

## (Normality) کیا میرا بچہ نا رمل ہے

ماں باپ قدرتی طور پر بچوں کی صحت ، نشونما اور بہتری کے لئے فکر مند ہوتے ہیں۔ بہت ساری والدین آرام سے اور صحیح طور پر اپنے بچوں کو نارمل دیکھتے ہیں۔ البتہ کچھ والدین اپنے بچے یا نوجوانوں کے بارے میں فکر مند ہوتے ہیں کہ ان کے ساتھ کوئی مسئلہ ہے۔ یہ پریشانی مختلف باتوں کے متعلق ہو سکتی ہے مثال کے طور پر -

1. بچے کی نشونما کیسی ہو رہی ہے۔
  2. کیا بچہ ذہنی اور جذباتی طور پر صحیح ہے۔
  3. بچے کے سوچنے ، محسوس کرنے اور بات کرنے کے متعلق۔
  4. بچے کے رویے کے متعلق مثلاً کھانے اور سونے کے انداز ، اسکول میں اس کا رویہ خاندان اور دوستوں کے ساتھ میل ملاپ ، پریشانی یا مشکل حالات سے نبرد آزما ہونا۔
- بچوں اور نوجوانوں کے نفسیاتی امراض کے ماہر ڈاکٹر والدین اور گھر والوں کی مدد کر سکتے ہیں کہ وہ اس بات کا تعین کر سکیں کہ بچہ نارمل ہے یا نہیں۔ وہ عام طور پر بچے سے بات چیت کرتے ہیں اور والدین سے بچے کی صحت اور رویے کے متعلق معلومات لیتے ہیں وہ یہ بھی پوچھ سکتے ہیں کہ گھر والوں کا آپس میں ملنا جلنا کیسا ہے اگر بچے یا نوجوان اپنی عمر کے لحاظ سے مندرجہ ذیل کاموں میں بخوشی بھر پور طریقے سے حصہ لیں۔

1. تعلیم ، اسکول یا کام پر۔
2. گھر والوں کے ساتھ تعلقات
3. دوستوں کے ساتھ تعلقات
4. کھیل کود۔

والدین عام طور پر اپنے بچوں کے نارمل ہونے کے شک و شبہات کا اظہار سب سے پہلے اپنے گھر والوں سے ، دوستوں سے ، بچوں کے ڈاکٹر سے ، ٹیچر یا استاد سے یا کسی مذہبی لیڈر سے کرتے ہیں۔ جو کہ گھر والوں کو بچوں اور نوجوانوں کے ذہنی امراض کے ماہر ڈاکٹر سے رجوع کرنے کا مشورہ دے سکتے ہیں۔ وہ والدین اور بچوں کی بات توجہ سے سن کر مندرجہ ذیل باتوں کے متعلق رائے دے سکتا ہے۔

1. ان وجوہات کے متعلق جو بچے کو مستقبل میں مسائل کے طرف لے کر جائیں یا مسائل سے تھفظ دیں۔
2. وہ وجوہات جن کی وجہ سے بچے میں مسائل پیدا ہوئے ہیں۔
3. وہ وجوہات جن کی وجہ سے مسائل مستقل رہ سکتے ہیں۔
4. جسمانی بیماریوں جو اس طرح کے مسائل پیدا کر سکتی ہیں۔
5. اسکول کی تعلیم اور سماجی اور جذباتی نشونما۔

بچوں اور نوجوانوں کے نفسیاتی امراض کے ماہر ڈاکٹر مکمل معائنے کے بعد -

والدین کو تسلی دے سکتے ہیں کہ کس طرح وہ اپنے بچے کی نشونما مزید بہتر بنا سکتے ہیں اور کس طرح بہتر والدین

◆ ثابت ہو سکتے ہیں۔

بچے کے لئے کسی ایسی مصروفیت یا تعلیمی پروگرام اور والدین کو معلومات بہم پہنچانے کے کسی ایسے پروگرام کے متعلق بتا سکتے ہیں

◆ جس سے نارمل نشونما کو تقویت ملے۔

والدین اور بچوں کے لئے بات چیت کا مختصر ٹائم مخصوص کر کے نشونما کے مسائل پریشان کن حالات یا بچے کے

◆ عمومی رویے سے پیدا

ہونے والے مسائل پر ماہرانہ گفتگو کر سکتا ہے۔

اگر معائنے کے بعد یہ پتہ چلے کہ نفسیاتی مرض ہے تو بچوں اور نوجوانوں کے نفسیاتی امراض کے ماہر ڈاکٹر اس بیماری کے متعلق مخصوص طریقہ علاج بھی بتا سکتے ہیں۔

والدین سب سے بہتر انداز میں اپنے بچے اور عمومی رویے کو جانتے ہیں۔ اگر آپ کو یہ احساس ہو کہ آپ کے بچے کے ساتھ کوئی مسئلہ ہے تو ماہرانہ مدد حاصل کیجیے۔ یہ جاننے کے لئے کہ مسئلہ ہے یا نہیں۔ یہ بہتر قدم ہے اور اگر مسئلہ ہے تو کن طریقوں سے بچے کی مدد کی جا سکتی ہے۔

