وہ توقعات جو ہماری شخصیت کی تشکیل کرتی ہیں

انسان اکثر ان توقعات کے سانچے میں ڈھل جاتے ہیں جو ان سے وابستہ کی جاتی ہیں۔ جب آپ کسی کو باصلاحیت، باوقار اور ذمہ دار تسلیم کرتے ہیں، تو آپ خاموشی سے ان خصوصیات کو اس شخص میں پنپنے کی دعوت دیتے ہیں۔ لیکن جب آپ انہیں مخصوص القابات (Labels) کی قید میں محدود کر دیتے ہیں، تو آپ ان کے امکانات کی دنیا کو بھی بہت محدود دیتے ہیں۔ دوسروں کو—اور خود کو—دیکھنے کا آپ کا نظریہ کبھی غیر جانبدار نہیں ہوتا۔ ایک اعلیٰ نصب العین (وژن) کو خلوصِ دل اور استقامت کے ساتھ تھامے رکھیں، اور عین ممکن ہے کہ آپ اسے حقیقت کا روپ دینے میں کامیاب ہو جائیں۔"

میں سمجھ رہا تھا کہ وہ محض میری ادبی سرگرمیوں کا جائزہ لے رہے ہیں، جب ایک دن اچانک انہوں نے مجھ سے پوچھا: "کیا تم نے برنارڈ شا کا ڈرامہ Pygmalion پڑھا ہے؟" میں نے نفی میں سر ہلایا۔

وہ مسکرائے۔ "تو پھر سنو کہ اس ڈرامے کے بعد برسوں کی تحقیق نے کیا دریافت کیا۔"

انہوں نے وضاحت کی کہ محققین ایک سادہ مگر بے چین کر دینے والے سوال کی کھوج میں پڑ گئے: کہ آخر ایسی کون سی چیز ہے جو وقت کے ساتھ ساتھ انسان کو بلندیوں تک لے جانے یا پھر پستیوں میں گرانے کی طاقت رکھتی ہے؟ صرف ذہانت نہیں، ٹیلنٹ بھی نہیں۔ بلکہ ایک ایسی چیز ہے جو انتہائی خاموشی سے اپنی طاقت دکھاتی ہے : وہ ہیں 'توقعات'۔

انہیں معلوم ہوا کہ وہ بچے جو تمام معروضی پیمانوں کے مطابق اوسط درجے کے تھے، غیر معمولی کارکردگی دکھانے لگے—اس لیے نہیں کہ ان کی ذہانت اچانک بدل گئی تھی، بلکہ اس لیے کہ ان کے اردگرد کے ماحول نے ان کے ساتھ ایسا برتاؤ شروع کر دیا تھا جیسے وہ اس سے کہیں زیادہ کے اہل ہوں۔ اساتذہ نے ان سے الگ لہجے میں بات کرنا شروع کی۔ والدین کا ردِعمل بدل گیا۔ لہجہ بدل گیا، یقین بدل گیا اور آہستہ آہستہ وہ بچے بھی بدل گئے۔ یہاں پہنچ کر

وہ رکے اور اس تصور کو ایک نام دیا۔ انہوں نے کہا، "اس عمل کو پگمالین ایفیکٹ (Pygmalion Effect) کہا جاتا ہے۔"

انہوں نے بتایا کہ یہ اصطلاح جارج برنارڈ شا کے ایک ڈرامے سے ماخوذ ہے، جس کے مطابق کسی شخص کے ساتھ کیے جانے والے برتاؤ میں معمولی سی تبدیلی—یعنی اس سے بات کرنے کا انداز، اسے دی جانے والی عزت اور اس سے وابستہ توقعات—بتدریج اس کی شخصیت کو یکسر بدل دیتی ہیں۔ یہ خیال سادہ مگر گہرا ہے: لوگ عام طور پر وہی بن جاتے ہیں جو ان کی زندگی کے اہم لوگ ان سے توقع رکھتے ہیں۔ انہوں نے کہا، "یہ کوئی جادو نہیں ہے، بلکہ یہ نفسیات اور اخلاقی اثر و رسوخ ہے۔"

انہوں نے بات جاری رکھتے ہوئے کہا، "دلچسپ بات یہ ہے کہ اس میں کسی طلسماتی چیز کا اضافہ نہیں کیا گیا۔ نہ کوئی خاص تربیت دی گئی، نہ ہی غیر معمولی وسائل فراہم کیے گئے۔ صرف توقع بدلی گئی۔" جب ایک بچہ یہ محسوس کرتا ہے کہ اس کے گرد و نواح کے لوگ خلوصِ دل سے اسے سمجھدار، قابل، باوقار اور ذمہ دار سمجھتے ہیں، تو اس کے اندر کی دنیا خود کو نئے سرے سے منظم کرنا شروع کر دیتی ہے۔ وہ ایسے کام کرنے لگتا ہے جو ان توقعات پر پورا اتر سکیں۔ شروع میں یہ عمل شعوری نہیں ہوتا، بلکہ ایک فطری عمل کی طرح خود بخود ہوتا ہے۔

میں نے اپنی زندگی کے لمحات کے بارے میں سوچا۔ ایسے اساتذہ بھی تھے جن کی کلاس کا ماحول بالکل مختلف محسوس ہوتا تھا۔ وہ ہماری جھوٹی تعریف نہیں کرتے تھے، نہ ہی وہ بے جا حوصلہ افزائی کی تگ و دو کرتے تھے۔ وہ بس یہ مان لیتے تھے کہ ہم موقع کے مطابق ان کی توقعات پر پورا اتریں گے۔ اور پھر کسی نہ کسی طرح ہم ایسا کر گزرتے تھے۔ لیکن کچھ دوسرے اساتذہ بھی تھے جو ہمارے ساتھ ایسا برتاؤ کرتے تھے جیسے اوسط درجے کا ہونا ہی ہمارا مقدر ہے۔ وہاں تو کوشش کرنا بھی بے کار لگتا تھا۔

جب میں نے یہ بات انھیں بتائی تو انہوں نے تائید میں سر ہلایا۔ "بالکل درست،" انہوں نے کہا، "لوگ صرف معیار (Standards) پر پورا نہیں اترتے، بلکہ وہ اس نظریے پر پورا اترتے ہیں جس سے انہیں دیکھا جاتا ہے۔" وہ تھوڑا آگے کو جھکے اور کہنے لگے، "اب تصور کرو کہ کیا ہوتا ہے جب ایک بچہ یہ سنتے ہوئے بڑا ہوتا ہے—خواہ الفاظ میں یا

اشاروں میں—کہ وہ لاپرواہ ہے، ناقابلِ اعتبار ہے یا مایوس کن ہے۔" یہ الفاظ محض رویے کا بیان نہیں ہیں، بلکہ یہ شناخت کو تراشتے ہیں۔ اور شناخت جب ایک بار بن جائے تو وہ اپنا دفاع خود شروع کر دیتی ہے۔ انہوں نے اس کے برعکس ایک مختلف انداز پیش کیا۔ انہوں نے پوچھا، "کیا ہی اچھا ہو کہ 'تم ایسے کیوں ہو؟' کہنے کے بجائے ہم یہ کہیں، 'مجھے تم سے اس سے بہتر کی امید ہے—کیونکہ میں جانتا ہوں کہ تمہارے اندر اس سے بہتر کی صلاحیت موجود ہے'؟ غصے سے نہیں، طنز سے بھی نہیں، بلکہ پرسکون انداز میں اور مستقل مزاجی کے ساتھ۔"

انہوں نے اس بات پر زور دیا کہ توقعات صرف اسی صورت میں مؤثر ہوتی ہیں جب وہ مخلصانہ ہوں۔ کھوکھلی تعریف کردار سازی نہیں کرتی، لیکن خاموش اعتماد کر دیتا ہے۔ انہوں نے کہا، "جب آپ کسی کے ساتھ ایسا برتاؤ کرتے ہیں جیسے وہ ایماندار ہو، تو آپ اس کے لیے ایمانداری کو آسان بنا دیتے ہیں۔ جب آپ کسی کے ساتھ باوقار انسان جیسا سلوک کرتے ہیں، تو آپ اس کے اندر کے وقار کو دعوت دیتے ہیں۔" انہوں نے ایک ایسی مثال دی جو میرے دل کو لگی: دو بچوں سے پانی کا گلاس گر گیا۔ ایک سے کہا گیا، "تم ہمیشہ لاپرواہی کرتے ہو۔" دوسرے سے کہا گیا، "تم عام طور پر محتاط رہتے ہو—یہ تو محض ایک غلطی لگتی ہے۔" واقعہ ایک ہی ہے، لیکن مستقبل الگ الگ۔ ایک بچہ ایک 'لیبل' (Label) سیکھتا ہے، دوسرا ذمہ داری سیکھتا ہے۔

انہوں نے مجھے یاد دلایا کہ 'پگمالین ایفیکٹ' صرف بچپن تک محدود نہیں رہتا۔ "یہ ازدواجی زندگی میں بھی کام کرتا ہے،" انہوں نے کہا، "دفتروں میں، دوستیوں میں، یہاں تک کہ اس انداز میں بھی جس میں آپ خود سے بات کرتے ہیں۔" جب میں خود سے ناکامی کی توقع کرتا ہوں، تو میری کوشش شروع ہونے سے پہلے ہی کمزور پڑ جاتی ہے۔ جب میں ترقی کی توقع کرتا ہوں—خواہ وہ سست اور نامکمل ہی کیوں نہ ہو—تو میں میدان میں ڈٹا رہتا ہوں۔ پھر انہوں نے ایک ایسی بات کہی جس نے مجھے چونکا دیا: "محتاط رہو، کیونکہ تم مسلسل لوگوں کو یہ سکھا رہے ہو کہ تمہاری موجودگی میں وہ کون ہیں۔" میری خاموشی ناقدری سکھا سکتی ہے۔ میری بے صبری نااہلی سکھا سکتی ہے۔ میرا بھروسہ ذمہ داری سکھا سکتا ہے۔ یہ سب ایک دن میں نہیں ہوتا، لیکن وقت کے ساتھ ساتھ یہ حقیقت بن جاتا ہے۔ انہوں نے تھوڑا رک

کر اضافہ کیا، "یہ کوئی چال بازی (Manipulation) نہیں ہے، بلکہ یہ اخلاقی ذمہ داری ہے۔" اگر توقعات خاموشی سے لوگوں کو بلندیوں پر لے جا سکتی ہیں، تو لاپرواہ توقعات خاموشی سے انہیں نقصان بھی پہنچا سکتی ہیں۔

مجھے ایک تکلیف دہ حقیقت کا ادراک ہوا۔ کئی بار میں سمجھ رہا تھا کہ میں 'حقیقت پسند' بن رہا ہوں—جبکہ دراصل میں کسی کی حدود متعین کر رہا تھا۔ میں سمجھ رہا تھا کہ میں 'ایماندار' بن رہا ہوں—جبکہ میں انجانے میں کسی کی امیدوں اور امکانات کی دنیا کو محدود کر رہا تھا۔ انہوں نے میرے تاثرات میں تبدیلی بھانپ لی۔ "یہی وجہ ہے،" انہوں نے نرمی سے کہا، "کہ یہ تصور آنکھیں کھول دینے والا ہے۔ ایک بار جب آپ اسے دیکھ لیتے ہیں، تو پھر اسے نظر انداز کرنا ممکن نہیں رہتا۔"

انہوں نے اپنی بات کا اختتام ایک ایسے نقطے پر کیا جو گفتگو ختم ہونے کے بہت دیر بعد تک میرے ذہن پر نقش رہا۔ انہوں نے کہا: **"آپ لوگوں کی تربیت ہر وقت ان کی روک ٹوک کر کے نہیں کرتے، بلکہ آپ ان کی نشوونما اس بلند تصور کو تھام کر کرتے ہیں کہ وہ کیا بن سکتے ہیں—اور پھر اس تصور کو آسانی سے ہاتھ سے جانے نہیں دیتے۔"**

توقعات نظر نہیں آتیں، لیکن ان کے نتائج نظر آتے ہیں۔ اور جب میں یہ سمجھ گیا، تو میں نے ایک نیا سوال پوچھنا شروع کر دیا—نہ صرف دوسروں کے بارے میں بلکہ خود اپنے بارے میں بھی: کہ میں خود کن توقعات کے سائے میں جی رہا ہوں—اور میں خاموشی سے دوسروں کو کون سی توقعات منتقل کر رہا ہوں؟