



CHILDREN'S
AID SOCIETY
of TORONTO

LA SOCIÉTÉ
DE L'AIDE à
L'ENFANCE
DE TORONTO

مثبت نظم و ضبط

محفوظ کیا ہے؟ قابل قبول کیا ہے؟ کیا نہیں ہے؟ اس کا حل کیا ہے؟

بہت زیادہ نرم نہیں ہونا چاہیئے۔ اگر آپ کے بچے کی سالگرہ ہے اور آپ نے اسے سزا دی ہوئی ہے تو، آپ کو سالگرہ والے دن اس کی سزا ختم کرنے اور اگلے دن دوبارہ شروع کرنے پر غور کرنا چاہیئے۔ اور جیسا کہ کوئی بھی چیز والدین ہونے کے فرائض سر انجام دینے سے وابستہ ہے، تو یہ دیکھنے کیلئے کہ آیا بچے کو کسی قسم کا جذبات یا سیکھنے سے متعلقہ کوئی ایسا مرض تو نہیں ہے جو بچے کے کسی پیچیدہ رویے کا باعث ہو، آپ کو بچے کی نشوونما پر لازماً توجہ دینی چاہیئے۔

حدیں مقرر کرنے میں مثبت زبان جیسی سادہ سی چیز زیادہ دیر پا ثابت ہو سکتی ہے۔ منفی پر توجہ مرکوز مت کریں۔ والدین کو لازماً حذف مقرر کرنے چاہئیں، مثبت خیالات کا اظہار کرنا چاہیئے اور ہمیشہ منفی رویے کا رخ مثبت تائید کی جانب کرنا چاہیئے۔ ہر جواب کو نہیں سے شروع کرنے سے پہلے ہاں کہنے کی کوشش کریں۔ اگر آپ کا بچہ رات کے کھانے سے پہلے اُس کریم کھانا چاہتا ہے، تو کہیں ہاں، آپ اُس کریم رات کے کھانے کے بعد کھا سکتے ہیں۔

قابل قبول کیا ہے؟ نظم و ضبط کیا ہے؟ سزا کیا ہے؟

مثبت نظم و ضبط اپنے بچے کو سکھانے کیلئے محبت والا طریق کار ہے۔ یہ آپ کے بچے کے ساتھ آپ کے تعلق کا اہم حصہ ہے اور آپ کے بچے کو صورت حال پر خود سے قابو پانے اور معاشرتی طور پر قابل قبول رویہ سکھاتا ہے۔

سزا جس میں جسمانی سزا بھی شامل ہے وہ نظم و ضبط نہیں ہے۔ بچوں کو مختلف رویہ اختیار کروانے کیلئے سزا میں تسلط، طاقت اور جسمانی تکلیف استعمال ہوتے ہیں۔ یہ اپنے بچوں کو سکھانے کا غیر موثر طریق کار ہے اور آپ کے بچے کی جذباتی اور نفسیاتی خوشحالی کیلئے بہت نقصان دہ ثابت ہو سکتا ہے۔ ہمارے کام سے ہمیں یہ معلوم ہوا ہے کہ

مثبت طریقے سے والدین ہونے کے فرائض سر انجام دینا کیسا ہوتا ہے؟

جسمانی سزا کے استعمال کے بغیر، مثبت طریقے سے والدین ہونے کے فرائض سر انجام دینا جو اقدار آپ اپنے بچے کو سکھانا چاہتے ہیں ان کو سکھانے پر زور دیتا ہے۔ والدین مثبت نظم و ضبط کا استعمال کر سکتے ہیں، جس میں قابل قبول رویوں کی شناخت اور ان بچوں کیلئے مناسب نتائج شامل ہیں جو اصول توڑتے ہیں۔ نظم و ضبط بچوں کو ایسے قواعد و قوانین فراہم کرتا ہے جن کی انہیں صورت حال پر قابو پانے اور اپنے رویوں کیلئے ذمہ داری اٹھانے کیلئے ضرورت ہے۔

قواعد و قوانین تشکیل دیں

موثر انداز سے تربیت کیلئے والدین کو قواعد و قوانین تشکیل دینے کی ضرورت ہے۔ جلد رنز ایڈ سوسائٹی آف ٹورانٹو (Children's Aid Society of Toronto) میں فیملی سروس ورکر، ایک ایسی ٹیم کا حصہ ہے جو خاندانوں کو قواعد و قوانین تشکیل دینے مدد فراہم کرتے ہیں۔ مسائل اس وقت پیدا ہوتے ہیں جب کوئی واضح قواعد و قوانین نہیں ہوتے، نظم و ضبط میں کوئی تسلسل نہیں ہوتا۔ بچے اس وقت محفوظ اور مستحکم محسوس کرتے ہیں جب انہیں معلوم ہوتا ہے کہ اپنے والدین سے کیا متوقع ہے۔ اگر والدین یکساں رویہ روا رکھتے ہیں تو، بچوں کو معلوم ہوتا ہے کہ نہیں کا مطلب نہیں ہوتا ہے۔ شائد نہیں۔

ہم جذبات کی بجائے رویہ درست رکھنے میں والدین کی مدد بھی کرتے ہیں۔ والدین کو اپنے مایوس یا پریشان کن جذبات پر قابو پانے کے قابل ہونا چاہیئے اور اس رویے پر توجہ مرکوز کرنی چاہیئے جو ان تمام جذبات کی اصل وجہ ہوتا ہے۔

سمجھداری سے کام لیں

بے شک قواعد و قوانین اور معمول اہم نقطہ ہیں، لیکن توازن بھی ضروری ہے۔ والدین کو بہت زیادہ سخت یا

مثبت نظم و ضبط

پہنچانے کا نتیجہ بنتا، یا بن سکتا ہے۔ اس میں بچے کو مکا مارنا، تھیڑ مارنا، مارنا پیٹنا، زور زور سے بلانا، جلانا، دانتوں سے کاٹنا یا پھینکنا شامل ہو سکتے ہیں۔ ہمارے کام میں، ہم نے جسمانی سزا کی اکثر ایسی صورت احوال دیکھی ہیں جو قابو سے باہر ہو چکی ہوتی ہیں۔ جب والدین یا دیکھ بھال فراہم کرنے والا فرد بے قابو ہو جاتے ہیں اور اپنے بچوں کو غصے کی حالت میں مار پیٹتے ہیں تو جسمانی سزا آسانی سے جسمانی بد سلوکی کا باعث بن سکتی ہے۔ اگر آپ اپنے بچے کے رویے کی وجہ سے مسلسل غصے میں یا پریشان رہتے ہیں تو، صورت حال پر قابو پانے کیلئے مختلف طریقے سیکھنا آپ اور آپ کے بچے کیلئے مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

مدد دستیاب ہے

کوئی فرد بھی کامل نہیں ہے۔ اگر آپ کو مدد کی ضرورت ہے تو، اس کیلئے کہیں والدین ہونے کے فرائض سر انجام دینے کے بارے میں مفت خفیہ معلومات اور آپ کی کمیونٹی میں خدمات چلڈرنز ایڈ سوسائٹی آف ٹورانٹو کی جانب سے مندرجہ ذیل نمبر پر کال کرنے سے دستیاب ہیں **416-924-4646**۔

بہت سے بچے جنہیں بچپن میں سزائیں دی گئی تھیں وہ بڑے ہو کر اپنے بچوں اور اپنے خاندان سے بھی بد سلوکی والا رویہ اختیار کرتے ہیں۔ بچوں کیلئے جسمانی سزا بھی ناقابل قبول ہے۔

بچوں کے ساتھ سختی سے پیش آنا - چاہے وہ غصے کی حالت میں ہو یا کھیل کود کے طور پر - بہت زیادہ خطرناک ہے۔ بچے کو زور زور سے بلانا کسی پیچیدہ چوٹ کا باعث بن سکتا ہے، جس میں دماغی چوٹ، اندھا پن اور یہاں تک کہ موت بھی شامل ہے۔

اوتھارو میں چائلڈ اینڈ فیملی سروسز ایکٹ (Child and Family Services Act) کے تحت بچے کو ماں یا باپ یا دیکھ بھال فراہم کرنے والے فرد کے ذریعے پہنچایا گیا جسمانی نقصان بھی بد سلوکی سمجھی جا سکتی ہے اور اس کیلئے چلڈرنز ایڈ سوسائٹی کی جانب سے تفتیش کی ضرورت ہوسکتی ہے۔

جسمانی بد سلوکی کیا ہے؟

جسمانی بد سلوکی کوئی بھی جان بوجھ کر (عام طور پر ماں یا باپ یا دیکھ بھال فراہم کرنے والے فرد کے ذریعے) استعمال کی گئی ایسی طاقت یا عمل ہے جو بچے کو نقصان

مزید معلومات کیلئے براہ مہربانی چلڈرنز ایڈ سوسائٹی آف ٹورانٹو (Children's Aid Society of Toronto) کو مندرجہ ذیل پر کال کریں۔

416-924-4646 یا inquiries@TorontoCAS.ca