USMAN PUBLIC SCHOOL SYSTEM

UPSS

Shaping the leaders of Ummah

عثمان پبلک اسکول سسٹم

معمارِ حرم باز بہ تعمیرِ جہاں خیز

تربیہ

— پندرہ روزہ —

16 ستمبر تا 30 ستمبر

USMAN PUBLIC SCHOOL SYSTEM
UPSS
Shaping the leaders of Ummah

معمارِ حرم باز بہ تعمیرِ جہاں خیز

تربیہ

پندرہ روزہ

صفر المظفر 1444ھ — 16 ستمبر تا 30 ستمبر

A fortnightly e-Mag for lifelong learning & holistic development

کامیاب بچوں کے والدین کی مشترک عادات

وہ بچوں کو سوشلائزیشن سکھاتے ہیں

پنسلوانیا یونیورسٹی اور ڈیوک یونیورسٹی کی ایک تحقیق میں امریکہ بھر کے سات سو سے زائد بچوں کی زندگیوں پر ان کے ابتدائی تعلیمی برس سے لے کر پچیس سال کی عمر تک نظر رکھی گئی اور یہ بات سامنے آئی ابتدائی کلاسز میں سماجی صلاحیتیں اور ٹین ایج میں کامیاب ہونے کے درمیان تعلق موجود ہے۔اس بیس سالہ تحقیق کے مطابق سماجی طور پر اہل بچے اپنے ساتھیوں کے ساتھ تعاون نمایاں ہوئے بغیر کرتے ہیں، دیگر کے لیے مددگار ثابت ہوتے ہیں اور ان کے جذبات سمجھنے کے ساتھ ساتھ اپنے مسائل خود حل کرتے ہیں۔ایسے بچے تعلیمی ادارے اور زندگی میں کامیاب رہتے ہیں۔محققین کے مطابق بچوں کے اندر سماجی و جذباتی صلاحیتیں پیدا کرنا والدین کاکام ہوتا ہےاور یہ ان کے مستقبل کی بہتری کے لیے مددگار ہوگا۔

اپنے بچوں سے گھر کے کام کراتے ہیں

اسٹینفورڈ یونیورسٹی کی ایک تحقیق کے مطابق اگر بچے اپنے برتن خود رکھنے اور دھونے کے عادی نہیں تو اس کا مطلب ہے کہ ان کے لیے کام کوئی اور کرے گاجو شخصیت پر اچھا اثر نہیں ڈالتا۔ اس کے برعکس گھر کے کام کرنے سے وہ نہ صرف کام کے بارے میں سیکھیں گے بلکہ سب کا مل کر کام کرنا زیادہ بہتری لائے گا۔ محققین کہتے ہیں یہ بچے جب اپنی زندگی میں دوسروں کے ساتھ کام کرتے ہیں تو جلدی گھل مل جاتے ہیں، زیادہ ہمدرد اور اپنے کام خودمختاری سے کرنے والے ہوتے ہیں۔

وہ زیادہ تناؤ کا شکار نہیں ہوتے

ایک حالیہ تحقیق کے مطابق مائیں تین سے گیارہ سال کی عمر کے بچے کے ساتھ جتنے گھنٹے گزارتی ہیں اس سے کافی حد تک پیشن گوئی کی جاسکتی ہے کہ ان بچوں کا رویہ کیسا ہوگا۔ تحقیق کے مطابق تناؤ کی شکار مائیں جو اپنے کام کے ساتھ بچوں کے لیے وقت تلاش کرنے کی کوشش کرتی ہیں اس کا منفی اثر بچے محسوس کرسکتے ہیں۔ بچے اپنے والدین کا تناؤ اپنے اندر بھی محسوس کرتے ہیں اور اگر والدین خوش ہوں تو بچے بھی خوش ہوتے ہیں اور یہ سب رویے بچوں کو بعد کی زندگی میں متاثر کرتے ہیں۔

عقائد ان کی زندگی میں نظر آتے ہیں

جن والدین کے عقائد اور ان کی عملی زندگی میں فرق نہیں ہوتا، ان کے بچے مضبوط شخصیت اور یک رنگی کے حامل ہوتے ہیں۔ لہذا والدین کا جو عقیدہ ہے اس کو بچوں سے ڈسکس کرنا اور اس کے مطابق زندگی میں کام کرتے رہنا بچوں کی شخصیت سازی میں اہم کردار ادا کرتا ہے اور ایسے بچے بڑے ہوکر مایوسی اور بے عملی سے عموماً دور ہوتے ہیں۔

وہ اپنے بچوں کو جلد ریاضی سکھاتے ہیں

نارتھ ویسٹرن یونیورسٹی کی تحقیق کے مطابق بچوں میں اسکول جانے سے قبل ریاضی کی صلاحیت کی تشکیل کا بہت

- فہم القرآن
- فہم الحدیث
- سیرتِ نبویؐ
- تعلیم وتربیت
- شخصیت
- انٹرویوز
- تعمیرِ شخصیت
- کیریر کونسلنگ
- طب و صحت
- اقبالیات
- گوشہ عثمانین
- اقدار
- رہنمائے والدین
- سائنس وٹیکنالوجی
- تعارفِ کتاب
- تاریخ

القرآن

مومن تو ایک دوسرے کے بھائی ہیں، لہذا اپنے بھائیوں کے درمیان تعلقات کو درست کرو اور اللہ سے ڈرو، امید ہے کہ تم پر رحم کیا جائے گا

(سورۃ الحجرات:10)

الحدیث

حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: مسلمان (دوسرے) مسلمان کا بھائی ہے، نہ اس پر ظلم کرتا ہے، نہ اسے بے یارو مددگار چھوڑتا ہے اور نہ اس کی تحقیر کرتا ہے

مسلم 6541

زیادہ فائدہ ہوتا ہے،کیوں کہ وہ نمبروں، ان کی ترتیب اور ریاضی کے کچھ بنیادی تصورات سے واقف ہوتے ہیں اور نمایاں ذہنی صلاحیت حاصل کرتے ہیں جو ان کے مستقبل میں مدد دیتی ہے۔

والدین کا باہمی تعلق اچھا ہوتا ہے

وہ بچے جن کے ماں باپ کے درمیان جھگڑے ہوتے ہیں وہ عملی زندگی میں اکثر پیچھے رہ جاتے ہیں الینوائس یونیورسٹی کی تحقیق کے مطابق اگر والدین کے درمیان تنازع یا علیحدگی ہوجائے تو اس سے بچوں پر منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں تاہم تعلق اچھا ہو تو بچے بھی مثبت انداز سے زندگی میں آگے بڑھتے ہیں۔

دور رَس مقاصد طے کرنا اور اس پر عمل کرنا سکھاتے ہیں

پنسلوانیا یونیورسٹی کے محققین کے مطابق بچوں کے اندر دور رَس مقاصد کے لیے دلچسپی کو برقرار رکھنے کی صلاحیت پیدا کرنے میں والدین کا خاص کردار ہوتا ہے۔ایسے بچے اُس مستقبل کے بارے میں سوچتے اور پُرعزم ہوتے ہیں جو وہ خود بنانا چاہتے ہیں۔

آمرانہ سوچ کے حامل نہیں ہوتے

کیلیفورنیا یونیورسٹی کی تحقیق کے مطابق جو والدین اپنے بچوں کو کچھ نرمی اور کچھ سختی کے ساتھ کنٹرول میں رکھتے ہیں اور ان کی شخصیت کو پروان چڑھاتے ہیں،وہ اپنی شخصیت کو ننھے فرشتوں کے لیے خوفناک بنانے کے بجائے پُر اعتماد بناتے ہیں،ان کے بچے کامیاب رہتے ہیں۔

بشکریہ ماہنامہ امی ابو لاہور

تعارف کتاب

آزاد بچے۔۔۔آزاد والدین

تمام والدین کی یہ دلی خواہش ہوتی ہے کہ وہ اپنے بچوں کی ہر پہلو سے بھرپور اور عمدہ تربیت کریں مگر۔۔۔۔

یہ بھرپور اور عمدہ تربیت کرنے کے لیے والدین کے پاس جو گُر اور طریقے ہیں،وہ لے دے کر پہلے لالچ دینا اور پھر دھمکانا،ڈرانا،خوف زدہ کرنا یا آخر میں سزا دینا ہیں۔ہمارے یہ سارے طریقے بے اثر ثابت ہوتے ہیں،اور اچھی اور اعلیٰ تربیت کی نیک خواہش ایک آرزو بن کر رہ جاتی ہے۔

اس کتاب میں تربیت کرنے کے بہت سارے متبادل طریقے اور مہارتیں بتائی گئی ہیں اورمثالوں سے وضاحت کی گئی ہے۔ ان مہارتوں اور طریقوں کو سیکھنے کے بعد والدین یا اساتذہ تربیت کرنے کے طریقوں کے بارے میں اپنے آپ کو تہی دامن اور بے بس محسوس نہیں کریں گے۔

اس کتاب سے والدین کے ہاتھ بہت سے ایسے گُر اور طریقے آ جائیں گے جن کے ذریعے وہ اپنے بچوں کی اچھی اور اعلیٰ تربیت کر سکیں گے۔اسی طرح اِن کے بچے اُن نامناسب رویوں سے آزاد ہو جائیں گے جو والدین اَن جانے میں اپنے ہی بچوں سے برتتے ہیں،بلکہ والدین بھی اُن نامناسب رویوں سے آزاد ہو جائیں گےجو بچے والدین پر روا رکھتے ہیں۔بعض اوقات شدید غصہ آتا ہے لیکن ہمیں غصہ کرنے کے درست اور مثبت طریقے معلوم نہیں ہوتے جو آپ اس کتاب سے سیکھ سکتے ہیں۔ اس کتاب کے مطالعے کے نتیجے میں والدین کو اُس احساسِ جرم سے نجات ملے گی جس میں بچے اُنھیں مبتلا کر دیتے ہیں،اور والدین کُڑھتے رہتے ہیں اور آخرکار بلڈپریشر،دل کے امراض،ٹینشن اور ڈپریشن وغیرہ میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

کیا آپ چاہتے ہیں کہ

آپ کے بچے باصلاحیت اور ذہین ہوں ؟

آپ کے بچے آپ کا کہنا مانیں ؟

آپ کے بچے مہذب اور پُراعتماد ہوں ؟

اور سب سے بڑھ کر وہ مضبوط کردار اور عزتِ نفس کے حامل ہوں۔

تو پھر

یہ کتاب آپ ہی کے لیے ہے۔

اُن والدین کے نام

اور ان اساتذہ کے نام

جو بچوں کی تربیت کے بارے میں فکر مند ہوں

جو کہیں بھی ہوں

اکثر اپنے آپ سے ہم کلام ہوتے ہوں کہ

کوئی اور بہتر طریقہ ہونا چاہیے!!۔

بچوں سے بات کرنے کا!!۔

بچوں کی صلاحیتیں اُبھارنے کے لیے،بات چیت کے عملی گُر اور مہارتیں سیکھے۔

تبصرہ نگار : علی حسین

مولف کتاب ؛ ظہور الدین خان

ناشر : اسلامک ریسرچ اکیڈمی، کراچی

بچوں کو احترام کرنا کیسے سکھائیں

محترم والدین السلام علیکم

عثمان پبلک اسکول میں ہم ہر ماہ کسی ایک تھیم کے تحت طلبہ کو اخلاقی اصولوں کو بتانے اور سکھانے کی کوشش کرتے ہیں اور توقع رکھتے ہیں کہ آپ بھی اس سلسلے میں اپنے بچوں کی مدد اور رہنمائی فرمائیں گے اور اس تھیم پر عمل پیرا ہونے میں ہمارے ساتھ تعاون کریں گے۔

ماہِ ستمبر کی تھیم 'عزت و احترام' پر کچھ اخلاقی امور آپ کی خدمت میں پیش ہیں جن کی جانب آپ اپنے بچوں کی راہ نمائی کریں تاکہ بچوں میں یہ اخلاقی جوہر پروان چڑھ سکیں۔امید کرتے ہیں کہ ان اخلاقی اصولوں پر عمل کرنے سے ان کی زندگیوں میں جو مثبت تبدیلیاں رو نما ہوں گی، ان سے ہمیں بھی مطلع فرمائیں گے۔

1. اپنے بچوں کو تلقین کیجیے کہ والدین کی خدمت میں ان کے کیا کیا فائدے ہیں۔
2. اپنے بچوں کے ساتھ بھر پور توجہ سے وقت گزاریں۔
3. ان کے ساتھ احترام سے پیش آئیں اور گفتگو کا انداز بھی نہایت سلیقے کا مظہر ہو۔
4. انھیں یہ بات بتائیں کہ والدین ، بچوں کے لیے کس قدر اہمیت رکھتے ہیں۔ انھیں یہ بتائیں کہ ماں باپ کا فرماں بردار ہونا کس قدراہمیت کی بات ہے۔
5. بچوں کے لیے تحفہ لیجیے۔
6. بچوں کی دل شکنی سے گریز کیجیے۔
7. اچھی باتیں کیجیے یا خاموش رہیں۔ امید، مثبت اندازِ فکر اور زندگی میں ذہنی بلندی کی اہمیت سے روشناس کیجیے۔
8. بچوں کوان کے دوستوں کے بارے میں بُرا گمان رکھنے سے باز رکھیے۔
9. اس بات کی مشق کروائیے کہ بُرے گمان سے پہلے اچھا گمان کس طرح کیا جاسکتا ہے۔
10. غیبت سے پرہیز کیجیے۔ غیبت کے نقصانات سے بچوں کا آگاہ کیجیے۔
11. گھر، جماعت، گلی ، محلے میں آپ کے بچے کس طرح دوسروں کے کام آسکتے ہیں۔ راہ نمائی کیجیے۔
12. دوستوں کی مدد کرنے کی تلقین کیجیے۔
13. تلقین کیجیے کہ کوئی انسان کم تر یا حقیر نہیں۔
14. اگر آپ نے دانستہ یا نادانستہ کسی کی دل شکنی کی ہے تو معافی مانگ کر اس کا ازالہ کیجیے۔

پریشان حال، بیمار، آفات کے ستائے افراد جیسے سیلاب متاثرین کی مدد کرنے کی جانب تلقین کیجیے۔

15. والدین کی باتوں پر منہ بنانے جیسی خامی یا کمزوری کو دور کرنے کے بارے میں راہ نمائی کیجیے۔
16. بچوں کو اُف کہنے سے باز رکھیے۔ بچوں کی سمجھائیں کہ والدین کی اُن باتوں کا جواب بھی خوش خلقی سے دینا ہے جو بچوں کو ناپسند ہی کیوں نہ ہوں۔
17. بچوں کی تربیت کیجیے کہ غلطی پر خندہ پیشانی سے معافی مانگیں۔
18. بچوں کو دادا دادی اور نانا نانی جیسے محترم رشتوں سے حسن اخلاق سے پیش آنے کی اہمیت بتائیے تاکہ بچوں کے دلوں میں ان محترم رشتوں کا اعتبار قائم ہوسکے۔
19. کسی کی چیز استعمال کرنے سے پہلے اس سے اجازت طلب کریں۔
20. بچوں کو بتائیں کہ ان کے کسی عمل یا بات سے کسی کو تکلیف نہیں ہونی چاہیے۔
21. بچوں کو ناراض دوستوں کو منانے کی اہمیت اجاگر کیجیے۔آ پ کے بچوں کو چاہیے کہ وہ ناراض دوست کو منائیں۔ منانے میں پہل کریں۔
22. لڑائی یا جھگڑے کےوقت صلح کی اہمیت کو واضح کیجیے۔
23. بچوں کو قرآنی یا مسنون دعائیں یاد کروائیں۔ ہر نماز کے بعد دعاؤں کو پڑھنے کی تلقین کیجیے۔
24. گھر میں خوش خط انداز میں دعائیں آویزاں کیجیے۔
25. چھوٹے بھائی بہنوں کی دل جوئی اور حسن اخلاق سے دل جیتنے کی اہمیت واضح کیجیے۔
26. چھوٹے بھائی بہن کے اسکول کے کام میں مدد کرنے کی تلقین کیجیے۔ اس کا عملی مظاہرہ کیجیے۔
27. بُرے ناموں سے پکارنے جیسی خراب عادت کو ترک کرنے کی اہمیت واضح کیجیے۔ اگر کسی کا بُرا نام رکھا ہے تو اس سے معافی طلب کیجیے۔
28. بچو ں کو طعنہ دینے سے باز رکھیے۔
29. بچوں کو مسکرا کر یا خندہ پیشانی سے ملنے کی اہمیت واضح کیجیے۔
30. دوسروں کے لیے مجلس میں جگہ بنانا سکھائیں۔

ثمینہ مرسلین
شعبہ M&C
عثمان پبلک اسکول سسٹم

سلسلہ ہم سے پوچھیں؟

سوال

السلام علیکم مجھے حال ہی میں پتہ چلا ہے کہ میرا 15 سالہ بچہ اسکول میں کچھ طلباء کو bully کر رہا ہے۔ میں اس وقت سے بہت پریشان ہوں کیونکہ میں نے اپنے بچوں کو ہمیشہ اچھے اور برے رویے کے بارے میں آگاہ کیا ہے۔ مجھے نہیں معلوم وہ ایسا کیوں کررہے ہیں لیکن یہ بتاتی چلوں کہ ایک دفعہ، غیر ارادی طور پر، میں نے انکی گفتگو ایک دوست کے ساتھ سنی تھی جس سے مجھے محسوس ہواکہ شاید یہ عمل سکھایا جا رہا ہو۔ برائے مہربانی رہنمائی کریں کہ میں اس معاملے سے کیسے نمٹ سکتی ہوں

ایک پریشان ماں

جواب

وعلیکم السلام

سوال کے لیے جزاک اللہ

آپ کا مسئلہ پڑھ کر افسوس ہوا لیکن آپ کا اندازہ درست ہے، یقیناً آپ کے بیٹے کو اس دوست کی طرف سے ایسا کرنے پر مجبور کیا جارہا ہو گا

اسے Peer pressure کہا جاتا ہے اور اس عمر میں اس طرح ہونا عام بات ہے Peer pressure بنیادی طور پر وہ دباؤ ہوتا ہے جو بچے اپنے دوستوں کی طرف سے کوئی خاص کام کرنے کے لیے محسوس کرتے ہیں چاہے وہ ان کی اقدار کے خلاف ہی کیوں نہ ہو۔ یہ عمر دو ستیاں کرنے اور دوست بنانے کے لحاظ سے بہت اہمیت رکھتی ہے کیوں کہ وہ اپنی ایک شناخت بنا رہے ہوتے ہیں، دنیا کو تلاش کر رہے ہوتے ہیں اور سیکھ رہے ہوتے ہیں۔ ہو سکتا ہے وہ ایسی چیزیں کرنا چاہیں جو انہیں Cool بنائے یا اپنے دوستوں کی نظر میں قابل قدر بنائے۔

تاہم درج ذیل کچھ نکات بطور والدین آپ کے لیے مدد گار ہو سکتے ہیں

اس معاملے کو حل کرنے کا پہلا مرحلہ ہو گا کہ آپ تحمل سے اپنے بچے سے بات کریں اور اس سے معاملے کو جاننے کی کوشش کریں۔

چونکہ ان کا نقطہ نظر جاننا اہم ہے اس لیے صرف ان کی سنیں اور الزام دینے والے سوالات سے گریز کریں۔ مثلاً تم نے ایسا کیوں کیا؟ بلکہ ان کی بات مکمل ہونے پر ان سے خود بینی کے یعنی Introspective سوالات کیے جا سکتے ہیں مثلاً کیا آپ کو لگتا ہے ایسا کرنا درست ہے؟ اگر کوئی آپ کے ساتھ ایسا برتاو کرے تو کیسا محسوس کریں گے؟ وغیرہ۔

ایسے سوالات ان کو خود سے سوچنے اور صحیح اور غلط میں فیصلہ کرنے کی صلاحیت دیں گے۔

اب باری ہے آپ کے بات کرنے کی، جس میں آپ انتہائی نرمی سے انہیں کسی آیت یا حدیث یا واقعہ کا حوالہ دے کر سمجھا سکتی ہیں کہ ایسا کرنا کیوں غلط ہے۔ اور اس کے کیا نقصانات ہوسکتے ہیں۔

اچھے دوستوں کی صحبت میں رہنے اور اچھا دوست بننے کی اہمیت پر بھی بات کی جاسکتی ہے۔ گفتگو کے اختتام پر یاد رہے کہ فیصلہ ان کا اپنا ہونا چاہئے کہ اس معاملہ سے کیسے نمٹا جا سکتا ہے۔ اور اس کا بہترین حل کیا ہو گا۔

آپ کی طرف سے رہنمائی ضرور ان کے لیے کارآمد ہو گی مگر کوشش کریں کہ وہ خود کسی نتیجے پہ پہنچیں۔ پوری گفتگو میں اس بات کا بھرپور خیال رکھنا ہو گا کہ کسی بھی مرحلے پر غصہ کرنے یا طعنہ دینے سے گریز کیا جائے۔

سب سے قیمتی اور موثر تدبیر دعا ہے اپنی اولاد کی ہدایت و سلامتی کی دعا کا خصوصی اہتمام کیجئے۔

نصف رات کو آنکھ کھل جائے تب یا خصوصی طور اٹھ کے اپنے رب سے مانگیں۔

آمنہ کامران ڈپٹی مینیجر
مینٹورنگ اینڈ کاونسلنگ ڈپارٹمنٹ

اقوال زریں

سید ابو الاعلیٰ مودودی رحمۃ اللہ

روئے زمین پر بسنے والے انسانوں کی زندگی میں جتنی بھی اصلاح ہوئی ہے، انبیا علیہم السلام اور نوع انسانی کے نیک انسانوں کی ہزار ہا برس کی کوششوں سے ہوئی ہے۔ ایک ایک برائی کا سد باب کرنے اور ایک ایک بھلائی کو قائم کرنے میں خدا کے صالح بندوں کو صد ہا برس محنت کرنی پڑی ہے، تب جا کر دنیا میں کچھ عالمگیر اخلاقی ضوابط پر انسانی تہذیب کی تعمیر ہو سکی ہے۔

کیا آپ اپنے بچے کی تربیت اور اس کے اخلاق و کردار کی درستی کے لیے فکر مند ہیں؟
کیا آپ کسی مستند کاؤنسلر سے رہنمائی چاہتے ہیں؟
کیا آپ چاہتے ہیں کہ آپ بہترین والدین بننے کا اعزاز حاصل کریں !!

ہم لارہے ہیں آپ کے لیے...

عثمان پبلک اسکول سسٹم کے **تربیہ ای میگزین** میں ایک ایسا مستقل سلسلہ

ہم سے پوچھیے

جو آپ کے سوالات کے تسلی بخش جواب دے گا۔
آج ہی اپنے سوالات اس ای میل ایڈریس پر بھیجیے۔۔

JOIN OUR GUIDES

mcd@usman.edu.pk

Our very own Usmanians

You are invited to write your heart out in a special section of

TARBIYAH E-MAGAZINE

Your writing may contain
Any unforgettable memory of your school..
Any thing which you like the most about UPSS...
Any article with authentic knowledge Related to career opportunities, different professions and degrees,
Any word of advice for your juniors
Your achievement , Success stories
And much more...

UPSS
Shaping the leaders of Ummah

JOIN OUR GUIDES

Department of
Mentoring & Counselling
Usman Public School System

E-mail your write ups at
mcd@usman.edu.pk