آپ اپنے آپ کو کھوئے بغیر اپنائیت کا احساس کیسے پا سکتے ہیں؟ مختلف ثقافتوں میں پرورش پا رہے بچوں کے مابین شناخت کے بارے میں

ORGANISASJONEN
voksne for barn

یہ کتابچہ CAND.POLIT. اور مصنف LILL SALOLE کی جانب سے VOKSNE FOR BARN کے لیے تیار کیا گیا تھا۔ تعلیمی مواد کے لیے سرمایہ کاری NATIONAL POLICE DIRECTORATE کی جانب سے مہیا کردہ وسائل استعمال کرتے ہوئے کی گئی تھی۔

VOKSNE FOR BARN کے بارے میں:
ناروے میں بچوں کو بالغوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ VOKSNE FOR BARN (بالغان برائے اطفال) ایک بلامنافع رکنیتی تنظیم ہے جو 50 برسوں سے تمام بچوں کے لیے مثبت دماغی صحت اور محفوظ حالات کو فروغ دینے کے لیے کوشاں ہے۔ ہم بچوں کو دیکھتے ہیں، سنتے ہیں اور ان سے سیکھتے ہیں، اور ہم اس وقت تک مایوس نہیں ہوں گے تاوقتیکہ انہیں سنجیدگی سے لیا جائے۔ ہم اسی طرح بچوں کی پختگی اور ابھرنے کی قوت کو فروغ دیتے ہیں۔

VOKSNE FOR BARN میں شمولیت اختیار کریں اور ہماری کوششوں میں حصہ لیں۔

VOKSNE FOR BARN کئی برسوں سے تعصب پسندی سے بچنے کی کوششوں میں مشغول چلی آ رہی ہے، جیسے کہ EXIT پروگرام۔ ہم نے اس موضوع پر والدین کے لیے ایک مقابلۂ سوال و جواب بھی تیار کیا ہے۔ ہمارے اور ہماری کوششوں کے بارے میں مزید VFB.NO پر پڑھیں۔

ان تعلیمی موادوں کے مشمولات EXIT پروگرام، FLEXID کورس اور کتاب KRYSSKULTURELLE BARN OG UNGE. OM TILHØRIGHET, DILEMMAER, ANERKJENNELSE OG RESSURSER (بین الثقافتی بچے۔ اپنائیت، مشکلات، شناخت اور وسائل) مطبوعہ از GYLDENDAL AKADEMISK FORLAG (SALOLE, 2013) پر کام سے ہونے والے تجربات پر مبنی ہیں۔ تماثیل MARIE LALAND EKELI کی جانب سے بنائیں گئیں، اور کتاب بین الثقافتی بچے سے لی گئی تھیں۔
"یہ کتابچہ نارویجن زبان سے ترجمہ شدہ ہے"

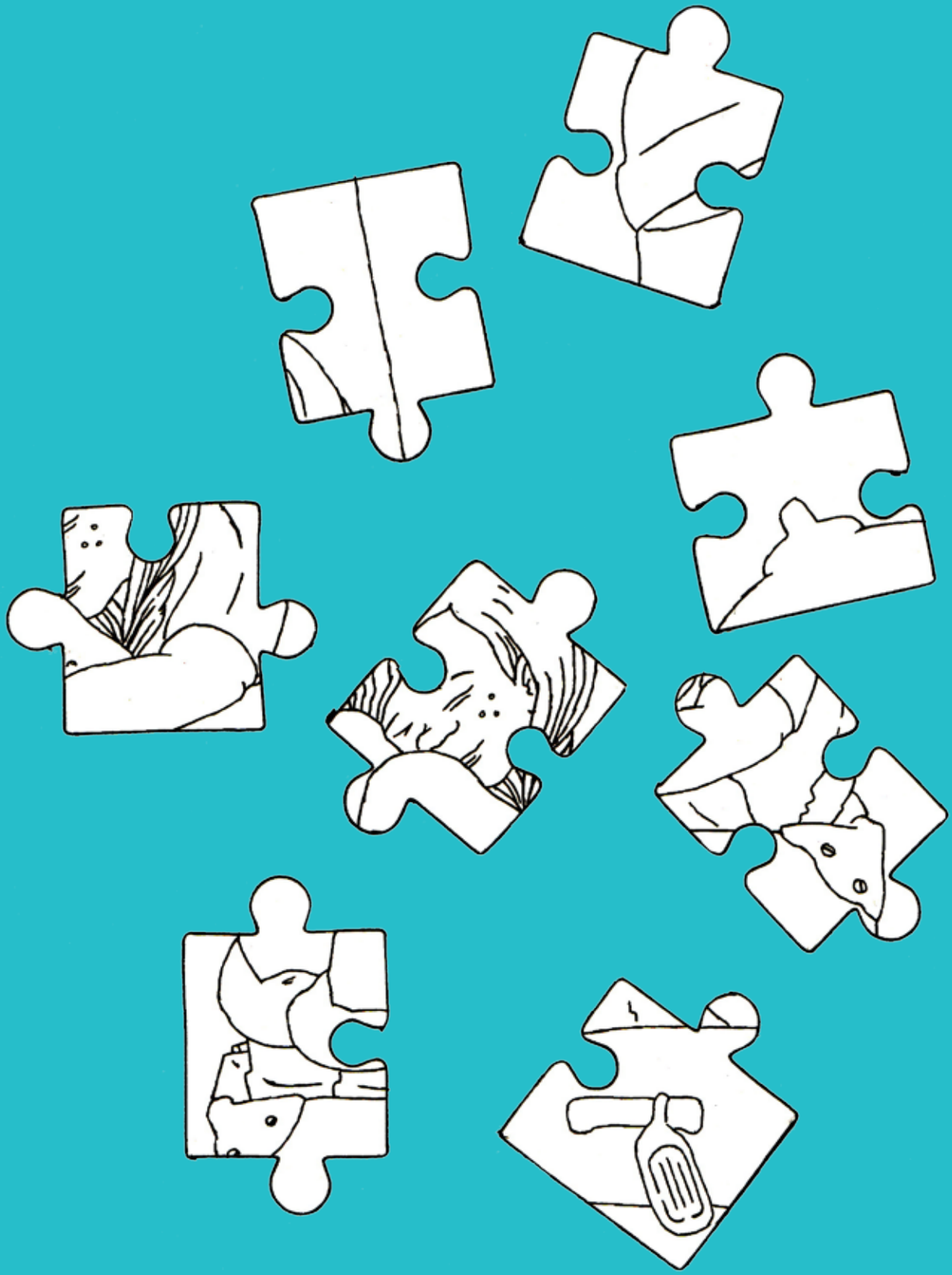
بیرونی معاونین:
Kjell Østby. FLEXid کے شریک بانی
Nana Mensah. SaLTo رابطۂ کار برائے بلدیاتی فلاحی محکمۂ وسطی اوسلو
Elisabeth Harnes. مشیر خصوصی اور خاندانی معالج، RVTS، مغربی ناروے
Léoul Mekonen. RBUP کے تحقیقاتی رہنماء، مشرقی اور شمالی ناروے

ایک تعلیمی کتابچہ برائے والدین و دیگر بالغان۔

اس رہنماء کتابچے کے بارے میں

یہ رہنماء کتابچہ اس بارے میں ہے کہ ایسے بچوں میں اپنائیت کا احساس کیسے ہوتا ہے جو ایک ملک سے دوسرے ملک منتقل ہوتے ہیں یا وہ جو مختلف ثقافتوں کے ساتھ پرورش پاتے ہیں۔ یہاں آپ کو کچھ معلومات مل سکتی ہیں جو بطور والد یا والدہ آپ کے لیے ضروری ہو سکتی ہیں، متعلقہ موضوعات مل سکتے ہیں جو دوسروں کے ساتھ تبادلۂ خیال کرنے کے لیے مفید ہو سکتے ہیں، اور تجاویز مل سکتی ہیں کہ آپ، بطور ایک والد یا والدہ اور بطور ایک بالغ، بچوں اور نوجوانوں کے ساتھ ان کی شناخت کے بارے میں کیسے بات کر سکتے ہیں۔

کئی ثقافتوں کے ساتھ پرورش پانا اور بہت سے مقامات سے تعلق رکھنا آپ کو بہت سے اچھے اور اہم وسائل مہیا کر سکتا ہے۔ ایک کثیر ثقافتی پرورش کے بارے میں جاننا، اس کے بارے میں سوچنا، اور اس کے متعلق اچھی چیزیں برقرار رکھنا ایک شاندار کام ہے۔ اس طریقے سے آپ اپنے بچے کے لیے اس جگہ جہاں آپ رہتے ہیں کے ساتھ اپنائیت کا احساس ہونے کو آسان تر بنا سکتے ہیں، جبکہ وہ ہنوز اپنے پس منظر کی قدر کا احساس رکھتے ہیں۔



تعلق ہونا سے کیا مراد ہے

ولیت اور اپنائیت کا احساس ہونا تمام بنی نوعِ انسان کے لیے ضروری ہے۔ خوش رہنے کے لیے، بچوں اور نوعمروں کو ایک اجتماعیت کا حصہ بننے کی ضرورت ہوتی ہے۔ انہیں یہ محسوس کرنے کی ضرورت ہوتی ہے کہ ان کا تعلق ایک یا کئی مقامات سے ہے۔

تعلق رکھنے کا مطلب ہے

- **آپ جو کوئی بھی ہیں آپ کا احترام ہو**
- **احساس ہونا کہ آپ جو کچھ کہتے اور کرتے ہیں وہ معنی اور اہمیت رکھتا ہے**
- **کسی ایسے فرد کا پاس ہونا جو خیال رکھے کہ آپ کیسے ہیں**
- **کسی چیز یا کسی فرد کا پاس ہونا جو آپ کے تجربات، خیالات اور احساسات کی توثیق کرے**
- **کسی ایسے فرد کا پاس ہونا جو آپ کو سمجھتا ہو**

اپنائیت کا ایک مثبت احساس بچوں اور ان کی صحت کے تحفظ کے لیے اہم ہے۔ ایسے بچے اور نوجوان جنہیں اپنی شناخت میں دشواری ہو، اور جو اجتماعیت سے باہر کھڑے ہوں انہیں مشکل وقت درپیش ہو سکتے ہیں۔ وہ خصوصاً ایسے لوگوں اور ماحولوں کے نقصان دہ اثرات کے خطرے کی زد میں بھی آ سکتے ہیں جو ان کی تعلق رکھنے کی ضرورت سے ناجائز فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

بین الثقافتی بچے

مختلف ثقافتوں میں پرورش پا رہے بچوں کے لیے بین الثقافتی بچوں کی اصطلاح استعمال کی جا سکتی ہے۔

یہ ایسے بچے ہیں جو اپنی پرورش کے کچھ حصوں میں یا اپنی پوری زندگیوں میں دو یا اس سے زائد ثقافتوں کے باقاعدہ اثرات میں رہے تھے یا رہتے ہیں۔

کثیر الثقافتی بچوں کی کچھ مثالیں:

- تارکینِ وطن کے بچے
- مہاجرین کے بچے
- ایسے بچے جن کے والدین میں سے ایک ناروے سے تعلق رکھتا ہو اور دوسرا کسی دوسرے ملک سے
- دیگر ممالک میں سے لیے جانے والے لے پالک بچے
- ناروے کے مبلغین، سفارتکاروں، فوجی ملازمین اور امدادی کارکنان کے بچے

کثیر الثقافتی بچے خصوصاً اپنے احساسِ اپنائیت میں مشکلات کا شکار ہو سکتے ہیں۔

بچپن کے دوران منتقلی کا مطلب ہے کہ بچوں کے لیے مقامات اور افراد کے ساتھ اپنی محفوظ روابط توڑنا لازمی ہوتا ہے۔ وہ مختلف رسومات، اصولوں اور ایسے تصورات کے زیرِ اثر ہوتے ہیں کہ کیا چیز موزوں طرزِ عمل اور طرزِ زندگی بناتی ہے۔ یہ ان کو متاثر کرتا ہے، اور ان کے خیالات اور احساسات پر اثرانداز ہوتا ہے۔

بچوں اور نوجوانوں سے بات چیت کرنا

ایک والد یا والدہ اور نگران بننا مشکل کام ہے۔ خصوصاً ایک نئے ملک میں۔ ہم اپنے بچوں کے لیے بہترین چاہتے ہیں، اور ہم ہر ممکنہ حد تک ایک اچھے والد یا والدہ بننا چاہتے ہیں۔ بچوں کی ضروریات اور خواہشات مختلف ہوتی ہیں۔ بہن بھائی بھی مختلف ہوتے ہیں۔ کہنے کے لیے درست الفاظ، یا بطور ایک والد یا والدہ جس قدر بہترین ہو سکے اپنے بچوں کی مدد اور معاونت کیسے کرنی ہے اس بارے میں جاننا مشکل ہو سکتا ہے۔

ہمیشہ یہ کہنا آسان نہیں ہو سکتا آیا کہ آپ کا بچہ ٹھیک ہے یا نہیں، یا جب چیزیں تبدیل ہوتی ہیں تو یہ جاننا کہ آیا وہ غلط ہیں۔ بعض اوقات وہ خوش نظر آتے ہیں، لیکن اندر سے افسردہ ہوتے ہیں۔ دیگر اوقات وہ ناراض، تھکے ہوئے اور ناخوش نظر آ سکتے ہیں، لیکن پھر بھی وہ اچھے جا رہے ہوتے ہیں۔

اگ آپ کو اپنے بچے کے متعلق پریشانی ہے، تو اپنے خدشات پر تبادلۂ خیال کرنا اس وقت تک ملتوی کر دینا ایک اچھی تجویز ہو سکتی ہے جب تک کہ آپ دونوں پرسکون ہوں اور آپ کے پاس کچھ وقت ہو، یا اس وقت تک جب تک کہ آپ دیکھیں کہ آپ کا بچہ آپ سے بات کرنے کا خواہش مند ہے۔ یہ بات چیت اس وقت کرنا بھی ایک اچھا خیال ہے جب آپ نے کچھ تفریح کی ہو، یا جبکہ آپ مل کر کوئی کام کر رہے ہوں۔ بہت زیادہ چھوٹے بچوں کے لیے، ایک تجویز گفتگو شروع کرنے کے لیے ایک ڈرائینگ یا ایک کتاب استعمال کرنا ہو سکتی ہے۔

ہمارے بچوں کے ساتھ ایک اچھا تعلق بنائے رکھنے میں، ان کے ساتھ بہت سا وقت گزارنا، وہ جس بارے میں سوچتے ہیں اور وہ جو کچھ محسوس کرتے ہیں اس میں دلچسپی ظاہر کرنا بہت مدد کرتا ہے۔ وہ ہمیں دکھانے دیتے ہیں کہ ہمیں خیال ہے، اور یہ کہ ہم انہیں سنجیدگی سے لیتے ہیں۔ انہیں توجہ دیتے ہوئے، ہم بچوں کو موقع فراہم کرتے ہیں کہ وہ جب چاہیں اپنے احساسات اور خیالات کو الفاظ میں بیان کریں، یا ان کا اظہار کریں۔

تمام خاندانوں کو بات چیت کرنا اور معاملات کے بارے میں پوچھنا فطرتی نہیں لگتا۔ ہماری ثقافتیں ہمیں ہمارے برے احساسات اور تجربات کے متعلق گفتگو کرنے کے بارے میں سوچنے کے مختلف طریقے بھی سکھاتی ہیں۔ پیار اور لحاظ کے اظہار کے بہت سے طریقے ہیں۔

مشکل وقت کے شکار بچوں اور نوجوانوں کی علامات

نوجوان اظہار کر سکتے ہیں کہ وہ ایک مشکل وقت سے گزر رہے ہیں یا یہ کہ وہ بہت سے مختلف طریقوں سے خود کو تنہا محسوس کر رہے ہیں۔ یہ چند مثالیں ہیں ان علامات کی جو مشکل وقت کے شکار آپ کے بچے میں ہوتی ہیں:

- وہ اکثر جھلائے ہوئے اور ناراض ہوتے ہیں
- وہ بہت زیادہ غمگین اور پریشان ہوتے ہیں
- وہ تھکے ماندے اور توانائی سے محروم لگتے ہیں
- وہ اپنے رویئے، لباس یا گفتار کا طریقہ تبدیل کرتے ہیں
- وہ بہت خاموش ہو جاتے ہیں اور صرف اکیلے وقت گزارنا چاہتے ہیں
- وہ کھانا چھوڑ دیتے ہیں، یا بہت زیادہ کھاتے ہیں
- انہیں اسکول جانا مشکل لگتا ہے، یا جماعت چھوڑ دیتے ہیں
- وہ اپنا سارا فارغ وقت گھر سے باہر، کمپیوٹر کے سامنے یا اپنے فون پر گزارتے ہیں

"یہ ایسا ہے کہ آپ خود کو آئینے میں دیکھیں اور اس میں جو نظر آئے اسے پہچانیں نہ"
(لڑکا، بعمر 14 سال)

آنے اور جانے کے بارے میں

بہت سی وجوہات ہیں جن کی بناء پر لوگ ایک دوسرے ملک میں نئی زندگی کا آغاز کرنے کے لیے اپنے گھروں سے منتقل ہو جاتے ہیں۔ کچھ لوگ، ملازمت کے مواقع، تعلیم یا محض سیروسیاحت کا شوق پورا کرنے کے لیے، اپنی مرضی سے اپنے گھروں سے منتقل ہوتے ہیں۔ دیگر لوگ جنگ، غربت اور قدرتی آفات کی وجہ سے منتقل ہونے پر توجہ مرکوز کرتے ہیں۔

بچے اور بالغ دونوں کو ہی "منتقل ہونے کے دباؤ" کا احساس ہوتا ہے۔ آپ جو کچھ جانتے ہیں اسے الوداع کہنا اور کہیں اور جا کر دوبارہ زندگی شروع کرنا مشکل ہوتا ہے۔ آپ جن چیزوں سے شناسا ہوتے ہیں ہر چیز اس سے مختلف ہو جاتی ہے۔ آپ کو ایک نئی زبان سیکھنی پڑتی ہے، نئے اصول اور رسومات، نئے کھانے، نیا ماحول اور نئی آب و ہوا ہوتی ہے۔ نئے ملک میں لوگوں کا طرزِ عمل اور لباس اس سے مختلف ہوتا ہے جس کے آپ عادی ہوتے ہیں۔ اس عرصے میں بالغ اور بچے دونوں ہی خصوصی طور پر تھکان محسوس کر سکتے ہیں۔ انہیں معمول سے زیادہ سردرد اور پیٹ درد ہو سکتے ہیں۔ نئے ملک کا عادی بننے میں وقت لگتا ہے۔ یہ عام بات ہے کہ خاندان کے کچھ افراد کو منتقل ہونے میں دوسروں کی نسبت زیادہ مشکل ہو سکتی ہے۔

آپ کو اکثر اس جگہ اور لوگوں کی یاد آتی ہے جہاں سے آپ منتقل ہوئے ہیں۔ اپنا وطن چھوڑنے سے پہلے یا اپنے سفر کے دوران آپ نے بہت سی تکلیف دہ چیزیں دیکھی یا محسوس کی ہوں گی۔ بہت سوں کو اپنے خاندان اور دوستوں کی فکر ہوتی ہے، یا گہری یادیں ہوتی ہیں، جو اس جگہ جہاں آپ پہنچے ہیں پر ایک اچھی زندگی گزارنا مشکل بنا دیتی ہیں۔ رنجیدہ ہونا ایک فطرتی عمل ہے۔ بہت سے لوگ ان لوگوں سے شرمندگی محسوس کرتے ہیں جنہیں وہ چھوڑ آئے ہیں۔ ہو سکتا ہے انہیں لوگوں اور مقامات کو ڈھنگ سے الوداع کہنے کا موقع بھی نہ ملا ہو۔ اکثر آپ کو ان چیزوں سے دور جانا پڑ جاتا ہے جو آپ کے لیے بہت اہم ہوتی ہیں۔ بعض اوقات بچے محسوس کر سکتے ہیں کہ ان کی پریشانی کو سنجیدگی سے نہیں لیا جا رہا۔ بہت سے بچوں کو یہ سمجھ نہیں آتی کہ ایک طویل عرصے، یا ممکنہ طور پر ہمیشہ کے لیے بہت دور چلے جانے کا کیا مطلب تھا۔

لوگوں کی ایک بہت بڑی تعداد ایسی ہے جنہوں نے اپنا وطن اس امید پر چھوڑا تھا کہ جیسے ہی موقع ملے گا وہ واپس لوٹ آئیں گے۔ کچھ کے لیے، واپسی کے اس خواب کا مطلب ہوتا ہے کہ وہ کبھی بھی ناروے میں مستقل نہیں بستے، کیونکہ ان کے لیے، ناروے محض ایک عارضی ملک ہوتا ہے۔ اس کا اثر بچوں کے ناروے میں قیام کرنے اور رہنے کے تجربے پر بھی پڑتا ہے۔

"ہر سال، میرے والدین کہتے ہیں کہ اگلی گرمیوں میں، ہم واپس جا رہے ہیں۔ انہیں یہ کہتے ہوئے اب *12* سال ہو گئے ہیں --- چونکہ وہ ایسا کہتے تھے، میں نے دوست بنانے یا فٹبال کھیلنے یا کچھ بھی کرنے کے لیے زیادہ کچھ نہیں کیا، کیونکہ جب ہم چلے جائیں گے تو دکھ اور افسوس زیادہ ہو گا--- اب میرا نہیں خیال کہ وہ واپس جا رہے ہیں---"

حتیٰ کہ وہ بچے جنہیں ہجرت کا تجربہ نہیں ہوا وہ بھی اپنے والدین کی پریشانیوں اور آرزوؤں کو محسوس کر سکتے ہیں۔ وہ بچے جو غیر محفوظ رہنے والے جنگی علاقوں سے آتے ہیں "دو حقیقتوں" میں رہتے ہیں، TV اور سوشل میڈیا کے ذریعے۔ یہ خاندانی ماحول پر اثرانداز ہوتا ہے۔

کچھ یہ بھی محسوس کر سکتے ہیں کہ بڑوں کی توجہ پرانے وطن پر، اور ان کے دوستوں اور وہاں خاندان پر بہت زیادہ مرکوز ہے۔ دیگر محسوس کر سکتے ہیں کہ ان کے والدین عملی کاموں میں اور ناروے میں مستحکم ہونے کے لیے بہت زیادہ مصروف ہیں۔ بچوں کو ان کی زندگیوں اور ناروے میں ان کی نئی روزمرہ زندگی میں زیادہ دلجوئی، مدد اور معاونت کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

منتقل ہونے والے خاندانوں کے لیے کچھ مشورے:

1. پرانی زندگی کو بچوں کے لیے "زندہ" رکھیں۔ ان کے پس منظر اور ان کی دوسری مادرِ وطن کو مت بھولیں۔ ان کی مادری زبان رکھنے اور اسے بہتر بنانے میں بچوں کی مدد کریں۔ کہانیوں، زبان اور یادوں کا تبادلہ کریں۔ تصاویر دکھائیں یا لوگوں اور مقامات کے بارے میں بیان کریں۔ اگر ممکن ہو، تو خاندان اور دوستوں کے ساتھ رابطے میں رہیں۔

2. ناروے میں "اپنی جڑیں پیوست کرنے" میں اپنے بچے کی مدد کریں۔ اسے ان کا گھر بننے دیں، نہ کہ محض ایک "عارضی ملک"۔ ہو سکتا ہے آپ ایک "دریافت کے سفر" پر نکلیں اور مل کر ناروے کی ثقافت کے بارے میں جانیں۔

3. نئی ثقافت کو سمجھنے کے لیے آپ کے بچے جو کچھ جانتے ہیں اس میں سے سفر کرتے ہوئے ان کے دکھ میں ان کو سہارا دیں۔ ان کے لیے یہ سننا کہ تھوڑی سی جدوجہد کرنا فطرتی امر ہے، اور یہ کہ سب ٹھیک ہو جاتا ہے، مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔ بلاجھجھک مزاح کو استعمال کریں! نئی زبان اور ثقافت میں اپنے تجربات اور غلط فہمیوں کے بارے میں مزاحیہ کہانیاں سنائیں۔ پھر بچے کم تنہائی محسوس کر سکتے ہیں۔

4. حالات خواہ اچھے ہوں یا بُرے، تحمل مزاج رہیں۔ ایک نئے ملک کو اپنانے میں وقت لگ سکتاہے، بہت سے لوگوں کے لیے، اس میں برسوں لگ جاتے ہیں۔

گفتگو کرنے اور سوچنے کی چند چیزیں:

- **آپ کے خیال میں آپ کے منتقل ہونے کا پس منظر ناروے میں آپ کی زندگی اور روزمرہ کی موجودگی کو کیسے متاثر کرتا ہے؟**
- **آپ کے خیال میں منتقل ہونا آپ کے بچے کو کیسے متاثر کرتا ہے؟**
- **اپنے بچے کے ساتھ بلاجھجھک اس بارے میں بات چیت کریں کہ اسے آپ کے آبائی وطن میں کس چیز کی یاد آتی ہے۔**
- **اپنے بچے کے ساتھ بلاجھجھک اس بارے میں بات چیت کریں کہ اس کے خیال میں ناروے میں کیا اچھا ہے اور کیا مختلف ہے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ اپنے کچھ خیالات اور تجربات بیان کر سکیں؟**
- **اپنے بچوں سے اس بارے میں بات کریں کہ آپ کے لیے منتقل ہونا اور ناروے آنا کیسا تھا۔ انہیں ان کے/ آپ کے احساسات اور تجربات سے مزید شناسا ہونے دیں۔**
- **آپ اپنے بچے کو مزید کیسے سمجھتے اور سہارا دیتے ہیں؟ ہو سکتا ہے کہ آپ کے بچے کی خود اپنی کچھ تجاویز اور خواہشات ہوں۔**

"جب میں اپنے آبائی ملک میں ہوتی ہوں، وہ مجھے ایک ناروے کی شہری یا ایک غیر ملکی کہتے ہیں، اور کہتے ہیں کہ میں مختلف ہوں۔ جب میں ناروے میں ہوتی ہوں، تو بھی مجھے غیرملکی کہا جاتا ہے، میں اصل میں کون ہوں، اور کہاں کی ہوں؟"
(لڑکی، بعمر 10 سال)

کئی جگہوں سے تعلق رکھنا اور کہیں کا نہ ہونا

ایسے والدین جو دوسرے ممالک سے آتے ہیں کے ساتھ ناروے میں منتقل ہونا یا پرورش پانا بچوں کو کئی مقامات کے ساتھ وابستہ ہونے کا احساس دلاتا ہے۔ حتیٰ کہ ہو سکتا ہے وہ اپنے والدین کی مادرِ وطن میں خود نہ رہے ہوں، وہ اکثر اس کے ساتھ ایک تعلق کو محسوس کریں گے۔

گھر پر، بچوں کی پرورش ان کے والدین کی جائے پیدائش کی زبان، اقدار اور روایات کے ساتھ کی جاتی ہے۔ اسکول میں، انہیں ناروے کے طور طریقوں، اصولوں اور روایات سے واسطہ پڑتا ہے۔ مثال کے طور پر، ناروے میں جو بات شائستہ اور موزوں ہے ہو سکتا ہے والدہ یا والد کی تہذیب میں ناشائستہ اور غیرموزوں ہو۔

نوجوان ناروے اور اپنے والدین کی اصل ثقافت دونوں میں، یا ایسی جگہوں پر جہاں وہ رہے ہوں اور ان کا خاندان ہو، اپنائیت محسوس کر سکتے ہیں۔ دوسری جانب، وہ دونوں مقامات پر اجنبیت محسوس کر سکتے ہیں۔

"والدین اپناتے ہیں، بچے جذب کرتے ہیں"
(Matthew Neigh)

لوگوں اور ماحول سے توقعات کا مختلف ہونا

"ایسا لگتا ہے آپ کو ایک ہی وقت میں کئی اطراف میں کھینچا جا رہا ہے۔ مجھے گھر میں صومالی اور باہر نارویجن بننے کی عادت ہے۔ لیکن گھر میں وہ مجھ سے چاہتے ہیں کہ میں باہر صومالی بنوں اور باہر وہ مجھ سے چاہتے ہیں کہ میں گھر میں نارویجن بنوں"
(لڑکا، بعمر 15 سال)

ہو سکتا ہے بچے گھر پر اپنے لیے "بہت زیادہ نارویجن" نہ بننے کی توقع محسوس کرتے ہوں۔ دریں اثناء انہیں سننے کو مل سکتا ہے کہ وہ "کافی زیادہ نارویجن نہیں ہیں" جب وہ دوستوں کے ساتھ اور اسکول میں ہوتے ہیں۔ یہ انہیں "توقعات کے دباؤ" یا "مخالف-دباؤ" کا احساس دلا سکتا ہے۔

والدین کے لیے، نارویجن معاشرے میں نظام دشوار ہو سکتے ہیں۔ اسکول کے کام کے مطالبات، دوستوں کی تشریف آوریاں اور سرگرمیاں اجنبی یا عادت پڑنے میں مشکل لگ سکتی ہیں۔ آپ کی عادات اور معمولات ان جگہوں سے مختلف ہوتے ہیں جہاں آپ ماضی میں رہے ہیں۔

ایسے بچوں کے لیے جو مختلف ثقافتوں میں پرورش پاتے ہیں، اکثر "ایک یا دوسرا" کی بجائے، "دونوں" ہونا فطرتی ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ان لیے یہ مخمصے میں ڈالنے والا اور پریشان کن ہو سکتا ہے جب کوئی مطالبہ کرتا ہے کہ وہ اپنی وفاداری کا مظاہرہ کریں اور ایک طرف کا انتخاب کریں۔

یہ بھی پریشان کن ہو سکتا ہے جب دوسرے انہیں بطور ایک غیر ملکی یا نارویجن بیان کریں، بغیر یہ سوچے سمجھے کہ بچے خود اپنے بارے

میں کیا سوچتے ہیں۔ اگر کوئی ان سے پوچھتا ہے کہ وہ کہاں سے ہیں یا انہیں کہاں اپنائیت زیادہ محسوس ہوتی ہے، لیکن ان کے جواب کو قبول نہیں کرتا، تو یہ انہیں وہاں کے لیے موزوں نہ ہونے کا احساس دلا سکتا ہے۔

"آپ حقیقتاً کہاں کے ہیں؟" بُرا ترین سوال ہے جو مجھ سے ہو سکتا ہے۔" (لڑکا، بعمر 15 سال)

خاندان کے اندر ہی میل جول رکھنا ہمیشہ اتنا آسان نہیں ہوتا۔ نوجوانوں کی اکثر "اپنی ہی" زبان ہوتی ہے، اور وہ اپنے ماحول کو اپنے والدین سے مختلف طریقے سے سمجھ سکتے ہیں۔ یہ خصوصاً اس وقت مشکل ہوتا ہے اگر بچے اپنے والدین سے زیادہ بہتر نارویجن ہوں۔ والدین کو یہ سمجھنے میں مشکل ہو سکتی ہے کہ ناروے میں ایک بچہ یا نوجوان ہونے کا کیا مطلب ہے، جبکہ نوجوان نہیں سمجھتے کہ جس ملک میں آپ خود بڑے ہوئے ہیں اس کے علاوہ کسی ملک میں والدین ہونا کتنا محنت طلب ہو سکتا ہے۔

کچھ والدین کی اس بارے میں ایک مضبوط رائے ہوتی ہے کہ نوجوانوں کو کس چیز پر کام کرنا چاہیئے اور کہاں اپنا وقت گزارنا چاہیئے۔ وہ اطمینان کرنا چاہتے ہیں کہ ان کے بچوں کو بہترین ممکنہ مستقبل ملے۔ پھر بچے محسوس کر سکتے ہیں کہ ان کے والدین بہت سخت گیر ہیں۔ بعض اوقات یہ غلط فہمیوں پر منتج ہوتا ہے، جہاں بچے سوچتے ہیں کہ ان کے والدین نے ان کے لیے منصوبے بنا رکھے ہیں جبکہ درحقیقت انہوں نے نہیں بنائے ہوتے۔ والدین اور بچے دونوں ہی محسوس کر سکتے ہیں کہ وہ بہت اچھے نہیں ہیں، یا یہ کہ وہ ایک دوسرے کی توقعات پر پورا نہیں اتر سکتے۔

ایسے بچے جو مختلف ثقافتوں میں پرورش پاتے ہیں ان کے متعلق کچھ مشورے:

1. جب بچے ناروے میں رہتے ہیں، وہ بھی نارویجن بن جاتے ہیں۔ انہیں اپنے سماج کا حصہ بننے کی اجازت دیں، دوست بنانے دیں اور ایسی سرگرمیوں میں حصہ لینے دیں جہاں وہ رہتے ہیں، جبکہ ہنوز انہیں خاندانی جائے پیدائش کی ثقافت میں حصہ لینے دیتے ہوں۔

2. نوجوانوں کو خود اپنی شناخت بنانے دیں۔ یہ قبول کرنے کی کوشش کریں کہ یہ خود آپ کی شناخت سے مختلف ہو گی۔ یہ فطرتی امر ہے کہ ایسے بچے جو کئی آبائی ملکوں میں بڑے ہوتے ہیں اپنے والدین کی نسبت مختلف طریقے سے اپنائیت کا احساس رکھتے ہیں۔

3. اپنے بچے کی روزمرہ زندگی میں دلچسپی لیں۔ ہو سکتا ہے آپ جس طریقے سے بڑے ہوئے تھے اس کے ساتھ یکسانیتوں اور اختلافات کا موازنہ کر سکیں۔ اس طریقے سے آپ ایک دوسرے کو نئی اور اہم چیزیں سکھا سکتے ہیں۔

گفتگو کرنے اور سوچنے کی چند چیزیں:

• اپنے آبائی وطن کے ساتھ رابطے میں رہنے کا مثبت پہلو کیا ہے؟ وہاں جو کچھ ہو رہا ہے اس میں بہت زیادہ ملوث ہونے میں کیا کوئی چیز مسائل کھڑے کر سکتی ہے؟
• کیا یہ آپ کے لیے اہم ہے کہ آپ کا بچہ/ نوجوان آپ کی ثقافت رکھے؟
• آپ کا اپنے بچے/نوجوان کے "نارویجن" بننے کے بارے میں کیا خیال ہے؟ آپ کے خیال میں جب والدین کہتے ہیں کہ ان کے بچے "نارویجن بن گئے" ہیں تو ان کا کیا مطلب ہوتا ہے؟
• آپ کے خیال میں آپ اپنے بچے کی نارویجن اور مذہبی دونوں بننے میں آرام دہ ہونے میں کیسے مدد کر سکتے ہیں؟
• کیا آپ کے خیال میں نارویجن اور مذہبی دونوں بننے میں کوئی تضاد ہے؟
• کیا آپ کی توقعات ہیں کہ بچہ دباؤ محسوس کر سکتا ہے؟ (کیا وہ عاجز لگتا/لگتی ہے کہ گھر پر آپ کے اصول اسکولوں کے اور ان کے دوستوں کے گھروں سے مختلف ہیں؟)
• آپ یہ اظہار کیسے کرتے ہیں کہ آپ کو بچوں کے مشاغل، خیالات اور احساسات میں دلچسپی ہے؟
• آپ ناروے کے ساتھ اپنائیت کا مثبت احساس رکھنے میں اپنے بچے کی مدد کے لیے کیا کر سکتے ہیں؟

مختلف محسوس کرنے کے بارے میں

وہ مجھ سے پوچھتے ہیں میں کہاں کی ہوں۔ دراصل وہ پوچھ رہے ہوتے ہیں کہ میری جلد کی رنگت ان سے مختلف کیوں ہے۔ دراصل وہ یہ کہہ رہے ہوتے ہیں کہ میں ایسی نظر آتی ہوں کہ مجھے وہاں نہیں ہونا چاہیئے، بلکہ مجھے کہیں اور ہونا چاہیئے۔"
(لڑکی، بعمر 12 سال)

بین الثقافتی بچے مختلف احساس رکھ سکتے ہیں۔ وہ شاید دوسرے ممالک سے ان کے تجربات کی وجہ سے ہو سکتا ہے۔ اس کی بنیاد یہ بھی ہو سکتی ہے کہ وہ کیسے نظر آتے ہیں، یا وہ کیسے بات کرتے ہیں اور کیسا طرزِ عمل اختیار کرتے ہیں۔ نارڈک خدوخال والے تارکینِ وطن یا نسلی نارویجن جلاوطنوں کے بچے شباہتوں کے لحاظ سے بہت مختلف نہیں ہوتے۔ پھر بھی وہ اپنی سوچ اور رویئے میں اجنبیوں کی طرح محسوس کر سکتے ہیں۔

وہ نمایاں ہو سکتے ہیں کیونکہ وہ دوسرے بچوں کی نسبت مختلف چیزوں میں دلچسپی رکھتے ہیں۔ وہ اکثر دوسرے ٹی وی شوز، اور مختلف اقسام کی موسیقی اور لباس کے انداز کے عادی ہوتے ہیں۔ کچھ لوگوں کو ان کے والدین کے اصولوں، ان کے گھر کی سجاوٹ کے انداز، ان کے کھائے جانے والے کھانے، یا ان کے اسکول میں نماز پڑھنے جیسی چیزوں کے بارے میں دل شکنی والے تبصرے سننے کو مل سکتے ہیں۔

"غیر ملکی" اور "تارکِ وطن" کہا جانا باعثِ شرمندگی ہو سکتا ہے اگر وہ بطور نارویجن شناخت رکھتے ہیں (بہت سے لوگ جو اس کا نشانہ ہیں وہ ہیں جو ناروے میں پیدا ہوئے، یا اپنی زندگی کا بڑا حصہ یہاں گزارا)۔ یہ احساس شدید تر ہو سکتا ہے اگر وہ اپنے والدین کے آبائی وطن جائیں اور ان کے ساتھ وہاں بھی اجنبیوں والا سلوک ہو۔

مزید برآں، کچھ بچے بہت سے ممالک کی ثقافتوں کے کچھ پہلوؤں سے واقف ہو سکتے ہیں، جبکہ وہ کسی بھی جگہ پوری ثقافت کو نہ جانتے ہوں۔ یا تو اس لیے کہ وہ منتقل ہو گئے تھے یا اس لیے کہ وہ وہاں کبھی رہے ہی نہیں۔

کچھ لوگ خود کو "بیوقوف" محسوس کرتے ہیں کیونکہ انہیں انہی چیزوں کا پتہ نہیں ہوتا جو ایسے بچوں کو معلوم ہوتی ہیں جو ہمیشہ ملک میں رہے ہیں، یا انہیں جن کے والدین اسی ثقافت سے تعلق رکھتے ہیں۔ انہوں نے مختلف چیزیں سیکھی ہیں، لیکن ہو سکتا ہے کہ جو وہ جانتے ہیں اس کا اظہار کرنے سے قاصر ہوں، کیونکہ لگتا ہے کہ کسی کو اس میں دلچسپی نہیں ہے۔ وہ یہاں "کے لیے موزوں نہیں ہیں"۔

بچوں مختلف صورتِ احوال کو اپنانے میں اچھے ہوتے ہیں، لیکن اپنے ہر پہلو کو استعمال کرنے کے قابل نہ ہونا تکلیف دہ ہو سکتا ہے۔

بہت سارے بچے خود اپنا اور جو کچھ وہ مختلف کرتے ہیں اس کا دفاع کرنے میں بہت سی توانائی خرچ کرتے ہیں۔ کچھ کو بے عزتی اور ذلت آمیز زبان کا سامنا کرنا پڑتا ہے جس کا نشانہ ان کے والدین ہوتے ہیں۔ ہو سکتا ہے انہیں اپنے والدین کے لباس، طرزِ زندگی، پسندیدگیوں یا بولنے کے طریقے کی وضاحت کرنی پڑے۔ دریں اثناء، کچھ کو خود اپنی وضاحت اور اپنا دفاع اپنے والدین کے سامنے کرنا پڑتا ہے، جو محسوس کرتے ہیں کہ وہ "بہت زیادہ نارویجن" بننے کی اداکاری کر رہے ہیں۔

"ہم" اور "دوسرے" ہونے پر

میڈیا میں بہت طاقت اور اثرورسوخ ہے۔
بین الثقافتی پس منظر کے حامل لوگ ذرائع ابلاغ میں کم نمایاں ہوتے ہیں۔ جب وہ ذرائع ابلاغ میں ہوتے ہیں، تو اکثر تبصرے ایسے موضوعات پر ہوتے ہیں جیسے کہ مہاجرت، انضمام، حجاب یا تشدد۔ مسلمانوں کو تواتر کے ساتھ کہا جاتا ہے کہ وہ دہشت گردی کی سرگرمیوں سے خود کو دور رکھیں (حالانکہ اسی چیز کا مطالبہ دیگر عقائد کے لوگوں سے نہیں کیا جاتا)۔ آن لائن تبصروں کے حصوں میں، اکثر ایک ترکِ وطن کا پس منظر رکھنے والے افراد کے بارے میں منفی بیانات اور زبان استعمال کی جاتی ہے۔

اس طریقے سے تعصب، جہالت اور خوف پھیلتے ہیں۔ یہ نوجوانوں کو یہ احساس بھی دلا سکتا ہے کہ انہیں سمجھا نہیں جاتا یا معاشرے کے پسندیدہ نہیں ہیں۔

جب بین الثقافت نوعمر اچھا کام کرتے ہیں، تو اکثر ان کے نارویجن ہونے کا حوالہ دیا جاتا ہے۔ پھر وہ نارویجن "ہم" کا حصہ بن جاتے ہیں۔ "نارویجن طارق نے گول کر دیا"، "نارویجن سٹیلا ہالی ووڈ فلم میں" ان شہ سرخیوں کی مثالیں ہیں جو اس صورت میں استعمال کی جاتی ہیں۔ جب وہ ناقص

کارکردگی دکھاتے ہیں، تو انہیں "دوسرے" کے طور پر بیان کیا جاتا ہے۔ پھر وہ "ایک غیر ملکی پس منظر کے حامل نوجوان" ہوتے ہیں۔

ہنوز ثقافتی زندگی میں نمایاں اقلیتوں، اور معاشرے میں اہم کرداروں کی کمی ہے۔ سماجی سائنس اور تاریخ جیسے مضامین کے نصاب میں ابھی تک مغربی ممالک جیسے کہ ناروے اور شمالی یورپ کے نکتہ ہائے نظر غالب ہیں۔ نوجوان لوگ خود کو ہٹائے گئے اور غیر اہم محسوس کر سکتے ہیں۔

مثبت مثالی نمونے رکھنا تمام بچوں کے لیے اہمیت کا حامل ہے۔ اس میں بین الثقافتی پس منظروں سے تعلق رکھنے والے بچے بھی شامل ہیں۔ وہ دیکھنے اور سیکھنے کی کوشش کرتے ہیں کہ جن لوگوں کے ساتھ انہیں شناخت کیا جا سکتا ہے انہوں نے اچھی کارکردگی کا مظاہرہ کیا ہے، اور اپنے مقاصد کو حاصل کرنے میں کامیاب رہے ہیں۔ اس طریقے سے وہ توثیق کر سکتے ہیں کہ ایک کثیر ثقافتی پرورش ان کی سوچ سے زیادہ عام ہے، اور یہ کہ تاریخِ عالم کو بہت سے مختلف طریقوں سے تشریح اور بیان کیا جا سکتا ہے۔ وہ یہ بھی دیکھ سکتے ہیں کہ کئی ثقافتوں کے پس منظر کا حامل ہونے کو ایک نارویجن کے طور پر شناخت کیے جانے سے ملایا جا سکتا ہے۔ پھر انہیں اپنے ماضی پر زیادہ فخر بھی ہو سکتا ہے، بجائے اس کے کہ اسے کسی ایسی چیز سے منسلک کیا جائے جو صرف مسائل پیدا کرنے والی اور مشکل ہے۔

کچھ مشورے ایسے لوگوں کے لیے جن کے بچے مختلف محسوس کرتے ہیں:

1. اپنے ورثے پر فخر کرنے میں اپنے بچے کی مدد کریں۔ خاندانی تاریخ، ملک اور جس معاشرے سے وہ تعلق رکھتا/رکھتی ہے اس میں سے حقائق جمع کریں (تاریخ، فلسفہ، فن، ادب، فنِ تعمیر)۔

2. اس بارے میں سوچیں کہ آپ کیا کر سکتے ہیں، تاکہ بچہ ناروے اور دیگر مقامات سے تعلق رکھنے میں خوبیاں دیکھ سکے۔

3. کنڈرگارٹن اور اسکول کو بلاجھجھک مزید التفاتی بنائیں، تاکہ اساتذہ بچوں کی زبان، خیالات اور تجربات کو اسکول میں ان کی روزمرہ زندگی یا جب وہ گھر کا کام کر رہے ہوں میں شامل کرنے پر وقت صرف کر سکیں۔

گفتگو کرنے اور سوچنے کی چند چیزیں:

- کیا آپ نے مختلف محسوس کیا؟ کیسے؟
- بچے سے اس بارے میں بات کریں آیا کہ اس نے مختلف محسوس کیا ہے۔ کیا آپ کے تجربات بھی ملتے جُلتے ہی ہیں؟
- کیا آپ کا بچہ میڈیا میں موجود امور یا ان چیزوں سے تعلق رکھتا ہے جن کے بارے میں وہ اسکول میں سیکھتا ہے؟
- کیا مختلف ہونے/محسوس کرنے میں فائدے تلاش کیے جا سکتے ہیں؟
- اپنے دوستوں کے حلقے یا معاشرے میں ایسے افراد کے بارے میں بات چیت کریں جو اپنے کثیر ثقافتی پس منظر کو بطور ایک وسیلہ استعمال کرتے ہیں۔

Who R You?

نسل پرستی اور امتیاز

"وہ مجھے دھمکاتے ہیں، وہ مجھے ایک مسلمان کہتے ہیں۔ وہ مجھے گالیاں دیتے ہیں، کہتے ہیں کہ میں ایک دہشت گرد ہوں اور میں لڑکیوں کو حجاب پہننے پر مجبور کرتا ہوں۔ میں مسلمان نہیں ہوں، میں ہندو ہوں۔ اس سے قطع نظر، میرے خیال میں لوگوں کا ان کے مذہب یا نسلی پس منظر کے حوالے سے اندازہ لگانا غلط ہے۔"
(لڑکا، بعمر 13 سال)

بدقسمتی سے، بہت سے بین الثقافتی بچوں اور نوجوانوں کو نسل پرستی اور امتیاز کا تجربہ ہوتا ہے۔ امتیاز کا مطلب ہے لوگوں سے نسل، مذہب یا جنس کی بنیاد پر مختلف سلوک کرنا۔
نسل پرستی دھمکانے کی ایک سنگین شکل ہے۔ دھمکانے کی بنیاد ناموں، زبان، لباس کے انداز، جلد کی رنگت، مذہب یا نسلی پس منظر جیسی چیزوں پر ہو سکتی ہے۔ یہ اکثریت اور اقلیت کے درمیان اور مختلف اقلیتی گروہوں کے درمیان دونوں جگہ ہو سکتی ہے۔

نسل پرستی نفرت انگیز اور ذلت آمیز گفتار، پرتشدد افعال، یا بطور آن لائن تبصرے اور دھمکیوں کی صورت میں ہو سکتی ہے۔ کچھ نوجوانوں کو ممانعت کی شکل میں ایک باقاعدہ طریقے سے نسل پرستی کا تجربہ بھی ہوتا ہے۔ مثالوں میں رات گزارنے کے مقامات تک رسائی دینے سے انکار یا ایک ملازمت کے لیے انٹرویوز کے لیے نہ بلایا جانا شامل ہے۔ بہت سے ایسے بھی ہیں جنہیں اپنے والدین کے نسل پرستی اور امتیاز کا سامنا کرنے کا تجربہ ہوتا ہے۔

اس قسم کی دھمکی اور غیر منصفانہ سلوک کا نشانہ بننا انتہائی ذلت آمیز ہے۔ وقت کے ساتھ ساتھ نسل پرستی کا تجربہ ہونا بھی نقصان دہ ہو سکتا ہے۔ یہ بری عزتِ نفس، تنہائی، اداسی، غصے اور اشتعال کی طرف لے جاتا ہے۔

کچھ مشورے ان لوگوں کے لیے جن کے بچے نسل پرستی اور امتیاز کا شکار ہوتے ہیں:

1. اگر آپ کے بچے کا رویہ بدلتا ہے تو توجہ دیں، اور آپ نے جو دیکھا ہے اس بارے میں اپنے بچے سے بات کریں۔

2. ان کے موبائل فونز اور ذاتی کمپیوٹرز کے استعمال پر توجہ دیں۔ پیغامات، گپ شپ اور تبادلہ کردہ تصاویر کے مواد میں دلچسپی لیں۔ لیکن بچے کے رازداری کے حق کا بھی احترام کریں۔

3. چوکس رہیں آیا کہ بچے یا نوجوان کے دوست ہیں، اور آیا کہ اسے سالگرہ اور دیگر سماجی تقریبات میں مدعو کیا جا رہا ہے۔ معلوم کریں کہ آپ کا بچہ کس کے ساتھ وقت گزارتا ہے، اور وہ ایک دوسرے سے اور ایک دوسرے کے بارے میں کیسے بات کرتے ہیں۔

4. کنڈرگارٹن اور اسکول سے کہیں کہ وہ دھمکی اور نسل پرستی پر توجہ دیں۔ بلاجھجھک تجویز کریں کہ اس موضوع کو کئی بار والدین-استاد کی ملاقاتوں اور کنڈرگارٹن گروپ/کلاس میں لایا جائے (رابطہ کرنے کے چند مفید مقامات کے لیے کتابچے کا اختتامی حصہ دیکھیں)۔

5. ان کی دلجوئی کریں اور وہ جو کہتے ہیں اسے سنیں۔ انہیں یقین دلائیں کہ ان کے ساتھ کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ وضاحت کریں کہ کیسے خوف، برے تجربات اور جہالت لوگوں کو برے طریقے سے بولنے اور عمل کرنے پر مجبور کرتے ہیں۔ کنڈرگارٹن یا اسکول کو مطلع کریں۔ دیگر مقامات سے بھی مدد مانگیں (رابطہ کرنے کے چند مفید مقامات کے لیے کتابچے کا اختتامی حصہ دیکھیں)۔

گفتگو کرنے اور سوچنے کی چند چیزیں:

- اپنے بچے سے باقاعدگی کے ساتھ دھمکی، نسل پرستی اور امتیاز کے بارے میں بات چیت کریں۔
- خود اپنے خیالات اور احساسات کے بارے میں بات کرنے میں آپ اپنے بچے کی مدد کیسے کر سکتے ہیں؟
- کیا خود آپ کو نسل پرستی کا تجربہ ہوا ہے؟ کیا آپ یاد کر سکتے ہیں کہ آپ کو کیسا محسوس ہوا اور آپ نے کیسے جواب دیا؟
- اگر آپ کے بچے کو دھمکی ملتی ہے تو کیا آپ جواب دینے اور ردِ عمل کرنے کے اچھے طریقوں کے بارے میں خود اپنے خیالات بتا سکتے ہیں؟
- اسے روکنے میں آپ مدد کیسے لے سکتے ہیں؟
- آپ اپنے بچے کو اپنے بارے میں برے خیالات اور احساسات رکھنے سے روکنے کے لیے آپ کیا کر سکتے ہیں؟

دنیا کو بہت سے پہلوؤں سے دیکھنا

"میرے آبائی ملک میں جو کچھ ہوتا ہے میرے لیے اتنا ہی اہم ہے جتنا کہ ناروے میں ہونے والا۔ بعض اوقات اس پر مجھے اور بھی زیادہ تشویش ہوتی ہے۔" (لڑکی، بعمر 16 سال)

وہ بچے جو مختلف ثقافتوں کے ساتھ پروان چڑھتے ہیں یا جو کئی ممالک میں پرورش پاتے ہیں انہیں دنیا کی تشریح کرنے اور سمجھنے کے مختلف طریقوں کا تجربہ ہوتا ہے۔ ان کے پاس دیگر مقامات پر مختلف طریقے سے کی جانے والی چیزوں کا تجربہ ہوتا ہے، اور یہ کہ ناروے میں لوگ جس طرح رہتے ہیں وہ زندگی گزارنے کا واحد طریقہ نہیں ہے۔ وہ دیگر ممالک میں سیاست، تاریخ، جغرافیہ اور معاشرے کے بارے میں انتہائی باعلم ہو سکتے ہیں۔

نوجوان اکثر بہت زیادہ شامل اور تصوراتی ہوتے ہیں۔ انہیں اس بات سے دلچسپی ہوتی ہے کہ دوسرے لوگ کیسے کر رہے ہیں۔ وہ اکثر مدد کرنا چاہتے ہیں اور دنیا کو ایسے لوگوں کے لیے ایک بہتر اور محفوظ تر جگہ بنانا چاہتے ہیں جن کی انہیں فکر ہوتی ہے اور جن سے وہ قربت محسوس کرتے ہیں۔ اکثر ایسی جگہوں پر جہاں انہیں جذباتی، ثقافتی یا مذہبی طور پر آبادی کے ساتھ شناخت کیا جاتا ہے۔ بہت سے لوگوں کے لیے، یہ ایک فطری فرض جیسا لگتا ہے جو ان کی بین الثقافتی پرورش کے ساتھ آتا ہے۔

بین الثقافت بچوں اور نوجوانوں کی ان کی زندگیوں میں زیادہ خبروں کے ذرائع، تبصروں اور کہانیوں تک رسائی رہی ہے جو نارویجنوں سے نمایاں ہیں۔ بہت سوں کو ذاتی تجربہ ہے کہ استحصال، جنگ اور غربت کیا کر سکتی ہے۔ دنیا میں کسی اور جگہ جو کچھ ہوتا ہے وہ بھی ذاتی ہے۔

کثیر الثقافت تجربات کے حامل نوجوانوں کے لیے، یہ تکلیف دہ اور افسوسناک ہو سکتا ہے اگر ایسے ممالک میں مختلف واقعات ہوں جہاں ان کے دوست اور عزیز رہتے ہیں۔ وہ نارویجن اور بین الاقوامی امداد اور دیگر مقامات پر لوگوں اور رشتہ داروں کے تحفظ میں ناکام خارجہ پالیسی پر شدید تنقید کر سکتے ہیں۔

نوجوانوں کے لیے یہ بھی پریشان کن تجربہ ہو سکتا ہے اگر وہ محسوس کریں کہ ان کے دیگر وطنوں میں جو کچھ ہو رہا ہے ذرائع ابلاغ اس کو بہت برے طریقے سے رپورٹ کر رہے ہیں، یا یہ کہ ذرائع ابلاغ بہت زیادہ جانبدار ہیں۔

انٹرنیٹ بطور دوست اور دشمن

انٹرنیٹ ایک اچھا دوست ہو سکتا ہے۔ یہ دنیا کے دیگر حصوں میں اہلِ خانہ اور دوستوں کے ساتھ آپ کو رابطے میں رکھتا ہے۔ معلومات تلاش کرنے کے ذریعے انٹرنیٹ نوجوانوں کے لیے اپنی شناخت کے دیگر پہلوؤں کو مضبوط بنانے اور دیگر آبائی ملکوں کے بارے میں ان کی معلومات کو بہتر کرنے کو آسان تر بھی بناتا ہے۔

بدقسمتی سے، بچے اور نوجوان انٹرنیٹ پر پراپیگنڈہ، سازشی نظریات اور تصویروں کا شکار بھی ہو سکتے ہیں۔ جو لوگ پہلے فکر کے طریقے میں دنیا کے ایک زرخیز، مشمولہ نکتۂ نظر کے حامل ہوتے ہیں انہیں یہ اس کی بجائے "زیادہ تنگ نظر" اور کم متحمل مزاج طریقے کی طرف لے جا سکتا ہے۔ وہ ان لوگوں کی باتوں پر زیادہ توجہ دے سکتے ہیں جو ان کے جوش اور اپنائیت کی ضرورت کا غلط استعمال کرنا چاہتے ہیں۔ اس کا اطلاق خصوصاً تب ہوتا ہے اگر نوجوان یہ بھی محسوس کریں کہ وہ اور جن لوگوں کے ساتھ انہیں شناخت کیا جاتا ہے انہیں معاشرے اور ان کے والدین کی جانب سے غلط سمجھا گیا ہے، ان سے امتیاز برتا گیا ہے، اور ان سے غلط سلوک کیا گیا ہے۔

بچوں کے دنیا کے بارے میں نکتۂ نظر پر کچھ مشورے:

1. ان کے دوستوں اور جن کے ساتھ وہ اپنے فارغ وقت میں وقت گزارتے ہیں میں دلچسپی ظاہر کریں۔ اس بارے میں چوکس اور متجسس رہیں کہ وہ ذاتی کمپیوٹر اور موبائل فون کے ذریعے کیا دیکھتے ہیں اور کس سے بات چیت کرتے ہیں۔

2. آپ کو اکثر ان سے ان کے تجربات، خیالات اور فہم کے بارے میں پوچھنا چاہیئے کہ کیا چیز ٹھیک ہے اور دنیا میں کیا ہو رہا ہے۔ انہیں جو کہنا ہے اسے سنیں۔ کھلے سوالات پوچھیں (مثلاً، "۔۔۔۔ کے بارے میں آپ کی

کیا رائے ہے")۔ انہیں دیگر حقائق اور تبصرے دیں جو ان کے عقائد کو اکساتے ہیں، یا جو انہیں دیگر نکتہ ہائے نظر سے چیزوں کو دیکھنے پر مجبور کرتے ہیں۔

3. کیا بچہ ناراض یا تنہائی کا شکار لگتا ہے؟ اگر وہ دوسرے افراد یا گروہوں کے بارے میں بدتر یا کم اہمیت ہونے کے طور پر گفتگو کرنے لگیں، اگر وہ مخصوص موضوعات یا معمولات پر انتہائی توجہ دینے لگیں، یا وہ پہلے سے مختلف رویہ رکھنے لگیں تو خصوصی توجہ دیں۔

گفتگو کرنے اور سوچنے کی چند چیزیں:

• آپ کے خیال میں ان کے جنون کو استعمال کرنے کا مثبت طریقہ کیا ہے؟
• کچھ بچے خود کو اپنی شناخت، نارویجن ثقافت یا اپنے والدین کی ثقافت کے پہلوؤں سے دور کر لیتے ہیں۔ آپ کے خیال میں کیا وجہ ہو سکتی ہے؟
• آپ کا نوجوان بچہ مغربی میڈیا کوریج، میدانِ جنگ، اقوامِ متحدہ کی حکمتِ عملی اور امدادی پالیسی کے بارے میں کیا سوچتا ہے؟ اس کے خیال میں کیا چیز مختلف طریقے سے کی جانی چاہیئے؟
• آپ ایسا کیا کر سکتے ہیں کہ آپ کا بچہ محسوس کرے کہ وہ حصہ ڈال رہا ہے، یہ کہ یہ معاون ہے اور یہ کہ ان کے آراء سنی جاتی ہیں؟

خوبیاں اور مہارتیں

"میں تصور کرتی ہوں کہ مجھ میں ایک طرح کی غیبی ماورائی طاقت ہے - میں کئی زبانیں بولتی ہوں، میں کئی ثقافتیں جانتی ہوں، میں بہت سی اقسام کے لوگوں اور نظریات کی عادی ہوں، میں دوسرے نئے لوگوں کو اپنانے، دیکھنے اور ان کا خیال رکھنے میں اچھی ہوں۔"
(لڑکی، بعمر 14 سال)

بہت سے اہم وسائل ہیں جو بین الثقافتی پرورش کے ساتھ منسلک ہیں۔ ان مہارتوں کی نارویجن معاشرے میں ضرورت ہے۔ یہ علم ان مسائل کو حل کرنے کے لیے بھی درکار ہے جن کا ہمیں عالمی طور پر سامنا ہے۔ ملازمتوں کی منڈی میں اور ملازمت کی فہرستوں میں، "اپنانے کی صلاحیت"، "لچکداری" اور "حل تلاش کرنے کی صلاحیت" کی مانگ ہے۔

بین الثقافت نوجوانوں میں لسانی اور ثقافتی مہارتیں بھی ہوتی ہیں۔ وہ مختلف لوگوں، توقعات اور سیاق و سباق سے نمٹ سکتے ہیں۔ وہ اکثر مشاہدے میں اچھے ہوتے ہیں۔ وہ معنوں کی تشریح اور ترجمہ کرنے میں اچھے ہو سکتے ہیں۔ وہ تضادات کو سنبھالنے کے عادی ہوتے ہیں۔

اکثر، وہ آگاہ نہیں ہوتے کہ یہ صلاحیتیں اچھی اور مفید کیسے ہو سکتی ہیں۔ یہ ایسی چیز ہے جس سے انہیں پرورش کرتے ہوئے آگاہ کرنے کی ضرورت ہے۔ انہیں لازمی طور پر ان کو "ایک عضو کی طرح" استعمال میں لانے کے قابل بنایا جائے، بالکل اسی طرح جیسے سائیکل چلانا یا ایک ساز بجانا۔ انہیں لازماً یہ سننے کے قابل بنایا جائے کہ وہ جو کچھ کر سکتے ہیں وہ اتنا ہی قابلِ قدر ہے جتنا کہ ان لوگوں کی جانب سے کیا جانے والا جو ایک ثقافت میں پروان چڑھتے ہیں۔ یہاں ہم، والدین، اور دیگر بالغ جو بچوں سے ملتے ہیں ان کا کام اہم ہو جاتا ہے۔

بین الثقافت مہارتوں اور وسائل کی چند مثالیں

- لسانی مہارتیں
- ثقافتی اختلافات کا تجربہ
- ابلاغ میں اختلافات کے بارے میں علم
- انتہائی سازگار
- تضادات کو برداشت کرنے والا
- نئے لوگوں کو جاننے میں آسانی رکھنا
- حل تلاش کرنا اور تنازعات کو حل کرنا
- مشاہدے میں اچھا
- ایک معاملے کو کئی پہلوؤں سے دیکھنا
- سمجھا کہ دوسروں کے نکتہ ہائے نظر مختلف ہیں
- ایک بین الاقوامی نیٹ ورک

ان کی خوبیوں اور مہارتوں کی آگاہی کو فروغ دینے کے لیے کچھ مشورے:

1. بچوں کے لیے یہ ایک فطرتی عمل بنائیں کہ وہ مختلف ثقافتوں میں پرورش پانے کی خامیوں اور خوبیوں دونوں کے بارے میں بتائیں/اظہار کریں۔

2. مشکلات کو وسائل میں "بدلنے" میں بچوں کی مدد کریں۔ ہو سکتا ہے انہوں نے کبھی نہ سوچا ہو کہ اسکول میں نئے ہونے اور ایک نئے طریقے سے سیکھنے کے ان کے تجربات اسی صورتحال سے دوچار دیگر لوگوں کی مدد کیسے کر سکتے ہیں۔ یہ تجربہ مفید ہو سکتا ہے جب وہ ملازمت کی منڈی میں یا زندگی کے ایک نئے مرحلے میں داخل ہوتے ہیں۔ یہ ممکن ہے کہ وہ نہ سمجھیں کہ کئی زبانوں کو سمجھنے کے قابل ہونا یا بہت سی زبانوں میں کچھ الفاظ کے معنی جاننا ایک خوبی ہے۔

3. بچے کی روزمرہ زندگی میں ان صلاحیتوں کو فروغ دینے اور استعمال کرنے میں کنڈرگارٹن یا اسکول کو شامل کریں۔ شاید وہ ایسی چیزوں کے بارے میں بات کر سکتے ہیں یا لکھ سکتے ہیں جن میں شامل ہیں رسوم، روایات، پریوں کی کہانیاں، موسم کی اقسام یا خوراک۔

گفتگو کرنے اور سوچنے کی چند چیزیں:

- آپ کے خیال میں وہ کون سی مثبت چیز ہے جو آپ نے منتقل ہو کر اور زیادہ ثقافتوں کو جان کر سیکھی ہے؟
- آپ یہ سمجھنے میں بچے کی مدد کیسے کر سکتے ہیں کہ کوئی مشکل چیز کوئی اچھی چیز بھی ہو سکتی ہے؟
- آپ اپنے بچے میں کیا وسائل دیکھتے ہیں؟
- آپ ان کی غیر معمولی صلاحیتوں کو سمجھنے اور استعمال کرنے میں اپنے بچے کی مدد کیسے کر سکتے ہیں؟

"بین الثقافت بچوں کے پاس تمام درست جوابات ہوتے ہیں، لیکن کوئی بھی ان سے درست سوالات نہیں پوچھتا۔"
(David C.Pollock)

یہ چند جگہیں ہیں جہاں سے آپ مدد اور اچھا مشورہ لے سکتے ہیں!

بچوں، نوجوانوں اور والدین کے لیے ہنگامی ہیلپ لائن: 111 116۔ ایک مشکل صورتحال سے دوچار بچے اور نوجوان ہیلپ لائن پر کال کر سکتے ہیں۔ بچوں کے لیے پریشان بالغ یا دوست بھی رابطے میں رہ سکتے ہیں۔

کنڈرگارٹن شعبے کا منتظم، یا اسکول کا کمرۂ جماعت کا استاد: اگر آپ کو اپنے بچے کے بارے میں کسی چیز پر تبادلۂ خیال کرنے کی ضرورت ہے یا اس کتابچے میں لائے گئے موضوعات پر تعاون درکار ہے تو کنڈرگارٹن یا اسکول سے رابطہ کیا جا سکتا ہے۔

محکمہ بہبودِ اطفال بچوں، نوجوانوں اور خاندانوں کو مدد اور معاونت فراہم کرتا ہے جب گھر پر حالات مشکل ہو جائیں۔ معلومات بلدیہ کی ویب سائٹ پر دستیاب ہیں۔

محکمۂ خاندانی مشاورت: خاندان میں مشکلات، جھگڑوں یا بحران کے شکار کسی بھی فرد کو علاج اور مشاورت مہیا کرتا ہے۔ محکمۂ خاندانی مشاورت افراد، جوڑوں اور خاندانوں کو قبول کرتا ہے۔ معلومات bufdir.no پر۔

سرکاری صحت نرس: نوزائیدگان اور چھوٹے بچوں کے لیے صحت مراکز اور نوجوانوں کے لیے صحت مراکز پر مل سکتی ہے۔ وہ اسکولوں سے بھی منسلک ہیں، اور صحت کے سوالات میں آپ اور آپ کے بچے کی مدد کر سکتے ہیں۔ بلدیہ کی ویب سائٹ دیکھیں۔
اقلیتی مشیر: کچھ اعلیٰ ثانوی اسکولوں میں مل سکتے ہیں۔ وہ بین الثقافت ابلاغ اور اقلیتی امور میں مہارت رکھتے ہیں۔ اپنے اسکول سے دریافت کریں۔

تدریسی-نفسیاتی محکمہ: خصوصی ضروریات کے حامل بچوں اور نوجوانوں کے لیے یا نشوونما میں کمزوری کے شکار لوگوں کے لیے ایک مشاورتی محکمہ۔ دیکھیں udir.no۔

پولیس: ہنگامی صورتِ احوال میں 112 پر کال کریں۔

مشیر: ایک سماجی-تدریسی مشیر اسکول میں مل سکتا ہے۔ ان کا کردار اسکول میں - تعلیم اور سماجی زندگی دونوں میں - آرام دہ ہونے میں نوجوانوں کی مدد کرنا ہے۔ معلومات اسکول کی ویب سائٹ پر دستیاب ہیں۔

Voksne for Barn: کے پاس ماہرین موجود ہیں جو بچوں اور نوجوانوں کے لیے پریشان بالغوں کو رہنمائی اور مشورہ فراہم کرتے ہیں۔ آپ گمنام رہ سکتے ہیں، اور رازداری ہمارا فرض ہے۔ ہم بذریعہ فون، آن لائن، اور بذریعہ چیٹ جواب دیتے ہیں۔ ٹیلی فون 940 03 810۔ آپ دھمکی اور اور بچوں کی دماغی صحت کو محفوظ رکھنے کو ہدف بنانے والی ہماری کلاسز اور خدمات کے بارے میں مزید جاننے کے لیے بھی ہمارے ساتھ رابطے میں رہ سکتے ہیں۔

SaLTo رابطۂ کار / SLT رابطۂ کار: بچے اور نوجوان میں جرائم کم کرنے نیز بچوں اور نوجوانوں میں منشیات کے استعمال کو کم کرنے کے لیے کام کرتے ہیں۔ معلومات بلدیہ کی ویب سائٹ پر دستیاب ہیں۔

Utekontakten: نوجوانوں بعمر 10 - 23 سال کے لیے انسدادی کوششیں اور بہبود کے کام چلاتے ہیں۔ اگر آپ بچوں یا نوجوانوں کے بارے میں پریشان ہیں تو ان کے ساتھ رابطے میں رہ سکتے ہیں۔ معلومات بلدیہ کی ویب سائٹ پر دستیاب ہیں۔

اقلیتی امور، نسل پرستی اور امتیاز پر توجہ دینے والی چند تنظیمیں:

نسل پرستی کے خلاف نارویجن مرکز: ایک تنظیم جو نسل پرستی کو شکست دینے کے لیے لڑتی ہے۔ دیکھیں antirasistisk-senter.no

عوامی تفریق کے خلاف ادارہ (OMOD): حقوق اور استعداد کا ایک مرکز جو مساوات کو فروغ دینے اور نسلی بنیادوں پر امتیاز کو روکنے کے لیے کوشاں ہے۔ دیکھیں omod.no

Minotenk: ایک تھنک ٹینک جو بنیادی طور پر کثیر ثقافتی ناروے سے متعلق فیصلہ کن امور اور مشکلات کے ساتھ کام کرتا ہے۔ دیکھیں mino-tenk.no

دھمکی، صدمہ، خودکشی کی روک تھام اور تارکینِ وطن کی صحت پر مرکوز چند تنظیمیں:

نارویجن مرکز برائے اقلیتی صحت تحقیق (NAKMI):
تحقیق اور تعلیم کے ذریعے تارکینِ وطن اور ناروے میں ان کی آل اولاد کے لیے صحت اور دیکھ بھال پر عمل کو فروغ دینے کے لیے کام کرتا ہے۔ دیکھیں nakmi.no

علاقائی مراکز برائے روک تھام تشدد، صدماتی دباؤ اور خود کشی (RVTS): اس مرکز کا مقصد ان لوگوں کے لیے متعلقہ معلومات فراہم کرنا ہے جو صدماتی بیماریوں اور خودکشی کی روک تھام کے لیے کام کر رہے ہیں۔ وہ ماہرین کو مشاورت، ہدایات اور رہنمائی دیتے ہیں۔ دیکھیں rvts.no

علاقائی مرکز برائے دماغی صحت اطفال و نوجوانان: دماغی صحت اور بچوں اور نوجوانوں کے تحفظ کے لیے مرکزِ معلومات۔ تحقیق، ترقی، خدمت میں معاونت، تعلیم اور آگاہی کی کوششیں کرتا ہے۔ دیکھیں r-bup.no, uni.no, uit.no اور ntnu.no/rkbu

Redd Barna: پوری دنیا میں حقوقِ اطفال کے لیے لڑتا ہے۔ آن لائن دھمکی اور ان نوجوانوں کے لیے جو تنہائی محسوس کرتے ہیں پر کورسز اور خدمات کی پیشکش بھی کرتا ہے۔ دیکھیں reddbarna.no

ریڈ کراس: ناروے اور دیگر ممالک دونوں میں ضرورت مند لوگوں کی مدد کرتا ہے۔ ریڈ کراس بین الثقافت نوجوانوں کے لیے بہت سی سرگرمیوں کا اہتمام کرتا ہے، جیسے کہ گھر کے کام میں مدد اور ایک کیفے۔ دیکھیں rodekors.no

یونیسیف: پروگرام "ایک آپ ہو سکتے ہیں" اسکولوں کے طلباء و طالبات، ملازمین اور والدین کے لیے دھمکی کے خلاف کوششوں پر لیکچرز کی پیشکش کرتا ہے۔ دیکھیں unicef.no

خاندانی مشاورت اور سماجی تنہائی کی روک تھام پر آن لائن پورٹل

FORELDREHVERDAG.NO
UTVEIER.NO
RADIKALISERING.NO

OSL

“بین الثقافت بچوں کے پاس تمام درست جوابات ہوتے ہیں،
لیکن کوئی بھی ان سے درست سوالات نہیں پوچھتا۔“

(David C.Pollock)

VOKSNE FOR BARN
Stortorvet 10 › 0155 Oslo › Tlf: 48 89 62 15 › vfb@vfb.no › vfb.no