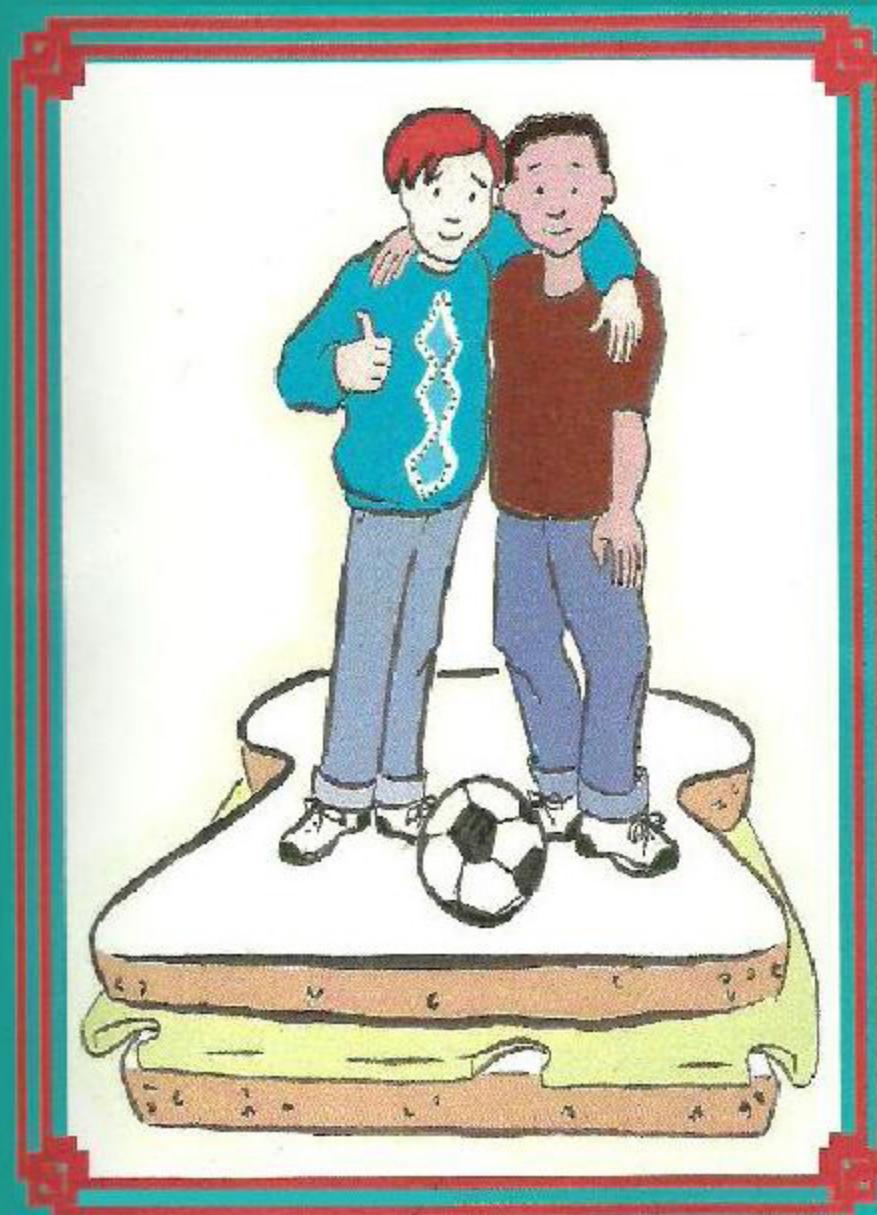


سیم اور خیر سگالی کا سینڈوچ

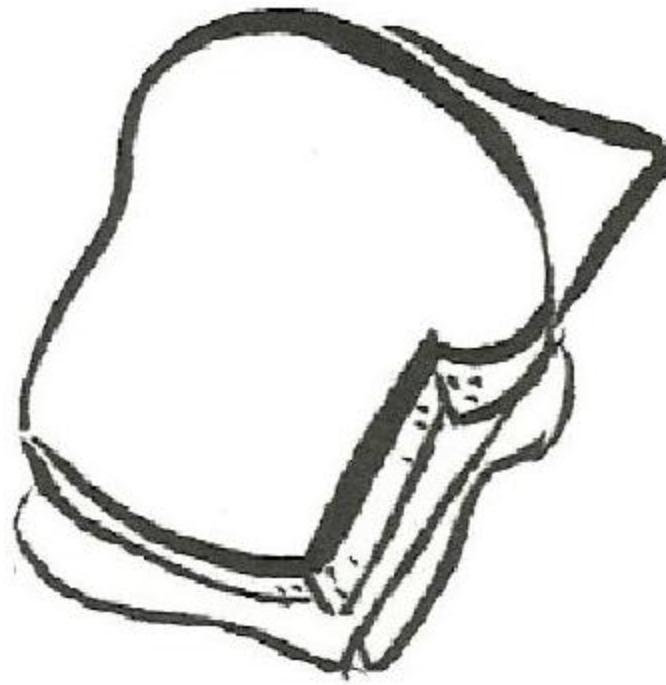


از طرف ☆ ہٹی وین گرپ اور رک لوس ☆



UNITED STATES
INSTITUTE OF PEACE





سیم اور خیر سگالی کا سینڈوچ

از طرف،

☆ ہیٹھی وین گرپ اور رک لوئس ☆

پیس فل اسکولز انٹرنیشنل

مصنفین کے بارے میں:

ہیٹھی وین گرپ؛ پیس فل اسکولز انڈپینشنس کی بنی، ایک بین الاقوامی سطح پر تسلیم شدہ معلم اور مصنف اور ایک متاثر اور پروجئس پر یعنی نظر ہیں وہ تعلیمی مواد اور کئی کتابوں کی مصنفہ ہیں۔ ان کی کامیابیوں کو نیشنل فلم بورڈ آف کینیڈا نے اپنی دستاویزی فل "Teaching Peace in a Time of War" کے موضوع پر بنایا کر رہا ہے۔ 2006 میں ہیٹھی وین گرپ کو ٹائم میگزین نے "کینیڈین ہیرہ" کے نام سے نوازا تھا۔ 2007 میں ریڈرڈ ڈا جھٹ نے بھی ہیٹھی کو "کینیڈین ہیرہ" کے نام سے شہرت دی تھی۔



رک لیوس ساؤنڈفلوریڈ ایمس Peaceful Schools International کیا یک علاقائی کوارڈینیٹر ہیں۔ رک نے اسکول ڈسٹرکٹ آف پام بیچ کاؤنٹی فلوریڈ ایمس ٹرینگ کوارڈینیٹر کے طور پر (تحفظ) اور (سیکھنے کا ماحول) کے ملکہ کو ترجیح دیتے ہوئے رک نے علاج کی تربیت کی وسیع اقسام میں ایک مشیر اور معلم کے طور پر کام کیا پر کام کیا محفوظ اسکولوں میں میں رک کا زیادہ تر کام تنازعات کے حل اور ثالثی پر مرکوز ہے۔ اور ان کے پانچ کاموں کو Peace Education foundation کی طرف سے شائع کیا گیا ہے۔



سہر فہرست

سیم اور خیر سگالی کا سینڈوچ (۱)

والدین کی رہنمائی (۱۲)

اساتذہ کی رہنمائی (۱۶)

سبق کا منصوبہ (۲۲)

پیں فل اسکولز نیٹرنسن (۲۳)

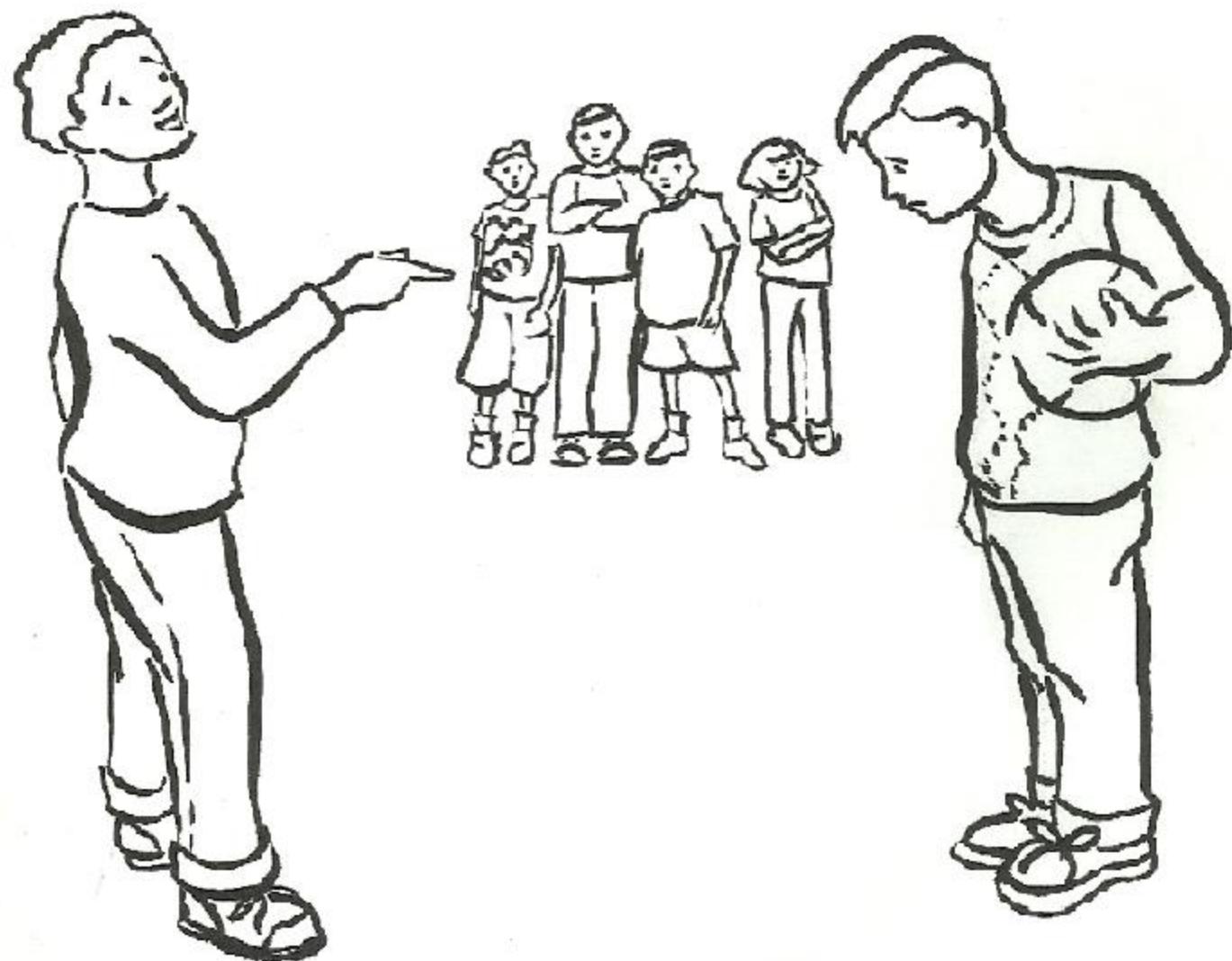
وسائل (۲۵)



ایک صبح جو زف ایڈمز ایلمنٹری اسکول میں آدمی چھٹی کے دوران سیم اور لکاس اپنے ہم جماعت دوستوں کے ساتھ فٹ بال کھیل رہے تھے۔ جب گھٹی بھی، سیم نے باک اٹھایا اور سب کے سب کا اس کی طرف روانہ ہوئے۔

”سیم کا سوئیٹر دیکھو!“ لکاس نے ہنستے ہوئے کہا، ”یہ بلکل ایسا ہی ہے لگتا ہے جیسا میرا چھوٹا بھائی پہنا کرتا تھا!“
 کچھ اڑکے اور اڑکیاں سیم کی طرف اشارہ کرتے ہوئے ہنسنے لگے اور اسے سارا دن ٹگ کرنے لگے یہ کہہ کر
 بے بی کے کپڑے.

سیم بہت اداں ہو گیا تھا۔ اس کی دادی نے اس کے پسند دیدہ رنگوں کے اون سے اس کے لئے سوئیٹر بنایا تھا اور اس کی
 سالگرہ پر اسے تختے میں دیا تھا۔



سیم اس نے بھی پریشان تھا کہ وہ اور لکاس نے جب سے اس اسکول میں داخلہ لیا تھا دوست تھے۔ وہ ایک ساتھ کافے ٹیریا میں لپخ کرتے تھے۔ ایک ساتھ وہ اپسی پر گھر جاتے تھے۔ سیم کی سمجھ میں نہیں آ رہا تھا کہ لکاس نے کیوں اس کامراق بنایا۔

جتنا وہ لکاس کے رو یہ کے بارے میں سوچتا، اتنا ہی زیادہ براؤ سے محسوس ہوتا۔

اس شام سیم نے اپنا سوئٹر اٹھایا اور اپنے بیگ میں رکھ دیا۔ وہ اس شام بہت خاموش تھا جب اس کی فیملی رات کھانے کے لئے جمع ہوئے۔ اس نے اپنا ہوم ورک جلدی سے ختم کیا تاکہ سیدھا اپنے بیڈ پر جاسکے۔



صحیح سیم کے والد سیم کے لئے لنج کے سیندوچ بنارہے تھے۔ ”کیا کوئی بات ہوئی ہے سیم؟“ انہوں نے پوچھا۔
”رات کھانے کی میز پر تم بہت خاموش تھے۔“

سیم نے سارا ماجرا پنے والد کو سنایا۔ ”کیا تمھیں لکاس سے اس بارے میں بات کرنے کا موقع ملا؟“
اس کے والد نے پوچھا۔

”نہیں۔“ سیم نے جواب دیا۔ ”میں نہیں جانتا تھا کہ میں کیا کہوں۔ مجھے اس پر غصہ آیا تھا۔“



اس کے والد نے کچھ دیر سوچا۔ پھر انہوں نے اس سینڈوچ کی طرف دیکھا جو وہ تیار کر رہے تھے اور کہا، ”سم! شاہد تھیں یہ عجیب لگے، لیکن اس سینڈوچ میں جتنی تھہ ہیں اس کے بارے میں سوچو۔ جب تھیں کسی سے یہ کہنے کی ضرورت پیش آئے کہ تم اداس ہو تو اس سینڈوچ کو تصور کرنا۔“

سم حیران ہوا۔ ”یہ تو بہت احمقانہ بات ہے میں سمجھا نہیں۔“

”ٹھیک ہے! میں تھیں مثال سے سمجھاتا ہوں۔ اگر مجھے اپنے بائس کو یہ کہنا ہو کہ میں کسی بات کو لے کر بہت اداس تھا، تو میں گذول سینڈوچ پیغام کے ذریعے اپنے احساسات بتاؤں گا۔“

”اب میں واقعی پریشان ہوں۔“ سم بولا۔ ”یہ گذول سینڈوچ کیا ہے؟“

”میں تھیں اپنے سمجھاتا ہوں۔“..... اس کے والد نے جواب دیا۔



”یہ سب سے اوپری تھے ہے، ڈبل روٹی：“

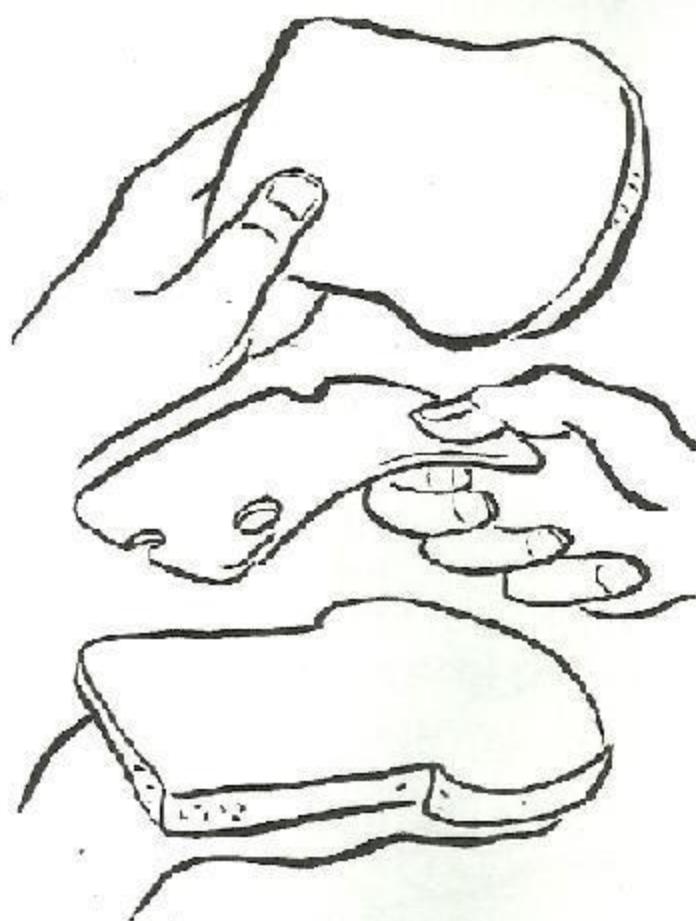
”مسٹر ہنسن، مجھے اے. بی. سی. اکاؤنٹینگ میں کام کرنا بہت اچھا لگتا ہے، اور میں جانتا ہوں کہ ہمیں یہ پروجیکٹ مکمل کروانا ہے،“

”یہ ہے اس کی درمیانی تھے، اس کی فلنگ“

”مگر مجھے اس وقت دشواری ہوتی ہے جب مجھے کام کے اوقات کے بعد بھی کئی گھنٹے کرنا پڑتا ہے۔ میرے نیچے چھوٹے ہیں اور شام میں گھر پر انہیں ضرورت ہوتی ہے۔“

”اور یہ سب سے نیچے والی تھے، ایک اور ڈبل روٹی：“

”میں واقعی اپنی کمپنی کو بہت اچھا دیکھنا چاہتا ہوں مگر میں یہ بھی چاہتا ہوں کہ میں اپنا کام وقت پر مکمل کروں اور اپنی فیملی کو بھی ٹائم دوں۔ کیا کوئی ایسا طریقہ ہے جس سے ہم دونوں خوش رہیں؟“



مگر سیم اب بھی پریشان تھا اور مزید اس سمجھنا چاہتا تھا۔

”ٹھیک ہے“، اس کے والد نے کہا۔ تمھیں یاد ہے کہ تمہاری بہن اپنے دوستوں کو لگر پر روکنا چاہ رہی تھی جب کہ صبح اسکوں بھی جانا تھا۔

اس کے والد ڈبل روٹی کاٹکر اٹھاتے ہوئے بولے،
”میں اور تمہاری اُمیٰ یہ بات جانتے تھے کہ اسے اپنے
دوستوں کے ساتھ وقت گزارنا اچھا لگتا ہے۔ ہم نے کہا۔“



اس کے والد درمیان سے چیز کاٹکر اٹھاتے ہوئے بولے،
”مگر صبح تمھیں اسکوں جانا ہے اور ساری رات جاگ کر تم
لوگ تھک جاؤ گے اور صبح اپنی پڑھائی پر بالکل توجہ نہیں دے
پاؤ گے۔“

سیم کے والد نے اپنی بات جاری رکھتے ہوئے ڈبل روٹی کا دوسرا حصہ اٹھاتے ہوئے کہا،
”ہمیں کوئی اعتراض نہ ہو گا اگر وہ اپنے دوستوں کو ویک اینڈ پررو کے اور اس بات پر ہم سب خوش تھے۔“



”مجھے یاد ہے۔“ سیم نے کہا۔ ”جب وہ روکے تھے ساری رات انہوں نے
فلمیں دیکھیں تھیں اور صبح آپ نے ہم سب کے لئے ناشتا بنایا تھا۔“

سیم کے والد مسکرائے۔ ”ہاں! لڑکیوں کو بہت مزہ آیا تھا
اور ان کی پڑھائی پر بھی کوئی حرج نہیں ہوا تھا۔

سیم نے کہا، ”اب مجھے سمجھا آ رہا ہے۔ سیم کے والد نے کہا ہاں اچھا تو لگا مگر مجھے اب بھی سمجھ میں نہیں آ رہا کہ میں اسے اسکوں میں کیسے استعمال کروں۔ اگر میں نے لکاس سے، کسی اور سے بھی گذول سینڈوچ کے بارے میں بات کی تو مجھے لگتا ہے وہ میرا اور بھی مزاق اڑائیں گے۔



”یہ ایک اچھا پونٹ ہے مگر تمھیں ہر کسی کو سینڈوچ کے بارے میں نہیں بتانا ہے۔ یہ تو تمھیں سمجھانے کا صرف ایک طریقہ ہے کہ لوگوں سے کس طرح بات کرنی ہے کہ جس سے مسئلے کا حل نکل آئے۔ کل تمہارے اور لکاس کے درمیان جو کچھ ہوا ہم اس کو حل کرنے کی کوشش کرتے ہیں؟“

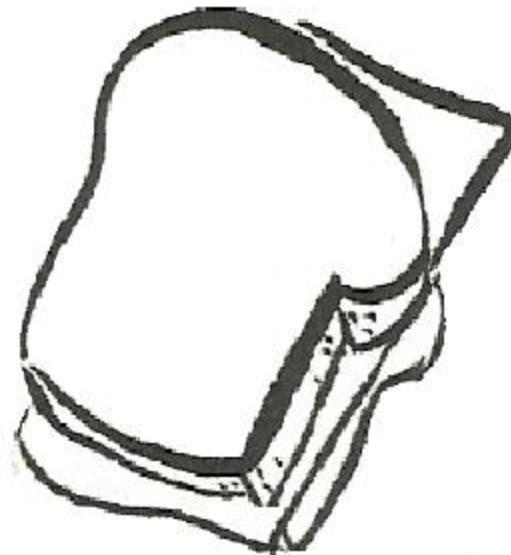
”یہ ذرا مشکل ہے،“ سیم بولا۔

”اچھا، تمہارے خیال میں لکاس تمہارے سوئٹر کے بارے میں کیا کہنے کی کوشش کر رہا تھا؟“ اس کے والد نے پوچھا۔

”شاید وہ دوسرے لڑکوں کو مجھ پر بنانے کی کوشش کر رہا تھا؟“ سیم نے سوچتے ہوئے کہا۔

”اچھا، چلو ہم یہ سوچتے ہیں کہ یہ چ ہے تو سینڈوچ کا سب سے اوپر والا حصہ کیا ہو گا؟“

”میں شاید یہ کہوں گا، لکاس میں جانتا ہوں کہ پوری کاس واقعی تمھارے لطیفے بہت پسند کرتی ہے۔“



”ٹھیک! اس کی فلنگ کیا ہو گی؟“

”مگر کل جب بے یک میں جب سب نے میرے سوئٹر کامڈا ق اڑایا اس سے مجھے بہت دکھ پہنچا۔“

”بلکل ٹھیک! اب سے آخری تھہڈ بل روٹی کاٹکڑا کیا ہو گا؟“

”کیا میرا مڈا ق بنائے بغیر دوسروں کو خوش رکھنے کا تمھارے پاس کوئی اور طریقہ ہے؟“

”زبردست“ سیم کے والد نے کہا، ”شاید لکاس کونہ معلوم ہو کہ ایسے کیا کرنا چاہیے لیکن اس طریقے سے مسئلے کا حل بھی نکل آئے گا اور تم دونوں بھی دوست رہو گے۔“

”آپ اسے گذول سیندوچ کیوں کہتے ہیں؟ ڈیڈ؟“

”جیسا کہ تم نے پہلے کہا کہ تم دوسروں سے جب بھی بات شروع کرتے ہو اسے لگتا ہے کہ تم اس کی بات سمجھنے کی کوشش کر رہے ہو اور بات کو ختم کرتے ہو۔“

تو اس کی کوشش سے کہ جو بھی مسئلے کا حل نکلا ہے اس سے تم دونوں خوش ہو۔
اور اس طرح تم اس پر اچھائی ظاہر کرتے ہو اور اس طرح تم مسئلے کو
اچھائی گذوں کے ساتھ حل کرتے ہو۔



”شکریہ ابو! میں آج اسے آزمانے کی کوشش کروں گا،“
اپنا نق اٹھاتے ہوئے دروازے کی طرف بڑھتا ہے۔

اس دن صبح لکاس اسکول کی سیر چیزوں پر اکیلا بیٹھا ہوا تھا۔
اسیم نے سوچا لکاس سے بات کرنے کا یا اچھا موقع ہے۔
جس ”گذوں سیندوچ“ کو اس نے اپنے والد کے ساتھ آزمایا تھا،
لکاس بہت شرمند ہوا اور اسیم سے اپنے رویہ کی معافی مانگی۔

”میں نے تمہارا مذاق اڑایا اس کے لئے تم مجھے معاف کرو میرا مقصد تمہارا دل دکھانا نہیں تھا۔
آئندہ میں یہ یاد رکھنے کی کوشش کروں گا اور سوچ کر بات کروں گا۔“

”شکریہ، لکاس! اسیم نے جواب دیا۔“

بیل بھی اور سب اڑ کے کاس کے لئے روانہ ہوئے، اپنے فٹ بال ٹیم کے کاڑیوں کا انتخاب کرتے ہوئے۔

☆ ختم شد ☆

والدین کی رہنمائی

سیم اور اس کے خیر سگالی سینڈوچ کو

ہمارے بچوں کو یہ سکھانا کہ دوسروں کے ساتھ مسائل کو کیسے حل کیا جائے آسان نہیں ہے۔ دوسروں کی ضروریات کو سمجھتے ہوئے اپنی ضرورت کو ثابت انداز میں کہنا اور پھر اس کے حل کے لئے بات چیت کرنا ہی اصل کام ہے۔ سیم اور گذول سینڈوچ کو والدین اور اساتذہ کے لئے اسی لئے لکھا گیا ہے تاکہ اسے پڑھ کر ہم اپنے بچوں کو بھی اسی انداز کی گفتگو سے متعارف کروا سیں۔

اس کہانی کا مرکزی خیال بھی یہی ہے کہ اس دور میں تمام عمر کے لوگ اگر دوسروں کی باتوں پر یقین کریں گے اور ان کا مسئلہ غور سے سیں گے تو تو ہی مسئلے کا حل نکل پائے گا۔ تمام جھگڑے میں ایک تو جھگڑے کا موضوع اور دوسرا جھگڑا کرنے والے لوگوں کا آپس میں تعلق شامل ہوتا ہے۔ کئی مرتبہ ایسا ہوتا ہے کہ جھگڑے کی نوعیت سے زیادہ آپس کے رشتہوں کو زیادہ اہمیت دی جاتی ہے جس سے مسئلہ حل ہو جاتا ہے لیکن رشتہوں میں دراڑ پڑ جاتی ہے۔

ہم میں سے بہت سے لوگ ”حکم + اعد او شمار“ کے انداز میں لوگوں سے سلوک کرتے ہیں جیسے ”تمہارا روم بہت گندہ ہے“، ”اپنابستر بچھالو“ یا ”یہ کاکل تک مکمل ہو جانا چاہیے“، ”تم اپنی شام کی مصروفیات ترک کر دو۔“

اس طرح کے انداز سے جو بولنے والا ہے اس کی اہمیت پیچھے رہ جاتی ہے اور کا پرزور دیا جاتا ہے۔

اس طرح کو صورتوں میں ڈیٹا، ثبوت یا مسئلہ صاف واضح ہے لیکن اپنیکر کی حرکات کم واضح ہیں۔ کیا اپنیکر کی واقعی ذاتی معاملے میں زیادہ تعلقات کی قدر کرتا ہے۔ کیا یہ صورت حال دوسروں پر اپنی طاقت بتانے کے بارے میں ہے یا مدد کے لئے یہ ایک قانونی درخواست ہے؟

خیر سگالی کے سینڈوچ کی شیکنک اپنیکر کو تمام حقائق کو سینڈوچ کی تہوں میں لپٹنے کے بعد مسئلے کو واضح کرتی ہے جبکہ محبت تعلق کی خواش کو بھی بولا کرتی ہے۔ اس سینڈوچ کو کی سب سے اوپر اور نیچے والی تہہ سے یہ بات ظاہر ہوتی ہے کہ دوسرا شخص بھی قابل قدر ہے۔ سینڈوچ کی فلنگ تمام حقائق کی وضاحت ہے۔ اور اس شیکنک کا دل تمام صورت حال کی حقائق اور جذباتی ضروریات کے درمیان توازن ہے۔ جبکہ سیم اور خیر سگالی کا سینڈوچ کو اس طرح لکھا گیا ہے کہ اس میں دوسرے شخص کو بھی اتحادی طور پر مسئلہ حل کرنے میں شامل کیا گیا ہے۔

درخواست کرنا:

اوپری تہہ:

”میرے خیال میں مسئلے کے حل کے لئے میں تمہاری مدد حاصل کر سکتا ہوں۔“

فلنگ:

”میں نے یہ دیکیو مکائیز خریدا اور جب میں اسے گھر لایا تو پتہ چلا کہ یہ میری ٹائلز والی زمین پر اتنی اچھی صفائی نہیں کر سکتا جتنا کہ شاید قالین پر۔“

نیچے کی تہہ:

”کشمکش روں میں تمہارا نام بہت مشہور ہے اور میں جانتا ہوں کہ ہم یہ کام بھی کرو سکتے ہیں۔“

رِدِ عمل دینا:

اوپری تہہ:

”میں دیکھ سکتا ہوں جو تم نے اپنے کمرے میں کام کیا اور میں تصحیح اس کی داد دیتا ہوں۔“

فلنگ:

”میں دیکھ رہا ہو کہ کچھ کپڑے وہاں فرش پر پڑے ہیں اور کھڑکی دلانے کے بعد بھی تھوڑی دھول لگ رہی ہے۔“

نیچے کی تہہ:

”میں اگر تم اپنے کمرے کی ان چھوٹی چھوٹی چیزوں کی حفاظت کرو گے تو تمہارا کمرہ بہترین دکھنے والا گا۔ ان چیزوں کو رکھنے کے لئے جن چیزوں کی ضرورت ہے کیا وہ سب ہے تمہارے پاس؟“

شاکایت کرنا:

اوپری تہہ:

”ڈاکٹر صاحب، میں آپ کی مہارت کی قدر کرتا ہوں۔ اسی لئے میں نے اپنے کئی دوستوں کو آپ کے بارے میں بتایا ہے۔“

فلنگ:

”اگر چہ آج میرا پانچ سو سی بجے کے لئے تھا اور اب ۳:۳۰ بجے ہیں۔“

نیچے کی تہہ:

”مجھے زیادہ اچھا لگتا اگر آپ مجھے بتاویتے کہ آپ دیر سے آنے والے ہیں۔ مجھے معلوم ہے کہ آپ ایم جنسی کی پیشگوئی نہیں کر سکتے۔ مگر آپ اپنے اٹاف سے میرے موبائل پر فون کروادیتے تو میری مدد ہو جاتی۔“

کئی مرتبہ سینڈوچ کی فلنگ اپنی بات کا بہترین اظہار ہے بغیر فیصلے یا تقدیم کے۔ کسی بات کا اثر موقع کو دیکھتے ہوئے کسی سے بھی دیکھایا سنا جاسکتا ہے۔ رائے پر بحث ہو سکتی ہے جبکہ حقائق خود بولتے ہیں۔ اس مہارت کا سب سے اہم حصہ ہے اپنی خواش بتانا جو اس رشتے اور اس کے نتیجے دونوں کے لئے اچھا ہو۔

ہمارا آخری بیان:

اوپری تہہ:

”ہم بھی والدین ہیں اور ہم جانتے ہیں کہ اپنے بچوں کو موثر سماجی زندگی کے بارے میں دلوانا آسان نہیں ہے۔

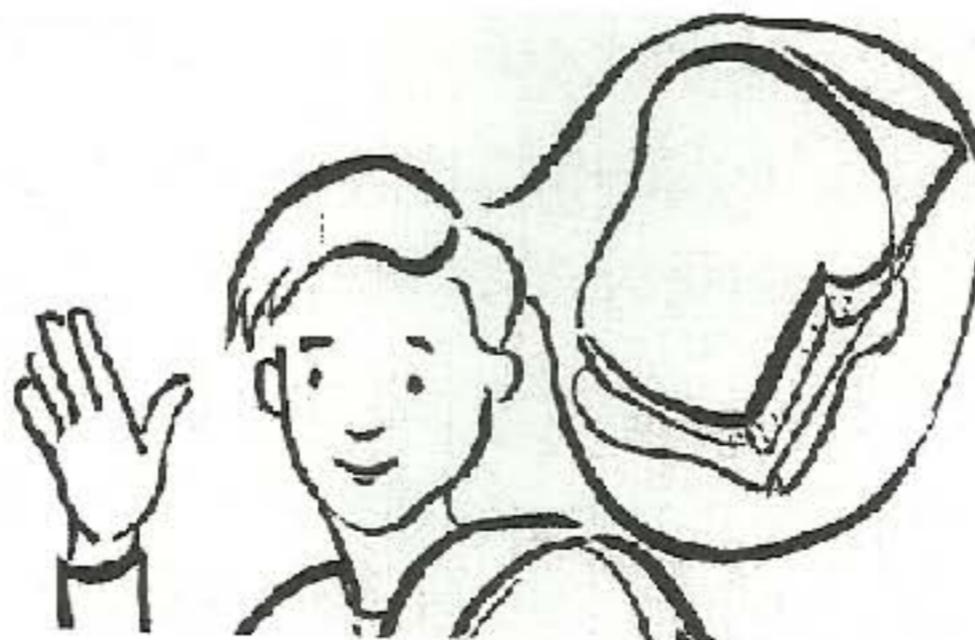
فلنگ:

”یہ کہانی ہمارے بچوں کی سوچ کو ایک مختلف انداز میں سوچنے کے لئے راغب کرنے کا ایک ذریعہ ہے۔“

نیچے کی تہہ:

”ہم امید کرتے ہیں کہ آپ اس حکمت علمی کا فائدہ اٹھائیں گے بچوں کے لئے اور ان لوگوں کے لئے جن کی آپ اپنی زندگی میں قدر کرتے ہیں۔“

آپ اپنے خیر سگالی کے سینڈوچ کا لطف اٹھائیں!



اساتذہ کی رہنمائی سیم اور خیر سگالی سینڈوچ کو

ہم نے کتنی بار اپنے آپ سے یا باند آواز میں کہا ہے کہ ”میں اس مواد کے ذریعہ بہت جلد نتائج حاصل کر سکتا ہوں اگر مجھے ان چھوٹے ٹنز اعات سے نہ نہ مٹنا ہو۔ طالب علموں کو کامیاب انسان بننے کے عمل کیس مدد کرنے کے لئے ٹھپر کوہی وہ پہلا انسان ہونا چاہیے جو ناکوتی کے جذباتی ذہانت بھی اتنی ہی اہم ہے جتنی کہ دانشوری (عقل مندی) (intelligence intelligence). ہم سب نے اپنے طالب علموں کو کچھ یوں کہا ہے ”اچھے بنو، یا کام اس کے ساتھ کرو، اور اب تک ہمارے پاس کوئی ایسا طریقہ نہیں ہے کہ ہم اپنے طالب علموں کو قیمتی ہدایت کے اوقات سے دور کئے بغیر ان کو اپنے نقطہ نظر سمجھنا ماند اکرات یا موخر انداز میں گفتگو کرنے کا فن سکھا سکیں۔

سیم اور خیر سگالی سینڈوچ اساتذہ کو ایک تعلیمی اوزار دینے کے لئے لکھا گیا تھا۔ جبکہ اس سے ان کے طالب علموں کے ذہنوں میں سماجی سوچ کا نیچ بولیا گیا ہے۔ کہانی کو محض تفریح یا سماجی مہارت سیکھنے کے لئے پڑھی جا سکتی ہے۔ اس کے ساتھ مسلک سابق کی منصوبہ بندی تعلیمی معیار کی مختلف اقسام کو مضبوط بنانے کے لئے استعمال کی جا سکتی ہے۔

اس کہانی کا عنوان بھی کسی دوسرے شخص کو بطور حایف مسائل یا تنازعات کے حل میں شامل کرنے کی طرف اشارہ کرتا ہے تا کہ واضح طور پر وہ تنازع کے موضوع کو خوبصورتی سے ختم کر سکے۔ طلباء نے یہ واضح کیا ہے کہ کسی بھی مسئلے میں کسی شخص سے ثبت اتفاقات بھی اتنے ہی اہم ہیں جتنا کہ ثابت نتیجہ۔ یہاں اس بات کا امکان زیادہ ہے کہ دوسرا شخص مسئلے میں بطور دوست شامل ہو گا بطور مخالف نہیں۔

اس کہانی میں غالباً آپ اپنی بات چیت کرنے کے فن کو پہچانیں گے۔ جب آپ گذول سینڈوچ کے بارے میں سوچیں گے تو آپ کو لگے گا کہ آپ نے کئی بار اس مہارت کا استعمال کیا ہے۔ یہاں کچھ مثالیں دی گئی ہیں۔

والدین کی کانفرنس کے دوران رائے دینا:

اوپری تہہ:

”مجھے خوشی ہے کہ آج آپ آنے کے قابل تھیں، ”مسز کارن“، ”میں آپ کے بیٹے، ”وارڈ“ کو جان کر لطف اندوز ہو رہا ہوں۔
فلنگ:

”وارڈ کے ساتھ کرنے کے سب سے بہتر طریقے کے بارے میں مجھے آپ کی کچھ مدد کی ضرورت ہے وہ ایک شاندار شخصیت ہے۔
اور کئی مرتبہ کالاس کا فائدہ بھی ہوتا ہے۔ مگر کئی مرتبہ جب وہ بچھر جاتا ہے کہ اس کو اپنے محور پر لانا مشکل ہے۔“

نیچے کی تہہ:

اگر ہم اس وقت اس کی مدد کریں رو وہ تھوڑا بہتر ہو سکتا ہے۔ اس طرح وہ اپنے ٹیچر زکی بہت سی اصلاح سے بھی نفع سکتا ہے اور اس کے دوست بھی اس سے خوش رہیں گے۔

ایک ساتھی کی درخواست تبدیل کرنا:

اوپری تہہ:

”مجھے تمہارے لئے تمہارا آخری پیر یڈ لے کر بہت خوشی ہو گی کیونکہ تم نے ہمیشہ میرا پیر یڈ لیا ہے اور میں اس کی داد دیتا ہوں۔“
فلنگ:

”آج میں یہ پیر یڈ نہیں لے سکتا کیونکہ میرے شیڈول میں آج والدین کے ساتھ کانفرنس ہے مسز کارن کے ساتھ دوبارہ۔“

نیچے کی تہہ:

”اگر تم اپنے کام کو آگے پیچھے کرو تو میں یہ پیر یڈ کل یا جمعرات کو لے سکتا ہوں۔“

ایک طالب علم کو دوبارہ اپنے محور پر لانا:

اوپری تہہ:

”ماں، میں تم سے کچھ ضروری بات کرنا چاہتا ہوں جب بھی تم اپنے پڑھنے کے اسائنسٹ کو ختم کرو تم کا اس میں ایک عظیم معاون رہے ہو۔

فلنگ:

”میں نے محسوس کیا ہے کہ پچھلے کچھ دنوں سے تم اہم کردار ادا کرنے کے قابل نہیں ہو، کیونکہ تم نے ہوم ورک نہیں کیا ہے۔“

نیچے کی تہہ:

”ہم نے تمھیں بہت مس کیا ہے۔ میرے خیال میں تم دوبارہ اپنے محور پر آ سکتے ہو۔ آج رات اک اسائنسٹ شروع کرنے سے کیا آج رات کو ایسا کچھ ہونے والا ہے جو تمھیں اپنا کارنے سے دور رکھے؟“

آپ کی سوچ کی کا خلاصہ یہ ہے کہ آپ کو اس بات کا یقین ہو کہ دوسرے شخص جانتا ہے کہ آپ اس کے ساتھ اتفاقات کی قدر کرتے ہیں اور ضرورت میں اس کا ساتھ دینے کے ساتھ وہ تنازع جسے حل کرنے کی کوشش کر رہے ہیں، میں منصفانہ اور غیر جانبدارانہ بیان دیں گے۔ آپ کی بات کا آغاز اور انجام۔ (”ڈبل روٹی کے دو حصے“) دوسرے شخص کے لئے اس کی تعریف اور نیک خواہشات کے اظہار کے ساتھ، اس سے آپ کو ان کا تعاون حاصل کرنے کا موقع ملے گا مسئلے کے حل میں۔ (”فلنگ“)

سیم اور خیر-گالی کا سینڈوچ میں، ایک والد اپنے بیٹے کو تنازع کے حل کی ضروریات کے ذریعے حالات کے مطابق بات کرنے کا طریقہ بتاتے ہیں۔ اور یہ کہتے ہوئے اپنی بات کو ختم کرنا: ”تو تم کیسے کر سکتے ہو جبکہ میں یہ کر سکتا ہو۔“ اس سے لوگوں کی ایسی ضرورت کے مطابق مسائل کے نئے حل مل جائیں گے۔ تنازع کے حل کے کام کو ایک طرف رکھتے ہوئے، خیر-گالی کے سینڈوچ کا استعمال برائے راست رائے دینے، اصلاح کرنے اور تقدیم کرنے لئے بھی کیا جاسکتا ہے دی گئی اصلاح کا ایک پیپر کے اوپر متوازن عمل کی تصویر کریں۔

اوپر کی تہہ:

”ڈیو! تمہاری کہانی کے پچھے جو تمہارے خیالات ہیں وہ مجھے بہت اچھے لگے۔

فلنگ:

مجھے کہانی کو سمجھنے کے لئے کچھ مرتبہ کہانی کے کچھ حصوں کو بار بار پڑھنا پڑتا ہے۔

نیچے کی تہہ:

کچھ ریڈرز (readers) میں اتنا صبر شاید ہی ہوت نوٹ کرنا میں نے پیپر میں کچھ مشورے دیئے ہیں۔ دیکھیں ان مشوروں کے بارے میں تم کیا سوچتے ہو۔ یوں سکتا ہے ان مشوروں پر عمل کر کے اس کہانی کو پڑھنا اور آسان ہو جائے۔“

ہم نے سیم اور خیر سگالی کے سینڈوچ کے پچھے سبق کی منصوبہ بندی کے کچھ آئیڈیا ز شامل ہیں۔ آپ اپنی مخصوص کلاس کے لئے اپنے کچھ آئیڈیا ز استعمال کرنے کے لئے اپنے آپ کو بلکل فری سمجھیں۔ یوں سکتا ہے آپ کے اپنے آئیڈیا ز بر اور راست آپ کی کلاس کی ضرورت کو پورا کر سکے۔

مزید ایک اور مثال سے ہم کہانی کا اختتام کریں گے:

اوپر کی تہہ:

”ہم جانتے ہیں کہ دن بھر کی مصروفیات میں مزید ایک اور کام کرنا کتنا مشکل ہے۔

فلنگ:

اگر آپ کے طالب علم را بطور کا ایک اسیاطریقه اختیار کرتے ہیں جس سے آپ میں تناو کی بجائے تعاون میں اضافہ ہوتا ہے تو کیا اس سے آپ کے اور آپ کے طالب علموں کے لئے کلاس کا ماحدہ زیادہ خوشگوار ہو جائے گا؟“

نیچے کی تہہ:

ہمیں امید ہے کہ یہ کہانی آپ کے لئے مفید ثابت ہوگی اور اپنی انفرادی کلاس کی ضرورت کے تحت اس کی مثالوں کو سمجھنے لے لئے آپ نے اپنا جو وقت دیا ہے اس کی ہمداد دیتے ہیں۔

☆ گڈک ☆



سبق کا منصوبہ

اپنے طالب علموں سے پوچھتے ہوئے شروع کریں کہ مشکل درخواست یا شکایت اگر صورت حال چیلنج (challenging) ہو، ہم کچھ مثال پیس کرتے ہیں۔

☆ اگر آپ کا دوست آپ کا چشمہ لے اور ٹوٹا ہوا اپس کرے۔

☆ آپ کو اس بات کا یقین ہو کہ آپ کے والدین نے آپ کی بہن کے مقابلے میں آپ کو گھر کا کام کا جز زیادہ دیا ہو۔

☆ آپ کا بھائی یا بہن امنے مشترک کمرے کو صاف سحرار کھنے میں آپ کی مدد نہ کرے۔

☆ آپ کے دوست کو آپ کے ساتھ پروجیکٹ پر کام کرنے کے لئے شامل کیا ہوا اور وہ اتنا کام نہ کرے جتنا آپ کرتے ہیں۔

☆ آپ اپنے دوست کو آپ کی پیٹھ پیچھے برائی کرنے سے روکنا چاہتے ہیں۔

جوڑے کی صورت میں یا کردار کی ادائیگی سے آپ اپنے طالب علموں کو سکھائیں کہ وہ اپنی شکایت یا درخواست کا اظہار کیسے کریں گے۔ آپ اپنے طالب علموں کو یہ بھی باور کروائیں کہ ہمیشہ اپنی مشکل کا اظہار کسی دوسرے سے کرنا اتنا آسان نہیں ہے۔ اگر آپ اپنے دوست کو اپنے اور اس کے تعلقات کو بہتر بنانے کی ضرورت کے لئے کچھ کہنا چاہیں تو وہ بھی مشکل ہے یا پھر بات پر اس کی بات پر اپنی رائے دینا اپنے اور اس کے تعلق کی بہتری کے لئے بھی شاید مشکل ہے۔

آپ اپنے طالب علموں پر یہ واضح کریں کہ آپ ان کے دوسروں کے ساتھ مسائل کو حل کرنے کے لئے ایک آسان طریقہ کا رہتا چاہتے ہیں۔ آپ ان کے سامنے سیم اور خیر سگالی کا سینڈوچ پڑھیں۔

اس کہانی کے اختتام پر آپ ان سے اس آئیڈیا ز کے بارے میں پوچھیں جو گذول سینڈوچ میں دیا گیا ہے۔ آپ میں باہمی مسائل کو حل کرنے کے بارے میں ان کو شاید کہانی کا تصور سمجھنے میں دشواری ہو۔ یہاں خیالات کو سمجھنے کے لئے خیر سگا۔

☆ کوئی کامیابی ملنے کی ایک دوستانہ امید

☆ دوسروں پر مہربان ہونے کی خواش

☆ دوستانہ یا مہربان ہونے والا روئیہ

آپ اپنے طالب علموں کو خیر سگا لی کے سینڈوچ کے کچھ اور پیغامات جیسے پہلے بیان کئے گئے ہیں لکھنے کے لئے کہیں۔

آپ اپنے طالب علموں کو نگین کاغذ فراہم کریں تا کہ وہ اپنا خیر سگا لی کے سینڈوچ کے کتابچے تیار کریں جس میں اوپر کے صفحات اور نچلے صفحات کو ڈبل روٹی کے سلاس کی شکل دیں اور درمیان کے صفحے کو پنیر سمجھیں۔ اس کے آگے کے صفحے پر طالب علموں کو خیر سگا لی کے سینڈوچ کا بیان لکھنے کو کہیں چیز والے صفحے پر مسئلہ اور اس کے حل کے بارے میں صفحے کے نچلے حصے پر بیان کریں۔

PSI کی جانب سے وسائل:

امن کلاس روم میں: ہٹی وین گرپ (ایڈیمز)

تخلیقی سرگرمیوں کا ایک دلچسپ مجموعہ کلاس روم میں امن کو فروغ دینے کے لئے اس کا استعمال کرنا۔ ایک بہت ہی کارآمد ذریعہ۔

پیس فل اسکول: ماؤں ہے کام کہ: ہٹی وین گرپ

کینڈا بھر کے 20 اسکولوں سے خیالات اور انداز فکر کے استرائک سے اس میں ایسے بہت سے عملی طریقے دیتے گئے ہیں جس پر عمل کر کے اسکولوں میں امن کی ثقافت کو ترقی دی جاسکتی ہے۔ اصل مواد، سرگرمیاں، واقعات اور دیگر وسائل جو تیار کئے گئے ہیں پیس کی پیداواری ہیں جس کے بناء پر طالب علموں تعاون، احترام، منور انداز گفتگو، جذبات کے اظہار اور تاز عات کو حل کرنے میں مدد ملتے۔

ہم مرتبہ ثالثی: ایک مکمل گائیڈ: ہٹی وین گرپ

یہ کتاب ان لوگوں کے لئے ڈیزائن کی گئی ہے جو تاز عات کے حل اور ہم مرتبہ ثالثی کے فلسفے کو سمجھتے ہیں اور ایسے عملی اوزار کی تلاش کر رہے ہیں جن کو ان پر لا گو کیا جاسکے اس میں ثالثوں کی تربیت، تاز عات کی نوعیت، ثالثی کا عمل اور بات چیت کے انداز کو منور کرنے کے لئے کھیلوں، ڈرامے کے کرداروں، ورک شیٹ اور مختلف مشقتوں کو شامل کیا گیا ہے۔

نگہبان اسکولوں کی تشکیل: تمام موسموں کے لئے امن کو فروغ دینے والی سرگرمیاں: ہٹی وین گرپ

یہ کتاب ابتدائی اور ثانوی اساتذہ اور منتظم کے لئے 30 سے زائد عمل کرنے والی اسکولوں کے وسیع اقدامات، بہت سی مختلف حالتوں، اصل گیت "The Right Thing to Do" کے لئے CD، میوزک شیٹ، موضوعات کی لسٹنگ اور ٹائپ م موضوعات شامل ہیں۔

پُر امن اسکول:

یہ ٹول کٹ دو DVDs اور تین گائیڈ کتابوں پر مشتمل ہے۔ اس میں دو انتہائی مشہور فلمیں جن کی ہدایت ایوارڈ یافتہ ہدایت کارٹریریا میلکنس اور پیشکش کینیڈ آپشنل فلم بورڈ کی تھی، شامل ہیں۔ Learning peace Waging peace میں جونیئر ہائی میں تبدیلی کا ایک سال جبکہ اسکول کو دکھایا گیا ہے جس میں امن کی تعلیم کو نصاب کے ساتھ مربوط کیا گیا ہے جیز آن کن نتائج کے ساتھ۔ (فرنجی اور انگلش زبانوں میں دستیاب ہے)

ان تمام لوگوں کے لئے جو جانتے ہیں کہ
وہ طریقہ جس سے ہم ایک دوسرے سے سلوک کرتے
اتنا ہی معنی رکھتا ہے جتنا کہ مسئلے کو حل کرنے کی کوشش کرنا۔

ساتویں مہارت: مددلو اگر ضروری ہو

کسی کو یہ حق نہیں کہ وہ کسی کی بے عزتی کرے۔ ہم اپنے بچوں کو حتیٰ کہ نابالغ بچوں کو بھی سکھا سکتے ہیں کہ انہیں کبھی کبھار مدد کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ جب لوگ آپ کو تکلیف پہنچا رہے ہیں اپنے انتہائی برے روئتے سے اس صورت میں ہمیں بچوں کو بتانا چاہیے کہ کس طرح ثبت انداز میں اپنی بات منوائیں اور اپنے بڑوں سے اس طرح مدد حاصل کریں کہ جس پر عمل کر کے انہیں فائدہ ہو۔

☆ مس جوز، میں نے جو سے بات کرنے کی کوشش کی مگر وہ اب بھی مجھے پریشان کر رہا ہے۔ میں بکواس نہیں کر رہا ہوں، مجھے آپ کی مدد چاہیے۔
☆ مسٹر اسمعیل، میں نے جمال کو روکنے کی ساری کوشش کر لی ہیں کہ وہ مجھے پریشان کرنا چھوڑ دے۔ میں اور کیا کروں، میں نہیں جانتا اور میں دوبارہ اس پر غصہ ہونا بھی نہیں چاہتا۔ کیا آپ اس صورتحال سے نکلنے کے لئے میری مدد کر سکتے ہیں؟

مشق، مشق، مشق!

اس بات پر کافی زور نہیں دیا جا سکتا ہے کہ اس مہارت کی بار بار مشق کرائی جائے اس سے پہلے کہ وہ آسانی سے اپنی بات کا اظہار کر سکیں۔ ایک طریقہ ہے، یہ ایک غیر ملکی زبان کی طرح ہے کہ شروع میں بولنا آپ کے پچھے کو کچھ عجیب لگے گا لیکن جیسے زبان میں روانی آئے گی وہ بلند آواز میں دعوے کے ساتھ اس زبان میں بات کرے گا۔