తల్లిదండ్రుల నుండి తల్లిదండ్రుల కొరకు చిట్కాలు

మీ చిన్నారి యొక్క డాక్టరు గారితో ముందస్తు చర్యల భాగస్వామ్యమును నెలకొల్పుకొనుట:

WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families

Early Support
for Infants
and Toddlers

WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families

Early Support
for Infants
and Toddlers

PO Box 40970
Olympia, Washington 98504-0970
ఫోన్: 360 -725 -3500
ఫ్యాక్స్: 360 -413 -3482
www.dcyf.wa.gov

ఒక తల్లి/తండ్రిగా మీకు మీ చిన్నారి గురించి మరెవ్వరికంటే కూడా బాగా తెలిసి ఉంటుంది. అతణ్ణి నవ్వేలా చేయడమెలాగో, అతణ్ణి శాంతపరచడమెలాగో మీకు తెలుసు. ఆమె యొక్క అత్యుత్తమ గుణగణాలేమిటో, ఆమెకు ఏమి అవసరమో మీకు తెలుసు.

కాబట్టి, మీ చిన్నారి ముందస్తు చర్యలను తీసుకుంటున్నప్పుడు, మీ చిన్నారి యొక్క డాక్టరు* మీ చిన్నారి యొక్క బలాలు మరియు అవసరాలను తెలుసుకొని, ఎటువంటి సేవలు సహాయకారిగా ఉంటాయో అర్థం చేసుకోవడానికి సహాయపడటంలో మీరు కీలక పాత్రను పోషించాల్సి ఉంటుంది.

ముందస్తు చర్యల ప్రోగ్రాము గురించి మీ చిన్నారి యొక్క డాక్టరుకు మీరు తెలుపుతూ ఉండవచ్చు, ఐతే అతడిని లేదా ఆమెను నిమగ్నం కావాలని కూడా మీరు కోరవచ్చు. డాక్టర్లు మరియు తల్లిదండ్రుల మధ్య ఒక "ముందస్తు చర్య భాగస్వామ్యము" తరచుగా దానంతట అదే ఏర్పడదు. వాస్తవానికి, అనేక సమయాల్లో అత్యంత విజయవంతమైన భాగస్వామ్యాలు కేవలం తల్లిదండ్రులుగా-మీరు- సాధ్యపడేలా చేశారు!

మీ చిన్నారి యొక్క డాక్టరుతో భాగస్వామ్యము మరియు సంబంధము యొక్క రకమును ఏర్పరచుకోవడానికి మీరు తీసుకోగలిగిన చర్యలు అనేకం ఉన్నాయి. ఒక కొత్త డాక్టరుతో మొదలు పెట్టడానికి మరియు మీరు ఇప్పటికే కలిగియున్న భాగస్వామ్యమును మెరుగుపరచుకోవడానికి ఈ చిరుపుస్తకము తగు సలహాలు మరియు ఉపాయాలను అందిస్తుంది.

* సులువుగా ఉండడానికై డాక్టర్ అనే పదం ఉపయోగించబడింది, ఐతే ఈ ఉపాయాలు నర్స్ ప్రాక్టీషనర్లు, ఫిజీషియన్ యొక్క సహాయకులు వంటి ఇతర ప్రాథమిక సంరక్షణ ప్రదాతలతో కూడా సహాయకారిగా ఉండగలవు.

ఒక డాక్టరును ఎంచుకొనుట

గమనించుకోవడానికి ఇక్కడ కొన్ని సాధారణ లక్షణాలు:

వైద్యపరమైన నైపుణ్యాలు మరియు పరిజ్ఞానము

అతడు లేదా ఆమె, మీ చిన్నారి యొక్క అవసరాలకు ముఖ్యమైన శిక్షణ మరియు ప్రత్యేక నైపుణ్య ఆసక్తులను కలిగి ఉన్నారా?

పిల్లల అభివృద్ధి, ప్రత్యేక అవసరాలు, లేదా ఒక నిర్దిష్టమైన వ్యాధి నిర్ధారణలో ప్రత్యేకమైన ఆసక్తి ఉన్న ఒక డాక్టరు కోసం మీరు ఎదురు చూస్తూ ఉండవచ్చు.

అనుభవము

మీ చిన్నారి వంటి అదే విధమైన వైద్య నిర్ధారణ చేయబడియున్న పిల్లలను లేదా అభివృద్ధి ఆలస్యాలు లేదా సాధారణ అంగవైకల్యాలు ఉన్న పిల్లలను ఈ డాక్టరు సంరక్షించియున్నారా?

మీ చిన్నారి మరియు కుటుంబము ప్రయోజనము పొందగల వనరులు మరియు సాధ్యమైన సేవల గురించి మరింత అవగాహన కలిగియుండడానికి ఈ విధమైన అనుభవము మీ డాక్టరుకు సహాయపడుతుంది.

పరస్పర గౌరవము మరియు అనుసంధానపు ఒక భావన

అతడు లేదా ఆమెను మీరు సులువుగో కలుసుకోగలిగే పరిస్థితి ఉందా? మీరు సౌకర్యవంతంగా భావించేలా అతడు లేదా ఆమె చేశారా? మీ చిన్నారితో సంభాషణలు మీకు నచ్చాయా?

మీ చిన్నారి యొక్క ఆరోగ్యము గురించి ఈ వ్యక్తిపై మీకు విశ్వాసం ఉందా?

ఒక అంశములో కాకుంటే మరో దానిలో ఒక డాక్టరే మెరుగ్గా ఉండొచ్చు. ఒక డాక్టరును ఎంచుకోవడం అనేది సాంకేతిక నైపుణ్యాలు, వ్యక్తిగతాంతర నైపుణ్యాలు మరియు అనుభవము మధ్య ఒక సమతుల్యతను ఎంచుకోవడమే అని అర్థం చేసుకోవచ్చు.

మీకు మరియు మీ చిన్నారికి ఇప్పటికిప్పుడు ఏమి కావాలో మీరు నిర్ణయించండి. కొంత కాలానికి మీకు ఏ మార్పులు కావాల్సి ఉంటుందో మీరు కనుక్కోగలగవచ్చు.

ఒక సంబంధబాంధవ్యమును నెలకొల్పుకొనుట

ఒక భాగస్వామిగా ఉండండి

మీ చిన్నారి యొక్క డాక్టరు గారితో మీరు ఎటువంటి సంబంధ బాంధవ్యము కోరుకుంటున్నారో నిర్ణయించుకోండి. మీ చిన్నారి కొరకు సంరక్షణ మరియు సేవలను సమన్వయము చేసుకోవడంలో అతడు లేదా ఆమె ఎలా నిమగ్నము కావాలని మీరు కోరుకుంటారు? వైద్య మరియు ఆరోగ్యపరమైన నిర్ణయాలను చేయడంలో మీరు ఎటువంటి పాత్రను కోరుకుంటారు?

మీరు ఎటువంటి రకం భాగస్వామ్యాన్ని కలిగియున్నా, ప్రశ్నలు అడగటానికి, మీ గ్రాహ్యతలను పంచుకోవడానికి, మీరు సౌకర్యవంతంగా భావించాలి మరియు మీరు, మీ డాక్టరు ఒక టీములో బాగం అని భావించుకోవాలి.

బదులుగా, డాక్టరు యొక్క ప్రశ్నలు మరియు గ్రాహ్యతల పట్ల మీరు నిష్కళంకముగా ఉండాలి మరియు అతడిని లేదా ఆమెను మీ చిన్నారి యొక్క టీములో భాగంగా స్వీకరించాలి.

ఒక నమూనా వ్యక్తిగా ఉండండి

మీరు ఎలా చూసుకోబడాలి మరియు మీ చిన్నారి ఎలా చూసుకోబడాలి అనేదానికి మీరు ఒక మాదిరిగా ఉంటూ చూపించండి.

మీరు చెప్పేది ఇతరులు శ్రద్ధగా వినాలనుకుంటే, మీరు కూడా ఇతరులు చెబుతున్నప్పుడు మంచి శ్రోతగా ఉండాలి. మీ చిన్నారితో మీ డాక్టరు ఆనందిస్తూ ఉండాలని మీరు కోరుకుంటే, అప్పుడు మీరు కూడా మీ చిన్నారితో ఆనందంగా ఉండండి.

అవగాహనతో ఉండండి

డాక్టర్లు తరచుగా ప్రతి 15 నిముషాలకు లేదా అంతకంటే త్వరగా తప్పనిసరిగా పదే పదే అయింట్ మెంట్లను కలిగియుండాలి. మీరు గనక ఒక డాక్టరు తర్వాతి అపాయింట్ మెంటుకు వెళ్ళడానికి త్వరపడుతున్నట్లుగా గమనిస్తే, మీరు చూసింది బహుశః సరియైనది అని అర్థము!

మీకు మరింత ఎక్కువ సమయం కావాలంటే ఆమెకు చెప్పండి, మరియు ఆమె మీతో పని చేయడానికి సుముఖంగా ఉండాలి. నిర్దిష్ట ఉపాయాల కొరకు మరింత సమయం పొందడంపై ఒక అపాయింట్ మెంటు నుండి అత్యధికంగా పొందేలా చూడండి.

మీ సంపూర్ణ చిన్నారి గురించి డాక్టరుగారు తెలుసుకోనివ్వండి

మీ ఆందోళనలతో పాటుగా మంచి విషయాలు కూడా మాట్లాడండి. ఫోటోలు మరియు ఉదంతాలను పంచుకోండి, తద్వారా అతడు లేదా ఆమె మీ చిన్నారి గురించి మరింత ఎక్కువగా తెలుసుకోగలుగుతారు.

కృతజ్ఞత వ్యక్తపరచండి

ముఖాముఖీగా గానీ లేదా వ్రాతపూర్వకంగా గానీ ధన్యవాదాలు చెప్పండి. అతడు లేదా ఆమె మంచి పని చేస్తూ ఏది సహాయకారిగా ఉంటుందో మీ డాక్టరును తెలుసుకోనివ్వండి.

ఖచ్చితత్వాన్ని ఆశించవద్దు

ప్రతి సంబంధ బాంధవ్యమూ కొన్ని సమయాలు ఉంటుంది, అలాగే ఇది కూడా. అవసరమైతే, మార్పులు చేసుకోవడానికి సిద్ధంగా ఉండండి. డాక్టర్లు కూడా మనుషులేనని గుర్తుంచుకోండి, మరియు పనులు మరింత చక్కగా చేసేందుకు అతనికి లేదా ఆమెకు ఒక అవకాశమివ్వండి.

ఒకవేళ మీరు మీ చిన్నారి యొక్క డాక్టరు గారి పట్ల అత్యంత సంతృప్తితో ఉన్నట్లయితే, అది క్లిష్ట సమయాల్లో బాగా పని చేసినట్లే.

మీరు ఒక మార్పును కావాలని అనుకున్నప్పుడు, సమాచారము కోసం డాక్టర్లను మార్చే నిర్ణయం గురించి ఆలోచించండి.

మంచి సమాచార వినిమయమును అభ్యసించుట

ఒక ద్వివిధ సంభాషణ

మీ డాక్టరుగారితో స్నేహపూర్వకంగా, మర్యాద పూర్వకమైన సంభాషణతో మాట్లాడుతున్నట్లుగా అనుకోండి. అంటే దాని అర్థం, అది రెండు రకాలుగా ఉండాలి, మరియు మీరిద్దరూ మీ ప్రశ్నలు, ఆందోళనలు, విజయాలు మరియు ఆకాంక్షలను తీసుకురావాలి అని.

ఎలా సమాచార వినిమయం చేసుకోవాలో స్పష్టత పొందండి

మీ చిన్నారి యొక్క సంరక్షణ గురించి ఎలా సంభాషించాలో మీ డాక్టరు గారిని అడగండి.

పగటివేళలో కాల్ చేయడానికి అనుకూలమైన సమయము ఉందా?

అపాయింట్ మెంట్ల మధ్య మీకు ఏవైనా ప్రశ్నలు ఉంటే, మీరు మొదటగా ఆఫీస్ నర్సుతో మాట్లాడాలని అతడు లేదా ఆమె సూచిస్తున్నారా?

డాక్టరు ఇంట్లో ఉన్నప్పుడు, మీరు అతడికి లేదా ఆమెకు కాల్ చేయమని కోరిన సందర్భాలు ఎప్పుడైనా వచ్చాయా?

మీ డాక్టరు మెయిల్ ద్వారా కమ్యూనికేషన్ ను స్వాగతిస్తారా? ఫ్యాక్స్ సంగతి ఏమిటి? ఇతర వ్యవహారాల మాటేమిటి?

అపాయింట్ మెంట్ల మధ్య సలహా యొక్క అవసరము గురించి సరే అని భావించుట

అపాయింట్ మెంట్ల మధ్య మీకు గనక ఒక ఆందోళన ఉంటే, మరియు మీ చిన్నారి యొక్క డాక్టరు నుండి ఒక జవాబు కావాలని మీరు కోరుకుంటే, అతడిని లేదా ఆమెను కాల్ చేయమని కోరమని నర్సును అడగండి.

మామూలు కంటే మీరు మరింతగా ఆందోళన చెందుతున్నట్లుగా వివరించండి – కారణాలను మీరు వ్యక్తం చేయలేకపోవచ్చు ఐనా - నేరుగా అతడితో లేదా ఆమెతో మాట్లాడడం పట్ల మీరు నిజంగా అభినందించబడవచ్చు.

ప్రతిగా పలుకుట

మీరు మీ అత్యంత ముఖ్యమైన ప్రశ్నలు లేదా సమస్యలను చర్చించగలిగారా? లేనట్లయితే, అది మీకు సరిపోతుందా లేదా మీకు కావలసిన సమాచారమును రాబట్టడానికి మరేదైనా ప్రణాళిక ఉందా?

మీ చిన్నారి యొక్క ఆరోగ్య సంరక్షణ బృందములో ఒక భాగస్వామిగా మీరు అనుకుంటున్నారా? వచ్చేసారి మీరు కొంత విభిన్నంగా చేయాలనుకునేది ఏమైనా ఉందా?

డాక్టర్లను మార్చడానికి నిర్ణయించుకొనుట

అనేకమంది తల్లిదండ్రులు తమ చిన్నారి యొక్క డాక్టరు గారి పట్ల సంతోషంగా ఉంటారు. ఐతే, కొన్ని సమయాల్లో అన్నీ సరిగ్గానే ఉంటాయని అనుకోలేము. మిమ్మల్ని మీరు ప్రశ్నించుకోవడానికి ఇక్కడ కొన్ని ప్రశ్నలు:

- మీ కోసం ఆఫీసు పని చేస్తున్న విధానము సరిగ్గా ఉందా?
- అతడితో లేదా ఆమెతో మీకు అవసరం ఏర్పడినప్పుడు డాక్టరు అందుబాటులో ఉంటున్నారా?
- సిఫారసుల గురించి మరియు చికిత్సకు అటువంటి ప్రిస్క్రిప్షన్లు చేయడం గురించి మీరు తరచుగా అయోమయానికి గురయ్యారా?
- మీ ఆందోళనలను అంత తీవ్రంగా పట్టించుకోలేదని మీరు భావిస్తున్నారా? అది మిమ్మల్ని ప్రశ్నించేలా చేసిందా మరియు మీ లేదా మీ డాక్టరుగారి ఉద్దేశ్యాలను సందేహపడేలా చేసిందా?

మీ దమ్మును విశ్వసించండి. ఒకవేళ సంబంధ బాంధవ్యము సరిగా అనిపించకపోయినా మరియు దానిని మీరు మెరుగుపరచుకోలేకపోయినా, అప్పుడు, డాక్టర్లను మార్చడానికి అది తగిన సమయమని తెలుసుకోండి.

ఒక సానుకూలమైన పద్ధతితో ఆ పని చేయడానికి ప్రయత్నించండి.

> "మా చిన్నారి కోసం మీరు చేసినదానంతటికీ ధన్యవాదాలు. మీరు మాతో గడిపిన సమయానికి నిజంగా మిమ్మల్ని అభినందిస్తున్నాము. ఐతే ఇప్పుడు మా కుటుంబానికి అది ఖచ్చితమైన కూర్పు కాదు – మా చిన్నారిని వేరే డాక్టరు వద్ద చూపించాలనుకుంటున్నాను.

ముందస్తు చర్యల ప్రోగ్రాములో మీ చిన్నారి యొక్క డాక్టరును నిమగ్నము చేయుట

డాక్టర్లు ఆసక్తిగా ఉంటారు మరియు ఒక చిన్నారి యొక్క ముందస్తు చర్య ప్రోగ్రాములో నిమగ్నం కావాలనుకుంటారు. అయినప్పటికీ, ఒక క్రియాశీలక పాత్రను పోషించడానికి వాళ్ళ బిజీ షెడ్యూలు వాళ్ళకు ఆటంకము కలిగించవచ్చు.

ముందస్తు చర్యల నిర్ణయాలలో మీరు ఖచ్చితంగా మీ డాక్టరును నిమగ్నం చేయాలని మరియు అతని అభిప్రాయాన్ని కోరాలని అనుకుంటే, మీరు ఒక ముందస్తు చర్యల భాగస్వామ్యాన్ని నెలకొల్పుకున్నట్లుగా అనుకోవచ్చు.

ఇక్కడ కొన్ని సలహాలు ఉన్నాయి:

తెలియజేయండి

మీ చిన్నారి యొక్క కార్యక్రమాలన్నింటి మెయిలింగ్ లిస్టులలో మీ డాక్టరు ఉండేట్లుగా చూసుకోండి.

ప్రత్యేకంగా అపాయింట్ మెంట్ల గురించి చర్చించాలనుకున్నప్పుడు ఆ రిపోర్టులను వెంట తీసుకురండి.

డాక్టరు మరియు ముందస్తు చర్యల ప్రోగ్రాము మధ్య ఒక అనుసంధానముగా ఉండండి – ప్రశ్నలు మరియు ఆందోళనలను వెనుకా ముందులుగా పంచుకోండి.

ఆహ్వానించండి

అతడు లేదా ఆమె ఒక వ్యక్తిగతీకృత కుటుంబ సేవల ప్రణాళిక (IFSP) లేదా ఇతర టీము సమావేశాలకు హాజరయ్యారా అని అడగండి. అత్యుత్తమ సమయాలు మరియు అత్యుత్తమ ప్రదేశాల గురించి అడగండి.

పేషెంట్లకు షెడ్యూలు చేయబడని రోజులు, ఉదయం వేళలు, లేదా పనిరోజు యొక్క ముగింపులో సమావేశాలకు హాజరు కావడానికి మీ డాక్టరు సుముఖత చూపవచ్చు. మీ డాక్టరు గారి ఆఫీసులో మీ టీము సమావేశము నిర్వహించడం వల్ల అతడు/ఆమె సమావేశములో నిమగ్నము కావడానికి సులువు కావచ్చు.

ఒక అపాయింట్ మెంట్ నుండి అత్యంత ఎక్కువగా పొందుట

షెడ్యూలింగ్

మీరు గనక వేచియుండు సమయాన్ని తగ్గించుకోవాలనుకుంటే, రోజు యొక్క మొదటి అపాయింట్ మెంటులో గానీ లేదా మధ్యాహ్న భోజనం అయిన వెంటనే గానీ డాక్టరు గారి సందర్శనను షెడ్యూలు చేయండి.

మామూలు కంటే ఎక్కువ సమయం తీసుకోగల ప్రశ్నలు లేదా ఆందోళనలు మీకు ఉన్నట్లయితే, ఒక దీర్ఘసమయపు అపాయింట్ మెంటును ఏర్పాటు చేయమని ఆఫీస్ సిబ్బందిని అడగండి. ముందస్తుగా తెలియజేయడాన్ని మీ డాక్టరు మరియు సిబ్బంది అభినందిస్తారు మరియు తగిన సమయం లేదేమోనని మీరు విసుగు చెందాల్సిన అవసరం ఉండదు.

తయారు చేయుట

రాబోవు సమయములో అపాయింట్ మెంట్ నుండి మీరు ఏమి పొందాలనుకుంటున్నారో ఆలోచించండి.

- మీ ప్రశ్నలు, ఆందోళనల యొక్క జాబితాను మరియు మీరు పంచుకోవాలనుకుంటున్న ఇతర సమాచారాన్ని తయారు చేసుకోండి.
- ఆ విషయాలు ఆరోగ్యానికి సంబంధించినవిగా అనిపించకపోయినా పరవాలేదు, ఐతే అవి మీకు మరియు మీ చిన్నారికి సంబంధించినవే అయి ఉంటాయి.
- మీ జాబితాలో మీకు ఏది ముఖ్యమైనదో మీరు నిర్ణయించండి.

రాబోవు సమయములో అతడు లేదా ఆమె మీ ప్రశ్నలు, ఆందోళనల యొక్క ఒక నకలును కావాలనుకుంటారేమో డాక్టరును అడగండి. అపాయింట్ మెంట్ కంటే ముందుగా మీ జాబితాను డాక్టరు గారికి ఇమెయిల్ చేయడం, ఫ్యాక్స్ చేయడం లేదా పంపించడం వల్ల మీ డాక్టరు మీ ప్రశ్నలకు మరింత పూర్తి సమాధానాలను తయారు చేసుకోవడానికి సమయం

పాల్గొనుట

అపాయింట్ మెంట్ ప్రారంభములో మీ ప్రశ్నలు మరియు ఆందోళనల జాబితాను పంచుకోండి. ఈ సందర్భనలో తాను ఏమి పూర్తి చేయాలనుకుంటున్నారో ఆ స్వంత జాబితా డాక్టరుకు ఉండవచ్చు. వాటితో కలిపి, ఈ అపాయింట్ మెంట్ సందర్భంగా ఏమి చర్చించాలి, ఆ తరువాత ఏమి చర్చించాలనేది మీరు నిర్ణయించుకోవలసి రావచ్చు.

అపాయింట్ మెంట్ల సందర్భాల్లో విషయాలు త్వరగా చకచకా జరిగిపోవచ్చు మరియు చెప్పిన వాటిని గుర్తుకు తెచ్చుకోవడం కష్టం కావచ్చు. జ్ఞాపకం తెచ్చుకోవడానికి సహాయపడే కొన్ని ఉపాయాలు ఇక్కడ:

- వ్రాసి ఉంచుకోండి. ప్రతి అపాయింట్ మెంటు లోనూ మీ ప్రశ్నలు మరియు సమాధానాలను వ్రాసుకోవడానికి ఒకే నోట్ బుక్ వాడండి. సమయం గడిచేకొద్దీ సమాచారమునంతటినీ ఒకే చోట ఉంచుకొని సరి చూసుకోవడానికి దాని ద్వారా సులభమవుతుంది.
- బాగా విని నోట్సు వ్రాసుకునేందుకు సహాయపడే ఒకరిని వెంట తెచ్చుకోండి – మరియు అవసరమైతే మీకు మద్దతునివ్వడానికి అక్కడే ఉండమనండి.
- మీ సంభాషణను మీరు టేప్ రికార్డు చేసుకోవచ్చునేమో అడగండి.

కొన్ని సమయాల్లో మీ సంభాషణను మీ ఆందోళనలకై మళ్ళీ వెనక్కి గుర్తుకు చేసుకోవలసి రావచ్చు. ఇది చేయడానికి ఇక్కడ కొన్ని మార్గాలు:

- ఒక ప్రశ్న అడగండి. "దీని గురించి మీరు ఏమి సలహా ఇస్తారు..."
- మీరు చర్చించాలనుకుంటున్న, మీ చిన్నారి యొక్క జీవితములో జరుగుతున్న దాని గురించి ఒక ఉదంతము చెప్పండి. " IFSP సమావేశము యొక్క మరో రోజున..."
- కేవలం టాపిక్ మార్చండి. " నేను మీతో మాట్లాడాలనుకుంటున్న మరొక విషయము ఏమిటంటే..."
- మీ డాక్టరు గారు ఇచ్చిన సమాచారము క్లిష్టమైనదీ లేదా అర్థం చేసుకోవడానికి కష్టమైనదీ అయితే, మీరు ప్రశ్నలను తయారు చేసుకొని ఆ తర్వాత అతడికి కాల్ చేయవచ్చునేమో అడగండి.
- ఒకవేళ మీ డాక్టరు IFSP సమావేశానికి హాజరు కాలేకపోతే, తర్వాతి సమయానికి సిఫారసులు మరియు సూచనలను అడగండి.

" మా చిన్నారి యొక్క IFSP లో నేను అడగబోతున్నది ఇదే. మీరు ఏమనుకుంటున్నారు?"

మీ డాక్టరు గారి సలహా సూచనలను మీ IFSP టీముతో పంచుకోండి.

మీ డాక్టరు, మీ చిన్నారికి అవసరమని మీరు విశ్వసించే సేవలను మీరు పొందడానికి సహాయపడే సహచరుడు కావచ్చు.

- మీరు ఏది అవసరమని అనుకుంటున్నారో దాని గురించి అతనితో లేదా ఆమెతో మాట్లాడండి. మీ డాక్టరు గనక ఒప్పుకుంటే, మీ ఉమ్మడి సిఫారసుల గురించి వివరిస్తూ IFSP టీముకు ఒక లేఖ వ్రాయమని అతడిని లేదా ఆమెను అడగండి.
- సిఫారసుల గురించి చర్చించడానికి ఒక టీము సభ్యుడు కాల్ చేయవచ్చునేమో డాక్టరును అడగండి.

ఆధునీకరించండి

బాగున్న చిన్నారుల సందర్శనలు లేదా ఇతర అపాయింట్ మెంట్ల సందర్భంగా, ముందస్తు చర్యల ప్రోగ్రాములో మీ చిన్నారి పొందుతున్న పురోగతి గురించి మీ డాక్టరు గారికి చెప్పండి. సేవల గురించి మీకు ఉన్న ఏవైనా ప్రశ్నలు అడగండి మరియు మీకు ఉన్న ఆందోళనలను పంచుకోండి.

డాక్టరుకు అప్‌డేట్ చేయడానికి వినోదాత్మకమైన మరియు గుర్తుండిపోయే మార్గము ఏమిటంటే, మీ చిన్నారి యొక్క పురోగతి గురించి అప్పుడప్పుడూ ఛాయాచిత్రాలను డాక్టరు గారికి పంపుతూ ఉండుట:

" ఇది, మా కూతురు డిన్నర్ వేళలో వినోదిస్తున్న ఛాయా చిత్రం. ముందస్తు చర్యలో, మరిన్ని టేబుల్ ఆహారాలను తినడానికై ఆమెను ప్రోత్సహించడం ఎలాగో నేను నేర్చుకున్నాను. తిండిని చూసి ఆమె గింజుకోవడం లేదా ఏడ్వడమనేది ఎలాగూ లేదు మరియు ఆమె ఎదుగుదల గురించి నాకు మరీ ఎక్కువ చింత లేదు. నా కూతురుతో మెరుగైన బాంధవ్యము ఏర్పరచుకోవడానికి ముందస్తు చర్య ప్రోగ్రాము నాకు సహాయపడింది మరియు మా కుటుంబానికి కూడా – భోజన సమయాలు ఇక ఒక యుద్ధము కాబోవు! రెఫరల్ చేసినందుకు ధన్యవాదాలు"

ముందస్తు చర్య కొరకు ఒక న్యాయ సలహాదారుగా ఉండుట

ముందస్తు చర్యలను మీరు గౌరవించి విలువనిస్తారా? మీ చిన్నారి త్వరగా రెఫర్ చేయబడాలని మీరు కోరుకుంటారా? ముందస్తు చర్య గురించి డాక్టరు ఇంకా ఎక్కువ తెలుసుకోవాలని మీరు అనుకుంటున్నారా? మీరు ఒక ముందస్తు చర్య యొక్క న్యాయ సలహాదారుగా ఉండాలనుకుంటున్నారా?

తల్లిదండ్రులు తరచుగా అత్యంత శక్తివంతమైన న్యాయ సలహాదారులు. పంచుకోవడానికి మీకు వ్యక్తిగత అనుభవాలు మరియు నిజ జీవిత గాధలు ఉన్నాయి – మీరు ఒక వ్యత్యాసమును చేయగలరు.

ముందస్తు చర్యల ప్రోగ్రాము యొక్క ప్రాముఖ్యతను ప్రచారం చేయడం గురించి మీరు తీసుకోగల కొన్ని సులువైన చర్యలు ఇక్కడ ఉన్నాయి:

ఎవరితో మాట్లాడాలి...

బాగా తెలిసియున్న మరియు స్నేహపూర్వకంగా ఉండే ఒక గ్రూపుతో మొదలు పెట్టండి – ముందస్తు చర్యల ప్రోగ్రాము గురించి మరియు అది మీ చిన్నారికి, మీ కుటుంబానికి ఎలా సహాయపడిందో మీ కుటుంబానికి మరియు స్నేహితులకు చెప్పండి.

ఈ సందేశాన్ని మీ చిన్నారి యొక్క డాక్టరుతో పంచుకోండి, ఆ తర్వాత అతని లేదా ఆమె పరిధిలోని ఇతరులతో మీ సందేశాన్ని పంచుకోమని చెప్పండి.

మీ స్థానిక దేశము యొక్క అంతర సంస్థ సమన్వయ మండలిలో చేరండి. ముందస్తు చర్య కోసం మీ శైలిని పంచుకునే ఇతరులతో మీరు కలుస్తారు. ఎలా చేరాలో మీ ఫ్యామిలీ రిసోర్సెస్ కోఆర్డినేటరు (FRC) ను అడగండి. మీకు ఒక FRC లేనట్లయితే, మీరు 1-800-322-2588 (ఫ్యామిలీ హెల్త్ హాట్ లైన్) కు కాల్ చేసి, మీ దేశములోని లీడ్ FRC కోసం అడగవచ్చు.

ఒకవేళ బహిరంగ ఉపన్యాసమును మీరు ఆనందిస్తే, పారెంట్ ప్యానెల్స్ లో ఉండి ఔపచారిక సమర్పణలు ఇవ్వడాన్ని మీరు ఎంచుకోవచ్చు.

సమర్పించునప్పుడు ఏమి చెప్పాలి...

కొంతమంది వ్యక్తులు పరిశోధనలో కనుక్కోబడిన అంశాలను వినాలనుకుంటారు. అనేకమంది వ్యక్తులకు, వ్యక్తిగత ఉదంతాలు అనేవి, ఒక ప్రోగ్రాము పిల్లలు మరియు కుటుంబాల యొక్క దైనందిన జీవితాలలో ఎలా వ్యత్యాసము చేస్తుందో మనం అర్థం చేసుకోవడానికి సహాయపడేవి. ఉదంతాలు అనేవి, మంచి జీవితం కోసం ఒక మార్పును చేసుకోవడానికై మనల్ని ముందుకు నడిపేవి.

ఈ క్రింది పరిశోధనా అంశాలలో ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ వాటిని జీవితానికి తీసుకువచ్చే ఏ ఉదంతాలు లేదా ఉదాహరణలను మీరు పంచుకోవాలనుకుంటున్నారు?

దత్తతకు మరియు పని నిర్వహణకు ముందస్తు చర్య కార్యక్రమం కుటుంబాలకు సహాయపడుతుంది.

మీ చిన్నారి అందుకునే సహాయము మీ కుటుంబానికి ఏ విధమైన వ్యత్యాసమును చూపుతుంది? అది కొంత ఒత్తిడి మరియు చింతను సులభతరము చేసిందా? మీ చిన్నారితో మీ బాంధవ్యము గురించి మీరు మంచిగా అనుభూతి పొందడానికి సహాయపడేలా మీరు ఏమి నేర్చుకున్నారు?

పిల్లలు తమ సామర్థ్యాన్ని చేరుకునేలా ముందస్తు చర్య కార్యక్రమం సహాయపడుతుంది.

మీ చిన్నారి కొరకు మీ ఆకాంక్షలు ఏమిటి? ముందస్తు చర్య ఎలా సహాయపడింది మరియు ఎలా సహాయపడుతుంది?

అత్యంత సమర్థవంతమైన ముందస్తు చర్య కార్యక్రమం త్వరగా మొదలవుతుంది.

మీ చిన్నారి గురించి మీకు ఇంతకు మునుపు ఏ చింత ఉండినది? మీ డాక్టరు గారు ఎలా స్పందించారు మరియు అతడు ఎలా స్పందించాలని మీరు ఆశించారు? కుటుంబాలు సేవలను, వనరులను, నిధులను, మరియు సంప్రదింపు సమాచారమును కనుగొనేలా ఒక ఫ్యామిలీ రిసోర్సెస్ కోఆర్డినేటరు కుటుంబాలకు ఎలా సహాయపడతారో వివరించండి.

అత్యంత సమర్థవంతమైన కార్యక్రమాలు తల్లిదండ్రులను కలుపుకొంటాయి.

మీరు ఎలా నిమగ్నమయ్యారు? దాని గురించి మీకు నచ్చినది ఏమిటి?

ముఖ్యమైన సందేశము: ముందస్తు చర్య ప్రోగ్రాము చిన్నారులు మరియు కుటుంబాల కొరకు పని చేస్తుంది, కాబట్టి దయచేసి *అడగండి, శిశువులు వేచియుండలేరు.*

మరింత సమాచారము కొరకు:

పిల్లలు, యువకులు మరియు కుటుంబాల డిపార్ట్మెంట్

Department of Early Learning
PO Box 40970 • Olympia WA 98504-0970
ఫోన్ (360) 725-3500 • Fax (360) 413-3482
www.del.wa.gov/esit

కుటుంబము నుండి కుటుంబానికి ఆరోగ్య సమాచార కేంద్రము - PAVE యొక్క ఒక కార్యక్రమము
వాషింగ్టన్ యొక్క కుటుంబ స్వరాలు
ఫోన్ (253) 565-2266 • (800) 572-7368
www.familyvoicesofwashington.com
www.wapave.org

అన్ని ప్రోగ్రాములు మరియు కార్యక్రమాలలో వివక్ష అనునది నిషేధించబడింది. జాతి, వర్ణము, మతము, సమూహము, జాతీయ జననము, లింగము, వయస్సు లేదా అంగవైకల్యము ప్రాతిపదికన ఏ ఒక్కరూ వేరుగా చూడబడకూడదు.

WASHINGTON STATE
Department of
Children, Youth, and Families

Early Support for Infants and Toddlers

PO Box 40970 • Olympia WA 98504-0970
ఫోన్ (360) 725-3500 • Fax (360) 413-3482
www.del.wa.gov/esit

DCYF PUBLICATION FS_0003 | DEL 11-008 TE (03/2019)