عثمان پبلک اسکول سسٹم

USMAN PUBLIC SCHOOL SYSTEM
UPSS
Shaping the leaders of Ummah

معمارِ حرم باز بہ تعمیرِ جہاں خیز

تربیہ

ماہنامہ دسمبر

2023

معمارِ حرم باز بہ تعمیرِ جہاں خیز

تربیہ

دسمبر 2023 جمادی الاول 1445 ھ

Monthly e-Mag for lifelong learning & holistic development

- فہم القرآن
- فہم الحدیث
- سیرتِ نبویؐ
- تعلیم وتربیت
- شخصیت
- انٹرویوز
- تعمیر 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،لہٰذا اپنے بھائیوں کے درمیان تعلقات کو درست کرو اور اللہ سے ڈرو، امید ہے کہ تم پر رحم کیا جائے گا۔

(الحجرات ۔آیت ۱۰)

الحدیث

کسی آدمی کے برا ہونے کے لیے یہی کافی ہے کہ وہ مسلمان بھائی کی تحقیر کرے،ہر مسلمان پر (دوسرے)مسلمان کا خون ،مال اور عزت حرام ہیں ۔

(صحیح مسلم: ٦٥٤١)

احترام انسانیت

"احترام" انسانی تعلقات کا سب سے خوبصورت رویہ ، جو زمانے کی گردشوں ، حالات کے اتار چڑھاو ، تیزی سے بدلتی معاشرتی اقدار، اور سب سے بڑھ کر علم و عمل کی کمی کے باعث معدوم ہوتا جا رہا ہے ۔اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں تقریباً چھیانوے آیات میں انسانی احترام کو بیان فرمایا ہے ۔

دین اسلام نے انسان کے مقام کا تعین اسے "اشرف المخلوقات " قرار دے کر کیا ۔ اور یہ انسانیت کا شرف ہی تو ہے کہ اللہ نے فرمایا

"اور اس میں اپنی روح پھونک لوں"

(سورہ الحجر 29)

یہ انسان کا اعزا زہے کہ اس میں رب نے خود روح پھونکی پھر اس کو فرشتوں سے سجدہ کروایا ۔ اسے احسن تقویم قرار دیا ۔ اس کے لیے کائنات کو مسخر کیا ۔ رسول پاک ﷺ کا فرمان ہے کہ "اے کعبہ! تو کتنا عمدہ ہے اور تیری خوشبو کتنی پیاری ہے، تو کتنا عظیم المرتبت ہے اور تیری حرمت کتنی زیادہ ہے، قسم ہے اس ذات کی جس کے ہاتھ میں محمد کی جان ہے! مومن کے جان و مال کی حرمت اللہ کے نزدیک تیری حرمت سے زیادہ ہے اور ہمیں مومن کے بارے میں نیک گمان ہی رکھنا چاہیے۔"

(سنن ابن ماجہ)

انسان کا ایک شرف یہ بھی ہے کہ جتنے بھی انبیاء و رسل آئے وہ سب کے سب انسان تھے ۔ انسان کا احترام دراصل اس شرف اور فضل کا احترام ہے جو اللہ نے اسے عطا کیا ہے ۔ لہذا انسانوں پر لازم ہے کہ ایک دوسرے کا احترام کریں ۔ قطع نظر اس کے کہ کوئی بڑا ہے یا چھوٹا ، عورت ہے یا مرد ۔بڑوں کا ادب ہماری تہذیب کا خاصہ ہے، لیکن بچوں کا احترام اتنا عام نہیں ہے جبکہ یہ بھی ہماری روایات کا حصہ رہا ہے ۔ ہم بچوں کو بڑوں کا ادب کرنے کی تلقین کرتے ہیں اگر یہ تلقین عمل یعنی بچوں کا احترام کر کے کی جائے تو زیادہ اچھے نتائج برآمد ہوسکتے ہیں ۔ جبکہ جدید مغربی تہذیب ہمارے معاشرے کو دیمک کی طرح چاٹ رہی ہے اور ہم سے ہماری روایات چھین رہی ہے تو ہماری ذمہ داری بڑھ جاتی ہے کہ ہم پنے گھروں میں ادب آداب کوفروغ دیں اسی طرح ایک دوسرے کے لیے اچھے الفاظ کا استعمال ، خیال ، ایثار قربانی جیسے جذبوں کو فروغ دینے کی ضرورت ہے ۔ انسان پر لازم ہے کہ وہ اپنا بھی احترام کرے ، خود ترسی اور خود تحقیری مسلمان کو زیب نہیں دیتی ۔ اپنی جان ، مال ،ایمان ، عقل اور نسب کی حفاظت لازم ہے ، خود تکریمی کی سب سےبہترین صورت اعلیٰ اخلاق کا مظاہرہ ہے ۔ کیسی بھی صورتحال ہوحسن خلق کادامن نہیں چھوڑنا چاہیے۔ یاد رکھیے کے آخرت میں رسول اللہ کا قرب حسن اخلاق کی ہی بدولت ممکن ہے ۔ بچوں میں اعلیٰ اخلاق کے فروغ کے لیے نہ صرف یہ کے عملی مثال بن جائیں بلکہ ان کے سامنے منفی گفتگو سے گریز کرتے ہوئے انھیں ان کے اعلیٰ مرتبت ہونے کااحساس دلائیں جس کی بنیاد انسان اور مسلمان ہونا ہے ۔

اب جبکہ انسان اپنے مقام بلند سے گرکر خود کو جانوروں سے بھی بد تر ثابت کررہا ہے قوی امید ہے کہ ہمارے آج کے بچے کل آنے والی دنیا میں انسانوں کو ان کا کھویا ہوا مقام اور بھولاہوا سبق یاد دلائیں گے ۔

ان شاء اللہ ۔

نزہت منعم

پرنسپل کیمپس 3

اپنے بچوں کو ذی وقار بنائیے

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِيْٓ اٰدَمَ وَحَمَلْنٰهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنٰهُمْ مِّنَ الطَّيِّبٰتِ وَفَضَّلْنٰهُمْ عَلٰي كَثِيْرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيْلًا ۝ سورۃ بنی اسرائیل

یقیناً یہ تو ہماری عنایت ہے کہ بنی آدم کو بزرگی (عزت) دی اور انہیں خشکی و تری میں سواریاں عطا کیں اور ان کو پاکیزہ چیزوں سے رزق دیا اور اپنی بہت سی مخلوقات پر نمایاں فوقیت (فضیلت) بخشی۔

اللہ تعالیٰ نے اپنی تمام مخلوقات میں انسان کو شرف و بزرگی عطا فرمائی اور یہ عزت بلا تخصیص ہر پیدا ہونے والے بچے کا بنیادی حق ہے ۔ اسی لئے بچہ کا بنیادی حق ہے کہ اس کو عزت دی جائے جب ہم اس کو عزت دیتے ہیں تو وہ بھی ان ہی رویوں کو اپنا کر نہ صرف معاشرے میں خود عزت کا مقام حاصل کرتا ہے بلکہ دوسروں کو بھی عزت دینا سیکھ لیتا ہے ۔

آج کا بچہ جتنا ذہین ہے اس سے بڑھ کر اس کی ذہانت سے تربیت کرنے کی ضرورت ہے کیونکہ یہ وہ نسل ہے کہ جس کو مشینی دور میں مشینوں پر دسترس حاصل کرکے زندگی کی دوڑ میں آگے بڑھنا ہے۔

ماہرین نفسیات و تعلیم خواہ کسی بھی مذہب سے تعلق رکھتے ہوں سب کا اتفاق ہے کہ بچہ کی پہلی درس گاہ گھر ہے اور چار سال کی عمر میں بچہ بنیادی آداب سیکھ لیتا ہے ۔ آج کا بچہ تو اس سے بھی زیادہ ذہین ہے اس کو بولنا ، چلنا سیکھنے کی عمر سے ہی مشینوں کو چلانا بھی آجاتا ہے۔

تو یہ بھی ضروری ہے کہ گھر میں موجود تمام رشتوں کی عزت و احترام بھی اسے آجانا چاہیے اور آجاتا ہے ۔ جو کمی ہوتی ہے وہ دراصل بڑوں کی کوتاہی ہوتی ہے کہ جس کی وجہ سے ہم اپنے بچے کو اس بنیادی شرف سے دور کر دیتے ہیں جو اللہ تعالیٰ نے اس کو دے کر بھیجا ہوتا ہے ۔

سکھائے کس نے اسماعیلؑ کو آدابِ فرزندی

والدین گھر میں موجود اپنے بڑوں کی عزت کریں پیار ، محبت،ادب ،تمیز سے بات کریں تو بچہ خود ہی اپنے دادا ، دادی اور والدین کو وہی احترام دے گا ۔

معاشرتی رویہ انسان کو سکھانے کی ضرورت نہیں ہوتی بلکہ وہ یہ سب اپنے ماحول کے مشاہدے اور سلوک سے سیکھ لیتا ہے۔

ضروری ہے کہ آپ خود بھی اپنے والدین سے گلے لگیں ان کو تقدس سے بوسہ دیں اور بچوں پر بھی لازم کریں کہ بزرگ والدین کے آگے جھکنا اور ان کا تقدس سے بوسہ لینا تعظیم کرنا ہے ۔

والدین کی یہ شدید تمنا ہوتی ہے کہ ان کا بچہ معاشرے میں اک عزت دار مقام حاصل کرے تو پہلے خود اس کو عزت دیں آپ کو اس کے ساتھ تمیز سے بات کرتا دیکھ کر کوئی اور بہن بھائی یا رشتہ دار بھی اس کو برے القاب سے نہیں پکارے گا اور نا ہی اونچی آواز سے بات کرے گا۔

زبان شیریں ملک گیریں

الحمد للہ بحیثیت مسلمان ہمیں ہمارے دین نے ہی وہ حسن سلوک کے گوہر سکھائے ہیں کہ جن کے ذریعہ ہم نہ صرف اپنوں بلکہ پرایوں کے دل بھی جیت سکتے ہیں ۔سورہ لقمان میں اللہ تعالی فرماتے ہیں کہ اونچی آواز سے بات نہ کرو کہ سب سے اونچی آواز گدھے کی ہے اور وہ نا پسندیدہ ہے ۔ شیخی سے منہ نہ پھلاؤ کہ اللہ تعالی کو شیخی خور پسند نہیں اور

ماں باپ کا شکر بجالاؤ۔

بچہ پر لازم کیجیے کہ اونچی آواز میں نہ بولے ۔ گفتگو میں غیر ضروری الفاظ اور بد تہذیبی چھوٹوں کے ساتھ بھی نہ کریں کہ برے القاب سے پکارنا سخت منع ہے ۔سورہ الحجرات کو ترجمہ سے بچوں کے ساتھ بیٹھ کر پڑھیں۔خصوصا وہ آیات جو اخلاقیات کے حوالے سے ہیں ۔

جو اعلیٰ ظـرف ہوتے ہیں ہمیشہ جھکـــ کے ملتے ہیں
صراحی ســر نگوں ہوکر بھـرا کرتی ہے پیمانے

اللہ تعالیٰ کی عطاکردہ نعمتوں کے ساتھ ہمارا حسن سلوک ، ہمارا گھر اس کی صفائی ،سجاوٹ ، انتظام میں بچوں کو شامل کیجیے۔ ہر چھوٹی بڑی چیز میں ان کی پسند اور رائے کو شامل کیجیے ،ان کو سنیے اگر کوئی بات اچھی نہ ہوتو اس کے فوائد نقصان یا اثرات کے متعلق بتا کر اس کی بات کو رد کیجیے اور اس میں دوسرے کی بات ، پسند کو بھی اپنانے ،عزت دینے کی عادت ڈالیے۔ گھر کی چھوٹی سی دعوت کسی کے آنے یا کہیں جانے کے لئے بھی اس کو بھی بتائیے اور رشتہ داروں دوست احباب میں بھی ساتھ لے جائیے ، ان کے دوست سہیلیوں کے گھر بھی کبھی کبھی جائیے اور کوئی پھل یا پھول بھی ساتھ لے جائیے تاکہ بچے بھی ان خوبصورت رشتوں کو محسوس کریں اور اپنے اندر اعتماد اور خوش خلقی کو بڑھاسکیں۔

گھر میں موجود نعمتیں بجلی ،پانی، گیس ، رزق،سازوسامانِ زندگی، درخت ،پھول پودے اور پالتو جانوروں کے ساتھ آپ کا سلوک ورویہ اس کو گھر سے باہر اپنے دوستوں اور ان نعمتوں کے ساتھ اس کے سلوک کو بہتر کریں گے ۔ گھر میں چھوٹے چھوٹے ٹاسک دیجیے اپنا بستر صاف کرنا کمرہ ، لان کہ ان کی صفائی اس کی ذمہ داری ہیں اس سے وہ احساس ذمہ داری سیکھے گا۔ بڑوں کی خدمت ،کوئی بیمار ہے بہن بھائی یا دادا دادی کی خدمت ،پانی پلانا ،کھانا دینا ،دسترخوان لگانا وغیرہ ۔یاد رکھیے خدمت میں عظمت ہے ۔

گھر کی بنیادی تربیت ہی بچوں کو اسکول مدرسہ اور آس پاس کے ماحول میں گھل مل جانے کی صلاحیت ،حوصلہ اور اعتماد دیتی ہے۔

یاد رکھیے عزت کیجیے عزت پائیے

هَلْ جَزَآءُ الْاِحْسَانِ اِلَّا الْاِحْسَانُ

نہیں ہے نیکی کا بدلہ سوائے نیکی کے

جو کچھ آج ہم اپنے بچوں کو دیں گے وہی ان سے کل پائیں گے۔

شاہینہ قاسم
کیمپس 18۔

کہانی کے ذریعے بچوں میں کردار سازی

کسی بھی معاشرے کی ترقی کے لیے قوموں کا با کردار ہونا ضروری ہے۔کردار کیسے بنتے ہیں؟ کسی بھی فرد کی کردار سازی میں کہانی سننا اور سنانا اہمیت کا حامل ہے ۔بچے کہانی شوق سے سننا اور سنانا پسند کرتے ہیں۔ والدین، دادا ،دادی ،نانا ،نانی یا کوئی بھی عزیز کہانی سنائے تو بچے شوق سے سنتے ہیں لہٰذاکہانی کے ذریعے بچوں کو اخلاقیات ،روز مرہ زندگی کے معاملات اور حادثات و واقعات کے متعلق آسانی سے بتایا اور سکھایا جا سکتا ہے ۔رات کو سونے سے پہلے کہانی سننے اور سنانے کا معمول بہت افادیت رکھتا ہے ۔کوئی اخلاقی رویہ سکھانا ہو یا کسی منفی بات سے آگاہ کرنا ہو تو رات کو سونے سے پہلے بچوں کو وہ پہلو یا موضوع کہانی کی صورت میں سنایا جا سکتا ہے ۔آخر میں بچوں کو اس سے متعلق اظہار رائے یا ان کی سوچ بیان کرنے کا موقع دیا جانا چاہیے ۔

کہانی سنانا بچوں کی تربیت میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ والدین اپنے بچوں کو کہانی ضرور سنائیں کسی بھی اچھی کتاب سے باقاعدہ آواز کے اتار چڑھاؤ کو ملحوظ رکھتے ہوئے کہانی پڑھی جا سکتی ہے یا خود سے تخلیق کر کے بھی سنائی جا سکتی ہے ۔کہانی سنانے کے لیے رات سونے سے پہلے کا وقت سب سے زیادہ مناسب ہوتا ہے کیونکہ اس وقت بچہ بہت توجہ سے سنتا ہے۔ بچوں کو قرآنی دعائیں یا احادیث مبارکہ سکھانے ،یاد کرانے اور بوقت ضرورت ان کا صحیح استعمال کرنے کے لیے کہانی سنائی جا سکتی ہے مثال کے طور پر کہانی کے ذریعے بچوں کو بتایا جا سکتا ہے کہ جب بھی غصہ آئے تو تعوذ پڑھ لیں ۔

رسول اللہ ﷺ کی سیرت طیبہ اور انبیاء کرام کی زندگیوں پر مبنی کہانی سنانے سے بھی بچے بہت سیکھتے ہیں ۔بہتر ہے کہ اس سے پہلے تھوڑی ریسرچ کر لیں کیونکہ جب بھی کسی پیغمبر کی کہانی سنائی جاتی ہے تو سوالوں کا ایک نہ ختم ہونے والا سلسلہ شروع ہوجاتا ہے۔اقدار کی تربیت کرنے کے لیے بھی کہانی کا استعمال کیا جا سکتا ہے مثلاً سچ بولنے کی اہمیت ، والدین کی خدمت، امانت کی حفاظت وغیرہ جیسے موضوعات پر کہانیاں سنائی جا سکتی ہے۔ غرض یہ کہ اوّل تو شہزادے شہزادی، راجہ رانی، ایلسا آنا، باربی، سنڈریلا، ڈراؤنے کردار، یا ایسی دوسری کہانیاں بچوں کو نہ سنائی جائیں۔ اگر بچے یہ کہانیاں پڑھیں یا ٹی وی پہ دیکھیں تو دین و اخلاقی اقدار کو مدِ نظر رکھتے ہوئے ان کی کاؤنسلنگ ضرور کیا کریں۔

کہانی سننے سے بچوں میں تخلیقی سوچ بھی پیدا ہوتی ہے اور اگر ان کی حوصلہ افزائی کی جائے تو وہ اپنی تخلیق کردہ کہانی کو تحریر بھی کر سکتے ہیں ۔بلا شبہ کہانی کا اثر بچوں کی زندگی پر بھی پڑتا ہے اور دین اسلام کی تعلیمات کے مطابق سبق ہو تو اسلامی اقدار بھی بچوں میں پیدا ہوتا ہے جیسے کہ اللہ تعالی کو صفائی بہت پسند ہے اس طرح سے بچوں میں صفائی اور صاف رہنے کی عادت پیدا ہوتی ہے۔وہ اپنے گھر اور اطراف کو صاف رکھنے کی کوشش کریں گے۔

ایک دن اپنے بچوں کو رات کو کہانی سنائی کہ اللہ کو صفائی پسند ہے تو صبح میری بیٹی اُٹھنے کے بعد بستر کی چادر درست کر رہی تھی۔ رات کو کہانی سنائی کہ نماز پڑھنے سے چہرے پہ نور برستا ہے تو کئی دن تک بچے نماز پڑھنے کے فوراً بعد مجھ سے پوچھتے کہ کیا ہمارے چہروں پہ نور نظر آ رہا ہے؟

ایک رات کہانی سنائی کہ کسی بچے نے راستے میں گرا ہوا بٹواٹھا لیا اور کہانی کو طول دینے کے لئے دوسرے واقعات سنانے لگی تو بچوں نے میری توجہ دلائی کہ کیا وہ اُٹھایا گیا بٹواواپس کیا گیا؟ یعنی وہ اس انتظار میں تھے کہ یہ نامناسب عمل ہے اور اسکی تصحیح یا تدارک کیسے کیا گیا؟غرض بہترین کردار سازی کے لیے تھوڑی سی مشقت اگر کر لی جائے تو بہترین معاشرہ وجود میں آسکتا ہے۔

سعدیہ ذیشان
کیمپس 12-

Ex-Usmanian Reflection

In the name of Allah, the most Beneficent and the most Merciful.

A note of gratitude;
To
My beloved
Usman Public School System,

This month, it's been a year since I parted from you. After enrolling into the world of college, I realized that you were the shade and the shield against today's 'deteriorating society' for me and I'm sure, for my school-mates as well.

I was a five year-old dependent kid when I first stepped into your world. Actually it was you, after my parents, who made me independent and granted me the confidence to face the world. You did it gradually, taking a time of ten to twelve years and yes, you strived your best to shape me as a brave girl. A courageous Muslimah, much needed for the society in this era. You are, indeed, struggling to create the best examples of women empowerment from your female campuses.

I found you very humble and focused towards each and every student, individually. In today's situation, when parents are eagerly searching for trustworthy and modest institutes for their children, you played a vital role in inculcating these values in us. Simultaneously, you also provided us with the opportunities to sharpen our skills and gain confidence to step into the real world while remaining in the limits of simplicity and modesty.

You played the best possible role to connect me with Allah SWT and His beautiful path. O my dear school, you made me learn parts of Quran and Ahadith during the Hifz sessions. I still remember my grade seven, when our class teacher used to ask each of us whether we had recited morning Quran before coming to school or not. And it is one of the greatest memories that I often recall.

Reminiscing the sports days, student weeks, national occasions, inter-campus competitions and even the routine school days, bring tears to my eyes. What a memorable and beneficial period of my life that I have spent with you!

I will always be grateful to my parents who chose you as my ten-year partner and to my respected teachers, without whose efforts I would not have been able to say all this.

May you continue play your best in the betterment of Pakistan and of Muslim Ummah.
Ameen.

Extremely grateful to Allah SWT. Indeed He is the best of the Planners.

Syeda Abeeha Maryam
Batch 2022
UPSS-XV

سلسلہ
ہم سے پوچھیے

سوال

السلام علیکم۔

بچے ویڈیو گیمز بہت شوق سے کھیلتے ہیں اور اس دوران وہ کسی بھی اور طرف توجہ دینا نہیں پسند کرتے ۔ پوری طرح سے اس میں گم ہوتے ہیں،اس دوران جو بھی بات کہی جائے اس کو سمجھتے بھی نہیں ہیں اور یاد بھی نہیں ہوتی۔اس میں زیادہ تر کھیل اشتعال انگیزی پر مبنی ہوتے ہیں جس کی وجہ سے میں فکر مند رہتی ہوں کہ بچے غلط چیزیں سیکھ رہے ہیں۔ان کو کیسے روکا جائے؟

جواب۔

وعلیکم السلام۔

ویڈیو گیمز کا بڑھتا ہوا رجحان والدین کے لیے ایک چیلنج بن گیا ہے۔ اکثر والدین بچوں کی اس میں حد سے زیادہ دلچسپی سے پریشان رہتے ہیں۔ جو بچے اس کے عادی ہو جاتے ہیں وہ اس کے علاوہ کچھ نہیں کھیلنا چاہتے، پڑھائی میں ان کی دلچسپی کم سے کم ہوتی جاتی ہے،ان کا ذہن مسلسل اس میں ہی لگا ہوا ہوتا ہے اور جس وقت وہ کھیل نہیں رہے ہوتے تب بھی اسی کے بارے میں سوچ رہے ہوتے ہیں، ان کی نیند بھی اس وجہ سے متاثر رہتی ہے اور دیگر سرگرمیوں سے بھی ان کا دل اچاٹ رہتا ہے ۔

یہ گیمز جن تھیمز پر مبنی ہوتے ہیں وہ بچوں کو اشتعال انگیزی پر اکسانے میں بڑا کردار ادا کرتے ہیں۔ یہ گیمز انتہائی stimulating ہوتے ہیں اور ان کے ذہن پر بہت جلدی اور بہت گہرے اثرات مرتب کرتے ہیں۔مثلاً ا ن گیمز میں بہت اعلی قسم کے sound effects اور visuals استعمال ہوتے ہیں جو بچوں کے لیے بے حد پرکشش ہوتے ہیں ۔ اس کے نتیجے میں بچوں کے اندر بےخوابی، چڑچڑاپن, غصہ اور دیگر منفی جذبات پروان چڑھ رہے ہوتے ہیں۔ والدین کے لیے بہت اہم ہے کہ وہ جس ممکن حد تک ہو سکے بچوں کو ان گیمز سے بچائیں۔ چونکہ یہ گیمز بہت آسانی سے ایڈیکشن کی حد تک پہنچ سکتے ہیں لہذا ان سے مکمل دوری ہی اس کا بہترین حل ہے۔

اگر بچے ایسے گیمز کھیلتے ہیں تو بچوں کی توجہ آہستہ آہستہ دوسری سرگرمیوں کی طرف مبذول کیجیے۔ اور اس کے لیے یقینا وقت درکار ہو گا کیونکہ کسی بھی عادت کو چھوڑنا بہرحال ایک مشکل کام ہوتا ہے۔ اس میں سب سے پہلے آپ کھیل کی مدت کو کم کرنا شروع کریں۔ اگر بچے 3 گھنٹے اس کھیل کو کھیلتے ہیں تو اس کو 2.5 گھنٹوں پر لے آئیں اور اس طرح آہستہ آہستہ اس وقت کو کم کرتے جائیں۔ اس دوران اس کا متبادل ہونا بھی بہت ضروری ہے۔ کوئی نا کوئی ایسی سرگرمی ہو جس میں بچے دلچسپی لیں ۔ آپ انہیں پارک لے جا سکتے ہیں ، کوئی اسپورٹس کھلوایا جاسکتا ہے ، اگر آرٹس کے شوقین ہیں تو اس سے متعلق مختلف سرگرمیاں کی جا سکتی ہیں۔ کتب بینی کی عادت بھی بچوں کو ضرور ڈلوائیں۔ اس سے بچوں کو ایک مناسب مشغولیت بھی مل جائے گی اور اچھی کتابیں

انسان کی بہترین ذہن سازی میں بھی اہمیت کی حامل ہوتی ہیں۔ اسی طرح بچے جتنا آپس میں کھیلیں گے ان کے تعلقات آپس میں بہتر ہوں گے اور وہ ذہنی اور جسمانی طور پر چست بھی رہیں گے۔ امید ہے کہ ان تجاویز سے ان شاءاللہ بہتری آئے گی۔

جزاک اللہ

آمنہ کامران

ڈپٹی مینیجر مینٹورنگ اینڈ کاؤنسلنگ ڈپارٹمنٹ

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...

JOIN OUR GUIDES

UPSS
Shaping the leaders of Ummah

Department of
Mentoring & Counselling
Usman Public School System

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