باب 14

ہمارے ملبوسات

(Our Apparel)

آموزشی مقاصد

اس باب کے مطالعہ کے بعد طلبا:

- لباس کے مختلف استعمال اور کپڑوں کے انتخاب پر اثر ڈالنے والے عوامل پر گفتگو کر سکیں گے۔
- بچوں کے لیے لباس سازی کی عام ضروریات پر گفتگو کر سکیں گے۔
- مختلف عمر والے بچوں کے لباس کی ضروریات اور ان کی خصوصیات کو سمجھ سکیں گے۔
- معذور بچوں کے لباس کی ضروریات پر گفتگو کر سکیں گے۔

جب کسی سے آپ کی پہلی ملاقات ہوتی ہے تو آپ سب سے زیادہ کس بات سے متاثر ہوتے ہیں؟ اس کے لباس سے، چہرے سے، اس کی شخصیت سے یا ایک ساتھ ان سب چیزوں سے۔ ہماری وضع قطع، چال، مسکراہٹ یا ناراضگی اور ہمارے جسمانی اعضا کے اشاروں کی مختلف شکلیں ہماری شخصیت کا مجموعی تاثر پیدا کرنے میں مددگار ہوتی ہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ اچھی وضع قطع بھی اہم ہوتی ہے۔ لباس یا کپڑوں کی اہمیت کو سمجھنے کے لیے ہمیں یہ جاننے کی ضرورت ہے کہ ہم جو لباس استعمال کرتے ہیں اس کو پہن کر ہم کیسا محسوس کرتے ہیں۔

14.1 کپڑوں کے استعمال اور کپڑوں کا انتخاب
(Clothing Functions and the Selection of Clothes)

آج جو کپڑے آپ نے پہنے ہیں ان پر غور کیجیے اور یہ سوچیے کہ آپ نے یہ کپڑے کیوں پہنے ہیں؟ ہوسکتا ہے اس لباس کے انتخاب میں موسم کا دخل ہو یا اس سرگرمی کا جو آپ کو اسکول میں انجام دینی ہو یا پھر اس تقریب کی وجہ سے آپ نے یہ لباس پہنا ہو جس میں آپ کو اور آپ کے اہلِ خانہ یا دوستوں کو شرکت کرنی ہے یا پھر ہوسکتا ہے کہ اس انتخاب کا کوئی خاص سبب نہ ہو۔

© NCERT not to be republished

ہم سب کپڑے پہنتے ہیں اور مختلف قسم کے کپڑے پہنتے ہیں۔ آیئے یہ سمجھنے کی کوشش کریں کہ ہم کوئی خاص لباس کیوں منتخب کرتے ہیں؟ اس کے ساتھ ہی ہمیں یہ بھی سمجھنا ہوگا کہ دیگر لوگوں کی پسند کے کیا کیا اسباب ہوسکتے ہیں۔

شرم وحیا (Modesty)

کپڑے پہننے کا سب سے اہم سبب شاید یہ ہے کہ لوگ سماج میں کپڑوں کے بغیر ادھر ادھر نہیں جاسکتے۔ ہم شرم کی وجہ سے لباس پہنتے ہیں۔ آپ شاید جانتے ہوں گے کہ چھوٹے بچوں کو بغیر لباس کے ادھر ادھر گھومنے میں الجھن محسوس نہیں ہوتی۔ بچوں کو یہ سکھانا ضروری ہوتا ہے کہ جسم کو ڈھک کر رکھنا چاہیے۔

شرم وحیا کے بارے میں خیالات سماج ہی کے ذریعے تشکیل پاتے ہیں۔ ہوسکتا ہے کہ کسی ایک سماج میں جو بات شرم وحیا کا باعث ہے دوسرے کسی سماج میں اس کا باعث نہ ہو۔ مثال کے طور پر کچھ معاشروں میں عورتوں کے سر نہ ڈھکنے کو بے حیائی سمجھا جاتا ہو جب کہ یہ بھی ہوسکتا ہے کہ کچھ برادریوں میں ٹانگوں کو نہ ڈھکنا بے حیائی سمجھا جاتا ہو۔

تحفظ (Protection)

ہم ماحول سے تحفظ کے لیے بھی کپڑے پہنتے ہیں۔ ماحول سے تحفظ کا مطلب سخت موسمی حالات، دھول اور آلودگی سے تحفظ ہے۔ ہم مختلف موسموں کے لحاظ سے اپنے کپڑے بدلتے ہیں۔ گرمیوں کے مہینوں میں ہم ہلکے سوتی کپڑے پہنتے ہیں اور سخت دھوپ سے بچنے کے لیے سروں کو بھی ڈھانپتے ہیں جب کہ سردیوں کے مہینوں میں ہم اپنے آپ کو اونی یا موٹے کپڑوں میں لپیٹے رکھتے ہیں۔

کپڑے ہم کو جسمانی نقصان سے بھی بچاتے ہیں۔ آگ بجھانے والے کارکن، آگ، دھوئیں اور پانی سے بچنے کے لیے خصوصی کپڑے پہنتے ہیں۔ کھیل کود کی بیشتر سرگرمیوں مثلاً فٹ بال، ہاکی اور کرکٹ وغیرہ کھیلنے کے دوران ایسے کپڑوں کی ضرورت ہوتی ہے جو کھلاڑی کو چوٹ لگنے سے بچاسکیں۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ کھلاڑی اپنے عام لباس کے ساتھ خصوصی تحفظ کے لیے آرم گارڈ (Arm guard) لیگ گارڈ (Leg guard) اور رسٹ بینڈ (Wrist band) وغیرہ کا بھی استعمال کرتے ہیں۔

سرگرمی 1

کیا آپ برسات کے موسم میں استعمال ہونے والے کپڑوں کی نشان دہی کرسکتے ہیں؟ اس موسم میں کس قسم کے کپڑوں اور دیگر اشیا کا استعمال ہوتا ہے؟ ان سب کی ایک فہرست تیار کیجیے اور اس پر اپنے دوستوں سے گفتگو کیجیے۔

سماجی حیثیت (Status and Prestige)

کپڑے سماجی حیثیت کی بھی علامت ہوتے ہیں۔ یہ بات سچ ہے کہ آپ لوگوں کی سماجی اور اقتصادی حیثیت کا اندازہ ان کے لباس سے کرسکتے ہیں۔ آپ نے کچھ تاریخی فلموں میں دیکھا ہوگا کہ بادشاہوں اور درباریوں کے لباس عام لوگوں کے لباس سے مختلف ہوتے

© NCERT not to be republished

ہیں۔ سماجی حیثیت اور اپنے وقار کا احساس دراصل انسان کی خودشناسی کا حصہ ہے اور لباس ایک ایسا ذریعہ ہے جس سے اس احساس کی تکمیل بھی ہوتی ہے اور اس کا اظہار بھی۔ ہندوستان میں تہواروں اور مختلف خاندانی تقریبات کے مواقع پر لوگ ایسے کپڑے پہنتے ہیں جن سے ان کے سماجی مقام اور مرتبے کا پتا چلتا ہے۔

ان دنوں زیادہ سے زیادہ طرح دار کپڑوں کی مناسب قیمتوں پر دست یابی کی وجہ سے نوجوان بڑی تعداد میں ایسے کپڑے خرید رہے ہیں۔ اسی طرح کے اور بھی کپڑے (جیسے ٹی شرٹ، جینس، شلوار، کرتا) ہر عمر اور ہر معاشی سطح کے لوگوں کے لیے مل جاتے ہیں۔ ہر قسم کے کپڑوں کی ہر شخص کے لیے فراہمی سے سماج میں مختلف طبقوں کے درمیان امتیازات ختم کرنے میں بھی مدد ملتی ہے اور جمہوری ملک میں سماجی برابری کی طرف پیش رفت بھی ہوتی ہے۔

آرائش وزیبائش (Adornment)

کیا آپ کے خیال میں لباس صرف اس لیے پہنا جاتا ہے کہ آپ جاذب نظر لگتے ہیں؟ ہاں، ہم اچھے کپڑے اس لیے بھی پہنتے ہیں کہ اس سے ہماری ظاہری شکل وصورت میں نکھار آتا ہے۔ مرد ہو یا عورت، جسم کی آرائش اور اس کو خوب صورت بنانے کی ضرورت کا احساس ایک حقیقت ہے اور یہ بات کسی نہ کسی درجے میں سبھی سماجوں میں پائی جاتی ہے۔ کان چھدوانا، ناخنوں پر پالش کرنا، بال گوندھنا اور ان میں گرہیں لگانا، یہ سب آرائش وزیبائش کے ایسے طریقے ہیں جو آج بھی رائج ہیں۔ زیب وزینت کے کون سے طریقے پسندیدہ ہیں اس کا تعین سماج ہی کرتا ہے۔

آج کل بازار میں طرح طرح کے کپڑے دست یاب ہیں جن میں سے بیشتر کپڑوں کا استعمال لباسوں کے طور پر کیا جاتا ہے۔ پچھلے باب (باب 7) میں آپ نے کپڑوں کے مختلف پہلوؤں کے بارے میں پڑھا تھا، یعنی یہ کہ کوئی کپڑا کس خام مال یا ریشے سے بنا ہے، کپڑے کی قسم کیا ہے اور تیاری کے بعد اس کی چمک دمک کے لیے کیا کیا طریقے استعمال کیے جاتے ہیں۔ آپ اس طرح کپڑوں کے مختلف استعمال اور ان کی حفاظت کی ضرورت کے لحاظ سے کپڑوں کی خصوصیات بیان کر سکتے ہیں۔ کپڑوں اور ملبوسات کے انتخاب میں صرف کپڑوں کی مختلف خصوصیات کو ہی پیش نظر نہیں رکھا جاتا بلکہ لباس کے مختلف اسٹائل اور دیگر لوازمات ومتعلقات کا بھی دھیان رکھا جاتا ہے۔ ہم کپڑے پہننے کے اسباب پر اس سے پہلے گفتگو کر چکے ہیں۔ ہم یہاں مختلف عمر کے لوگوں کے لیے کپڑوں کے انتخاب اور ان کی خصوصی ضروریات پر گفتگو کریں گے۔

14.2 ہندوستان میں کپڑوں کے انتخاب پر اثر انداز ہونے والے عوامل (Factors Affecting Selection of Clothing in India)

کپڑوں کی ضرورت اور کپڑوں کا انتخاب اس علاقے کی جغرافیائی خصوصیات، آب وہوا اور موسمی خصوصیات پر منحصر ہوتا ہے۔ اس عمل میں کپڑوں کی آسانی کے ساتھ فراہمی، ثقافتی اثرات اور اس سے بھی بڑھ کر خاندانی روایات کے اثرات بھی ہوتے ہیں۔ یہاں ہم عمومی طور پر کپڑوں کے انتخاب کو متاثر کرنے والے عوامل کا اختصار کے ساتھ ذکر کریں گے۔

© NCERT not to be republished

عمر (Age)

کپڑوں کے انتخاب میں عمر ایک اہم عامل ہے جس کا خیال زندگی کے ہر مرحلے پر رکھا جانا چاہیے۔ بچوں کے کپڑے یا ان کے لباس کے انتخاب میں تو اس کی خاص اہمیت ہوتی ہے کیوں کہ بچوں کے کپڑوں کا انتخاب والدین یا گھر کے بڑوں کو کرنا ہوتا ہے۔ یہ بات بھی اہم ہے کہ بچے، خاص طور پر شیر خوار بچے کوئی گڑیا گڈے نہیں ہوتے جنھیں بڑے اپنی تسکین کے لیے اپنی مرضی کا لباس پہنائیں اور بناؤ سنگار کریں۔ ان کی جسمانی نمو، حرکی نشو ونما، لوگوں اور چیزوں سے ان کا تعلق اور ان کی اپنی پسندیدہ سرگرمیوں وغیرہ کا خیال، بچوں کے آرام اور ان کی حفاظت کے نقطۂ نظر سے رکھنا ضروری ہوتا ہے۔ جیسے جیسے بچے بڑے ہوتے ہیں ویسے ویسے خاندان سے باہر کے لوگوں سے ان کا تعلق اور راہ و رسم بھی بڑھتا ہے۔ اب وہ ان کپڑوں اور لباسوں کے بارے جاننے لگتے ہیں جو دوسرے لوگ پہن رہے ہیں اور یہ بھی کہ دیگر لوگ ان کے کپڑوں کے بارے میں کیا سوچتے ہیں۔ بچپن کے درمیانی حصے میں ہم عمروں جیسے کپڑے پہنے کا جذبہ بھی اہم ہو جاتا ہے اور عمر بڑھنے کے ساتھ یہ جذبہ بھی بڑھتا جاتا ہے۔ کپڑوں اور ملبوسات سے بچوں میں ملکیت اور قبولیت (Belonging and Acceptance) کا احساس فروغ پاتا ہے۔ عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ ان کے لباس میں تبدیلیاں آتی ہیں اور لڑکوں اور لڑکیوں کے لباس میں فرق آجاتا ہے۔ نوبلوغت کا زمانہ آتا ہے تو جسمانی نمو کی رفتار تیز تر ہونے سے لڑکے اور لڑکیوں کے لباسوں کا فرق اور نمایاں ہو جاتا ہے۔ نوبالغ بچے سماجی اور ثقافتی معاملات اور عصری رجحانات اور میلانات کو بھی جاننا سمجھنا شروع کر دیتے ہیں جس سے کپڑوں کے انتخاب کا عمل بھی متاثر ہوتا ہے۔ ان کو یہ یقین ہو جاتا ہے کہ سماج میں ان کی قبولیت اور ان کے تعلقات ان کی ظاہری شکل وصورت پر منحصر ہیں جس میں اچھے لباس کو بہت زیادہ اہمیت حاصل ہے۔

آب وہوا اور موسم (Climate and season)

پچھلے حصّے میں آپ نے پڑھا تھا کہ کپڑے پہننے کی ایک اہم وجہ ماحول اور موسم سے تحفظ ہے۔ اسی لیے بچوں کے کپڑوں کا انتخاب کرتے وقت یہ خیال رکھنا ضروری ہے کہ وہ آب وہوا کے مطابق ہوں۔ سردیوں کے موسم کے لیے کپڑوں کی ضروریات گرمیوں کے موسم کی ضروریات سے مختلف ہوں گی اور اسی طرح زیادہ بارش والے علاقوں میں بھی جہاں کی آب وہوا زیادہ مرطوب ہوتی ہے کپڑوں کی ضروریات مختلف ہوں گی۔ جو لباس سال میں صرف تین چار ماہ تک استعمال میں آتے ہیں ان کی لاگت اور تعداد پر بہت دھیان دینے کی ضرورت ہے۔ بڑھتے بچوں کے معاملے میں یہ اور بھی ضروری ہے کیوں کہ اگلے موسم میں کپڑے چھوٹے ہو جاتے ہیں۔

موقع ومحل (Occasion)

لباسوں کا انتخاب بہت حد تک موقع اور وقت پر بھی منحصر ہوتا ہے۔ ہر موقع ومحل کے لیے الگ الگ لباسوں کے لیے غیر تحریری اصول اور روایات موجود ہیں۔ بیشتر اسکولوں کی یونیفارم مقرر ہوتی ہے اور ان کے ساتھ دیگر چیزیں اور زیورات وغیرہ کو نہ پہننے کے لیے بھی ضابطے مقرر ہوتے ہیں۔ جن اسکولوں میں یونیفارم پہننا لازمی نہیں ہوتا وہاں بہت زیادہ رسمی، نمائشی لباس بچوں کے لیے نظم ونسق کی

© NCERT not to be republished

مشکلات پیدا کر سکتے ہیں۔ یار دوست ایسے لباسوں کا مذاق اڑانے لگتے ہیں۔ ان کی وجہ سے بچے گروپ کی سرگرمیوں میں کھل کر حصہ لینے سے بچنے لگتے ہیں۔

سماجی تقریبات اور پارٹیاں ایسے مواقع ہوتے ہیں جب بچے نفیس لباس پہننا پسند کرتے ہیں تا کہ وہ اپنی انفرادیت کا اظہار کر سکیں۔ خاندانی تقریبات جیسے شادی بیاہ کے مواقع پر بچے بھی روایتی طور طریقوں پر عمل کرتے ہوئے مناسب لباس پہنے ہوتے ہیں۔ بیشتر سماجوں میں مذہبی یا سماجی رسوم وقت کے ساتھ روایتی طریقوں پر یا پھر کبھی کبھی اصلاح شدہ طور طریقوں پر جاری رہتی ہیں۔ لباسوں کے انتخاب کا اثر لباس کے طرز پر ہی نہیں، کپڑے کی قسم، اس کی ساخت، رنگ اور دیگر متعلقہ چیزوں پر بھی پڑتا ہے۔ حیا اور تحفظ کے لحاظ سے لباس کا انتخاب موقع، سرگرمیوں اور وقت کے مطابق الگ الگ ہوتا ہے۔ سب سے اہم بات یہ ہے کہ صحیح وقت پر صحیح لباس پہنا جائے۔

فیشن (Fashion)

فیشن کی اصطلاح سے مراد وہ طرز (Style) ہے جو لوگوں کو دل کش لگے۔ بچے بھی مسلسل ٹی۔ وی دیکھتے دیکھتے فیشن پسند ہو جاتے ہیں۔ فیشن، اہم شخصیات، سماجی یا سیاسی رہ نماؤں، لیڈروں، فلمی ستاروں یا پھر قومی اہمیت کے واقعات سے متاثر ہوتا ہے۔ ملبوسات کے مختلف پہلو یعنی کپڑے کی قسم، رنگ، ڈیزائن اور تراش اور اس کے علاوہ ملبوسات کے دیگر لوازمات (جیسے اسکارف، بیگ، بیج اور پیٹی وغیرہ) بھی اس سے متاثر ہوتے ہیں۔ کچھ فیشن ایسے بھی ہوتے ہیں جن میں لباس کی کچھ بعض خصوصیات پر بہت سے زیادہ زور دیا جاتا ہے یا وہ سماج کے کسی خاص طبقے یا کسی خاص علاقے کے لیے ہوتے ہیں۔ ان فیشنوں کی عمر زیادہ نہیں ہوتی۔ یہ فیشن وقتی فیشن (Fads) کہلاتے ہیں۔ بچے اور نوجوان ایسے وقتی فیشنوں سے زیادہ متاثر ہوتے ہیں۔

آمدنی (Income)

لباس کے انتخاب میں آمدنی کو بڑا دخل ہوتا ہے۔ آمدنی کے اثرات خریداری کے وقت کیے جانے والے خرچ پر ہی نہیں بلکہ کپڑے کی پائداری، اس کی نگہ داشت اور رکھ رکھاؤ کی ضروریات اور مختلف مقاصد کے لیے اس کے استعمال پر بھی پڑتے ہیں۔ گھر میں بچوں کی تعداد، ان کی عمروں میں فرق اور بچوں کی صنف (لڑکا لڑکی) وغیرہ لباس کے انتخاب کو متاثر کرنے والے مختلف عوامل ہیں۔ زیادہ آمدنی والے خاندانوں میں اکثر زیادہ متنوع قسم کے کپڑے ہوتے ہیں جنھیں خصوصی تقریبات کے موقع پر استعمال کیا جاتا ہے۔ معمولی یا کم آمدنی والے خاندانوں میں، بڑے بچوں کے کپڑوں کو دوبارہ استعمال کر لیا جاتا ہے یعنی چھوٹے بچے بڑے ہو کر انھیں استعمال کرتے ہیں۔ اس سے ان خاندانوں میں لباسوں پر ہونے والے خرچ میں کمی آجاتی ہے۔

اسکولوں میں تمام بچوں کے لیے یکساں لباس کیوں لازمی ہے اس کی ایک وجہ بچوں کے درمیان سماجی اور اقتصادی فرق کو کم کرنا بھی ہے۔

© NCERT not to be republished

14.3 لباسوں سے متعلق بچوں کی بنیادی ضرورتوں کو سمجھنا
(Understanding Children's Basic Clothing Needs)

جب بچے بڑے ہونے لگتے ہیں تو وہ اپنے ہم عمروں یا بڑوں جیسا بننا چاہتے ہیں جن کو وہ پسند کرتے ہیں۔اس کا ایک طریقہ یہ ہوتا ہے کہ وہ ان ہی جیسا لباس پہننے لگتے ہیں۔یہ ان کے لیے ایک جذباتی تجربہ ہوتا ہے۔بچوں کے کپڑے ایسے ہونے چاہئیں جو ان کی مختلف سرگرمیوں کے مطابق ہوں۔کپڑوں سے ان کے کھیل کود کی آزادی ختم نہیں ہونی چاہیے جو ان کی جسمانی نمو کے لیے بہت ضروری ہے۔شیر خوارگی سے لے کر نو بلوغت تک لباس سے متعلق بچوں کی ضروریات کا تفصیلی بیان نیچے کیا جاتا ہے۔

آرام (Comfort)

آرام بچوں کی سب سے اہم ضرورت ہے۔بچوں کے کپڑے ایسے ہونے چاہئیں جن سے ان کا لڑھکنا، پیٹ کے بل چلنا، پالتھی مار کر بیٹھنا، چڑھنا ، دوڑنا اور کودنا بغیر کسی رکاوٹ کے ممکن ہو ۔ بچے اس خوف کے بغیر کھیل کود سکیں کہ ان کے کپڑے خراب ہو جائیں گے۔تنگ یا چست کپڑے بچوں کو نہیں پہنانے چاہئیں کیوں کہ اس سے ان کی سرگرمیاں متاثر ہوتی ہیں۔یہی نہیں بلکہ ان کے خون کا فطری دوران بھی اس سے متاثر ہوتا ہے۔اسی طرح ایلاسٹک(Elastic)اتنی تنگ نہیں ہونی چاہیے جس سے تکلیف ہونے لگے۔بھاری اور لمبے چوڑے لباسوں کو سنبھالنا بچوں کے لیے مشکل بھی ہوتا ہے اور تکلیف دہ بھی۔سردی کے موسم میں گرم رہنے کے لیے نائیلون اور ایکری لک(Acrylic)ریشوں کے بنے کم وزنی کپڑوں کا انتخاب کرنا چاہیے۔چھوٹے بچے بار بار جھکتے اور مڑتے ہیں،اس لیے ان کا لباس ایسا ہو کہ وہ آسانی سے حرکت کر سکیں۔کمر سے لٹکنے والے لباسوں کے مقابلے کاندھوں سے لٹکنے والے لباس زیادہ آرام دہ ہوتے ہیں۔بچوں کے لباس گردن پر اتنے چوڑے ہونے چاہئیں کہ گلے پر دباؤ نہ پڑے۔اسی طرح ایسی آستینیں جن کے سرے بندھے ہوں ان سے بچوں کو الجھن ہوتی ہے اور اس سے ان کی حرکت کرنے کی آزادی پر اثر پڑتا ہے۔

اس بات کا خاص خیال رکھنا چاہیے کہ لباسوں کا کپڑا ملائم اور پانی کو جذب کرنے والا ہو جو بچوں کی حساس جلد کے لیے مناسب ہوتا ہے۔لڑکیوں کی فراکوں کے کلف دار کالر اور اسی طرح لڑکوں کی بھاری کلف دار قمیص، پہننے میں آرام دہ نہیں ہوتی۔ بہت لمبے اور بہت چھوٹے لباس دونوں ہی تکلیف دہ ہوتے ہیں۔اس سے بچنے کے لیے ایسے لباسوں کا انتخاب کیجیے جو جسم پر موزوں اور درست ہوں اور جن سے بچوں کی نمو میں رکاوٹ نہ پیدا ہو۔جہاں تک آستینوں کی بات ہے تو تنگ آستینوں کے مقابلے ڈھیلی آستینوں سے بچوں کو زیادہ آزادی ملتی ہے اور وہ نشوونما کے لیے بھی مناسب ہوتی ہیں۔

حفاظت (Safety)

بچوں کے لباسوں میں آرام اور حفاظت دونوں پہلو ایک ساتھ ہونے چاہئیں۔زیادہ بڑے لباس آرام دہ نہیں ہوتے ہیں اور غیر محفوظ بھی ہو سکتے ہیں۔ڈھیلے ڈھالے لباس (جسم پر ٹھیک آنے والے لباسوں کے مقابلے) جلد اور آسانی سے آگ پکڑ سکتے ہیں۔لٹکتے ہوئے پٹکے اور جھالر ٹرائی سائیکل وغیرہ کے چلتے ہوئے حصوں میں اٹک یا الجھ سکتے ہیں۔موٹر گاڑی یا بائک وغیرہ چلانے والے گہرے

© NCERT not to be republished

اور بھورے رنگوں کے مقابلے چمک دار رنگوں کو زیادہ آسانی سے دیکھ لیتے ہیں، اس لیے بہتر ہے کہ بچوں کے لباسوں کے رنگ کا انتخاب بھی اس بات کو دھیان میں رکھ کر کیا جائے۔ بناؤ ڈھیلے بٹن اور جھالریں بھی ان شیر خوار بچوں کے لباس میں نہیں ہونی چاہئیں کیوں کہ وہ ہر چیز کو اپنے منہ میں رکھ لیتے ہیں۔

اپنی مدد آپ (Self-help)

اپنے لباس خود پہننے اور اتارنے سے بچوں میں خود کفالت کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ بہت سے لباس ایسے ہوتے ہیں کہ بچوں کے لیے انھیں خود سے پہننا یا اتارنا مشکل ہوتا ہے۔ دھیان رکھیے کہ یہ بات اس بچے کے لیے جو اپنا لباس خود پہننا اور اتارنا چاہتا ہے ذہنی پریشانی کا سبب بن سکتی ہے۔

اپنی مدد آپ کے سلسلے میں سب سے اہم پہلو لباس کا گریبان ہوتا ہے۔ لباس کا گریبان کافی زیادہ یا بڑا ہونا چاہیے تاکہ بچہ آسانی سے لباس پہن بھی سکے اور اتار بھی سکے۔ جن لباسوں کے اگلے حصے کھلے ہوتے ہیں ان کو اتارنا اور پہننا آسان ہوتا ہے۔ بٹن بھی کافی بڑے ہونے چاہئیں تاکہ بچہ انھیں پکڑ سکے۔ لباس کے اگلے اور پچھلے حصے مختلف ہونے چاہئیں تاکہ بچہ آسانی سے الٹے اور سیدھے میں فرق کر سکے۔ چھوٹے چٹ پٹ بٹن (Snaps) ہک اور کاج اور کمر یا گردن پر بندھی ہوئی قوسیں (Bows) اور دھاگے کے پھندوں والے چھوٹے بٹن بچوں کے لیے اپنا لباس خود پہننے اور اتارنے میں پریشانی کا باعث ہو سکتے ہیں۔

ظاہری شکل وصورت (Appearance)

بچے اپنے لباس کے بارے میں خود اپنا ایک تصور رکھتے ہیں، اس لیے بچوں کو اپنی ترجیحات کے اظہار کا موقع یا آزادی ہونی چاہیے۔ چھوٹی عمر میں ہی پسند ناپسند کے اظہار سے بچوں میں لباس کے انتخاب کی اہلیت پیدا ہوتی ہے۔ اوپری کپڑوں کا رنگ چمک دار اور شوخ ہو تو سڑک پر یا کھیل کے میدان میں بچے کو پہچاننا آسان ہوتا ہے۔ دھاریاں ایسی ہوں جن سے پسندیدہ نقوش نمایاں ہوں اور غیر پسندیدہ نقوش دب جائیں۔ کپڑے کا ڈیزائن بھی بچوں کی جسامت سے ہم آہنگ ہو۔ عام طور پر بچوں کے لیے چھوٹی دھاریاں، چھوٹے چارخانے اور نفیس و نازک قسم کے پرنٹ بہت اچھے ہوتے ہیں۔ اگرچہ بڑے ڈیزائن بھی اچھے ہو سکتے ہیں لیکن اکثر ان کی وجہ سے چھوٹے بچے کی شخصیت دب سی جاتی ہے۔

نمو کی گنجائش (Allowance for growth)

بچوں کے لباس ایسے ہوں جن سے بچوں کی لباس، نمو، خاص کر قد میں اضافہ آسانی سے اور بے روک ہو سکے۔ مناسب نہیں ہے کہ بچوں کے لیے زیادہ بڑے لباس خریدے جائیں کیوں کہ ایسے لباس نہ آرام دہ ہوتے ہیں نہ محفوظ۔ بہتر یہ ہے کہ لباس کا انتخاب بچے کے بڑھتے ہوئے قد کو دھیان میں رکھ کر کیا جائے۔ ایسے لباسوں کا انتخاب کیا جانا چاہیے جو سکڑ نہ جائیں۔ پتلونوں میں کناروں کی

© NCERT not to be republished

طرف کف لگائے جاسکتے ہیں تا کہ بعد میں کسی وقت انھیں ٹانگوں کی لمبائی بڑھانے کے لیے کھولا جاسکے۔اسکرٹ میں ایسی پٹیاں (Straps) بھی ضروری ہیں جنھیں سہولت کے مطابق بڑا یا چھوٹا کیا جاسکے۔کشادہ (Raglan) آستین نمو کے لحاظ سے چست آستینوں سے بہتر ہوتی ہے۔کاندھوں کے پاس چنٹیں اور پلیٹوں (Pleats) ہونے،ان کی بڑھتی ہوئی چوڑائی میں رکاوٹ نہیں آتی۔

دیکھ ریکھ میں آسانی (Easy Care)

بچوں کو لباسوں کے گندا ہونے کی کوئی الجھن نہ ہو تو وہ بہت خوش رہتے ہیں۔ماؤں کو بھی ایسے لباس اچھے لگتے ہیں جن کی دیکھ بھال آسان ہو یعنی جن کو آسانی سے دھویا جاسکے اور زیادہ استری وغیرہ کرنے کی ضرورت بھی نہ ہو؟ جن مقامات پر زیادہ زور پڑتا ہے جیسے گھٹنے،جیبوں کے گوشے اور کہنیاں وہ ذرا مضبوط ہونے چاہئیں۔

کپڑے (Fabrics)

بچوں کے لباس بنانے کے لیے ایسے کپڑے مناسب ہوتے ہیں جو ملائم ہوں،اچھی طرح بُنے گئے ہوں،جن کی دیکھ ریکھ آسان ہو،جو آرام دہ ہوں،جن میں سلوٹیں نہ پڑیں اور جو جلد میلے نہ ہوں۔ایسے لباسوں کا استعمال مت کیجیے جن کو ڈرائی کلین کرانا پڑے۔چھپے ہوئے کپڑوں مثلاً،کارڈرائی (Corduroy) اور بافتی کپڑوں (Textured Fabrics) میں سلوٹیں کم پڑتی ہیں اور وہ میلے بھی کم ہوتے ہیں۔سوتی کپڑا بڑے پیمانے پر استعمال کیا جانے والا کپڑا ہے کیوں کہ یہ دھونے میں آسان ہے اور پہننے میں آرام دہ ہوتا ہے۔اون گرم ہوتا ہے لیکن اس کے رکھ رکھاؤ پر خصوصی توجہ دینی ہوتی ہے۔ اس سے بچوں کی نرم و نازک جلد میں جلن کا احساس پیدا ہوسکتا ہے اور اسی لیے اونی کپڑا جسم سے چپکا ہوا نہیں ہونا چاہیے۔پولسٹر (Polyester)،نائیلون اور ایکریلک کپڑے،پہننے میں اچھے ہوتے ہیں اور ان کی دیکھ بھال بھی آسان ہوتی ہے۔بچوں کے لیے خالص پولسٹر کے مقابلے سوت اور پولیسٹر ملے ہوئے کپڑے آرام دہ ہوتے ہیں کیوں کہ یہ زیادہ جاذب (Absorbent) ہوتے ہیں۔

سرگرمی 2

مختلف عمروں کے بچوں کو دیکھیے اور غور کیجیے کہ وہ 2 سال، 5 سال، 8 سال، 11 سال اور 16 سال کی عمر میں کون سے کپڑے پہن رہے ہیں۔

14.4 بچپن کے مختلف مراحل میں لباسوں کی ضرورت (Clothing Requirements at Different Childhood Stages)

پچھلے حصے میں ہم نے بچوں کے لباسوں کی عام ضروریات پر گفتگو کی۔بچپن کے ہر مرحلے کی الگ خصوصیات ہوتی ہیں اور لباسوں کے انتخاب میں ان خصوصیات کا خیال رکھنا ضروری ہے۔

© NCERT not to be republished

شیرخوارگی (پیدائش سے 6 ماہ تک) (Infancy)

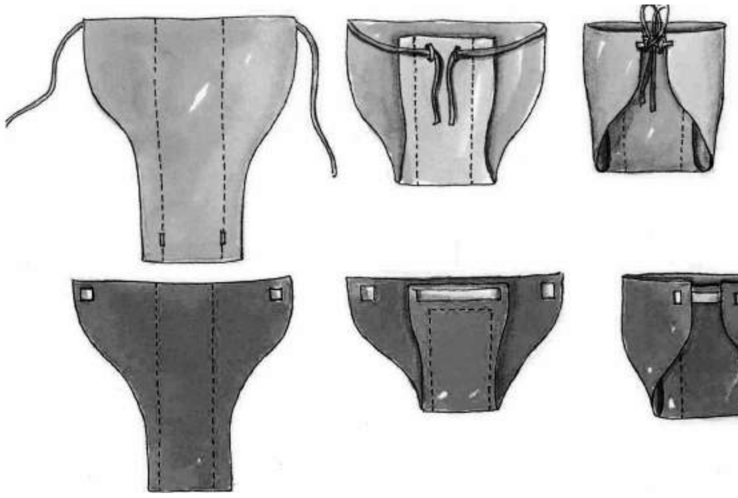
عمر کے ابتدائی مہینوں میں، لباس کی گرمی، ان کا آرام دہ اور حفظانِ صحت کے اصولوں کے مطابق ہونا بہت اہم ہوتا ہے۔ اس عمر میں بچے صرف محسوس کرتے ہیں، سوتے ہیں اور پیشاب پاخانہ کرتے ہیں۔ اس لیے لباس ان ضرورتوں کے مطابق آرام دہ ہونے چاہئیں۔ ایسے لباس سلوائے یا خریدے جائیں جن کا اگلا حصہ نیچے کی طرف کھلا ہوا ہو یا جن میں کھلا حصہ زیادہ ہوتا کہ لباس سَر سے پھسل نہ جائیں۔ کھینچنے والی ڈوریوں سے، خاص طور پر وہ جو گردن کے آس پاس ہوں بچنا چاہیے، کیوں کہ ڈوریاں گلے میں پھنس سکتی ہیں۔ بند ایسے ہونے چاہئیں جو آسانی سے ہاتھ میں آجائیں اور جن سے بچے کو کسی قسم کا نقصان نہ پہنچے۔ بہتر ہے کہ بچوں کے لباس بہت سے ہوں اور ان کو اس طرح تبدیل کیا جا سکے جیسے قمیص اور ڈائپر (Diaper) بدلے جاتے ہیں۔

شکل 1: بچوں کے کپڑے

اس عمر میں بچے کی جلد بہت نازک اور حساس ہوتی ہے اور اسی لیے انھیں بہت ملائم، ہلکے اور پہننے اور اتارنے میں آسان لباس پہنائے جانے چاہئیں۔ بچوں کے لیے کلف دار لباس مناسب نہیں ہوتے کیوں کہ ان سے ان کی جلد پر خراشیں آسکتی ہیں۔ پوری طرح اونی فلالین کے کپڑے بھی سردیوں میں جلد پر خراشیں ڈال سکتے ہیں۔ اس لیے بچوں کے لیے مخصوص فلالین کو جو اون اور سوت کو ملا کر بنایا جاتا ہے ترجیح دینی چاہیے۔ اس عمر میں بچے بہت تیزی سے بڑھتے ہیں اور اس لیے چھوٹے سائز کے زیادہ لباس خرید لینا مناسب نہیں ہے۔

ڈائپر، شیرخوار بچوں کی اولین اور اہم ترین ضرورت ہے۔ ڈائپر نرم، جذب کرنے والے، آسانی سے دھلنے اور جلد سوکھنے والے ہونے چاہئیں۔ بہت سے خاندانوں میں گھر کے افراد سوتی ڈائپر بنا لیتے ہیں۔ اگر اس کے لیے پرانے سوتی کپڑے کا استعمال کیا جاتا ہے تو اس کو اچھی طرح جراثیم (Infection) سے پاک کرنا ضروری ہے۔ بہت سے لوگ گھریلو ڈائپروں کے بدلے بازار میں دستیاب گاز (Guaze) یا پھر برڈز آئی (Birds'eye) ڈائپروں کا استعمال کرتے ہیں۔ مختلف شکلوں کے ڈائپر بازار میں دست یاب ہیں لیکن یہ دھیان رکھنا ضروری ہے کہ ڈائپر بچے کے جسم کے لحاظ سے موزوں ہوں۔

© NCERT not to be republished



شکل2: بچّوں کے ڈائپرس

تقریباً ہر طرح کی آب و ہوا میں بنیان (Undershirts) پہنے جاتے ہیں جس کا انحصار موسم اور جغرافیائی محلِ وقوع پر ہوتا ہے۔ اس بات پر توجہ دینی بھی ضروری ہے کہ بنیان کس کپڑے سے بنایا گیا ہے۔ گرم آب و ہوا کے لیے سوتی بنیان مناسب ہوتے ہیں۔ سردی کے موسم کے لیے ملائم سوت اور اون کی آمیزش والی قمیص (Shirt) مناسب رہتی ہے۔ دراصل شرٹ اور ڈائپر شیر خوار بچوں کا بنیادی لباس ہیں۔ مختلف طرزوں والی ایسی سوتی شرٹوں کو ترجیح دی جانی چاہئیں جنھیں پہننا اور اتارنا آسان ہو۔

دیہی علاقوں میں دیکھا گیا ہے کہ بچے گھر میں بنے اور استعمال شدہ اشیا سے تیار کردہ سادہ لباس پہنتے ہیں۔

گھٹنوں کے بل چلنے کی عمر (6 ماہ سے 1 سال) (Creeping Age)

یہ وہ عمر ہوتی ہے جب بچے میں کسی سہارے کے بغیر آزادانہ حرکت کرنے کی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔ بچے کسی چیز تک پہنچنے کے لیے اس تک ہاتھ بڑھانے اور اپنی کوشش سے بیٹھنے اور فرنیچر وغیرہ کے کنارے پکڑ کر کھڑے ہونے کی کوشش کرتے ہیں۔ آپ نے محسوس کیا

شکل3 : گھٹنوں کے بل چلنے کی عمر کے لیے آرام دہ لباس

© NCERT not to be republished

ہوگا کہ ان سرگرمیوں کے دوران بچوں کو تحفظ اور آرام دینے کے لیے لباسوں کی ضرورت ہوتی ہے۔

اس عمر کے بچوں کے لباس ایسے ہونے چاہئیں کہ بچہ آزادی کے ساتھ حرکت کر سکے۔ ان بچوں کے لباسوں کو ڈھیلا اور ایسا ہونا چاہیے کہ کسی کام میں رکاوٹ نہ آئے۔ ڈھیلے لباسوں کے لیے بُنے ہوئے (Knitted) اور آڑے ترچھے کیے ہوئے (Bias cut) کپڑے ٹھیک رہتے ہیں۔ چوں کہ بچے اس عمر میں ٹھیک طرح بیٹھنا سیکھ رہے ہوتے ہیں اس لیے صحیح قسم کے کپڑوں کا انتخاب ضروری ہے۔ زیادہ لباس پہنے ہونے سے بچے کی حرکت میں کمی آ سکتی ہے۔ گٹھی ہوئی بُنائی والے کپڑے سے بنے لباسوں کو ہلکے وزن والے لباسوں پر ترجیح دی جانی چاہیے۔ ایسے لباس کھیلتے وقت آرام دہ ہوتے ہیں اور خاص طور پر سردی میں ہوا سے بچاتے ہیں اور نسبتاً گرم ہوتے ہیں۔ بچوں کو بہت زیادہ لباس نہیں پہنانے چاہئیں۔ لباس مناسب قسم کے کپڑے کا بنا ہونا چاہیے یعنی کپڑا نرم، ملائم اور چکنا ہو اور جلد میل نہ پکڑے۔ لباس ایسے کپڑے کا بھی ہونا چاہیے جس کی دیکھ ریکھ، جس کا دھونا اور جس پر استری کرنا بھی آسان ہو۔ اس لحاظ سے بعض کپڑے مثلاً بُنے ہوئے کپڑے (Knits) اور Seersuckers یعنی نیلی سفید دھاریوں والے کپڑے بہت اچھے ہوتے ہیں کیوں کہ ان میں استری کرنے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ کچھ سوتی کپڑے اور ریان (Rayons) ایسے ہوتے ہیں جن میں ان کی خصوصی فنشنگ کی وجہ سے سلوٹیں نہیں پڑتیں۔ چوں کہ بچوں کا کافی وقت کھیل میں گزرتا ہے اور ان کے لباس جلدی میلے ہو جاتے ہیں، جس کی وجہ سے ان کو بار بار بدلنے کی ضرورت ہوتی ہے، اس لیے اس بات پر خاص دھیان دینے کی ضرورت ہوتی ہے کہ ان کا لباس آگے سے کھلا ہو تا کہ کپڑے پہنانے اور اتارنے میں آسانی ہو۔

اس عمر کے بچوں کے لیے سب سے مناسب لباس رومپر (Romper) اور سن سوٹ (Sunsuit) سے بنے ہوئے ہوتے ہیں۔ کپڑے سے بنائے جاتے ہیں۔

شکل 4: گھٹنوں کے بل چلنے والے بچوں کے مختلف لباس

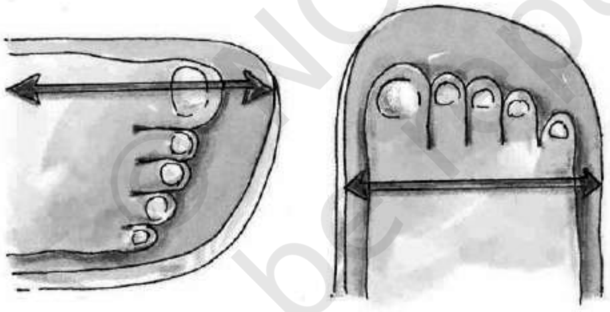
ان ملبوسات کا انتخاب کرتے وقت ان کے سائز اور ڈھیلے ہونے کا خیال رکھنا بے حد ضروری ہے تا کہ یہ بچوں کی حرکات میں رکاوٹ نہ بنیں۔ اس عمر میں سردی سے بچانے کے لیے ملائم تلے والے جوتوں کا استعمال کیا جا سکتا ہے۔ بچوں میں ٹوائلٹ استعمال کرنے کی عادت ڈالنے کے دوران اکثر مخصوص پینٹوں کا استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ ایسے کپڑے کی بنی ہوتی ہیں جو کولھوں پر آسانی سے آ جاتے ہیں۔

© NCERT not to be republished

چلنا شروع کرنے کی عمر (1 سے 2 سال) (Toddlerhood)

اگر آپ اس عمر کے بچوں کو غور سے دیکھیں تو آپ کو محسوس ہوگا کہ یہ بچے بہت چاق و چوبند ہوتے ہیں۔ ان کو گھر کے اندر اور باہر کھیلنے کی آزادی چاہیے۔ وہ سارے کام خود کرنا چاہتے ہیں۔ چلنا شروع کرنے کے بعد وہ جس چیز کو دیکھتے ہیں وہاں تک پہنچنا چاہتے ہیں۔ عمر کے اس مرحلے میں جوتے، بچوں کے لباس کا ایک لازمی حصہ ہو جاتے ہیں۔ چھوٹے بچوں کے لیے جوتے اور موزے کی صحیح ناپ پیروں کے آرام اور صحت کے لیے ضروری ہے۔ اس عمر میں لباس کے معاملے میں سب سے اہم مسئلہ جوتوں کے انتخاب کا ہوتا ہے۔ جب بچہ چلنا شروع کر دیتا ہے تو اُسے لچک دار مضبوط تلے والے جوتے پہنانے چاہئیں جن کی موٹائی 1/8 انچ ہو۔ یہ جوتے یا تو بغیر ایڑی کے ہوں یا بہت ہلکی ایڑی والے ہوں اور ان کے انگوٹھے کی طرف کا حصہ بند اور نرم ہو۔

جوتوں کا انتخاب بہت احتیاط سے کیا جانا چاہیے اور یہ خیال بھی رکھا جانا چاہیے کہ جوتے پاؤں میں ٹھیک آئیں۔ اگر جوتے پاؤں میں ٹھیک نہیں آئیں گے اور ان کی بناوٹ تکلیف دہ ہوگی تو بچے کی نازک ہڈیوں کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ جوتوں کا انتخاب کرتے وقت ان کی انگوٹھے کی طرف والی جگہ کی لمبائی، چوڑائی اور اونچائی کا خیال رکھنا خاص طور پر ضروری ہے اور یہ بھی دیکھنا ضروری ہے کہ ایڑی فٹ ہو۔



شکل 5: جوتوں کی صحیح فٹنگ

جوتے بچوں کے پاؤں میں ٹھیک آتے ہیں تو اس سے ان کی چلنے، چڑھنے اور بھاگنے جیسی جسمانی مہارتیں متوازن طور پر فروغ پاتی ہیں۔ بچوں کے پاؤں جلد ہی جوتوں سے بڑے ہو جاتے ہیں۔ اس طرح بار بار جوتے بدلنے کی ضرورت ہوتی ہے، ورنہ بچوں کو پیروں کی بیماریوں کا خطرہ لاحق ہو سکتا ہے۔

اس عمر کے بچوں کے لیے اوپری پوشاکیں (Overalls) بہت مناسب ہوتی ہیں۔ یہ پوشاکیں ایسی ہونی چاہئیں جن کا نچلا حصہ پھیلا ہوا ہوتا کہ ڈائپر کا استعمال کیا جا سکے۔ جب بچے دو سال کے ہو جاتے ہیں تو وہ اپنے لباس خود پہننا چاہتے ہیں۔ اس وقت ایسے لباس کا انتخاب ضروری ہے جن کو بچے خود پہن سکیں۔ ہم ایسے لباسوں کا ذکر پہلے کر چکے ہیں۔

© NCERT not to be republished

سرگرمی 3

اس عمر کے چار بچوں (دولڑکوں اور دولڑکیوں) کی ناپ لے کر ان کے وزن اور قد کے مطابق اس عمر (6-12 ماہ) کے بچوں کا ایک سائز چارٹ تیار کیجیے۔

پری اسکول عمر (2 سے 6 سال) (Preschool Age)

دیگر عمر کے بچوں کی طرح، پری اسکول بچوں کی صحت اور آرام بھی کپڑوں کے انتخاب کے معاملے میں بہت اہم ہوتے ہیں۔ ان بچوں کے لیے کپڑوں کا انتخاب بہت مناسب انداز میں اور احتیاط کے ساتھ کیا جانا چاہیے کیوں کہ یہ بچے کھیلتے زیادہ ہیں اور اس لیے ان کے لباس بھی زیادہ پھٹتے ہیں۔ لہٰذا ان کے لباس ایسے ہونے چاہئیں جو کم پھٹیں۔ بچوں کے لباس ہلکے خام مال سے بنے ہونے چاہئیں جنھیں سکڑنے کے عمل سے پہلے ہی گزار لیا گیا ہو اور جن کی نگہ داشت آسان ہو۔ پری اسکول بچوں کے لیے سوتی کپڑے زیادہ مناسب رہتے ہیں۔ سوتی کپڑے حفظان صحت کے نقطۂ نظر سے بھی اچھے ہوتے ہیں اور ان کو دھونا بھی آسان ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ پانی کو آسانی سے جذب بھی کر لیتے ہیں۔

بازار سے خریدے گئے پری اسکول بچوں کی پوشاکوں کی ڈیزائن ایسی ہونی چاہیے کہ ان کی دیکھ ریکھ آسانی سے کی جا سکے۔ بعض پوشاکوں کے حاشیے ایسے ہوتے ہیں جنھیں دھونا مشکل ہوتا ہے اور جن پر استری بھی مشکل سے ہو پاتی ہے۔ لباس ایسے ہونے چاہئیں کہ بار بار دھلنے یا زیادہ استعمال سے خراب نہ ہو۔ یہ بھی اہم بات ہے کہ بند اور جھالر مضبوطی سے لگے ہوئے ہوں، کپڑے کی سجاوٹ پر استری کرنا آسان ہو اور سیونیں (Seams) چپٹی اور فنشنگ والی ہوں۔

شکل 6: پری اسکول بچوں کے ملبوسات

اس عمر کے بچوں کی نمو بہت تیز ہوتی ہے اس لیے یہ بات بھی اہم ہے کہ ایسے صرف چند لباس بنائے یا خریدے جائیں جو تمام

© NCERT not to be republished

موقعوں پر اور تمام مقاصد کے لیے استعمال کیے جاسکیں۔ جیسا کہ اس سے پہلے والے حصّے میں بیان ہوا۔ مہنگے لباس خریدتے وقت بچوں کی نمو کے پہلوؤں کو پیشِ نظر رکھا جانا چاہیے۔ اس طرح لباس زیادہ دن تک پہننے کے قابل رہیں گے۔

پری اسکول عمر کے بچوں کی، رنگ اور طرز کے بارے میں اپنی الگ پسند اور ناپسند ہوتی ہے۔ اب وہ کپڑوں کے بارے میں دل چسپی کا اظہار کرنے لگتے ہیں۔ کپڑوں کے بارے میں بچوں کی پسند یا ناپسند پر ان کی شخصیت کا نمایاں اثر پڑتا ہے۔ کچھ لڑکیاں نسوانی طرز کو ترجیح دیتی ہیں اور چُنٹوں والی یا جھالروں والی فراکیں پہنتی ہیں۔ پری اسکول عمر کے لڑکے اپنے لباس کے بارے میں اتنے باشعور نہیں ہوتے جتنی لڑکیاں ہوتی ہیں۔ البتہ لڑکے بھی دوسرے لڑکوں جیسے لباس پہننا پسند کرتے ہیں اور چاہتے ہیں کہ ان کے لباس آرام دہ ہوں۔ یہ بات عموماً دیکھنے میں آئی ہے کہ عمر کے اس مرحلے میں، لڑکیوں کو لڑکوں کی طرح پینٹ، جینس یا شرٹ پہننے دیا جاتا ہے جب کہ اس کے برعکس لڑکوں کے ساتھ ایسا نہیں ہوتا۔

لباس کے معاملے میں ہر شخص کی انفرادیت کا احترام ضروری ہے چاہے، بچے جڑواں ہی کیوں نہ ہوں۔ ایک جیسی شکل وصورت والے جڑواں بچوں کا لباس بھی اگر وہ نہ چاہیں تو یکساں نہیں ہونا چاہیے۔ یہ بات ضروری ہے کہ پری اسکول بچوں کو بھی لباس خریدتے وقت اپنی پسند کے اظہار کا موقع دیا جائے۔

اپنی مدد آپ کا پہلو بچے اور ماں دونوں ہی کے لیے اہم ہے۔ اس سے بچوں میں آزادی اور خوداعتمادی پیدا ہوتی ہے۔ پری اسکول بچوں کے لباس کی کچھ اور بھی خصوصیات ہونی چاہئیں۔ مثلاً یہ کہ ان کا لباس ایک ہی کپڑے کا بنا ہو، جس کا سامنے کا حصہ یا گریبان خوب کھلا ہو، بٹن بڑے بڑے ہوں، گردن کا حصہ آرام دہ ہو جس میں کالر ہو اور بغل کے حصے بڑے ہوں۔

مختصر یہ کہ پری اسکول بچوں کے لباس پہننے میں آرام دہ، نگہداشت میں آسان اور استعمال میں پائیدار ہونے چاہئیں تاکہ بچوں کی نمو کی ضروریات پوری ہوسکیں، لباسوں کے رنگ اور ڈیزائن پُرکشش ہوں اور ان سے بچوں میں خوداعتمادی کو بڑھاوا ملے۔

ابتدائی اسکول کی عمر (5 سے 11 سال) (Elementary School Years (5-11 years))

جیسا کہ آپ اس سے پہلے کے باب میں پڑھ چکے ہیں کہ یہ درمیانی بچپن کی عمر ہے۔ اس عمر میں جسمانی سرگرمیاں بہت زیادہ ہوتی ہیں۔ اس عمر میں لڑکے اور لڑکیاں دونوں ہی کھیل کود میں گہری دل چسپی لیتے ہیں۔ بچوں کی سماجی اور جذباتی نشوونما میں کپڑوں کا بہت اہم کردار ہوتا ہے۔

شکل 7: پانچ سے آٹھ سال کی عمر کے بچوں کے لیے آرام دہ اور کھیل کود میں معاون لباس

© NCERT not to be republished

اس عمر میں بچوں میں اپنی پسند اور ناپسند کا احساس پیدا ہو جاتا ہے اور وہ یہ چاہتے ہیں کہ ان کے ہم عمر بچے ان کو تسلیم اور قبول کریں۔ والدین کے لیے بھی ضروری ہے کہ وہ اس تبدیلی کو محسوس کریں۔ اگر بچے کے لباس اس کے دیگر ہم عمر بچوں کے لباسوں سے بہت زیادہ الگ ہوں تو بچے میں کمتری کا احساس پیدا ہو سکتا ہے اور اس کی خود اعتمادی میں کمی آسکتی ہے۔

اس عمر میں بھی لباس کا آرام دہ ہونا ضروری ہے۔ اس عمر میں بچے بہت فعال ہوتے ہیں اور ان کو موٹے اور کھردرے قسم کے لباس پسند ہوتے ہیں جو ان کے کھیل کود میں گرنے پڑنے سے خراب نہ ہوں۔ ہوسکتا ہے کہ لڑکیوں کو لڑکوں جیسے لباس بھی پسند ہوں اور یہ بھی ممکن ہے کہ وہ نسوانی لباس ہی پسند کریں۔

شکل 8: ابتدائی اسکول کی عمر کے بچوں کے لیے آرام دہ کپڑے

اس عمر میں اکثر بچے اپنی پسند کے لباس کا انتخاب کر سکتے ہیں اور اس سلسلے میں ماں باپ کے مشوروں پر ناراض بھی ہو سکتے ہیں۔ اسکولی بچوں کے لباس کے انتخاب میں فٹنگ ایک اہم پہلو ہے۔ بچے اکثر ایسے لباس مسترد کر دیتے ہیں جس کی فٹنگ ٹھیک نہ ہو۔ بہر حال، کچھ بچے لباسوں کا انتخاب ان کے طرز بنیاد پر بھی کرتے ہیں، چاہے وہ طرز آرام دہ نہ ہو۔

بچوں کی جسمانی ضروریات پوری کرنے کے لیے ان کا لباس جاذب (Absorbent) ہونا چاہیے تاکہ اس میں پسینہ جذب ہو سکے۔ اس لحاظ سے سوتی کپڑے اور وائل (Voile) وغیرہ مناسب ترین رہتے ہیں۔ حفاظت، آسان دیکھ بھال، جسمانی نمو کا عمل اور جسم سے مناسبت جیسے عوامل اسکولی بچوں کے لباس کے معاملے میں بھی اتنے ہی اہم ہیں جتنے چھوٹے بچوں کے معاملے میں۔ ہم گزشتہ باب میں اس پر بحث کر چکے ہیں۔

نوبالغ (11 سے 19 سال) (Adolescents)

نوبلوغت کے زمانے میں، نمو کا عمل بہت تیز ہوتا ہے اور جسم کے مختلف اعضا کے نمو کی رفتار الگ ہوتی ہے۔ ابتدائی نوبلوغت کے دوران لباسوں کی تعداد کم ہونی چاہیے کیوں کہ اس دور میں نمو کی رفتار اتنی تیز ہوتی ہے کہ کپڑے بہت جلد چھوٹے پڑ جاتے ہیں۔ فٹنگ اور طرز نو بالغوں کے لباس کی اہم خصوصیات ہوتی ہیں۔ نوبالغ لڑکے لباسوں کی کوالٹی یا ان کی بناوٹ پر زیادہ دھیان نہیں دیتے۔ وہ نہ صرف نئے طرز کے لباس پہنتے ہیں بلکہ وہ نئے نئے طرز پیدا بھی کرتے ہیں۔ نوبالغ بچے فیشنوں اور خاص طور پر وقتی فیشنوں (Fads) کے دیوانے ہوتے ہیں۔ یہ بچے اپنے لباس پر زیادہ پیسہ خرچ کرنا پسند کرتے ہیں۔ یہ اپنی شناخت بنانے کے لیے وہی لباس پہننا پسند کرتے ہیں جوان کے ہم عمر بچے پہنتے ہیں یا پھر اپنے رول ماڈلوں (Role models) کی نقل کرتے ہیں۔

شکل 9: نوبالغوں کے لیے ملبوسات کے ڈیزائن

کھیل کود یا ورزش کے لیے ایسے لباس اور جوتوں کا انتخاب کرنا چاہیے جو آرام دہ بھی ہوں اور جن سے پاؤں پر نہ کوئی دباؤ پڑے، نہ چھالے پڑیں، نہ موچ آنے کا خطرہ ہو اور نہ ٹانگوں اور ٹخنوں میں چوٹ لگے۔ کپڑے ایسے ہوں کہ جنھیں دھونا آسان ہوتا کہ حفظانِ صحت کے اصولوں پر عمل کرنے سے، جلد کو جلن اور دانوں سے محفوظ رکھا جا سکتا ہے۔ لباس کا ڈیزائن اور کپڑے کی بناوٹ ایسی ہونی چاہیے کہ جسمانی حرکت بہ آسانی ہو سکے، اور کپڑا پسینے کو جذب کر سکے۔

14.5 خصوصی ضروریات والے بچوں کے لباس
(Clothes for children with special needs)

اب آپ اس بات سے اتفاق کریں گے کہ لباس سے بچوں میں تحفظ کے علاوہ، خود مختاری اور باصلاحیت ہونے کا احساس بھی پیدا ہوتا ہے۔ لباس سماج میں خود سے متعلق تاثرات (Impressions) کو دوسروں تک پہنچانے کا ذریعہ ہوتے ہیں۔ کبھی کبھی جسمانی محرومیوں سے متاثرہ بچوں کو جسمانی حرکت میں دقتیں پیش آتی ہیں لیکن ان میں حصول علم اور نمو کی تمام صلاحیتیں موجود ہوتی ہیں۔

© NCERT not to be republished

خصوصی ضروریات والے بچوں کے لیے لباس پہننے اور اتارنے کا معاملہ بہت اہم ہوتا ہے۔ ایسے بعض بچے خود اپنے طور پر لباس پہن لیتے ہیں۔ اس سے ان کو جذباتی تسکین حاصل ہوتی ہے اور ایک طرح کے فخر کا احساس بھی پیدا ہوتا ہے۔ لیکن اگر کوئی بچہ جسمانی طور پر بہت زیادہ محروم ہے یا اس کے اعضا قابو میں نہ ہوں تو اُسے کسی نگہ دار کی ضرورت پڑتی ہے اور یہ کام بڑا وقت طلب اور تھکا دینے والا ہوتا ہے۔

خصوصی ضرورتوں والے بچوں کے لباس ان کی محرومی اور ان کی مشکلات کو دھیان میں رکھ کر منتخب کیے جانے چاہئیں۔ چوں کہ اس سلسلے میں اولین معیار آرام ہے اس لیے گرمیوں کے موسم میں سوتی کپڑوں اور سردیوں کے لیے ویلویٹ، کارڈرائی اور کاٹس وول (سوت+اون) کو ترجیح دی جانی چاہیے۔ جن لباسوں کا انتخاب کیا جائے وہ مضبوط ہونے چاہئیں تاکہ بیساکھی، وہیل چیئر یا دیگر امدادی آلات کے استعمال کی صورت میں رگڑ اور خراش سے محفوظ رہیں۔ لباسوں کے منہ اور کھلے حصے ایسے ہوں جن تک آسانی سے ہاتھ پہنچ جائے اور جن کو بند کرنے اور کھولنے کے کسی لباسوں میں خاص مقامات پر کیلیپروں (Calipers) گورتسموں (Braces) کے لیے مضبوط جوڑ ہونے چاہئیں۔ لباسوں کے کھلے حصے ایسے ہونے چاہئیں جن تک ہاتھ آسانی سے پہنچ جائیں اور جنھیں آسانی سے بند کیا جاسکے۔ اسی طرح زنجیروں (Chains) والے زپر (Zipper) اور ویلکرو (Velcro) مناسب رہتے ہیں۔ کہنے کی ضرورت نہیں کہ لباس ایسے ہوں جن کو آسانی سے دھویا جاسکے۔ انھیں پہننا اور اتارنا آسان ہونا چاہیے۔ بہتر ہے اگر گردن کے آس پاس کے حصے کشادہ ہوں، کمر کی بیلٹ الاسٹک والی ہو اور جیبیں سامنے اور کھلی ہوں۔

لباسوں کا **خوب صورت اور پُرکشش** ہونا بھی بہت اہم ہے۔ انھیں دیکھ کر لگنا چاہیے کہ یہ کسی بچے کے لباس ہیں جو اچھی طرح سلے گئے ہوں اور جنھیں پہننا آسان ہو۔ کپڑوں کے رنگ اور چھپائی ایسی دل کش ہو کہ خود پہننے والے کو اچھا لگے۔ بہترین لباس وہ ہے جو پہننے والے اور نگہ داشت کرنے والے دونوں کی ضروریات کو پورا کرسکے۔

مجموعی طور پر اس باب میں ہم کو یہ بتایا گیا ہے کہ بچوں کی شخصیت کی نشوونما میں لباسوں کی بہت زیادہ اہمیت ہوتی ہے۔ لباس دل کش اور جاذب توجہ اور پہننے میں آسانی ہی نہیں بلکہ ماحولیاتی، سماجی اور ثقافتی اعتبار سے بھی مناسب ہونے چاہئیں۔

اس باب کے اختتام کے ساتھ ہی 'بچپن سے متعلق یہ اکائی بھی مکمل ہوئی۔ آپ پہلی دو اکائیوں میں نو بلوغت کے بارے میں بھی پڑھ چکے ہیں۔ اگلے حصے یعنی اکائی IV میں ہم سنِ بلوغ (Adulthood) کے بارے میں گفتگو کریں گے۔

کلیدی اصطلاحات

ملبوسات (Apparel)، لباس (Clothes)، فیشن (Fashion)، لباس کی ضرورت (Clothing need)، بچپن کے مراحل (Childhood Stages)، خصوصی ضروریات والے بچے (Children with special needs)۔

© NCERT not to be republished

سوالات برائے نظرثانی

1۔ آپ کپڑے کیوں پہنتے ہیں اس کے تین اسباب بتائیے؟
2۔ وہ کون سے عوامل ہیں جو بچوں کے لیے لباسوں کے انتخاب پر اثرانداز ہوتے ہیں؟
3۔ بچوں کی لباس سے متعلق چار ضرورتیں بیان کیجیے؟
4۔ عمر کے ساتھ ساتھ لباسوں سے متعلق بچوں کی ضروریات کیوں بدلتی رہتی ہیں؟ شیرخوارگی، پری اسکول اور ابتدائی اسکول کی عمر میں بچوں کے لباسوں کی خصوصیات سے بحث کیجیے؟
5۔ خصوصی ضروریات والے بچوں کے لباسوں کی خصوصیات کیا ہونی چاہئیں؟

عملی کام 15

ہمارے ملبوسات

موضوع: مختلف مواقع کے لیے لباس

کام: 1۔ مختلف پیشوں، تقریبات اور مختلف رسوم کی ادائیگی کے لیے استعمال ہونے والے لباسوں کی مختلف قسمیں قلم بند کرنا
2۔ ان لباسوں کی اہمیت کا پتا لگانا۔

عملی کام کا مقصد: مختلف پیشوں، تقریبات اور رسوم کی ادائیگی کے مواقع پر مختلف قسم کے لباسوں کی اہمیت کو سمجھانے کے لیے طلبا کی مدد کرنا۔

عملی کام پر عمل درآمد

(A) پیشے سے متعلق

- درج ذیل پیشوں سے متعلق لوگوں کا مشاہدہ کیجیے اور ان سے گفتگو کیجیے
طب (Medicine) دفاع (Defence)، سرکاری محکمہ (Government Department)، تعمیرات (Construction) یا کوئی اور۔
- ان کے لباس، لباس کے کپڑے اور ان کے رنگ پر غور کیجیے۔

(B) تقریبات اور رسوم سے متعلق

- درج ذیل میں سے کسی ایک تقریب کے متعلق لوگوں کا مشاہدہ کیجیے اور ان سے بات کیجیے۔
شادی بیاہ، بچے کی پیدائش، موت، عقیقہ اور نام رکھنے کی رسم۔
- ان کے لباسوں کی قسم، رنگ اور ڈیزائن کے بارے میں اپنے تاثرات کو قلم بند کیجیے۔

(C) لباسوں کے رنگ، ڈیزائن اور بناوٹ کی موزونیت پر ایک رپورٹ تیار کیجیے جس میں مثالوں کے ساتھ ساتھ آپ کی تجاویز بھی ہوں۔

© NCERT not to be republished