

بچے اور نوعمر افراد موت کے بارے میں کیا سوچتے ہیں؟

بچوں کی موت کو سمجھنے کی صلاحیت ان کی عمر اور نشوونما کے مرحلے پر منحصر ہے۔ یہ مختلف عمر کے بچوں میں موت کے بارے میں سب سے عام فہم چیز تصور کی جاتی ہے لیکن یاد رکھیں کہ تمام بچے اہم اور مختلف ہوتے ہیں لہذا وہ موت کی صورت میں مختلف ردعمل کا اظہار کرسکتے ہیں اور اسے اپنے لاثانی انداز سے سمجھیں گے۔

کیا 5 سال سے کم عمر بچے کو موت کی سمجھ ہوتی ہے؟

پانچ سال کے کم عمر بچے موت کی حتمی شکل سے واقف نہیں ہوتے۔ بہت چھوٹے بچے سمجھتے ہیں کہ موت پلٹ جانے والی کیفیت ہے یعنی کہ ان کا پیار کرنے والا واپس آسکتا ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ آپ واضح اور آسان الفاظ کا استعمال کریں جیسے کہ 'فوت ہو گیا' اور 'موت ہو گئی'۔ اس عمر میں بچوں کا ذخیرہ الفاظ بہت محدود اور با معنی ہوتا ہے تو اگر آپ پانچ سال سے کم عمر بچوں سے کہتے ہیں کہ 'ہم نے نانی کو کھو دیا ہے' تو وہ سوچیں گے کہ ہم 'نانی کو کہاں ڈھونڈ سکتے ہیں؟'

چھوٹے بچے کو زندہ اور مردہ کا فرق معلوم نہیں ہوتا جب تک کہ ہم ان کو دکھا نہ دیں۔ اس کے لئے آپ بچے کو باغ میں لے جا کر کسی زندہ اور مردہ کیڑے کا موازنہ کر کے فرق سمجھا سکتے ہیں۔

ضرورت اس امر کی ہے کہ ان کو واضح اور جامع معلومات فراہم کریں، چھوٹے بچوں کے سوالات کا جواب دیں اور اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ آپ کی بات کو سمجھ سکیں۔ بچوں کے لئے موت کے واقعہ کو یا بیشمار سوالات کو بار بار دہرانا کوئی غیر معمولی بات نہیں۔ اس کا یہ مطلب نہیں وہ آپ کی بات سن نہیں رہے یا آپ نے ان کو مناسب وضاحت نہیں دی ہے، بلکہ ان کے چیزوں کو سمجھنے کا یہی طریقہ کار ہوتا ہے۔

کیا 5 سے 8 سال کی عمر کے بچے کو موت کی سمجھتے ہیں؟

پانچ سے آٹھ سال کی عمر کے بچے موت کی حقیقت سے آگاہ ہونا شروع کر رہے ہوتے ہیں کہ موت حتمی ہے، تاہم یہ چیز ان کے لئے خوفزدہ کرنے والی یا ڈرانے والی ہو سکتی ہے۔ آپ موت اور زندگی کے چکر کی قدرتی اور عمومی چیز کے طور پر وضاحت کرنے کے لئے کتابوں سے بھی مدد لے سکتے ہیں۔ آپ کو یہاں <https://www.winstonswish.org/suggested-reading-list/> اس سے متعلق کتابوں کی تفصیلات مل سکتی ہیں۔

اس مرحلے پر بچے خود کو اس صورتحال میں رکھ کر دیکھتے ہیں اور خود کاموت کے ساتھ موازنہ کرتے ہیں اس کو وہ 'جادوگرانہ سوچ' کہتے ہیں۔ مثال کے طور پر وہ یہ سوچ سکتے ہیں کہ اس شخص کی موت ان کی غلطی کی وجہ سے واقع ہوئی۔ "میں نے ناشتہ نہیں کیا اسی لئے امی کا انتقال ہو گیا" یہ بہت ضروری ہے کہ ان کو موت کے بارے میں صحیح معلومات فراہم کی جائیں اور اس بات کی وضاحت کی جائے کہ اس میں ان کی کوئی غلطی نہیں تھی۔

پانچ سے آٹھ سال کے بچے سوچنا شروع کرتے ہیں اور وہ اپنے جذبات و احساسات کو اچھے طریقے سے دکھا سکتے ہیں، مگر ان کے پاس اپنی سوچ کے اظہار کے لئے ذخیرہ الفاظ کافی نہیں ہوتا جس سے وہ ہمیں اپنی بات مکمل سمجھا نہیں سکتے۔ آپ ان کو اس طرح سمجھا سکتے ہیں کہ آپ کو اپنے پیٹ میں جو عجیب سا احساس ہو رہا ہے اس کو "پریشانی" کہتے ہیں یا کسی پر مگہ لہرانا یا دانتوں کو پیسنا "غصہ" کہلاتا ہے۔

کیا 9 سے 12 سال کی عمر کے بچے موت کو سمجھتے ہیں؟

اس عمر میں بچے موت کی حتمی شکل سے واقف ہوتے ہیں اور وہ جانتے ہیں کہ مرنے والا شخص اب واپس نہیں آئے گا۔ وہ موت کے مرتب کردہ اثرات کی گہرائی سے بھی واقف ہوتے ہیں، مثال کے طور پر وہ جانتے ہیں کہ یہ خاص شخص اب ان کے اہم مواقع پر ان کے ساتھ نہیں ہوگا جیسا کہ ان کی اہم سالگرہ کے موقعوں پر، یا جب وہ سیکنڈری اسکول میں منتقل ہو رہے ہوں گے۔

عمر کے اس حصے میں بچوں کا ذخیرہ الفاظ وسیع ہو چکا ہوتا ہے اور وہ اپنے خیالات اور احساسات کو سمجھ سکتے ہیں تاہم وہ اس خوف سے اسے دوسروں کے ساتھ بانٹنے سے گریز کرتے ہیں کہ کہیں دوسرے لوگ پریشان نہ ہو جائیں۔ اپنے جذبات کو نہ بانٹنے کی وجہ سے وہ اکثر کسی بڑے جذباتی مظاہرے کا شکار ہوجاتے ہیں جیسے کہ غصہ یا تکلیف کا اظہار۔ آپ ان کو اس بات کی اجازت دے کر کہ وہ آپ سے کھل کر بات کریں کہ وہ مرنے والے کے بارے میں کیا محسوس کرتے ہیں اور اپنی پریشانیوں اور خدشات کا آپ کے ساتھ اظہار کریں، اس سے آپ ان کی بہت مدد کر سکتے ہیں۔

9 سے 12 سال کے بچے تبدیلی کے مرحلے میں داخل ہو رہے ہوتے ہیں اور اسی دوران ان کو نئے اسکول میں بھی منتقل ہونا ہوتا ہے۔ اگر کوئی بچہ کسی افسردگی کا شکار ہے تو اس صورت میں اسکول کی تبدیلی اس کی مشکلات میں اضافے کا سبب بن سکتی ہے۔ آپ ان کے خدشات اور پریشانیوں کو ان کی زبانی سن کر ان کا حل نکالنے میں ان کی مدد کر سکتے ہیں۔ یا پھر ان کے نئے اسکول میں موت کے باعث ان کے سوگوار ہونے کا بتا کر ان کو مدد دلوا سکتے ہیں۔

کیا تین ایجزز موت کی حقیقت کو سمجھتے ہیں؟

تین ایجزز موت اور مرنے کے بارے میں بالغ لوگوں کی طرح کی سوچ رکھتے ہیں اور وہ موت کے حتمی ہونے سے بہت حد تک وقف ہوتے ہیں۔ وہ اس بات کو سمجھتے ہیں کہ اس کا ان کی زندگی میں کیا مطلب ہے، ابھی اس وقت اور آئندہ زندگی میں۔

عمر کے اس مرحلے میں نوعمر افراد زندگی، اور ما بعد زندگی کا مطلب سمجھنا شروع ہوجاتے ہیں اور کسی اہم فرد کی موت کی وجہ سے وہ سوچ بچار میں مبتلا ہو سکتے ہیں اور اس سوال میں کھو سکتے ہیں کہ 'ایسا کیوں ہوا؟'

تین ایجزز کو موت کے بارے میں دیانت دارانہ اور واضح معلومات دینا اور ان کے سوالات کے جوابات دینا ضروری ہے۔ چھوٹے بچے موت کے بارے میں معلومات انٹرنیٹ پر تلاش کرنے کی کوشش کر سکتے ہیں مگر ضروری نہیں کہ ایسا ان کے لئے مفید ہو۔ ان کی سچ اور حقیقت کی تلاش کا ذریعہ آپ ہونے چاہئیں۔

ہو سکتا ہے کہ کسی قریبی شخص کی وفات کے بعد، چھوٹے بچے اپنے والدین یا دوسرے بہن بھائی کی دیکھ بھال کرتے نظر آئیں۔ وہ اپنے جذبات پر قابو پانے کے بارے میں فکر مند ہو سکتے ہیں اور اس لئے ان کو آپ کی مدد درکار ہوتی ہے کہ وہ جان سکیں کہ وہ کیا محسوس کر رہے ہیں۔ وہ آپ کے علاوہ کسی دوسرے قابل اعتماد شخص سے بات کرنا مناسب سمجھ سکتے ہیں۔ اس لئے آپ ان کو ایسا شخص ڈھونڈنے میں مدد کریں جس پر وہ بھروسہ کر سکیں۔