

# Fri for Mobberzi

## اپنے بچے کی اچھی دوستیاں بنانے میں مدد کریں

معزز والدین،

بچوں کو آگے بڑھنے اور نشو و نما کے لیے اچھے دوستوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب بچے چھوٹی عمر میں ہی سیکھتے ہیں کہ اچھا دوست کیسے بننا ہے تو بڑا ہونے پر ان کے لیے دھونس سے بچنا زیادہ آسان ہو گا۔

ایک والد یا والدہ ہونے کے ناطے آپ ڈے کیئر/ ادارے میں اچھے اور مشتمل ماحول کے لیے تعاون کر سکتے ہیں۔ آپ اپنے بچے کے لیے عظیم اور اہم ترین نمونہ ہیں اور ہم جانتے ہیں کہ والدین بچوں کے باہمی عمل کے انداز پر اثر ڈالنے کے قابل ہوتے ہیں جب وہ ڈے کیئر/ ادارے میں اپنے حلقہ یا کمیونٹی میں مصروف ہوں۔

لہذا، ہم نے پانچ مفید مشوروں کا خلاصہ تیار کیا ہے کہ آپ بطور والد یا والدہ کیسے تمام بچوں بشمول آپ کے اپنے بچے کو کمیونٹی کا حصہ ہونے پر محفوظ محسوس کرنے میں مدد کرنے کے قابل ہیں۔

### 1 ڈے کیئر/ ادارے میں اپنے بچے کو باقی سب بچوں کے ساتھ کھیلنے میں معاونت کریں

آپ کا بچہ بہت سے مختلف بچوں کے ساتھ کھیلنے ہوئے سیکھتا ہے۔ جب آپ اپنے بچے کی تمام بچوں میں دلچسپی ظاہر کرنے میں معاونت کرتے ہیں، اسی دوران آپ ایک ایسے ماحول کی حوصلہ افزائی کر رہے ہوتے ہیں جہاں بچے کھیل میں مصروف ہونے کے قابل اور کمیونٹی کا حصہ ہوتے ہیں۔

### 2 ڈے کیئر/ ادارے میں دوسرے بچوں، ان کے والدین یا اساتذہ کے بارے میں منفی بات نہ کریں

دوسرے بچوں یا بڑوں کے بارے میں منفی الفاظ یا آسانی آپ کے بچے میں ناپسندیدگی کا باعث اور جس انداز سے وہ اپنے ماحول کو دیکھتا ہے کو اثر انداز کر سکتے ہیں۔ اس کی بجائے آپ کو اپنے بچے کی کھلی اور مثبت سوچ رکھنے میں معاونت کرنی چاہیے۔ جب آپ اپنے بچے کو چھوڑنے یا لینے آتے ہیں تو کیا آپ تمام بچوں اور بڑوں کو "سلام" کرتے ہیں؟ کیا آپ تمام بچوں کے نام جانتے ہیں؟

### 3 نئے بچوں کو خوش آمدید

نئے بچے ڈے کیئر/ ادارے میں باقاعدگی سے شامل ہوتے رہیں گے اور اس کی نئے بچوں اور ان کے والدین کے لیے بہت اہمیت ہے کہ ان کو اپنے استقبال کا احساس ہو۔ اس لیے آپ کو یقین دہانی کرنے کی ضرورت ہے کہ انہیں سلام کریں اور انہیں خوش آمدیدگی کا احساس دلانیں۔ علاوہ ازیں تب بھی اگر آپ کا بچہ ڈے کیئر چھوڑنے اور کنٹریکٹ شروع کرنے والا ہو۔

### 4 اپنے بچے کا حوصلہ بڑھائیں کہ وہ رُک جاؤ کہہ سکے اور اپنے دوستوں کی معاونت کرے اور ان کے لیے کھڑا ہو سکے

جو بچے کسی وجہ سے بچوں کے گروپ سے علیحدہ کیے جاتے ہیں انہیں اپنے کسی ساتھی کی جانب سے مدد کی ضرورت ہوتی ہے۔ جو بچے دوسرے بچوں کی مدد کرتے، افسردگی دور کرتے اور ان کے لیے کھڑے ہوتے ہیں، ان میں فخر کا شعور پیدا ہو گا۔

### 5 جب دوسرے بچوں کے والدین اپنے بچے کے مسائل کا ذکر کریں تو کھلے ذہن کے ساتھ اور مثبت رویہ اختیار کریں

دوسروں کو یہ بتانا مشکل ہو سکتا ہے کہ ڈے کیئر/ ادارے میں آپ کا بچہ مسائل سے گزر رہا ہے یا اسے اضافی معاونت کی ضرورت ہے۔ یہ مرحلہ آسان ہو جاتا ہے اگر دوسرے والدین رد عمل دینے کی صلاحیت رکھتے ہوں۔

**دھونس سے پاک کے متعلق:** دھونس سے پاک، دھونس کے خلاف روک تھام کا ایک پروگرام ہے جسے ڈنمارک کی Mary Foundation اور Save the Children نے تشکیل دیا ہے۔ دھونس سے پاک چار بنیادی اقدار کے گرد گھومتا ہے: برداشت، احترام، تحفظ اور جرات اور ایک سوٹ کیس پر مشتمل ہے جس میں اوزار اور طریقے ہیں جو ڈے کیئر/ ادارے میں بہبود کو متحرک کرتے ہیں۔ دھونس سے پاک کنٹریکٹ گارنٹن، اسکول اور مابعد اسکول کلب کے لیے بھی مواد کی پیشکش کرتا ہے۔ مزید مطالعہ کے لیے ملاحظہ کریں: [friformobberzi.dk](http://friformobberzi.dk)