6

نشوونمائی خصوصیات

(DEVELOPMENTAL CHARACTERISTICS)

عنوانات (Contents)

6.1 نوزائیدگی کا دور

6.2 شیرخوارگی

6.3 ابتدائی بچپن

6.4 درمیانی بچپن

6.5 نوبلوغت

طلبہ کے سیکھنے کے ماحصل (Students' Learning Outcomes)

ان عنوانات کو پڑھنے کے بعد طلبہ اس قابل ہوں گے کہ

- نشوونما کے مختلف پہلو بیان کر سکیں۔
- نشوونما کے مدارج کی فہرست بنا سکیں۔
- نوزائیدگی کے دور کی تعریف کر سکیں۔
- نوزائیدگی کے دور کی نشوونما بیان کر سکیں۔
- شیرخوارگی کی تعریف کر سکیں۔
- شیرخوارگی کے ادوار کی نشوونما بیان کر سکیں۔
- ابتدائی بچپن کی تعریف کر سکیں۔
- ابتدائی بچپن میں بچے کی نشوونما بیان کر سکیں۔
- درمیانی بچپن کی تعریف کر سکیں۔
- درمیانی بچپن میں بچے کی نشوونما کی خصوصیات بیان کر سکیں۔
- نوبلوغ کی تعریف کر سکیں۔
- نوبلوغ کی نشوونما بیان کر سکیں۔

نشوونما کے مختلف پہلو (DIFFERENT AREAS OF DEVELOPMENT)

اہم معلومات

بچوں کی نشوونما مرحلہ وار اور خاص ترتیب و مناسبت سے ہوتی ہے۔

شخصیت کے مختلف پہلوؤں میں مسلسل تبدیلیاں اور نشوونما جاری رہتی ہے۔ یہ ایک پیچیدہ عمل ہے جو ایک تسلسل اور ترتیب سے ہوتا ہے۔نشوونما سے مراد انسانی جسم کی اُٹھان، جسمانی تقاضوں اور جسمانی ڈھانچے، وزن اور قدوقامت سے ہی نہیں بلکہ ہر فرد کی شخصیت گوناگوں خصوصیات کا مجموعہ ہوتی ہے۔جس میں جسمانی خصوصیات کے علاوہ عضلاتی، ذہنی، جذباتی اور معاشرتی خصوصیات شامل ہیں۔ یوں نشوونما کا تعلق مختلف پہلوؤں سے ہے جو ایک دوسرے پر اثرانداز ہوتے ہیں۔نشوونما کے مختلف پہلو درج ذیل ہیں۔

1۔ جسمانی نشوونما (Physical Development)
2۔ عضلاتی نشوونما (Motor Development)
3۔ ذہنی نشوونما (Cognitive Development)
4- معاشرتی نشوونما (Social Development)
5۔ جذباتی نشوونما (Emotional Development)

-1 جسمانی نشوونما (Physical Development)

جسمانی نشوونما سے مراد بچے کے جسمانی ڈھانچے کی اندرونی اور بیرونی ساخت کی نشوونما سے ہے۔اس میں بچے کی جسامت (مثلاً موٹا، پتلا، بے ڈول، چاق وچوبند وغیرہ)۔جسمانی حالت یا کیفیت (مثلاً بیمار،صحت مند،معذور،مضبوط اور طاقتور وغیرہ) کے علاوہ بچے کا وزن، رنگت اور اس کے نقوش اور بالوں کی ساخت وغیرہ شامل ہیں۔اس نشوونما کا خاص تعلق ماحول،خوراک، ورزش اور مشاغل سے ہے۔

-2 عضلاتی نشوونما (Motor Development)

عضلاتی نشوونما سے مراد بچے کے عضلات کی نشوونما سے ہے۔اس کا تعلق بچے کے پٹھوں اور رگوں کی نشوونما،جسم پر مختلف عمر میں مختلف حالتوں میں قابو رکھنے اور جسم کو متوازن رکھنے کی اہلیت پر ہوتا ہے۔مثلاً کھڑے ہونے، بھاگنے، بیٹھنے،کھیلنے، پکڑنے یا جسمانی کام کرنے کے طریقے اور استطاعت سے جسمانی پٹھوں کی کمزوری یا مضبوطی کا اظہار ہوتا ہے۔

-3 ذہنی نشوونما (Cognitive Development)

ذہنی نشوونما سے مراد بچے کی عقل وشعور، ذہانت، یادرکھنے، سمجھنے سمجھانے، سوچنے اور غوروخوض کی نشوونما سے ہے جس کا انحصار بچے کے حواس خمسہ (مثلاً دیکھنے، سننے،محسوس کرنے وغیرہ) کی تربیت پر ہوتا ہے۔ذہنی نشوونما بچے کی شخصیت پر گہرے اثرات مرتب کرتی ہے۔

-4 معاشرتی نشوونما (Social Development)

عمر کے مختلف حصوں میں بچے کا گھر کے افراد اور باہر کے لوگوں کے ساتھ میل جول کا رویہ اور ان سے باہمی تعلقات اس کی معاشرتی نشوونما کہلاتی ہے۔جس کے لیے تین امر ضروری ہیں یعنی دوسروں کو قبول کرنا جس کے لیے قوت برداشت ایک شرط ہے، دوسروں کی نگاہوں میں مقبول ہونا جس کے لیے پسندیدہ ادب و آداب کے طور طریقے اپنانا ضروری ہے اور دوستی کا رویہ اپنانا جس کے لیے پیار و محبت اور ایثار ضروری ہیں۔

-5 جذباتی نشوونما (Emotional Development)

جذباتی نشوونما سے مراد ہر قسم کے جذبات یا احساسات سے ہے۔اس کا تعلق کسی بھی طرح کے احساسات کی نشوونما، ان احساسات کے اظہار کے مناسب طریقے اور ان پر قابو پانے کی اہلیت سے ہے مثلاً پیار، غُصے، حسد، نفرت، خوشی اور غمی کے جذبات کو کھُلم کھُلا، چِلاّ چِلاّ کر ظاہر کرنا اور جذبات کی نشوونما پر کسی حد تک قابو پا لینا نشوونما کی تقویت کی نشانی ہے۔

نشوونما کے مدارج (STAGES OF DEVELOPMENT)

انسانی نشوونما طے شدہ اور منظّم انداز میں ہوتی ہے۔نشوونما کا عمل کئی ادوار سے گزر کر مکمل ہوتا ہے۔ ہر دور کی کچھ منفرد خصوصیات ہوتی ہیں اسی وجہ سے نشوونما کے عمل کو مختلف مدارج یا ادوار میں تقسیم کیا گیا ہے جو درج ذیل ہیں۔

-1 **قبل از ولادت (Pre-natal):** نشوونما کا یہ دور انسانی زندگی کا نقطۂ آغاز ہے۔اس کا دورانیہ استقرارِ حمل سے پیدائش تک ہوتا ہے۔اس دور میں جسمانی نشوونما کی رفتار زندگی کے دیگر تمام مراحل کی نسبت سب سے تیز ہوتی ہے۔

-2 **شیر خوارگی اور طفولیت (Infancy and Toddlerhood):** یہ دور پیدائش سے تین سال تک محیط ہوتا ہے۔جس میں شیر خوارگی کا عرصہ ڈیڑھ سے دو سال تک جاری رہتا ہے اور اس دور میں بچے کو بنیادی ضروریات کے لیے دوسروں پر انحصار کرنا پڑتا ہے اس دوران بچہ بولنے کے علاوہ مختلف حرکی مہارتیں سیکھتا ہے۔طفولیت کا دور ڈیڑھ سال سے تین سال تک جاری رہتا ہے۔

-3 **ابتدائی بچپن (Early Childhood):** یہ دور تین سال سے چھ سال تک جاری رہتا ہے۔اس دور کو قبل از سکول (Preschool) کا دور بھی کہتے ہیں۔جس میں بچہ اپنی روزمرہ زندگی کے بہت سے کام خود کرنا شروع کر دیتا ہے لیکن اُسے بڑوں کی رہنمائی کی ضرورت ہوتی ہے۔

-4 درمیانی بچپن(Middle Childhood): یہ دور چھ سال سے بارہ سال تک جاری رہتا ہے جس میں بچہ باقاعدگی سے سکول جانا شروع کر دیتا ہے اور اس میں زندگی کی باقاعدگی اور نئی ذمہ داریوں کا احساس پیدا ہونے لگتا ہے۔

-5 نوبلوغت کا دور(Adolescence): یہ دور بارہ سال کی عمر سے بیس سال کی عمر تک جاری رہتا ہے۔اس دور کی نمایاں خصوصیات نوجوانی کا آغاز ہے۔جس میں لڑکے اور لڑکیوں میں عضویاتی تبدیلیوں کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔اس کے علاوہ ذات کی شناخت اور معاشرتی کردار کی پہچان اس دور کی اہم خصوصیات ہیں۔

-6 جوانی(Early Adulthood): یہ دور بیس سال سے چالیس سال پر محیط ہے۔اس دور میں فرد مکمل بالغ ہو چکا ہوتا ہے۔ اس دور کی اہم خصوصیات معاشرتی روابط، پیشے کا انتخاب، جیون ساتھی کا انتخاب اور ازدواجی زندگی کا آغاز ہیں۔

-7 ادھیڑ عمر(Middle Adulthood): یہ دور چالیس سے ساٹھ سال کی عمر پر محیط ہے۔

-8 بڑھاپا(Old Age): یہ دور ساٹھ سال سے آخری سانس تک قائم رہتا ہے۔

6.1 نوزائیدگی کا دور (NEO-NATAL STAGE)

نوزائیدگی کی تکنیکی اصطلاح نومولود بچوں کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔نوزائیدگی کی مدت پیدائش سے چار ہفتے تک جاری رہتی ہے۔اس وقت تک بچہ اپنے آپ کو نئے ماحول میں ڈھال لیتا ہے۔

6.1.1 نوزائیدگی کے دور کی نشوونما (Development during Neo-natal Stage)

اس دور کی نشوونما درج ذیل عوامل پر مبنی ہوتی ہے۔

-1 پیدائش کے وقت بچے کی جسمانی نشوونما (Physical Development of Child at Birth)

(i) جسامت

نوزائیدہ کے پٹھے نرم اور چھوٹے ہوتے ہیں خصوصاً ٹانگوں اور گردن کے پٹھوں کی نشوونما ہاتھوں اور بازوؤں کی نسبت کم ہوتی ہے۔ ہڈیاں بھی نرم اور لچکدار ہوتی ہیں جو با آسانی مُڑ سکتی ہیں۔جلد بھی نرم و نازک ہوتی ہے۔بال نرم اور چمکدار ہوتے ہیں اور آنکھوں کی رنگت براؤن، کالی یا نیلاہٹ مائل گرے ہوتی ہے جو وقت کے ساتھ تبدیل ہوتی رہتی ہے۔

(ii) وزن

پیدائش کے وقت بچے کا وزن عام طور پر 3.5 کلوگرام تک ہوتا ہے۔پیدائش کے ابتدائی چند دنوں میں بچے کا وزن کم ہوتا ہے لیکن دوسرے ہفتے سے اس کا وزن بڑھنا شروع ہو جاتا ہے۔لڑکیوں کی نسبت لڑکوں کا وزن زیادہ ہوتا ہے۔

(iii) قد/لمبائی:

پیدائش کے وقت بچے کا قد/لمبائی 50 سینٹی میٹر ہوتا ہے۔لڑکوں کا قدلڑکیوں کے مقابلے میں زیادہ ہوتا ہے۔

2- جسمانی حرکات اور سرگرمیاں(Physical Movements and Activities)

پیدائش کے وقت بچے کو دوسروں کے سہارے کی ضرورت ہوتی ہے۔رونے کے علاوہ وہ چند مزید حرکات کرنے کے قابل ہوتا ہے مثلاً دن میں کئی مرتبہ سونا جاگنا، بازو، پاؤں اور سر ہلانا، جمائی ہچکی، چھینک اور ڈکار لینا،مختلف آوازوں، روشنی، ذائقے،خوشبو اور چھونے کو محسوس کرنا وغیرہ۔

بچے کی ایسی حرکات جو وہ عموماً پیدائش کے بعد کرسکتا ہے ان کو غیرشعوری اور اضطراری ردعمل (Reflexes and Reflex actions) کا نام دیا جاتا ہے یہ ردعمل شعوری یا ارادی نہیں ہوتے بلکہ خودکار ہوتے ہیں اور بچہ یہ اضطراری ردعمل اپنی حفاظت کے لیے کرتا ہے۔مندرجہ ذیل کچھ ردعمل نوزائیدہ بچے میں تین ماہ تک برقرار رہتے ہیں اور اس کے بعد تبدیل ہوجاتے ہیں مثلاً

(i) چوسنے اور نگلنے کے طرزِعمل (Swallowing and Sucking Reflexes): جوں ہی نوزائیدہ کے منہ میں کوئی چیز ڈالی جاتی ہے وہ ردعمل کے طور پر اس کو چوسنے اور نگلنے کی کوشش کرتا ہے۔

(ii) بنیادی جبلت (Rooting reflex): جیسے ہی بچے کے گال کو چھوا جاتا ہے وہ اپنے سر کو موڑنے کی کوشش کرتا ہے۔

(iii) پکڑنے کا ردعمل (Grasp Reflex): جب بھی نوزائیدہ کے ہاتھ میں کوئی چیز دی جاتی ہے۔وہ غیرشعوری طور پر اس کو مضبوطی سے اپنی گرفت میں لے لیتا ہے۔

(iv) چلنے کی غیرشعوری کوشش (Walking Reflex): بچے کو اگر کھڑا کرنے کی کوشش کی جائے تو وہ چلنے کے انداز میں کبھی ایک پاؤں اور کبھی دوسرا پاؤں زمین پر رکھنے کی کوشش کرتا ہے۔

(v) گرنے کا اضطراری ردِعمل (Falling or Moro Reflex): بچہ اچانک اونچی آواز اور چکا چوند روشنی سے ڈر جاتا ہے اور غیرشعوری طور پر وہ یہ محسوس کرتا ہے کہ وہ گر جائے گا جس کے نتیجے میں وہ اپنے بازو پھیلانے ،ہاتھ کھولنے اور کسی بھی چیز کو پکڑنے کی کوشش کرتا ہے۔

3- حسیات(Senses)

(i) دیکھنے کی حس(Sense of Seeing) نوزائیدہ بچہ دیکھ سکتا ہے مگر اس کا مرکزِ نگاہ صرف بیس سینٹی میٹر تک ہی محدود ہوتا ہے۔وہ صرف ان اشیاء کو دیکھتا ہے جو اس کے قریب ترین ہوتی ہیں۔وہ روشنی کی جانب بھی دیکھ سکتا ہے مگر دور کی چیزیں اس کی توجہ حاصل نہیں کر پاتیں۔

بچوں کی جسمانی حرکات وسرگرمیاں
(PHYSICAL MOVEMENTS AND ACTIVITIES OF CHILDREN)

چُوسنے کا ردِعمل

نیند کے دوران چُوسنے کا طرزِ عمل

پکڑنے کا ردِعمل

گرنے کا اضطراری عمل

سننے کی حِس

دیکھنے کی حِس

چلنے کی غیراضطراری کوشش

کھانے کی حِس

(ii) سننے کی حِس (Sense of Hearing) نوزائیدہ سن سکتا ہے۔کسی بھی آواز کے ردِعمل کے طور پر اپنی آنکھیں جھپکاتا، پاؤں یا بازوؤں کو جھٹکتا یا پھر ٹھنڈی سانس بھرتا ہے، وہ بلند آواز سے ڈر کر دودھ پینا بھی چھوڑ دیتا ہے اور رو پڑتا ہے۔اگر وہ رو رہا ہو تو ماں کی آواز سن کر چپ بھی ہو جاتا ہے۔

(iii) سونگھنے اور چکھنے کی حِس (Sense of Smell and Taste) نوزائیدہ خوشبو اور ذائقے سے بھی روشناس ہوتا ہے۔ناگوار بو سے بچہ اپنا منہ دوسری جانب کر لیتا ہے۔دودھ کی خوشبو اس کو اپنی جانب کشش دلاتی ہے اور وہ اپنا منہ کھول دیتا ہے۔

(iv) چھونے کی حِس (Sense of Touching) نوزائیدہ میں چھونے کی حس بھی موجود ہوتی ہے۔وہ درد کا احساس کر کے اپنی کروٹ بدلنے کی بھی کوشش کرتا ہے۔اگر نہانے کا پانی زیادہ گرم یا ٹھنڈا ہو تو وہ رونے بھی لگتا ہے۔جب کوئی اسے اپنی گود میں اٹھاتا ہے تو وہ زیادہ مطمئن اور خوش ہوتا ہے۔

4- نیند (Sleep)

نوزائیدہ بچے اپنا بیشتر وقت سونے میں ہی گزارتے ہیں اور صرف بھوک کے اوقات میں جاگتے ہیں۔نیند کے اوقات ہر بچے کے اپنی عادات کے مطابق ہوتے ہیں۔مگر عام طور پر نوزائیدہ بچے بیس سے چوبیس گھنٹے تک سوتے ہیں۔کچھ بچے، ایک وقت میں پانچ گھنٹے تک سو سکتے ہیں۔جبکہ چند بچے صرف دو گھنٹے کی نیند لیتے ہیں۔تین ماہ کی عمر کے بعد بچے دن اور رات میں فرق محسوس کرنے لگتے ہیں اور رات کو زیادہ سوتے ہیں کیونکہ دن میں روشنی اور شور کے باعث ان کی نیند کم ہو جاتی ہے۔

5- رونا (Weeping)

تمام نوزائیدہ بچے روتے ہیں۔رونا ہی ان کا واحد ذریعہ اظہار ہے۔نوزائیدہ اپنی ضروریات کے لیے روتا ہے۔جب اسے بھوک یا پیاس لگی ہو، غیر آرام دہ حالت یا درد و تکلیف میں ہو، اندھیرے سے خوف محسوس کرے یا تنہائی کا احساس کرے۔پیٹ میں گیس کی وجہ سے یا اونچی آواز سے بھی بچے ڈر جاتے ہیں۔بچے کو گلے لگا کر نرم آواز سے چپ کرایا جا سکتا ہے یا پھر اس کی غیر آرام دہ حالت کی وجہ جان کر اس کو حل کیا جائے۔تین سے چار ہفتے کے بچے جب بھی روتے ہیں ان کے آنسو نہیں نکلتے صرف آواز بلند ہوتی ہے۔لیکن کچھ بڑے بچے آنسو کے بغیر اس وقت روتے ہیں جب وہ صرف توجہ حاصل کرنا چاہتے ہیں۔

6.2 شیر خوارگی اور طفولیت کا دور (INFANCY TO TODDLERHOOD)

انسانی نشوونما کا یہ دور محتاجی اور انحصاری سے خودمختاری کا دور ہے۔جس میں بچہ کھانے، حرکات کرنے اور بولنے میں خودمختار ہو جاتا ہے۔

6.2.1 شیر خوارگی کے دور کی نشوونما (Development During Infancy)

(i) جسمانی اور عضلاتی نشوونما (Physical and Motor Development)

یہ دور پیدائش سے تین سال کی عمر تک ہوتا ہے۔پیدائش سے ہی اس کی جسمانی نشوونما میں تیزی آتی ہے مگر جسمانی ڈھانچے کی افزائش عمر کے ہر دور میں مختلف رفتار سے ہوتی ہے۔مثلاً نومولود کی نشوونما سر سے پاؤں کی جانب ہوتی ہے۔نومولود کا سر باقی جسم کی

نسبت بڑا ہوتا ہے لیکن رفتہ رفتہ ٹانگیں اور بازو متناسب ہو جاتے ہیں۔ پیدائش کے وقت بچے کے دانت نہیں ہوتے لیکن شیرخوارگی میں اس کے دانت بھی نکلنے لگتے ہیں۔ بچے کے نظام انہضام، نظام تنفس، اعصابی نظام، عضلاتی نظام اور دورانِ خون وغیرہ میں بھی واضح تبدیلیاں آتی ہیں۔

نومولود اور ایک ماہ کے بچے کے دل کی دھڑکن کی رفتار تقریباً 100-140 مرتبہ فی منٹ ہوتی ہے، جو بتدریج کم ہوتی جاتی ہے جبکہ ایک بالغ شخص کے دل کی دھڑکن کی رفتار 72 مرتبہ فی منٹ تک ہوتی ہے۔ پیدائش کے وقت بچے کا وزن 2.72 سے 3.63 کلوگرام ہوتا ہے جو ایک سال میں بڑھ کر 9.07 کلوگرام (تین گنا) ہو جاتا ہے۔

ایک ماہ کا بچہ زیادہ تر گردن کو دائیں بائیں موڑتا ہے۔ پانچ ماہ کا بچہ اپنی گردن کو قابو کرنا سیکھ جاتا ہے، چھ ماہ کا بچہ کروٹ لینا سیکھ جاتا ہے، سات ماہ کی عمر میں بچہ کسی چیز کا سہارا لے کر بیٹھتا ہے۔ دس ماہ کا بچہ کسی سہارے سے کھڑا ہوتا ہے۔ ایک سال کا بچہ بغیر سہارے کے چند قدم چلتا اور پھر گر پڑتا ہے اور اس کے بعد چلنا سیکھ جاتا ہے، اڑھائی سے تین سال کا بچہ جسم کو سیدھا کر کے چلنا شروع کر دیتا ہے۔ موسیقی کے ساتھ تھرکتا، گیند پھینکتا، پکڑتا اور اچھلتا کودتا ہے۔

اہم معلومات

بچہ پہلا دانت چھ ماہ کی عمر میں نکالتا ہے جبکہ چار سال کی عمر تک دودھ کے تمام دانت نکل آتے ہیں۔

(ii) ذہنی نشوونما (Cognitive Development)

پیدائش کے بعد ابتدائی ایام میں بچے زیادہ تر رونے کی آوازیں نکالتے ہیں۔ ان کی زیادہ تر آوازیں سادہ نوعیت کی ہوتی ہیں۔ مثلاً خوشی سے کلکاریاں مارنا، گیلا ہونے یا بھوک لگنے پر رونا، جمائیاں لینا، چھینکنا، ڈکار لینا یا کھانسنا وغیرہ، آہستہ آہستہ وہ ایسی آوازیں نکالتا ہے جو الفاظ سے مشابہ ہوتی ہیں۔ شروع میں بچے ایک لفظی جملے بولتے ہیں مثلاً پانی کو مم مم، ماں کو اماں، نہیں (نیں) دودو (دودھ) وغیرہ

ایک اندازے کے مطابق اٹھارہ ماہ کی عمر میں بچہ تقریباً دس الفاظ بول سکتا ہے۔ دو سال کی عمر تک وہ تقریباً تیس الفاظ سیکھ جاتا ہے مگر دو سو سے تین سو الفاظ تک سمجھ سکتا ہے۔ بچوں کا ذخیرۂ الفاظ ذہانت، ماحول، سیکھنے کے مواقع اور تحریک کی بناء پر کم یا زیادہ ہو سکتا ہے۔ لڑکیاں عموماً جلد اور زیادہ بات چیت کر سکتی ہیں۔

کیا آپ جانتے ہیں؟

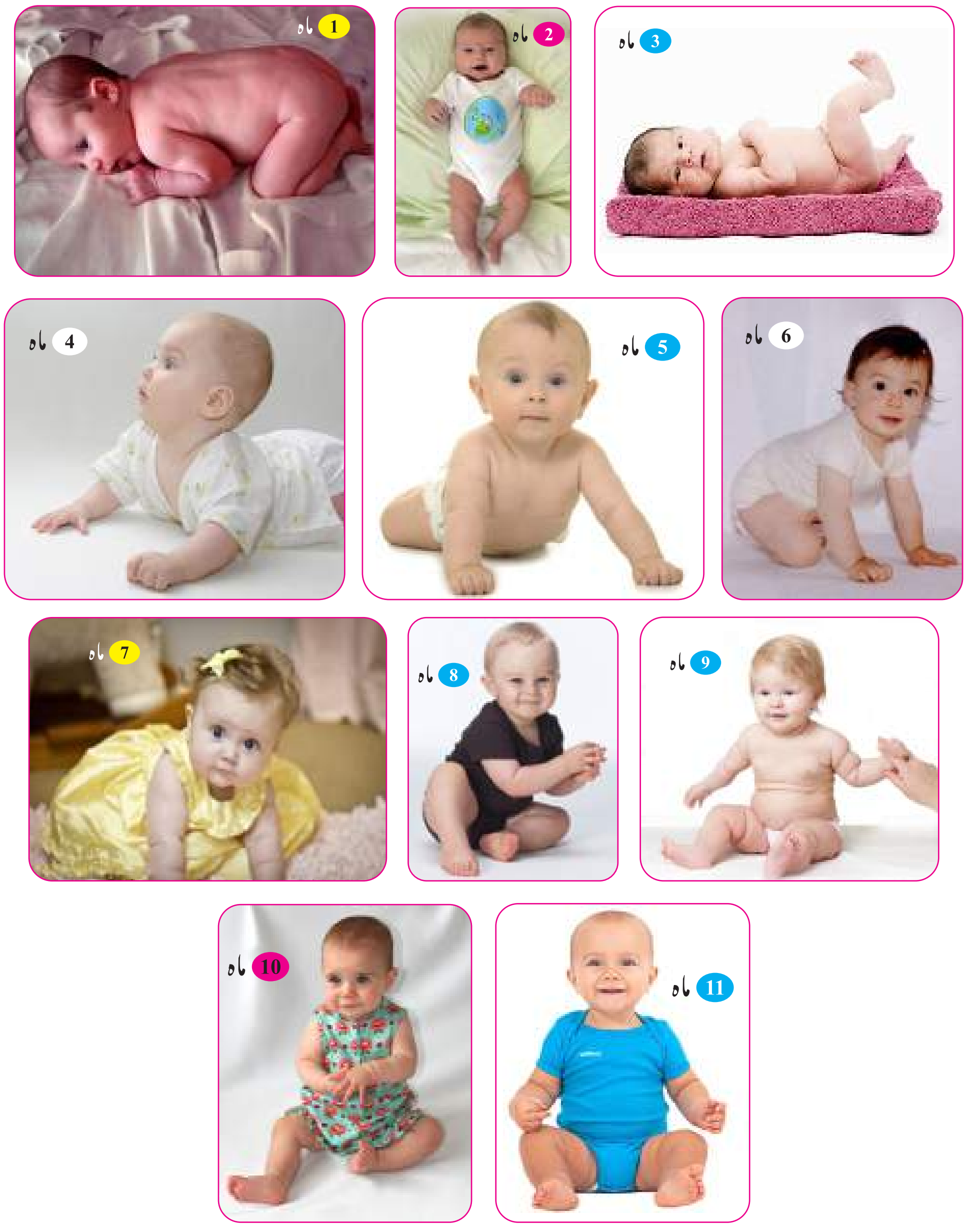
بچوں کی ذہنی صلاحیت میں انفرادی فرق صحت، معاشی حیثیت، سماجی تربیت اور صنف کی وجہ سے ہوتا ہے۔

(iii) معاشرتی اور جذباتی نشوونما (Social and Emotional Development)

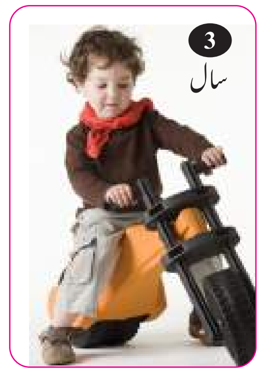
بچے کی معاشرتی نشوونما کا آغاز پیدائش کے بعد ماں کی تربیت سے ہوتا ہے۔ ماں کی خوشی یا پریشانی، ماحول کا خوشگوار یا ناخوشگوار ہونا اور بچے سے سلوک و گفتگو وغیرہ بچے کی شخصیت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ گھر کے دیگر افراد یعنی والد، بہن بھائی اور بزرگوں کا رویہ اور رابطہ بھی بچے کی معاشرتی نشوونما پر گہرے اثرات مرتب کرتا ہے۔

زندگی کے ابتدائی چھ ماہ بچے کی معاشرتی اور جذباتی نشوونما کے حوالے سے زیادہ قابل ذکر نہیں ہوتے لیکن چھ سے اٹھارہ ماہ کی عمر میں بچہ دوسروں کی موجودگی کا احساس ضرور کرتا ہے، وہ اکیلا ہی کھیلنا پسند کرتا ہے، بچہ اپنی ذات میں گم اور مگن رہتا ہے، بچوں کے درمیان بیٹھ کر بھی وہ علیحدگی پسند رویہ اختیار کرتا ہے اور اپنے کھلونوں اور ذات میں ہی محو رہتا ہے۔خوشی کا اظہار وہ مسکرا کر کرتا ہے اور ناخوشگوار جذبات کا اظہار جسم کو اکڑانے اور رونے سے کرتا ہے۔

شیر خوارگی میں جسمانی نشوونما (Physical Development During Infancy)



بچوں میں پکڑنے کی صلاحیت کی نشوونما (Development of Grasping Skill of Children)



بچوں کا کھانے پینے میں خودمختار ہونا
(Self-dependence of Children in Eating)

بچوں کے چلنے کے مراحل (Walking Steps of Children)

6.3 ابتدائی بچپن (EARLY CHILDHOOD)

اس دور کو قبل از سکول کا دور بھی کہتے ہیں یہ دور تین سے پانچ سال کی عمر کا ہوتا ہے۔

6.3.1 ابتدائی بچپن کے دوران بچوں کی نشوونما (Development During Early Childhood)

(i) جسمانی اور عضلاتی نشوونما (Physical and Motor Development)

تین سے پانچ سال کی عمر میں جسمانی اور حرکی نشوونما (Motor Development) نہایت تیزی سے ہوتی ہے۔ جسمانی توانائی میں قابل ذکر اضافہ ہو جاتا ہے۔ بچہ جگہ جگہ گھومتا پھرتا ہے۔ سیڑھیاں بھی بلاوجہ چڑھتا اترتا ہے۔ جسمانی حرکات میں توازن، ضبط اور تسلسل پیدا ہو جاتا ہے۔ چھلانگ لگانا، تیز بھاگنا، گیند پھینکنا، گیند اچھالنا، آنکھ مچولی کھیلنا، رسی کودنا، مٹی یا ریت سے کھیلنا دیوار، جنگلے یا کرسی میز پر چڑھنا وغیرہ اس دور کے پسندیدہ مشاغل ہیں۔

اہم معلومات

اس دور میں چھوٹے عضلات کی نسبت بڑے عضلات پر قابو وضبط نمایاں نظر آتا ہے۔

(ii) ذہنی نشوونما (Cognitive Development)

ابتدائی بچپن میں بچے مکمل جملے بولتے ہیں۔ان کے الفاظ زیادہ واضح ہوتے ہیں۔ان جملوں کی ادائیگی میں خوداعتمادی کا عنصر نمایاں ہوتا ہے اگرچہ بچے مشکل الفاظ صحیح طور پرادانہیں کرپاتے لیکن پھر بھی بات چیت اور گفتگو نہایت احسن طریقے سے کرتے ہیں۔ وقت کے ساتھ ساتھ الفاظ درست اور بات چیت بامعنی ہوتی جاتی ہے اورزبان پرمہارت بڑھتی جاتی ہے۔

کیا آپ نے مشاہدہ کیا؟

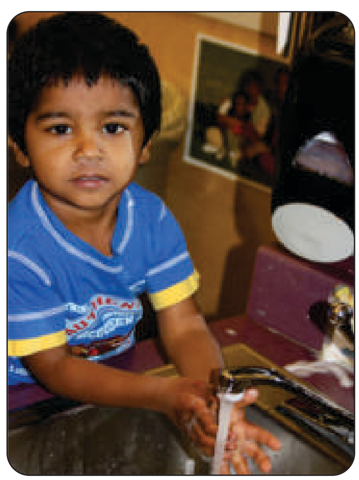
اس عمر میں بچہ افراد، مقام، اوقات اورمخصوص اشیاءکوخوب پہچانتا ہے۔

اس دور میں بچے خیالی دنیامیں بھی مگن رہتے ہیں۔کہانیاں نہایت شوق سے سنتے ہیں۔لڑکیاں گڑیوں سے کھیلتی ہیں۔لڑکے بڑوں کی نقالی بھی کرتے ہیں۔ یہ تجسس اور تجربے کے عروج کا دور ہے۔ بچے اپنی معلومات اور ذہنی وفکری صلاحیتوں میں اضافے کی وجہ سے بڑوں سے طرح طرح کے سوالات کرتے ہیں۔ان کے سوالات کے تسلی بخش جوابات دے کرمثبت رہنمائی کی جاسکتی ہے۔بچوں کی ذہنی نشوونما پرگھریلو ماحول، سماجی ومعاشی حالات، ذہانت، جنس اور معاشرے کے دیگرافراد سے میل جول اثرانداز ہوتے ہیں۔

(iii) معاشرتی اور جذباتی نشوونما (Social and Emotional Development)

ابتدائی بچپن کے دور میں بچہ دوسرے بچوں کی موجودگی میں بھی علیحدگی پسند ہوتا ہے۔وہ اکیلا ہی کھیلتا ہے۔اس دورکو"خودمرکزیت" (Ego.Centrism) کا دوربھی کہا جاسکتا ہے۔

بچہ ماحول سے مطابقت پیدا کرنے اورمعاشرے میں قابل قبول حیثیت بنانے کے لیے مختلف عادات اپنانے کی کوشش کرتے ہیں۔ مثلاً تین چارسال کی عمر میں وہ خودانحصاری کا مظاہرہ کرتے ہوئے خودکھانا کھانا سیکھ لیتا ہے۔اپنے کپڑے خودپہن کرتیار ہونے، جرابیں خود پہننے، لباس کے بٹن اور جوتوں کے تسمے بھی بند کرنے کی کوشش کرتا ہے۔اگراس عمر میں بچہ کی حوصلہ افزائی کی جائے تو وہ جلدخودمختار ہوجاتا ہے۔تین سے پانچ سال کی عمر کا بچہ دانت برش کرنے، منہ ہاتھ دھونے، نہانے اور بول وبراز کی تربیت بھی حاصل کرلیتا ہے۔



منہ ہاتھ دھونے کی کوشش کرنا

کھانا خودکھانے کی کوشش کرنا

6.4 درمیانی بچپن (MIDDLE CHILDHOOD)

معلومات

ایرکسن (Erikson) کے مطابق درمیانی بچپن تیز ترین اتار چڑھاؤ کا دور ہے۔

یہ چھ سے بارہ سال کی عمر کا دور ہے۔ اس دور میں بچے باقاعدگی سے سکول جانا شروع کرتے ہیں اور گھر کے ماحول سے باہر ہم عمروں، اساتذہ اور دیگر افراد سے ان کا واسطہ پڑتا ہے۔ یہ آزادی اور ذمہ داری کا دور ہے۔ جب مہم جوئی، تخیل اور جوشیلا پن بلند سطح پر ہوتا ہے۔

(i) جسمانی اور عضلاتی نشوونما (Physical and Motor Development)

بچوں کے قد وقامت اور وزن میں اضافہ تو ضرور ہوتا ہے مگر اس کی رفتار نسبتاً سست ہوتی ہے۔ عضلاتی وحرکی اہلیت میں درستگی اور ربط پیدا ہوتا ہے۔ جنس کے اعتبار سے لڑکے اور لڑکیوں کی نشوونما یکساں طرز پر ہوتی ہے لیکن لڑکیاں بارہ سال کی عمر میں قد کے لحاظ سے لڑکوں سے بڑی دکھائی دیتی ہیں۔ بچوں میں کچھ جسمانی تبدیلیاں بھی رونما ہوتی ہیں۔ لڑکیوں کی آواز میں نرمی اور لڑکوں کی آواز میں بھاری پن آجاتا ہے۔

نو سال سے بارہ سال کی عمر کے لڑکے چست وتوانا ہوتے ہیں۔ سائیکل چلانا، سرپٹ دوڑنا، مار دھاڑ کرنا، باکسنگ کرنا، اپنی طاقت آزمانا، بھاری بوجھ اٹھانا، کرکٹ یا فٹ بال کھیلنا اور موسیقی پر تھرکنا ان کے پسندیدہ مشاغل ہوتے ہیں۔ جبکہ لڑکیاں رسی کودنا، کھیلوں میں حصہ لینا اور موسیقی سے لطف اندوز ہونا پسند کرتی ہیں۔

اس دور میں آنکھوں اور ہاتھوں کی کارکردگی میں مطابقت اور ہم آہنگی ہوتی ہے۔ اس دور کی نمایاں خصوصیات اعضاء کی پختگی، حرکی مہارت وروانی اور طاقت میں اضافہ ہیں۔

(ii) ذہنی نشوونما (Cognitive Development)

یہ ذہنی نشوونما کے عروج کا دور ہے۔ ان سالوں میں دماغ بڑی تیزی سے کام کرتا ہے۔ بچہ ماحول اور اشیاء سے متعلق تجسس اور معلومات حاصل کرنے کا شوقین ہوتا ہے، طرح طرح کے سوالات کرتا ہے۔ ذہین بچے نسبتاً زیادہ سوالات کرتے ہیں۔ بچوں کو تفریحی و تعلیمی سرگرمیوں اور سیاحت پر لے جانا اس دور میں زیادہ مفید ثابت ہوتا ہے۔

چھ سے بارہ سال کی عمر میں بچے میں یہ خوبی بتدریج پیدا ہو جاتی ہے کہ وہ اپنی معلومات وذہانت کو اپنے مسائل کے حل اور ماحول سے مطابقت کے لیے استعمال کر سکے۔ اس کا انحصار ان کی ذہانت، ماحول کے تجربات، جغرافیائی حالات، معاشی حیثیت اور جنس پر ہوتا ہے۔ خاص طور پر سکول کے مسائل مثلاً وقت پر پہنچنا، ہوم ورک کرنا، امتحان کی تیاری اور مختلف نصابی وغیر نصابی سرگرمیوں میں دلچسپی لینا وغیرہ۔

(iii) معاشرتی اور جذباتی نشوونما (Social and Emotional Development)

اس دور میں خاندان اور سکول کے مسائل، معاشرتی مطابقت اور جنس سے متعلق تجربات عام مشاہدے میں آتے ہیں۔ جذباتی کشمکش، غصے کا جسمانی تشدد سے مظاہرہ، خوشگوار جذبات کا اونچے قہقہے لگا کر اظہار کرنا اس دور کی نمایاں خصوصیات ہیں۔ اس عمر میں تصورذات (Self Concept) کی بھی آگہی ہوتی ہے۔ والدین کی پرورش وتربیت، ہم عمروں سے تعلقات اور اساتذہ کے کردار کی بناء پر بچے ماحول میں بہتر مطابقت کے قابل ہوتے ہیں۔

اس دور میں بچے گروہوں میں کام کرنے میں دلچسپی رکھتے ہیں۔ ان میں گھر، سکول اور دوستوں سے وفاداری کا جذبہ شدید ہوتا ہے اور وہ ان کے خلاف کوئی بھی جملہ برداشت نہیں کر پاتے، ان کی عزت واحترام کرتے ہیں اور اپنی ذمہ داریوں سے بھی واقف ہوتے ہیں۔ ان کی بولنے اور سوچ وفکر کی صلاحیت میں بھی اضافہ ہوجاتا ہے۔

6.5 نوبلوغت (ADOLESCENCE)

6.5.1 نوبلوغت میں نشوونما (Development During Adolescence)

نشوونما کا یہ دور تیرہ سال سے اٹھارہ سال کی عمر تک جاری رہتا ہے۔ اس دور کی نمایاں خصوصیات جسمانی وجنسی پختگی اور وہ عضویاتی تبدیلیاں ہیں جو لڑکے اور لڑکیوں کی ذات کی شناخت اور جنسی کردار کے لیے اہم ہوتی ہیں۔

(i) جسمانی اور عضلاتی نشوونما (Physical and Motor Development)

جسمانی نشوونما کے اعتبار سے یہ دور شخصی تبدیلیوں کا دور ہے۔ لڑکیاں عموماً تیرہ سال اور لڑکے پندرہ سال میں پختہ (Mature) ہوجاتے ہیں۔ لڑکے عام طور پر نشوونما میں لڑکیوں سے دو سال پیچھے رہ جاتے ہیں۔ نوبلوغت میں عضلاتی نشوونما نمایاں ہوتی ہے۔ لڑکیوں کی نسبت لڑکوں کے عضلات زیادہ مضبوط اور طاقتور ہوتے ہیں۔ لڑکیوں میں بارہ سے پندرہ سال جبکہ لڑکوں میں پندرہ سے سولہ سال کی عمر کے دوران عضلاتی بافتیں تیزی سے نشوونما پاتی ہیں۔ نوبلوغ کی جسمانی نشوونما کا انحصار وراثت، ذہانت، غذا اور جسم کی مجموعی صحت پر ہوتا ہے۔ دبلی پتلی جسامت کے بچوں کی نسبت بڑی جسامت والے اور موٹے بچے جلد بالغ ہوجاتے ہیں۔

(ii) ذہنی نشوونما (Cognitive Development)

نوبلوغت کے دور میں بچوں کے خاص رجحانات اور رویے پیدا ہوتے ہیں۔ان کی ذہنی نشوونما پختگی کے مراحل میں ہوتی ہے۔ذہنی سرگرمیوں میں تیزی پائی جاتی ہے۔ تجربات اور معلومات کا ذخیرہ بڑھ جاتا ہے۔اپنے ماحول اور اردگرد کے مسائل سے بچہ بخوبی آشنا ہوتا ہے اوران کو بخوبی حل کرسکتا ہے۔

اہم نکتہ

سکینر (Skinner) کے مطابق بیس سال میں ذہنی نشوونما عروج پر ہوتی ہے۔

(iii) معاشرتی اور جذباتی نشوونما (Social and Emotional Development)

اس دور میں مذہب، سماجی اقدار، قوانین اور نظم وضبط کے اصولوں سے مکمل آگہی ہوتی ہے۔ بچہ والدین اور اساتذہ کی عزت وتکریم کرتا ہے۔سماجی اور معاشرتی ترقی وامور میں بھرپور شرکت کرتا ہے اور معاشرے کا مفید رکن بن سکتا ہے۔

نوبلوغ کا حلقہ احباب بہت وسیع ہوتا ہے وہ رشتہ داروں، ہم عصروں، ہمسایوں اور دیگر افراد سے بھی دوستی کا خواہاں ہوتا ہے۔

نوبلوغ اکثر غصے، سرکشی وبغاوت اور تکرار کا مظاہرہ بھی کرتا ہے۔لیکن یہ کیفیت وقتی ہوتی ہے جلد ہی وہ اس کشمکش پر قابو پالیتا ہے۔اس کشمکش کی وجوہات جسمانی تبدیلیاں، معاشرتی کردار میں تبدیلی، سکول وکالج کی کارکردگی، ذہنی دباؤ اور جیب خرچ کے مسائل ہوتے ہیں۔

اہم نکات

1- نشوونما سے مراد انسانی جسم کی اُٹھان، جسمانی تقاضوں اور جسمانی ڈھانچے، وزن اور قد وقامت سے ہی نہیں بلکہ ہر فرد کی شخصیت گوناگوں خصوصیات کا مجموعہ ہوتی ہے۔

2- انسانی نشوونما کے مختلف پہلو جسمانی، عضلاتی، ذہنی، جذباتی اور معاشرتی نشوونما ہیں۔

3- نشوونما کے مختلف پہلوؤں میں مسلسل تبدیلیاں جاری رہتی ہیں یہ ایک پیچیدہ عمل ہے جو ایک تسلسل اور ترتیب سے ہوتا ہے۔

4- انسانی نشوونما طے شدہ اور منظّم انداز میں ہوتی ہے۔نشوونما کا عمل کئی ادوار سے گزر کر مکمل ہوتا ہے اور ہر دور کی کچھ منفرد خصوصیات ہوتی ہیں۔

-5 نشوونما کے عمل کو مختلف مدارج یا ادوار میں تقسیم کیا جا سکتا ہے مثلاً قبل از ولادت، شیر خوارگی اور طفولیت، ابتدائی بچپن، درمیانی بچپن، نوبلوغت، جوانی، ادھیڑ عمر، بڑھاپا وغیرہ۔

-6 نوزائیدگی کا دور پیدائش سے چار ہفتے تک جاری رہتا ہے۔ اس وقت تک بچہ اپنے آپ کو نئے ماحول کے مطابق ڈھال لیتا ہے۔

-7 نوزائیدگی کے دور کی نشوونما مختلف عوامل پر مبنی ہوتی ہے مثلاً پیدائش کے وقت بچے کی جسمانی نشوونما (جسامت، وزن، قد) جسمانی حرکات اور سرگرمیاں، حسیات، نیند، رونا وغیرہ۔

-8 شیر خوارگی اور طفولیت کا دور محتاجی اور انحصاری سے خود مختاری کا دور ہے۔ جس میں بچہ کھانے، حرکات کرنے اور بولنے میں خود مختار ہو جاتا ہے۔

-9 نومولود بچے کے دل کی دھڑکن کی رفتار 100-140 مرتبہ فی منٹ ہوتی ہے جو بتدریج کم ہوتی جاتی ہے جبکہ ایک بالغ شخص کے دل کی دھڑکن 72 مرتبہ ہوتی ہے۔

-10 شیر خوارگی کے دور میں بچے کی معاشرتی نشوونما کا آغاز پیدائش کے بعد ماں کی تربیت سے ہوتا ہے۔ ماں کی خوشی یا پریشانی ماحول کا خوشگوار یا ناخوشگوار ہونا اور بچے سے سلوک و گفتگو وغیرہ بچے کی شخصیت پر اثر انداز ہوتے ہے۔

-11 ابتدائی بچپن کا دور تین سے پانچ سال کی عمر کا دور ہے۔ اس کو قبل از سکول کا دور بھی کہتے ہیں۔

-12 تین سے پانچ سال کی عمر میں جسمانی اور عضلاتی نشوونما نہایت تیزی سے ہوتی ہے۔ اس دور میں بچہ دوسرے بچوں کی موجودگی میں بھی علیحدگی پسند ہوتا ہے۔ اس دور کو خود مرکزیت (Egocentrism) کا دور بھی کہا جا سکتا ہے۔

-13 درمیانی بچپن چھ سے بارہ سال کی عمر کا دور ہے۔ اس دور میں بچے باقاعدگی سے سکول جانا شروع کرتے ہیں اور گھر کے ماحول سے باہر ہم عصروں، اساتذہ اور دیگر افراد سے ان کا واسطہ پڑتا ہے۔ یہ دور آزادی اور ذمہ داری کا دور ہے۔

-14 درمیانی بچپن ذہنی نشوونما کے عروج کا دور ہے۔ ان سالوں میں دماغ بڑی تیزی سے کام کرتا ہے۔ بچہ ماحول اور اشیا سے متعلق تجسس اور معلومات حاصل کرنے کا شوقین ہوتا ہے۔ اس عمر میں تصورِ ذات (Self Concept) کی بھی آگاہی ہوتی ہے۔

15- نو بلوغت کا دور تیرہ سے اٹھارہ سال کی عمر تک جاری رہتا ہے۔ اس دور کی نمایاں خصوصیات جسمانی و جنسی پختگی اور وہ عضویاتی تبدیلیاں ہیں جو لڑکے اور لڑکیوں کی شناخت اور جنسی کردار کی شناخت کے لیے اہم ہوتی ہیں۔

16- نوبلوغت جسمانی نشوونما کے اعتبار سے شخصی تبدیلیوں کا دور ہے۔ لڑکیاں عموماً تیرہ سال اور لڑکے پندرہ سال میں پختہ (Mature) ہو جاتے ہیں۔ نو بلوغت میں عضلاتی نشوونما نمایاں ہوتی ہے۔ لڑکیوں کی نسبت لڑکوں کے عضلات زیادہ مضبوط اور طاقتور ہوتے ہیں۔

17- نو بلوغ کا حلقہ احباب بہت وسیع ہوتا ہے اور وہ رشتہ داروں، ہم عصروں، ہمسایوں اور دیگر افراد سے بھی دوستی کا خواہاں ہوتا ہے۔ نو بلوغ اکثر غصے، سرکشی و بغاوت اور تکرار کا مظاہرہ بھی کرتا ہے لیکن یہ کیفیت وقتی ہوتی ہے اور وہ جلد ہی اس پر قابو پالیتا ہے۔ اس کشمکش کی وجوہات جسمانی تبدیلیاں، معاشرتی کردار میں تبدیلی، سکول و کالج کی کارکردگی، ذہنی دباؤ اور جیب خرچ کے مسائل ہوتے ہیں۔

سوالات

1- ذیل میں دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے نیچے چار ممکنہ جوابات دیے گئے ہیں۔ درست جواب کے گرد دائرہ لگائیں۔

(i) نشوونما کے کتنے پہلو ہیں؟

- دو
- تین
- پانچ
- چھ

(ii) شیر خوارگی اور طفولیت کے دور کی عمر کیا ہوتی ہے؟

- ایک سے ڈیڑھ سال
- تین سے چھ سال
- سات سے آٹھ سال
- نو سے دس سال

(iii) نوزائیدہ بچے کے قد کی اوسط لمبائی کتنی ہوتی ہے؟

- 30 سینٹی میٹر
- 40 سینٹی میٹر
- 50 سینٹی میٹر
- 70 سینٹی میٹر

(iv) ایک اندازے کے مطابق دو سال کا بچہ کتنے الفاظ سمجھ سکتا ہے؟

- 30 سے 50 الفاظ
- 50 سے 100 الفاظ
- 100 سے 150 الفاظ
- 200 سے 300 الفاظ

(v) ابتدائی بچپن کے دور کی عمر کیا ہوتی ہے؟

- تین سے پانچ سال
- چھ سے آٹھ سال
- نو سے دس سال
- دس سے بارہ سال

(vi) ابتدائی بچپن کے دور کو کیا کہا جاتا ہے؟

- کھانے پینے کا دور
- خودمرکزیت کا دور
- جذباتی دور
- پختگی کا دور

(vii) درمیانی بچپن کس عمر کا دور ہے؟

- تین سے پانچ سال
- چار سے آٹھ سال
- سات سے گیارہ سال
- چھ سے بارہ سال

(vii) درمیانی بچپن میں نو سے بارہ سال کی عمر کے بچے کیسے ہوتے ہیں؟

(الف) سُست (ب) چُست وتوانا (ج) کمزور (د) موٹے تازے

(viii) نوبلوغت کی عمر کیا ہوتی ہے؟

- چھ سے بارہ سال
- تیرہ سے اٹھارہ سال
- اٹھارہ سے بیس سال
- بیس سے بائیس سال

(ix) نوبلوغ کا حلقہ احباب کیسا ہوتا ہے؟

- وسیع
- تنگ
- غیر معمولی
- بہت چھوٹا

2- مختصر جوابات تحریر کریں۔

(i) جسمانی نشوونما سے کیا مراد ہے؟

(ii) ذہنی نشوونما کی تعریف کریں۔

(iii) معاشرتی نشوونما سے کیا مراد ہے؟

(iv) بچوں کی نشوونما کے مدارج کون کون سے ہیں؟ نام لکھیں۔

(v) پیدائش کے وقت نومولود کا نارمل وزن کتنا ہوتا ہے؟

(vi) شیر خوارگی کے دور کی تعریف کریں۔

(vii) ابتدائی بچپن کے دور کی ذہنی نشوونما بیان کریں۔

(viii) درمیانی بچپن کی جسمانی نشوونما پر روشنی ڈالیں۔

(ix) نوبلوغ کے دور کی تعریف کریں۔

(x) نوبلوغت کے دور کی معاشرتی نشوونما کی اہمیت بیان کریں۔

3- تفصیلی جوابات تحریر کریں۔

(i) انسانی نشوونما کے مختلف پہلو بیان کریں۔

(ii) نوزائیدگی کا دور کن عوامل پر مبنی ہوتا ہے؟

(iii) شیر خوارگی کے دور کی جسمانی وعضلاتی اور معاشرتی نشوونما پر نوٹ لکھیں۔

(iv) درمیانی بچپن میں ذہنی، جذباتی ومعاشرتی نشوونما پر نوٹ لکھیں۔

(v) نوبلوغت کے دور کی جسمانی وعضلاتی اور ذہنی نشوونما پر نوٹ لکھیں۔