطابقت کے نتائج (Consequences of Maladjustment)

عدم مطابقت کسی فرد کی زندگی کے مختلف پہلوؤں پر بری طرح اثر انداز ہوتی ہے اور تشویش کن نتائج کا باعث بن سکتی ہے۔ ذیل میں اس کے چند ممکنہ نتائج و نقصانات کو بتایا گیا ہے:

- (i) خراب دماغی صحت: عدم مطابقت کے نتیجے میں فرد کو اکثر ذہنی صحت سے متعلق پریشانیوں جیسے ڈپریشن اور اضطراب کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ جن کے سبب فرد آگے زندگی کے چیلنجوں سے نمٹنے میں دشواری محسوس کرتا ہے۔
  - (ii) کشیدہ تعلقات: عدم مطابقت کے شکار افراد کو صحت مند باہمی تعلقات بنانے اور برقرار رکھنے میں اکثر مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ ان کی جذباتی طور پر جدوجہد، غلط رویے اور ناقص مواصلات کی مہارتیں تنازعات اور اپنوں سے الگ تھلگ ہونے کا باعث بن سکتی ہیں۔
  - (iii) کمتر معیار زندگی: عدم مطابقت کسی فرد کے مجموعی معیار زندگی کو نمایاں طور پر کم کر سکتی ہے۔ جس سے روزمرہ کے کام کاج میں خرابی یا بے اعتمادی، زندگی کی لذتوں سے لطف اندوز ہونے میں کمی اور بے چینی یا عدم اطمینان کا احساس جیسی دشواریاں لاحق ہو سکتی ہیں۔
  - (iv) تعلیمی اور پیشہ ورانہ ناکامی: عدم مطابقت تعلیمی اور پیشہ ورانہ کامیابی میں رکاوٹ بن سکتی ہے۔ کسی بھی میدان میں کامیابی کے لیے چند بنیادی نفسیاتی خصوصیات کا ہونا لازمی ہے مثلاً توجہ مرکوز کرنا، جذباتی استحکام، ساتھیوں سے مثبت رشتہ وغیرہ جن کی بناء پر فرد اپنے پیشے یا تعلیم میں کامیابی سے ہمکنار ہوتا ہے۔ اس کے برعکس عدم مطابقت کی صورت میں فرد ناکامی کا شکار ہو جاتا ہے۔
  - (v) جسمانی صحت پر اثرات: دائمی کشیدگی ذہنی صحت کے ساتھ ساتھ جسمانی صحت کو بھی بری طرح متاثر کر سکتا ہے۔ یہ ہائی بلڈ پریشر، دل کی بیماری اور کمزور مدافعتی نظام جیسے حالات کا باعث بن سکتا ہے۔
  - (vi) قانونی اور مالی مسائل: بعض حالات میں عدم مطابقت کے شکار افراد میں قوت برداشت کی کمی دیکھنے کو ملتی ہے جس کی وجہ سے وہ معمولی باتوں پر بھی غصے کا اظہار کرتے ہیں یا جارحانہ رویہ اختیار کر لیتے ہیں جن کے سبب فرد کو قانونی مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ مطابقت کی کمی کی وجہ سے روزگار کے مواقع ہاتھ سے نکل جاتے ہیں یا کبھی کبھی روزگار سے ہاتھ دھونا بھی پڑتا ہے جو مالی دشواریوں کا سبب بنتے ہیں۔
- مختصر طور پر ہم کہہ سکتے ہیں کہ عدم مطابقت ایک پیچیدہ اور کثیر جہتی حالت ہے جس کے مختلف اسباب اور سنگین نتائج ہوتے ہیں۔ عدم مطابقت کی علامات کو جلد پہچاننا، مناسب مدد اور علاج فراہم کرنا بہت ضروری ہے۔ اس سلسلے میں کاؤنسلر اور دیگر دماغی صحت کے پیشہ سے منسلک افراد کی خدمات حاصل کی جاسکتی ہیں تاکہ افراد کو ان کی صلاحیتوں کو فروغ دینے اور ان کی مجموعی صحت کو بہتر بنانے میں مدد ملے۔ عدم مطابقت کو دور کرنا نہ صرف فرد کی خاطر بلکہ ان کے تعلقات اور وسیع تناظر میں کمیونٹی کی بھلائی کے لیے بھی ضروری ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: مطابقت کی تعریف بیان کیجیے؟

مطابقت کو تفصیلی طور پر سمجھنے کے بعد یہ سوال ذہن میں پیدا ہوتا ہے کہ مطابقت ایک عمل (Process) ہے یا حاصل (Product)۔ دراصل مطابقت عمل اور ما حاصل دونوں ہے۔ مطابقت کو جب ایک عمل کے طور پر بیان کیا جاتا ہے تو اس سے مراد ان ذرائع اور وسائل سے ہے جن کی بدولت فرد خود اپنی ذات اور اپنے ماحول کے درمیان توازن قائم و برقرار رکھ پاتا ہے۔ مطابقت کو بطور حاصل دیکھیں تو اس کے نتائج کو اہمیت دی جاتی ہے جب کہ اس کے برعکس مطابقت کو ایک عمل کے طور پر پیش کیا جائے تو اس میں نتائج کو درکنار کرتے ہوئے ان طریقے اور حکمت عملیوں کو اہمیت دی جائے گی جن سے فرد مطابقت اختیار کر پاتا ہے۔ طلباء کی مطابقت بڑی حد تک بیرونی ماحول کے ساتھ ان کے تعامل پر منحصر ہے جس میں وہ رہتے ہیں۔

سوئزر لینڈ کے ماہر نفسیات Piaget نے مطابقت کے عمل کا مختلف زاویوں سے مطالعہ کیا ہے۔ انہوں نے اس کے لیے دو اصطلاح Assimilation اور Accommodation کا استعمال کیا ہے۔ اس کے علاوہ Piaget نے وقوفی ترقی کا ایک نظریہ پیش کیا جو ان طریقوں پر زور دیتا ہے جن سے افراد دنیا کے بارے میں اپنی فہم کو تشکیل دیتے ہیں اور اس کو اپناتے ہیں۔ اس کا نظریہ کئی اہم تصورات پر مشتمل ہے جن کا تعلق مطابقت کے عمل کو سمجھنے سے ہے۔

Piaget کے مطابق Assimilation وہ عمل ہے جس کے ذریعے افراد نئی معلومات یا تجربات لیتے ہیں اور انہیں اپنے موجودہ علمی ڈھانچے میں شامل کرتے ہیں۔ مطابقت کے تناظر میں Assimilation کو اس سے تشبیہ دی جاسکتی ہے کہ لوگ کس طرح نئے حالات یا چیلنجوں کو اپنے موجودہ افہام و تفہیم کے فریم ورک میں شامل کرتے ہیں۔ مثال کے طور پر ایک بچہ جس نے اسکول میں ساتھیوں کے ساتھ بات چیت کرنے کا طریقہ سیکھ لیا ہے، وہ اسی طرح نئے سماجی حالات کو سمجھ کر اپنا سکتا ہے۔ Piaget کے نظریہ میں Accommodation نئی معلومات یا تجربات کے مطابق موجودہ وقوفی اسکیم میں ترمیم کرنے کا عمل ہے۔ مطابقت کے عمل میں Accommodation اس وقت ہو سکتی ہے جب افراد کو ایسے حالات یا چیلنجز کا سامنا کرنا پڑے جو ان کی موجودہ سمجھ میں آسانی سے ضم نہیں ہو سکتے۔ ایسی صورت میں انہیں اپنی سوچ اور طرز عمل کو ان نئے حالات کے مطابق ڈھالنے کی ضرورت ہے۔ مثال کے طور پر ایک بچہ جو دوستوں کے ساتھ تنازعات سے نمٹنے کا ایک نیا طریقہ سیکھتا ہے وہ بدلتے ہوئے سماجی حالات میں مطابقت اختیار کر رہا ہے۔ معاشرے میں کامیابی کے ساتھ ایڈجسٹ کرنے کے لیے فرد کو Assimilation اور Accommodation دونوں کا سہارا لینا پڑتا ہے۔

مطابقت کے اس عمل کو ذیل میں دیے گئے مرحلے سے سمجھا جاسکتا ہے۔

- (i) آگاہی اور پہچان: مطابقت کے عمل کی شروعات کسی تبدیلی یا چیلنج کی آگاہی اور پہچان سے ہوتی ہے جب ہمارا ذہن یہ تسلیم کر لیتا ہے کہ کوئی تبدیلی یا چیلنج موجود ہے۔ اس مرحلے میں فرد صورت حال کے حوالے سے کسی کے جذباتی رد عمل اور خیالات کو تسلیم کرتا ہے۔
- (ii) تشخیص: تبدیلی سے آگاہ ہونے کے بعد افراد اس کی اہمیت اور اپنی زندگی پر اثرات کا اندازہ لگاتے ہیں۔ اس میں صورت حال کے عملی اور

جذباتی پہلوؤں پر غور کرنا شامل ہے۔

(iii) مقابلہ اور موافقت: اس مرحلے میں افراد تبدیلی یا چیلنج سے نمٹنے کے لیے مقابلہ کرنے کی حکمت عملی تیار کرتے ہیں اور ان پر عمل درآمد کرتے ہیں۔ ان حکمت عملیوں میں مسئلہ حل کرنا، مدد حاصل کرنا یا طرز زندگی میں تھوڑی تبدیلی لانا شامل ہو سکتا ہے۔

(iv) انضمام اور قبولیت: افراد جب رفتہ رفتہ موافقت اختیار کرنے لگتے ہیں تو وہ تبدیلی کو قبول کرنے اور اسے اپنی روزمرہ زندگی میں شامل کرنے کی طرف گامزن ہوتے ہیں۔ اس مرحلے میں اکثر رویے میں تبدیلی دیکھنے کو ملتی ہے ساتھ ہی نئے حالات کے ساتھ فرد زیادہ اطمینان محسوس کرتا ہے۔

(v) مسلسل مطابقت: ایڈجسٹمنٹ یعنی مطابقت ایک جاری عمل ہے جس کے باعث فرد کو نئے چیلنجوں یا تبدیلیوں کے سامنے آنے کے بعد ان سے نمٹنے کی حکمت عملیوں پر نظر ثانی اور ترمیم کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ مطابقت ایک بار کا واقعہ نہیں بلکہ ایک مسلسل جاری رہنے والا سفر ہے۔

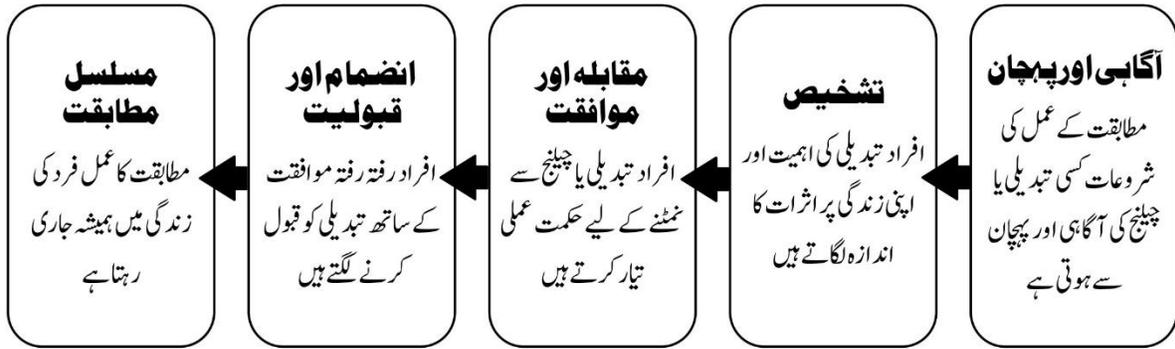


Diagram 4.1- Process of Adjustment

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)
سوال: مطابقت کے عمل کو بیان کیجیے؟

## 16.4 ذہنی صحت و حفظانِ صحت (Mental Health and Hygiene)

ذہنی صحت کا خیال رکھنا اتنا ہی ضروری ہے جتنا جسمانی صحت کا۔ ایک پرانی کہاوت ہے کہ "صحت مند جسم میں صحت مند دماغ فروغ پاتا ہے"۔ اس کی روشنی میں ہمیں ذہنی اور جسمانی صحت کے درمیان باہمی تعلق کا بخوبی اندازہ ہوتا ہے۔ خراب ذہنی صحت جسمانی صحت کو متاثر کرتی ہے اور اسی طرح جسمانی صحت ذہنی صحت پر اثر انداز ہوتی ہے۔ ذہنی طور پر صحت مند شخص کے زندگی کے تمام تر شعبوں میں

کامیابی کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں۔ ذہنی صحت صرف ذہنی بیماری کی عدم موجودگی کا نام نہیں ہے بلکہ یہ فلاح و بہبود کی ایک ایسی حالت ہے جو افراد کو زندگی کے چیلنجوں سے نمٹنے میں مدد فراہم کرتی ہے۔

#### 16.4.1 ذہنی صحت کے معنی (Meaning of Mental Health)

ذہنی صحت سے مراد کسی شخص کی جذباتی، نفسیاتی اور سماجی بہبود ہے جس میں فرد کی کشیدگی سے نمٹنے کی صلاحیت، جذباتی استحکام، صحت مند تعلقات برقرار رکھنے اور درست فیصلے کرنے کی صلاحیت شامل ہے۔ ماہرین نے اس کی تعریف مختلف انداز میں پیش کی ہے۔

ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن (ڈبلیو ایچ او) کے مطابق "ذہنی صحت ایک فلاح و بہبود کی حالت ہے جس میں ایک فرد اپنی صلاحیتوں کا ادراک کرتا ہے، زندگی کے عام دباؤ سے نمٹ سکتا ہے، نتیجہ خیز کام کر سکتا ہے اور اپنی کمیونٹی میں تعاون کے قابل ہوتا ہے۔"

Menninger کے مطابق "ذہنی صحت ایک فرد کی اپنے سماجی اور جسمانی ماحول میں ہم آہنگی کے ساتھ مطابقت پیدا کرنے کی صلاحیت ہے۔"

ہیڈ فیئلڈ کے مطابق، "ذہنی صحت پوری شخصیت کی مکمل اور ہم آہنگ کارکردگی ہے۔" ایں کے منگل کہتے ہیں کہ "ذہنی صحت فرد کے ذہنی سکون، خوشی اور ہم آہنگی کی حالت ہے جو اس کے نفس اور اس کے ماحول کے ساتھ مطابقت کی سطح سے سامنے آتی ہے۔"

ان تعریفات سے یہ معنی نکل کر سامنے آتا ہے کہ ذہنی صحت جس فرد کی بہتر ہوتی ہے اس کے اندر مشکل حالات سے نمٹنے کی صلاحیت ہوتی ہے، فہم و ادراک اچھا ہوتا ہے اور اسے ذہنی سکون میسر ہوتا ہے۔ ان سب خصوصیات کی بدولت فرد مطابقت اختیار کرنے میں کامیاب ہوتا ہے اور ماحول سے ہم آہنگی کے نتیجے میں معاشرے میں لوگوں سے اچھے تعلقات بنائے رکھتا ہے۔

#### 16.4.2 ذہنی حفظان صحت کے معنی (Meaning of Mental Hygiene)

ذہنی حفظان صحت ان تمام احتیاتی و معالجاتی تدابیر کو اختیار کرنے کا عمل ہے جن سے فرد اپنی ذہنی صحت کو برقرار اور محفوظ رکھ سکے۔ اس میں وہ سارے افعال شامل ہوتے ہیں جنہیں انسان روزمرہ زندگی میں اختیار کرتا ہے مثلاً منہ کی صحت برقرار رکھنے کے لیے ڈنٹسٹ روزانہ دو بار داتون یا برش کرنے کے لیے کہتا ہے، ذہنی امراض کا ماہر ڈاکٹر روزانہ 7 سے 9 گھنٹے کی نیند لینے کی صلاحیت دیتا ہے، ماہر امراض قلب ہفتے میں 150 منٹ جسمانی سرگرمی انجام دینے کا مشورہ دیتا ہے۔ WHO وائرس سے بچنے کے لیے بار بار ہاتھ کو دھونے کی ہدایت جاری کرتا ہے۔ ان سب پر اگر غور کریں تو معلوم ہوتا ہے کہ یہ ساری ہدایات یا عمل حفظان صحت کا حصہ ہیں۔ اسی طرح ذہنی حفظان صحت کے بارے میں ہم درج ذیل تعریفات سے سمجھ سکتے ہیں۔

کرو اور کرو کے مطابق، "ذہنی حفظانِ صحت ایک سائنس ہے جو انسانی فلاح و بہبود سے متعلق ہے اور انسانی تعلقات کے تمام شعبوں میں پھیلی ہوئی ہے۔"

انسائیکلو پیڈیا برٹانیکا کے مطابق، "ذہنی حفظانِ صحت دماغی صحت کو برقرار رکھنے اور سائیکوسس، نیوروسس یا دیگر دماغی عوارض کی نشوونما کو روکنے کی سائنس ہے۔"

Menninger کے مطابق، "ذہنی حفظانِ صحت ذہنی صحت کی مستقل بالیدگی اور نشوونما کے لیے ایک فعال، تخلیقی کوشش ہے۔"

امریکی نفسیاتی ادارہ کے مطابق، "ذہنی حفظانِ صحت میں جذباتی اور نفسیاتی تندرستی کو بڑھانے، کشیدگی کو کم کرنے اور کسی کی مجموعی ذہنی صحت کو بہتر بنانے کے لیے مثبت عادات کو اپنانا اور ان سے نمٹنے کی حکمت عملی شامل ہے۔"

مندرجہ بالا تعریفات سے یہ واضح ہوتا ہے کہ ذہنی حفظانِ صحت ایک ایسی کوشش کا نام ہے جس کا مقصد ذہنی صحت کی نشوونما اور ذہنی بیماریوں سے بچنے کے ساتھ ہی ان تمام حکمت عملیوں کو اختیار کرنا ہے۔ مزید ایسی عادات و اطوار کو اپنانا ہے جن سے ذہنی صحت کو تقویت حاصل ہو اور فرد مطابقت اختیار کرنے میں کسی دشواری کا شکار نہ ہو۔

### 16.4.3 ذہنی صحت و حفظانِ صحت کی اہمیت (Importance of Mental Health and Hygiene)

انسانی زندگی میں ذہنی صحت کا کردار بہت اہم ہے اس کا تعلق صرف فرد تک محدود نہیں ہوتا بلکہ سماج اور ماحول بھی اس میں شامل ہوتے ہیں۔ غور کریں تو انسانی زندگی کا کوئی ایسا شعبہ نظر نہیں آتا جو ذہنی صحت کے دائرے سے باہر ہو۔ ذہنی صحت کی اصطلاح فرد کی شخصیت اور دوسروں کے ساتھ فرد کی مطابقت کے تمام پہلوؤں کو گھیرے ہوئے ہے۔ یہ اپنے اور دوسروں کے ساتھ فرد کی مطابقت ہے۔ اگر فرد سماجی، فکری اور جذباتی طور پر مضبوط ہو تو فرد کو اچھی ذہنی صحت کا مالک سمجھا جاتا ہے۔ ذہنی صحت کا اندازہ فرد کے کسی ایک کام سے نہیں لگایا جا سکتا۔ اچھی ذہنی صحت کا مطلب ہے پوری شخصیت کا ہم آہنگی سے کام کرنا اور اپنے ماحول کے مطابق بغیر کسی خاص جدوجہد کے مطابقت اختیار کر لینا۔ ذہنی طور پر صحت مند افراد عموماً اچھے کارکن، اچھے دوست اور اچھے شہری ہوتے ہیں۔ ایک صحت مند ذہن ہم آہنگی، خوشگوار رویے اور خوش مزاجی کو برقرار رکھتا ہے۔ زندگی میں کامیابی کے لیے اچھی ذہنی صحت کی ضرورت ہوتی ہے۔

ذہنی حفظانِ صحت کی اہمیت پر زور دیتے ہوئے ولیم جیمس نے کہا تھا کہ، "اپنی ذہنی صحت کو محفوظ رکھنے کا فن ہم میں سے ہر ایک کے لیے بنیادی اہمیت کا معاملہ ہے۔"

والدین، اساتذہ اور طلباء کو ذہنی صحت کے مسائل سے واقف ہونے کی ضرورت ہے۔ یہ واقفیت فرد کو ایسی احتیاطی تدابیر اختیار کرنے کے قابل بناتی ہے جن کی بدولت ذہنی صحت کے مسائل سے نمٹا جاسکے۔ جس طرح جسمانی صحت کسی کے جسمانی اعضاء کی صحت اور ان کے کام کرنے سے متعلق ہے اسی طرح ذہنی صحت کا تعلق انسانی دماغ اور ذہن سے ہے۔ کامیاب اکتسابی عمل کے لیے ضروری ہے کہ سیکھنے والے کی ذہنی صحت اچھی ہو۔ یہ موثر اکتساب اور شخصیت کی مناسب نشوونما کے لیے بھی ضروری ہے۔ اچھی ذہنی صحت طلباء

کے لیے بہت اہم ہے۔ تعلیمی اداروں میں کامیاب مطابقت آگے زندگی میں کامیابی کی راہ ہموار کرتی ہے۔ اسی طرح اساتذہ کو بھی ذہنی صحت کے مسائل سے واقف ہونا چاہیے تاکہ وہ اس مسئلے سے نمٹنے کے لیے احتیاطی تدابیر اپنا سکیں۔

اس کی اہمیت درج ذیل سطور سے بھی واضح ہوتی ہے۔

- اچھی ذہنی صحت فرد کو اس قابل بناتی ہے کہ وہ مثبت جذبات کی رو میں خود کو پہنچنے سے روک سکے اور منفی جذبات سے پریشان ہونے کے بجائے ان کا مقابلہ کر سکے۔ بالفاظ دیگر یہ فرد کو جذباتی طور پر مستحکم بناتی ہے۔
- ذہنی صحت فرد کو منظم اور متوازن شخصیت کی تعمیر میں مدد فراہم کرتی ہے اور اس کی جبلی صلاحیتوں کو ابھارتی ہے۔
- زندگی کے اہداف کے حصول میں ذہنی صحت اہم رول ادا کرتی ہے۔
- ذہنی حفظان صحت فرد کی ذہنی صحت کو تقویت دیتی ہے جس سے فرد کو مختلف ذہنی بیماریوں سے بچنے میں آسانی ہوتی ہے۔
- صحت مند ذہن خاندان، دوستوں اور وسیع سوشل نیٹ ورک پر لوگوں سے اچھے تعلقات قائم کرنے و برقرار رکھنے میں معاون ہوتا ہے۔ یہ رابطے مدد اور ذاتی ترقی کے مواقع فراہم کرتے ہیں۔
- صحت مند جسم اور صحت مند دماغ کا گہرا تعلق ہے۔ کسی قسم کی ذہنی بیماری کی صورت میں فرد کا جسم بھی متاثر ہوتا ہے۔ لہذا حفظان صحت پر عمل کر کے ذہنی صحت کے ساتھ جسمانی صحت کو بھی کو بہتر بنایا جاسکتا ہے۔
- بہتر ذہنی صحت فرد کو جذباتی طور پر مستحکم بناتے ہیں جن سے فرد نہ صرف اپنے تعلقات کو برقرار رکھ پاتا ہے بلکہ کسی بھی قسم کے حالات میں وہ مطابقت اختیار کرنے کا اہل ہوتا ہے۔

اپنی معلومات کی جانچ (Check your progress)

سوال: مطابقت کی تعریف بیان کیجیے؟

## 16.5 دفاعی نظام اور اس کا اطلاق (Defence Mechanism and its Applications)

دفاعی نظام انسانی برتاؤ کا اہم جز ہے اور اس کا استعمال فرد حالات کے مطابق مختلف پیرائے میں کرتا ہے۔ یہ کشیدگی سے نمٹنے کا ایک مثبت طریقہ ثابت ہو سکتا ہے لیکن یہ دائمی حل فراہم نہیں کرتا۔ دفاعی نظام کے اطلاق کو سمجھنے سے قبل دفاعی نظام کو سمجھنا ضروری ہے۔

### 16.5.1 دفاعی نظام (Defense Mechanism)

دفاعی نظام انسان کی روزمرہ زندگی اور مطابقت کا حصہ ہیں۔ یہ وہ نفسیاتی عمل یا حکمت عملی ہے جنہیں افراد نامناسب حالات میں مطابقت اور موافقت کے لیے استعمال کرتے ہیں۔ یہ وہ بے ساختہ رد عمل ہے جس میں فرد اپنے آپ کو ان خیالات، احساسات یا تجربات سے

بچانے کی کوشش کرتا ہے جو فرد کو دھمکی آمیز یا پریشان کن لگتے ہیں۔ یہ نظام لاشعوری سطح پر کام کرتے ہیں اور افراد کو مختلف کشیدگی اور جذباتی تنازعات سے نمٹنے میں مدد کرتے ہیں۔ سائیکالوجی کے شعبے کی ایک ممتاز شخصیت سگمنڈ فرائیڈ نے سب سے پہلے اپنے نفسیاتی نظریہ کے تحت دفاعی نظام کا تصور پیش کیا۔ انہوں نے سب سے پہلے یہ اصطلاح اپنے مقالے "دی نیوروسائیکوز آف ڈیفنس" (1894) میں استعمال کی تھی۔ یہ نظریہ کہتا ہے کہ دفاعی نظام جیسے طرز عمل کسی شخص کے قابو سے باہر ہوتے ہیں یا لاشعوری طور پر کیے جاتے ہیں۔ افراد دفاعی نظام کو محسوس کیے بغیر بھی استعمال کرتے ہیں۔ دفاعی نظام ہماری نفسیاتی نشوونما کا ایک عام حصہ ہیں۔ چاہے ان کا استعمال ناپسندیدہ خیالات سے بچنے کے لیے ہو یا پریشانی سے نمٹنے کے لیے ہو، دفاعی طریقہ کار ہمیشہ ہماری روزمرہ زندگی کا حصہ رہے گا۔

دفاعی نظام کو فرد مختلف حالات میں استعمال کرتا ہے۔ جن میں سے چند ذیل میں دیے گئے ہیں۔

- ذہنی کشیدگی سے مثبت طریقے سے نمٹنے کی حکمت عملی کے طور پر فرد دفاعی نظام کا استعمال کرتے ہیں۔
- نامناسب رویہ اگر فرد سے سرزد ہو جائے تو اس کے دفاع کے لیے کوئی بہانہ تلاش کرنا بھی دفاعی نظام کا حصہ ہے۔
- بعض دفعہ انسان تکلیف دہ جذبات سے نمٹنے میں دشواری محسوس کرتا ہے تو ان سے بچنے کے لیے بھی دفاعی نظام کا استعمال کرتا ہے۔
- جب فرد کو خطرہ محسوس ہوتا ہے تو اس کے دردی منفی اثرات سے بچنے کے لیے اس کا استعمال کرتا ہے۔
- زندگی میں ہونے والی تبدیلیوں سے موافقت اختیار کرنے کے لیے فرد دفاعی نظام کا سہارا لیتا ہے۔

## 16.5.2 دفاعی نظام کے اقسام (Types of Defense Mechanism)

دفاعی نظام کے مختلف طریقہ کار ہیں جو افراد کو جذباتی ٹھیس یا تکلیف سے بچانے کے لیے مختلف مقاصد کو پورا کرتے ہیں۔ کچھ عام

دفاعی نظام درج ذیل ہیں۔

- i. انکار (Denial): انکار ایک عام دفاعی طریقہ کار ہے جو قدرتی طور پر انسانوں میں آتا ہے۔ اس میں فرد حقیقت یا پریشان کن صورت حال کے وجود کو قبول کرنے سے انکار کر دیتا ہے۔ مثال کے طور پر ایک سنگین بیماری میں مبتلا شخص تشخیص سے انکار کر سکتا ہے یہ مان کر کہ مجھے ایسی کوئی بیماری نہیں ہے یا پھر کسی کی موت کی خبر سن کر سننے والا رد عمل کے طور پر یہ کہے کہ نہیں یہ سچ نہیں ہے۔
- ii. اظلال (Projection): پروجیکشن ایک دفاعی طریقہ کار ہے جہاں ایک شخص اپنے ناقابل قبول رویے کو دوسروں پر پیش کر سکتا ہے۔ اس میں فرد اپنی ناقابل قبول خواہشات کو دوسرے لوگوں میں دیکھتا ہے یعنی ایک شخص کسی دوسرے پر ایسے خیالات یا احساسات کا الزام لگاتا ہے جو وہ خود کر رہا ہے۔ یہ ناپسندیدہ خیالات سے بچنے کی ذمہ داری سے بچنے کا ایک طریقہ ہو سکتا ہے۔ مثال کے طور پر ایک شخص جو یہ سمجھتا ہے کہ وہ بحث کے دوران جارحانہ رویہ اختیار کر رہے ہیں وہ دوسرے شخص پر جارحیت کا الزام لگا سکتا ہے۔
- iii. تاویلی حیلہ (Rationalization): تاویلی حیلہ ایک دفاعی طریقہ کار ہے جہاں آپ برے یا غلط کام ہونے پر اسے عقلی بنانے یا وجوہات بتانے کی کوشش کرتے ہیں یعنی فرد اپنے برے رویے کے لیے استدلالی بہانے بنانے کی کوشش کرتا ہے اور اس عمل کے پیچھے اصل وجوہات کو چھپاتا ہے۔ مثال کے طور پر ایک شخص جو امتحان میں ناکام ہوتا ہے وہ یہ کہہ کر اسے معقول بنا سکتا ہے کہ اسے بہر حال پاس کرنے کی

ضرورت ہی نہیں ہے۔ یا پھر امتحان میں ناکام ہونے والا طالب علم یہ کہہ سکتا ہے کہ ٹیسٹ غلط تھا کیونکہ سوالات بہت مشکل تھے۔

iv. رجعت (Regression): رجعت کا مطلب ہے پیچھے لوٹنا یا ماضی میں جانا۔ اس عمل میں فرد کشیدگی اور دباؤ کی کیفیت میں اپنے بچپن یا طفلانہ رد عمل کی طرف رجوع کرتا ہے۔ بالفاظ دیگر، رجعت میں کشیدگی یا اضطراب کے رد عمل کے طور پر بچوں جیسا برتاؤ کرنا شامل ہے۔ مثال کے طور پر ایک بالغ شخص دباؤ کی حالت میں اٹکھٹا چوسنا یا دانتوں سے ناخن کاٹنا شروع کر سکتا ہے۔ دوسری مثال یہ ہے کہ گھر میں دوسرے بچے کی پیدائش کے بعد بڑا بچہ اپنی عمر سے چھوٹے بچوں جیسا برتاؤ کرتا ہے تاکہ اسے توجہ مل سکے۔

v. احتباس (Repression): احتباس ایک لاشعوری عمل ہے جس میں پریشان کن خیالات، یادیں یا احساسات کو لاشعوری ذہن میں ڈھکیل دیا جاتا ہے۔ دردناک یادیں، تکلیف دہ تجربات اور دل دہلا دینے والے واقعات کسی بھی شخص کے لیے پریشان کن ہوتے ہیں۔ ان دردناک خیالات یا احساسات کا صحیح طریقے سے سامنا کرنے کے بجائے کچھ لوگ لاشعوری طور پر ان احساسات کو دبا دیتے ہیں۔ جب کہ کچھ ان واقعات کو بھول جانے کا بھی بہانہ کرتے ہیں۔ یہ فرائیڈ کے نفسیاتی تجزیہ میں مرکزی تصورات میں سے ایک ہے۔ مثال کے طور پر کسی شخص نے بچپن میں ایک تکلیف دہ واقعہ کا تجربہ کیا ہو اسے بعد کی زندگی میں وہ واقعہ یاد نہیں رہتا۔

vi. بے محملی (Displacement): بے محملی ایک عام دفاعی طریقہ کار ہے جس کا تجربہ تقریباً ہر فرد کبھی نہ کبھی کرتا ہی ہے۔ اس دفاعی طریقہ کار میں فرد مایوسی یا غصہ اپنے آس پاس کے لوگوں یا اشیاء پر نکالتا ہے۔ مزید برآں فرد اس غصے کو دوسروں پر ڈالتا ہے جن کا اس سے کوئی لینا دینا نہیں ہے۔ مثال کے طور پر ایک ملازم جو اپنے باس سے ناراض ہے اس کے بجائے ماتحت کو چیختا ہے یا گھر آکر اپنے بچوں پر غصہ نکالتا ہے۔

vii. ارتقاع (Sublimation): تمام دفاعی نظام میں سے ارتقاع سب سے مثبت حکمت عملی مانی جاتی ہے۔ سکمنڈ فرائیڈ نے ارتقاع کو پختگی کی علامت قرار دیا ہے۔ اس عمل میں فرد کے قوی لیکن نامناسب طریقوں یا تحریکوں کو کسی مناسب، محفوظ، مثبت یا سماجی طور پر قابل قبول سرگرمیوں کی طرف منتقل کیا جاتا ہے۔ مثال کے طور پر جارحانہ رجحانات والا کوئی شخص کامیاب باکسر بن سکتا ہے۔

viii. معقول گری (Intellectualization): اس عمل میں خراب صورتحال میں جذبات پر قابو پاتے ہوئے حقائق پر توجہ دینا شامل ہے۔ جب کوئی فرد خراب صورتحال کا سامنا کر رہا ہو اور ایسی حالت میں اپنے جذبات کو روک لے، ان کو حاوی نہ ہونے دے اس کے بجائے عقل و شعور کا استعمال کرتے ہوئے حالات کا تجزیہ کرے تو یہ معقول گری کہا جائے گا۔ اس طرح معقول گری میں متعلقہ جذبات سے نمٹنے سے بچنے کے لیے پریشان کن حالات کا تجزیہ کرنا یا ان کے بارے میں الگ الگ منطقی اور غیر جذباتی انداز میں سوچنا شامل ہے۔ مثال کے طور پر فرض کیجئے آپ کو نوکری سے نکال دیا گیا ہے۔ اس دور میں حالات پر غصہ کرنے اور سوچنے کے بجائے آپ ملازمت کے ان مواقع کے بارے میں معلومات اکٹھا کرتے ہیں جن کے لیے آپ درخواست دے سکتے ہیں۔

ix. تشکیل رد عمل (Reaction Formation): رد عمل کی تشکیل ایک دفاعی طریقہ کار ہے جس میں ایک شخص اپنے احساسات کو پہچانتا اور سمجھتا ہے لیکن اس سے انکار کرتے ہوئے اس کے برعکس رد عمل ظاہر کرتا ہے۔ اسے عام زبان میں ڈھونگ بھی کہہ سکتے ہیں کیونکہ اس میں شخص اس سے مختلف کام کرتا ہے جو وہ واقعتاً محسوس کرتا ہے۔ مثال کے طور پر بہت سخت ڈانٹ پڑنے پر لبوں پر

مسکراہٹ آجانا، فرض کیجیے کسی اور کو ایسے عہدے پر ترقی دے دی جاتی ہے جو آپ ہر حال میں چاہتے ہیں، آپ اپنی مایوسی کو چھپانے کے لیے اس شخص کو مبالغہ آرائی کے ساتھ مبارکباد دے کر رد عمل ظاہر کرتے ہیں۔

یہاں پر یہ بات یاد رکھنا ضروری ہے کہ دفاعی طریقہ کار ہمیشہ غیر صحت بخش یا خراب نہیں ہوتے بلکہ کچھ معاملات میں وہ افراد کو مشکل حالات سے عارضی طور پر نمٹنے میں معاون بھی ثابت ہوتے ہیں۔ تاہم جب یہی دفاعی نظام جذباتی تنازعات سے نمٹنے کا بنیادی طریقہ بن جاتے ہیں اور کسی شخص کی موثر طریقے سے کام کرنے کی صلاحیت میں مداخلت کرتے ہیں تو ایسی صورت میں فرد کے لیے یہ دفاعی طریقے پریشانی کا سبب ہو سکتے ہیں۔ اس طرح ہم دیکھتے ہیں کہ یہ دفاعی نظام فطری ہیں۔ یہ اکثر کسی خاص مسئلہ کے بغیر استعمال ہوتے ہیں۔ یہ بات بھی اہم ہے کہ یہ نظام جذباتی مشکلات یا حالات سے عارضی طور پر نمٹنے میں کارگر ہو سکتے ہیں لیکن ان کا مستقل حل نہیں ہو سکتے۔

### 16.5.3 دفاعی نظام کا اطلاق (Application of Defense Mechanism)

مختلف نفسیاتی اور جذباتی مقاصد کی تکمیل کے لیے دفاعی نظام کا استعمال کیا جاتا ہے جو مثبت و منفی دونوں ہو سکتے ہیں یہ اس کے تناظر اور اطلاق کے طریقے پر منحصر ہے۔ دفاعی نظام کے کچھ عام استعمال یہ ہیں:

- دفاعی طریقہ کار کشیدگی اور اضطراب پیدا کرنے والے حالات سے نمٹنے میں مددگار ہوتے ہیں۔ یہ ایک نفسیاتی ڈھال کے طور پر کام کرتے ہیں اور جذباتی تکلیف سے عارضی راحت فراہم کرتے ہیں۔
- بہت سے دفاعی طریقہ کار فرد کی خود اعتمادی کے تحفظ میں مدد کرتے ہیں۔ یہ افراد کو ایسی معلومات سے انکار یا تحریف کرنے کا اختیار دیتے ہیں جن سے ان کی عزت نفس کو ٹھیس پہنچتی ہو۔
- دفاعی طریقہ کار متضاد جذبات اور اندرونی تنازعات کو سلجھانے کا ایک طریقہ فراہم کر سکتے ہیں۔ احتباس یا تاویلی حیلہ کے ذریعہ افراد عارضی طور پر اندرونی انتشار کو کم کر سکتے ہیں۔
- دردناک یا تکلیف دہ یادوں، خیالات یا جذبات کا سامنا کرنے سے بچنے کے لیے اکثر دفاعی طریقہ کار استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ ایک قسم کے تحفظ اور جذباتی درد سے نجات کا احساس دلاتے ہیں۔
- بعض دفعہ دفاعی نظام افراد کو دوسروں کے سامنے جارحانہ طور پر جذبات کا اظہار کرنے سے روک کر بہتر تعلقات کو برقرار رکھنے میں مدد کر سکتا ہے۔ کشیدگی یا کشیدگی کی صورت میں فرد تشکیل رد عمل کے ذریعہ گفتگو میں مزاح کے استعمال سے بہتر تعلقات کو تقویت دے سکتا ہے۔
- کچھ دفاعی نظام جیسے کہ ارتقاع منفی توانائی کو مثبت ماحصل کی طرف موڑنے یا بدلنے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ ان سے فرد کے ذاتی فروغ اور حصولیابی میں مدد مل سکتی ہے۔
- جب افراد کو ایسے حالات کا سامنا کرنا پڑے جس کے لیے وہ ابھی تک جذباتی طور پر تیار نہ ہو تو دفاعی نظام عارضی طور پر نمٹنے کی حکمت عملی کے طور پر کام کر سکتے ہیں۔ اس سے انہیں کشیدگی یا اس دشواری سے نمٹنے کے لیے مزید وقت مل سکتا ہے۔

- معقول گری یعنی Intellectualization فرد کو تجزیہ کرنے اور جذبات سے دوری بنا کر بہتر فیصلہ کرنے کی سہولت فراہم کرتا ہے۔
- کچھ دفاعی نظام فرد کے بے محل جذبات کے اظہار کو کنٹرول کر سماج میں بہتر ہم آہنگی کو فروغ دیتے ہیں۔
- درج بالا نکات سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ دفاعی نظام عارضی طور پر ہی سہی لیکن اگر ان کا مثبت نتائج کو دھیان میں رکھتے ہوئے استعمال کیا جائے تو یہ نہ صرف فرد کے لیے ذاتی طور پر بلکہ بڑے پیمانے پر معاشرے کے لیے بھی سود مند ثابت ہو سکتا ہے۔ تعلیمی تناظر میں دیکھیں تو ایک معلم کے ساتھ طلبا کو بھی دفاعی نظام سے متعلق معلومات رکھنا اہم و ضروری ہے تاکہ انفرادی بہتری سے مجموعی طور پر ایک بہتر معاشرہ تشکیل پاسکے۔

## 16.6 اکتسابی نتائج (Learning Outcomes)

اس اکائی کا مطالعہ کرنے کے بعد آپ نے درج ذیل باتیں سیکھیں:

- مطابقت ایک نفسیاتی عمل ہے جس کے ذریعے افراد اپنے ماحول کے ساتھ ہم آہنگی حاصل کرنے کے لیے اپنے خیالات، طرز عمل اور جذبات کو تبدیل کرتے ہیں۔ یہ ایک جاری و ساری عمل ہے جو بچپن سے شروع ہوتا ہے اور زندگی بھر جاری رہتا ہے۔
- لغوی اعتبار سے لفظ 'ایڈجسٹمنٹ' یا مطابقت کے معنی فٹ کرنا، موزوں بنانا، موافق بنانا، ترتیب دینا، ترمیم کرنا، ہم آہنگ کرنا وغیرہ ہیں۔
- عدم مطابقت ایک نفسیاتی حالت ہے جس میں فرد اپنے ماحول کے تقاضوں، کشیدگی اور تبدیلیوں سے مؤثر طریقے سے نمٹنے میں ناکام ہوتا ہے یا دشواری محسوس کرتا ہے۔ یہ مطابقت کی کمی کے طور پر ظاہر ہوتا ہے اور اکثر کسی فرد کی زندگی کے مختلف پہلوؤں میں اہم منفی نتائج کا باعث بنتا ہے۔
- عدم مطابقت کی وجوہات میں تکلیف دہ تجربات، دماغی صحت کی خرابی، ماحولیاتی دباؤ، جینیاتی اور حیاتیاتی عوامل وغیرہ شامل ہیں۔
- عدم مطابقت کے نتیجے میں فرد کو خراب دماغی صحت، کشیدہ تعلقات، کمتر معیار زندگی، تعلیمی اور پیشہ ورانہ ناکامی، جسمانی صحت پر اثرات، قانونی اور مالی مسائل جیسی دشواریوں کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔
- مطابقت کے عمل کی شروعات کسی تبدیلی یا چیلنج کی آگاہی اور پہچان سے ہوتی ہے۔
- ذہنی صحت سے مراد کسی شخص کی جذباتی، نفسیاتی اور سماجی بہبود ہے جس میں فرد کی کشیدگی سے نمٹنے کی صلاحیت، جذباتی استحکام، صحت مند تعلقات برقرار رکھنے اور درست فیصلے کرنے کی صلاحیت شامل ہے۔
- ذہنی حفظان صحت ان تمام احتیاتی و معالجاتی تدابیر کو اختیار کرنے کا عمل ہے جن سے فرد اپنی ذہنی صحت کو برقرار اور محفوظ رکھ سکے۔ اس میں وہ سارے افعال شامل ہوتے ہیں جنہیں انسان روزمرہ زندگی میں اختیار کرتا ہے۔
- ذہنی حفظان صحت کی اہمیت پر زور دیتے ہوئے ولیم جیمس نے کہا تھا کہ، "اپنی ذہنی صحت کو محفوظ رکھنے کا فن ہم میں سے ہر ایک کے لیے بنیادی اہمیت کا معاملہ ہے۔"

- صحت مند جسم اور صحت مند دماغ کا گہرا تعلق ہے۔ کسی قسم کی ذہنی بیماری کی صورت میں فرد کا جسم بھی متاثر ہوتا ہے۔ لہذا حفظانِ صحت پر عمل کر کے ذہنی صحت کو بہتر بنایا جاسکتا ہے۔
- دفاعی نظام وہ بے ساختہ ردِ عمل ہے جس میں فرد اپنے آپ کو ان خیالات، احساسات یا تجربات سے بچانے کی کوشش کرتا ہے جو فرد کو دھمکی آمیز یا پریشان کن لگتے ہیں۔ یہ نظام لاشعوری سطح پر کام کرتے ہیں اور افراد کو مختلف کشیدگی اور جذباتی تنازعات سے نمٹنے میں مدد کرتے ہیں۔
- تمام دفاعی نظام میں سے ارتقاع سب سے مثبت حکمت عملی مانی جاتی ہے۔ سگمنڈ فرائیڈ نے ارتقاع کو پختگی کی علامت قرار دیا ہے۔
- دفاعی طریقہ کار کشیدگی اور اضطراب پیدا کرنے والے حالات سے نمٹنے میں مددگار ہوتے ہیں۔ یہ ایک نفسیاتی ڈھال کے طور پر کام کرتے ہیں اور جذباتی تکلیف سے عارضی راحت فراہم کرتے ہیں۔

## 16.7 فرہنگ (Glossary)

اپنے ماحول کے ساتھ ہم آہنگی کا ایک نفسیاتی عمل موزوں بنانا، موافق بنانا، ترتیب دینا، ترمیم کرنا، ہم آہنگ کرنا وغیرہ اس کے لغوی معنی ہیں۔	مطابقت (adjustment)
ایک قسم کی نفسیاتی بیماری	ذہنی باؤ (depression)
ایک نفسیاتی حالت جس میں فرد اپنے ماحول کے تقاضوں، کشیدگی اور تبدیلیوں سے مؤثر طریقے سے نمٹنے میں ناکام ہوتا ہے یا دشواری محسوس کرتا ہے۔	عدم مطابقت (Maladjusted)
ایک قسم کی نفسیاتی بیماری جو فرد کے کسی صدمے یا حادثے کا شکار ہونے کے بعد لاحق ہوتی	ڈس آرڈر (PTSD)
ذاتی یا نفسیاتی مسائل پر راہنمائی یا مشورہ فراہم کرنے والا پیشہ ور۔	کاؤنسلر (Counsellor)
مصالحت، تطبیق۔ نفسیات میں ایک اصطلاح	Accommodation
ایک نفسیاتی اصطلاح جس کا مطلب کسی تصور کو پوری طرح سمجھ کر اپنانا ہے۔	انضمام (Assimilation)
صحت کی حفاظت اور اس کو برقرار رکھنے کی احتیاتی تدابیر	صحت اور حفظانِ صحت (health and hygiene)
ایک نفسیاتی عمل جسے افراد نامناسب حالات میں مطابقت کے لیے استعمال کرتے ہیں	دفاعی نظام (protective system)

## 16.8 اکائی کے اختتام کی سرگرمیاں (Unit End Exercise)

معروضی جوابات کے حامل سوالات (Objective Answer Type Questions)

(1) لفظ 'مطابقت' کے معنی ہیں۔۔۔

(a) موزوں بنانا (b) موافق بنانا

(c) ہم آہنگ کرنا (d) یہ سبھی

(2) "مطابقت ماحول یا ماحول میں تبدیلی کے لیے موزوں طرز عمل کو تلاش کرنے اور اپنانے کا عمل ہے۔" یہ تعریف کس نے پیش کی تھی؟

(a) سی۔وی۔گڈ (b) شیفر

(c) گیٹس (d) فرائڈ

(3) ذیل میں سے کس سے مطابقت کی اہمیت واضح نہیں ہوتی؟

(a) صحت اور جسمانی بہبود (b) جذباتی استحکام

(c) اچھے باہمی تعلقات (d) اچھی تصاویر

(4) عدم مطابقت ہے؟

(a) مطابقت کا بہت زیادہ ہو جانا (b) مطابقت کی کوشش کرنا

(c) مطابقت میں ناکامی (d) مطابقت کی سمجھ

(5) عدم مطابقت کی وجوہات ہیں؟

(a) تکلیف دہ تجربات (b) دماغی صحت کی خرابی

(c) ماحولیاتی دباؤ (d) یہ سبھی

(6) مطابقت ہے۔۔۔

(a) ایک عمل (b) ما حاصل

(c) دونوں (d) ان میں سے کوئی نہیں

(7) اصطلاح Assimilation اور Accommodation کا استعمال مطابقت کے لیے کس نے کیا؟

(a) Terry (b) Piaget

(c) Maslow (d) Adams

(8) کے عمل کی شروعات کسی تبدیلی یا چیلنج کی آگاہی اور پہچان سے ہوتی ہے؟

(a) عدم مطابقت (b) مطابقت

(d) حفظانِ صحت

(c) ذہنی صحت

(9) خراب ذہنی صحت۔۔۔

- (a) جسمانی صحت پر اثر انداز ہوتی ہے (b) جسمانی صحت پر اثر انداز نہیں ہوتی  
(c) جسمانی صحت کو فروغ دیتی ہے (d) ان میں سے کوئی نہیں  
(10) "ذہنی صحت پوری شخصیت کی مکمل اور ہم آہنگ کارکردگی ہے۔" یہ تعریف پیش کی گئی؟  
(a) کرو اور کرو کے ذریعہ (b) منگل کے ذریعہ  
(c) ہیڈ فیلڈ کے ذریعہ (d) میننجر کے ذریعہ

مختصر جوابات کے حامل سوالات (Short Answer Type Questions)

1. عدم مطابقت سے آپ کیا سمجھتے ہیں؟
2. مطابقت کے تصور کو سمجھائیے؟
3. عدم مطابقت کی صورت میں فرد کن دشواریوں کا سامنا کر سکتا ہے؟
4. عدم مطابقت کی وجوہات پر روشنی ڈالیے؟
5. صحت مند جسم میں صحت مند دماغ فروغ پاتا ہے۔ "اس قول کی وضاحت کیجیے؟
6. ذہنی صحت سے آپ کیا سمجھتے ہیں؟
7. حفظانِ صحت کی اہمیت کو واضح کیجیے؟
8. دفاعی نظام پر ایک مختصر نوٹ لکھیے؟
9. دفاعی نظام کے اقسام کو سمجھائیے؟
10. ایک فرد کس طرح مطابقت اختیار کرتا ہے سمجھائیے؟

طویل جوابات کے حامل سوالات (Long Answer Type Questions)

1. مطابقت سے آپ کیا سمجھتے ہیں؟ اس کی اہمیت پر روشنی ڈالیے؟
2. عدم مطابقت کے تصور اور وجوہات کو تفصیل سے بیان کیجیے؟
3. ذہنی صحت و حفظانِ صحت سے آپ کیا سمجھتے ہیں؟ ان کی اہمیت واضح کیجیے؟
4. مطابقت کے عمل کو سمجھائیے اور عدم مطابقت کے نقصانات پر روشنی ڈالیے؟
5. دفاعی نظام کے تصور اور اقسام پر تفصیل سے روشنی ڈالیے؟

1. Chauhan, S.S. (1988). Advanced educational psychology. New Delhi: Vikas Publishing House Pvt. Ltd.
2. Gates, A.S & Jersild, A.T. (1973), Educational Psychology, New York: Macmillan.
3. Good, Carter V. (1959). Dictionary of Education (2ed.), New York, USA: McGraw Hill Book Co.
4. Hadfield, J. A. (2022). Psychology and Mental Health. <https://doi.org/10.4324/9781003259855>
5. Mangal S.K., (2002). Advanced Educational Psychology. New Delhi: PHI Learning Pvt. Ltd.
6. Menninger, K.A., 1945, Human kind. New York.
7. Panda, B. N., (2010). Advanced Educational Psychology, Discovery Publishing House, New Delhi.
8. Shaffer, L.F., (1961). Article in Boring. Longfield & Welb(Eds.), Foundation of psychology. New York, USA: JohnWiley.
9. Surekha, (2008). "Relationship between students' adjustment and academic achievement". EduTrack, Vol.7, No. 7.