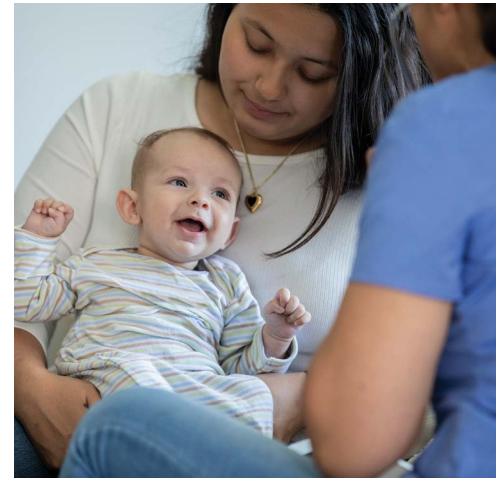




ایجاد
مشارکت های مداخله اولیه با داکتر طفل:
راهنمای از و برای والدین



Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

به عنوان والدین، شما فرزندتان را بهتر از هرکسی می شناسید. شما می دانید که چگونه او را بخندانید و چگونه او را آرام کنید. شما می دانید که بهترین ویژگی های او چیست و او به چه چیزهایی نیاز دارد.

بنابراین هنگامی که طفل شما مداخله زودهنگام دریافت می کند، شما نقش کلیدی در کمک به * داکتر طفل خود ایفا می کنید تا نقاط قوت و نیازهای فرزندتان را بشناسد و بفهمد که چه خدماتی می تواند مفید باشد.

شما می توانید داکتر طفل خود را در مورد برنامه مداخله زودهنگام در جریان بگذارید، اما شما احتمالاً می خواهید که او نیز در این برنامه مشارکت داشته باشد. یک "مشارکت مداخله زودهنگام" بین داکتران و والدین اغلب به طور خودکار اتفاق نمی افتد. در واقع، بسیاری از اوقات موفق ترین مشارکت ها به این دلیل است که والدین - شما - این کار را انجام داده اید!

مراحل زیادی وجود دارد که شما می توانید برای ایجاد نوع مشارکت و رابطه ای که می خواهید با داکتر فرزندتان انجام دهید. این کتابچه پیشنهادات و نظریات را برای شروع با یک داکتر جدید و همچنین برای بهبود شراکت که در حال حاضر دارید ارائه می دهد.

*برای سهولت، از کلمه "داکتر" استفاده می شود، اما این نظریات می تواند برای سایر ارائه دهندگان مراقبت های اولیه مانند نرسان، معاونین داکتران و دیگران نیز مفید باشد.



در اینجا چند ویژگی کلی وجود دارد که باید به دنبال آنها باشید:

مهارت ها و دانش کلینیکی

آیا او آموزش و علایق تخصصی مهمی برای نیازهای فرزند شما دارد؟
داکتر با علاقه خاصی به رشد طفل، نیازهای خاص یا تشخیص خاص ممکن است همان چیزی باشد که شما به دنبال آن هستید.

تجربه

آیا داکتر از سایر اطفال که تشخیص مشابهی با طفل شما دارند یا به طور کلی از اطفال که دارای تاخیر رشد یا ناتوانی هستند مراقبت کرده است؟
این نوع تجربه به داکتر شما کمک می کند تا از منابع و خدمات احتمالی که فرزند و خانواده شما می توانند از آنها بهره مند شوند آگاهی بیشتری داشته باشد.

احترام متقابل و احساس ارتباط

آیا او قابل دسترس است؟ آیا او به شما احساس راحتی می دهد؟ آیا تعامل با فرزندتان را دوست دارید؟
آیا به صحت فرزندتان به این فرد اعتماد دارید؟

یک داکتر ممکن است در یک زمینه بهتر از دیگری باشد. انتخاب داکتر ممکن است به معنای انتخاب تعادل بین مهارت های فنی، مهارت های بین فردی و تجربه باشد.

شما تصمیم می گیرید که در حال حاضر شما و فرزندتان به چه چیزی نیاز دارید. شما ممکن است متوجه شوید که آنچه شما نیاز دارید در طول زمان تغییر می کند.





فهمیده باشید

داکتران اغلب باید به صورت پشت سر هم قرار ملاقات داشته باشند، هر 15 دقیقه یا حتی زودتر. اگر به نظر می رسد که داکتر عجله دارد تا به نوبت بعدی برود، احتمالاً حق با شماست!

اگر شما به زمان بیشتری نیاز دارید، به او اطلاع دهید و او باید مایل باشد که این موضوع را حل کند. برای دریافت نظریات خاص در مورد گرفتن زمان بیشتر، به بیشترین بهره را از یک قرار ملاقات (صفحه 6) مراجعه کنید.

اجازه دهید داکتر کل طفل شما را بشناسد

در مورد چیزهای خوب و همچنین نگرانی های خود صحبت کنید. تصاویر و داستان ها را به اشتراک بگذارید تا او بتواند از فرزند شما قدردانی کند و با او آشنا شود.

ابراز قدردانی کنید

به طور حضوری یا کتبی تشکری کنید. به داکتر خود اطلاع دهید که چه چیزی مفید است و او کار خود را به خوبی انجام می دهد.

انتظار کمال نداشته باشید

هر رابطه زمان های پر از دست انداز دارد و این رابطه نیز همینطور خواهد بود. در صورت نیاز، مایل به ایجاد تغییرات باشید. بدانید که داکتران نیز انسان هستند و به او این فرصت را بدهید که اوضاع را بهتر کند.

اگر بیشتر از داکتر فرزندان راضی هستید، پس ارزش آن را دارد که در روزهای سخت کار کنید.

برای معلومات در مورد اینکه چه زمانی ممکن است تغییری ایجاد کنید، تصمیم به تغییر داکتران (صفحه 4) را ببینید.

شریک باشید

تصمیم بگیرید که چه نوع مشارکت را با داکتر فرزندان می خواهید. شما چگونه می خواهید او در هماهنگی مراقبت و خدمات برای فرزندان مشارکت داشته باشد؟ چه نقشی در تصمیم گیری های طبی و صحتی می خواهید؟

هر نوع شراکت که دارید، باید احساس راحتی کنید که سؤال پرسید، بینش خود را به اشتراک بگذارید، و احساس کنید که شما و داکتر بخش از یک تیم هستید.

به نوبه خود، شما باید به سوالها و بینش های داکتر باز باشید و او را به عنوان بخش از تیم فرزندان پذیرید.

الگو باشید

با مثال نشان دهید که می خواهید با شما چگونه رفتار شود و شما می خواهید با فرزندان چگونه رفتار شود.

اگر می خواهید به شما گوش داده شود، پس شنونده خوبی نیز باشید. اگر شما می خواهید که داکتر شما از فرزندان راضی باشد، خوشحالی خود را از فرزندان نشان دهید.

در مورد نیاز به مشاوره در بین ملاقات ها احساس خوبی داشته باشید

اگر شما بین قرار ملاقات ها نگرانی دارید و احساس می کنید که به پاسخ داکتر فرزندان نیاز دارید یا می خواهید، از نرس بخواهید که با شما تماس بگیرد.

توضیح دهید که شما بیش از حد معمول نگران هستید - به دلایلی که ممکن است هنوز نتوانید توضیح دهید - و واقعاً خوشحال خواهید شد که مستقیماً با او صحبت کنید.

منعکس کننده

آیا شما توانستید در مورد مهمترین سوال ها یا مسائل خود بحث کنید؟ اگر نه، آیا این برای شما مشکلی ندارد یا برنامه ای برای نحوه به دست آوردن معلومات مورد نیاز وجود دارد؟

آیا شما احساس می کردید که در تیم مراقبت های صحت فرزندان شریک هستید؟ آیا اینجا کاری هست که شما بخواهید دفعه بعد متفاوت انجام دهید؟



گفتگوی دو طرفه

ارتباط با داکتر خود را به عنوان یک مکالمه دوستانه و محترمانه در نظر بگیرید. این بدین معنی است که دو طرفه است و هر دوی شما باید سوال ها، نگرانی ها، موفقیت ها و امیدهای خود را به گفتگو بیاورید.

نحوه برقراری ارتباط را روشن کنید

از داکتر خود بپرسید که چگونه در مورد مراقبت از طفل خود به بهترین شکل ارتباط برقرار کند.

آیا در طول روز زمان خوبی برای تماس وجود دارد؟

آیا او یا او ترجیح می دهد که اگر بین قرار ملاقات ها سوال دارید ابتدا با نرس صحبت کنید؟

آیا تا به حال شرایطی وجود دارد که داکتر بخواهد با او در خانه تماس بگیرید؟

آیا داکتر شما از ارتباط از طریق ایمیل استقبال می کند؟ فکس چطور؟ سایر عملیات ها؟



تصمیم گیری برای تغییر داکتر

اکثر والدین از داکتر طفل خود راضی هستند. اما گاهی اوقات همه چیز درست به نظر نمی رسد. در اینجا چند سوال وجود دارد که باید از خود پرسید:

- ◀ آیا روش اداره دفتر برای شما مفید است؟
- ◀ آیا زمانی که به او نیاز دارید، داکتر در دسترس است؟
- ◀ آیا اغلب در مورد توصیه ها و اینکه چرا برخی درمان ها تجویز می شوند، سرگردان می شوید؟
- ◀ آیا شما احساس می کنید که نگرانی های شما جدی گرفته نمی شود؟ آیا این باعث می شود که غرایز خود یا داکتر خود را زیر سوال ببرید و شک کنید؟

به دل خود اعتماد کنید. اگر رابطه درست نیست و شما نتوانسته اید آن را بهتر کنید، بدانید که وقت آن رسیده است که داکتر خود را تغییر دهید.

سعی کنید آن را به روش مثبت انجام دهید.

.....

”برای تمام کارهایی که برای فرزندم انجام دادی تشکر. ما واقعا از زمانی که شما با ما گذرانده اید قدردانی می کنیم. اما در حال حاضر این برای خانواده ما مناسب نیست - من دوست دارم فرزندم شخص دیگری را ببیند.”

.....



مشارکت دادن داکتر فرزندان در برنامه مداخله اولیه

داکتران علاقه مند هستند و می خواهند در برنامه مداخله زودهنگام طفل شرکت کنند. با این حال، برنامه های مصروف می تواند آنها را از ایفای نقش فعال باز دارد.

اگر لازم است داکتر خود را در تصمیم گیری های مداخله زودهنگام اضافه کنید و نظر او را دعوت کنید، ممکن است متوجه شوید که یک مشارکت مداخله زودهنگام ایجاد کرده اید!

در اینجا چند پیشنهاد وجود دارد:

آگاه کردن

- ◀ مطمئن شوید که داکتر شما در لیست پستی همه برنامه های فرزند شما قرار دارد.
- ◀ گزارش هایی را که به خصوص می خواهید درباره آنها بحث کنید، به قرار ملاقات ها بیاورید.
- ◀ پیوندی بین داکتر و برنامه مداخله زودهنگام باشید - سوال ها و نگرانی های خود را به اشتراک بگذارید.

دعوت

از او بپرسید که آیا او هرگز می تواند در یک Individualized Family Service Plan (طرح خدمات خانواده فردی) (IFSP) یا سایر جلسات تیم شرکت کند. در مورد بهترین اوقات و اماکین بپرسید.

داکتر شما ممکن است مایل باشد در روزهایی که برای مریضان برنامه ریزی نشده است، در اوایل صبح یا در پایان روز کاری در جلسات شرکت کند. برگزاری یک جلسه تیمی در دفتر داکتر ممکن است مشارکت او را آسان تر کند.



برنامه ریزی

ملاقات به داکتر را برای اولین قرار روز یا بلافاصله بعد از نهار در صورتی که می خواهید زمان انتظار را کاهش دهید، برنامه ریزی کنید.

اگر شما سوال یا نگرانی دارید که ممکن است بیش از حد معمول زمان ببرد، از کارمندان دفتر بخواهید که ملاقات طولانی تری را تعیین کنند. داکتر و پرسونل شما از اطلاع قبلی قدردانی خواهند کرد و از نداشتن زمان کافی کمتر احساس ناامیدی خواهید کرد.

آماده کردن

به این فکر کنید که دوست دارید زودتر از ملاقات چه چیزی به دست آورید:

- ◀ فهرست از سوالات، نگرانی ها و سایر معلومات که شما می خواهید به اشتراک بگذارید، تهیه کنید.
- ◀ درست است که چیزهایی را مطرح کنید که به نظر به صحت مربوط نیستند اما همچنان برای شما و فرزندتان مهم هستند.
- ◀ تصمیم بگیرید که چه چیزی در لیست شما برای شما مهم است.

از داکتر بپرسید که آیا او می خواهد یک نسخه از سوال ها و نگرانی های شما را زودتر از موعد ارائه کند. ارسال ایمیل، فکس یا حذف لیست قبل از ملاقات ممکن است به داکتر وقت بیشتری بدهد تا پاسخ های کامل تری به سوالات شما آماده کند.



شرکت می کند

لیست سوال ها و نگرانی های خود را در شروع ملاقات به اشتراک بگذارید. دکتر احتمالاً فهرست خود را برای آنچه که باید در طول این ملاقات انجام دهد دارد. ممکن است لازم باشد با هم تصمیم بگیرید که در طول این ملاقات در مورد چه چیزی صحبت می کنید و در زمان بعدی در مورد چه چیزی صحبت می کنید.

در طول قرار ملاقات ممکن است همه چیز به سرعت پیش برود که به خاطر سپردن همه چیزهایی که گفته می شود دشوار است. در اینجا چند نظریات برای کمک به یادآوری وجود دارد:

- ◀ یادداشت بگیرید. از همان کتابچه برای یادداشت سوال ها و پاسخ های خود در هر ملاقات استفاده کنید. این امر باعث می شود که در طول زمان پیگیری همه معلومات آسان تر شود.
- ◀ فردی را همراه داشته باشید که بتواند به گوش دادن و یادداشت گرفتن کمک کند - و در صورت نیاز برای حمایت از شما حضور داشته باشد.
- ◀ بپرسید که آیا شما می توانید مکالمه خود را ضبط کنید.
- گاهی اوقات ممکن است لازم باشد مکالمه را به نگرانی های خود برگردانید. در اینجا چند راه برای انجام این کار وجود دارد:

- ◀ یک سوال بپرسید. "شما چه پیشنهادی در مورد ..."
- ◀ داستانی در مورد اتفاقی در زندگی فرزندتان بگویید که شما می خواهید درباره آن بحث کنید. "روز دیگر در جلسه IFSP..."

به روز رسانی

در طول ملاقات های طفل خوب یا سایر ملاقات ها، پیشرفت طفل خود را در برنامه مداخله زودهنگام به دکتر خود بگویید. هر سوال دارید بپرسید و هر گونه نگرانی در مورد خدمات که دارید را در میان بگذارید.

یکی دیگر از راه های سرگرم کننده و به یاد ماندنی برای به روزرسانی دکتر، ارسال عکسی از طفل شما با یادداشتی است که پیشرفت او را برجسته می کند:

.....

"اینجا دخترم موقع شام را خوش می گذرند. در مداخله اولیه، من یاد گرفتم که چگونه او را تشویق کنم که بیشتر غذاهای سفره بخورد. او دیگر با دیدن غذا آه و گریه نمی کند و من چندان نگران رشد او نیستم. مداخله زودهنگام به من کمک کرد تا رابطه بهتری با دخترم داشته باشم و به خانواده ام نیز کمک کرد - زمان صرف غذا دیگر یک جنگ نیست! تشکر از ارجاع!"

.....

- ◀ به سادگی موضوع را تغییر دهید. "یک چیز دیگری که می خواهیم در مورد آن با شما صحبت کنم این است که ..."
- ◀ اگر دکتر شما معلومات را به شما می دهد که درک آن سخت یا دشوار است، بپرسید که آیا شما می توانید بعداً با او تماس بگیرید تا سوال خود را بررسی کنید.
- ◀ اگر دکتر شما نمی تواند در جلسه IFSP شرکت کند، از قبل توصیه ها و نظریات خود را بخواهید.

.....

"این چیزی است که من در IFSP فرزندم درخواست خواهم کرد. شما چی فکر میکنید؟"

.....

- نظر دکتر خود را با تیم IFSP به اشتراک بگذارید.
- دکتر شما می تواند متحد شما در کمک به خدماتی باشد که شما فکر می کنید فرزندتان به آن نیاز دارد.
- ◀ در مورد آنچه فکر می کنید لازم است با او صحبت کنید. اگر دکتر شما موافق است، از او بخواهید نامه ای برای تیم IFSP بنویسد و توصیه های مشترک شما را توضیح دهد.
- ◀ از دکتر خود بپرسید که آیا یکی از اعضای تیم می تواند با او تماس بگیرد تا در مورد توصیه ها صحبت کند.

آیا شما برای مداخله زودهنگام ارزش قائل هستید؟ آیا دوست دارید که فرزندتان زودتر ارجاع داده شود؟ آیا شما فکر می کنید داکتران باید در مورد مداخله زودهنگام بیشتر بدانند؟ آیا شما می خواهید یک مدافع مداخله زودهنگام باشید؟

والدین اغلب قدرتمندترین مدافعان هستند. شما تجربه شخصی و داستان های واقعی زندگی را برای به اشتراک گذاشتن دارید - شما می توانید تغییر ایجاد کنید.

در اینجا چند گام ساده وجود دارد که شما می توانید برای اطلاع رسانی درباره اهمیت مداخله زودهنگام انجام دهید:



با چه کسی صحبت کنیم...

با گروه آشنا و دوستانه شروع کنید - به خانواده و دوستان خود در مورد مداخله زودهنگام و اینکه چگونه به فرزند و خانواده شما کمک کرده است، بگویید.

این پیام را با داکتر فرزندتان به اشتراک بگذارید و سپس پیشنهاد دهید که پیام خود را با دیگران در دفتر او به اشتراک بگذارید.

به شورای هماهنگی بین سازمانی شهرستان خود بپیوندید. شما با دیگری ملاقات خواهید کرد که در اشتیاق شما برای مداخله زودهنگام شریک هستند. نحوه ملحق شدن را از Family Resources Coordinator (هماهنگ کننده منابع خانواده) (FRC) بپرسید. اگر FRC ندارید، شما می توانید با شماره 1-800-322-2588 (خط ویژه صحت خانواده) (Family Health Hotline) تماس بگیرید و از FRC اصلی در شهرستان خود بخواهید.

اگر شما از سخنرانی عمومی لذت می برید، ممکن است در پینل های والدین حضور داشته باشید و ارائه های رسمی ارائه دهید.

هنگام ارائه چه باید گفت ...

برخی از افراد می خواهند یافته های تحقیقاتی در مورد مداخله زودهنگام را بشنوند. برای اکثر مردم، داستان های شخصی چیزی است که به ما کمک می کند بفهمیم که چگونه یک برنامه در زندگی روزمره اطفال و خانواده ها تفاوت ایجاد می کند. داستان ها چیزی هستند که ما را به ایجاد تغییر برای بهتری ترغیب می کنند.

چه داستان ها یا مثال هایی را شما می خواهید به اشتراک بگذارید که به یک یا چند مورد از نکات تحقیقاتی زیر زنده شود؟

مداخله زودهنگام به خانواده ها کمک می کند تا سازگار شوند و کار کنند.

کمک که فرزند شما دریافت می کند چگونه برای خانواده شما تفاوت ایجاد می کند؟ آیا این کمی استرس و نگرانی را کاهش می دهد؟ شما چه چیزی یاد گرفته اید که به شما کمک می کند در رابطه با فرزندتان احساس خوبی داشته باشید؟

مداخله زودهنگام به اطفال کمک می کند تا به توانایی های بالقوه خود دست یابند.

شما چه امیدی به فرزندتان دارید؟ مداخله زودهنگام چگونه کمک کرده و چگونه خواهد بود؟

موثرترین برنامه های مداخله زودهنگام زود شروع می شوند.

اولین نگرانی شما در مورد فرزندتان چه بود؟ داکتر چگونه پاسخ داد یا دوست دارید چگونه پاسخ دهد؟ توضیح دهید که چگونه FRC به خانواده ها در یافتن خدمات، منابع، بودجه و معلومات تماس کمک می کند.

موثرترین برنامه ها شامل والدین می شود.

شما چگونه دخیل هستید؟ شما چه چیزی را درباره آن دوست داری؟

پیام مهم: مداخله زودهنگام برای اطفال و خانواده ها موثر است. برای معلومات بیشتر، به نشریه لطفاً بپرسید، بچه ها نمی توانند صبر کنند (FS_0032) که به صورت آنلاین در www.dcyf.wa.gov/publications-library/FS_0032 دسترس است.



برای معلومات بیشتر:

مرکز معلومات صحت خانواده به خانواده
یک برنامه PAVE صدای خانواده Washington

(253) 565-2266
(800) 572-7368

www.familyvoicesofwashington.com
www.wapave.org

(وزارت اطفال، جوانان و خانواده ها)
Department of Children, Youth, and Families

PO Box 40970
Olympia WA 98504-0970
ایمیل: esit@dcyf.wa.gov
www.dcyf.wa.gov



DCYF تبعیض قائل نمی شود و دسترسی برابر به برنامه ها و خدمات خود را برای همه افراد بدون در نظر گرفتن نژاد، رنگ، جنسیت، مذهب، عقیده، وضعیت تاهل، منشاء ملی، گرایش جنسی، سن، وضعیت جانبازی، یا حضور هر گونه جسمی، حسی یا ناتوانی ذهنی فراهم می کند.

اگر می خواهید نسخه های رایگان این نشریه در فرامت یا زبانی جایگزین داشته باشید، لطفاً با روابط تشکیل دهنده DCYF Constituent Relations (DCYF به شماره 1-800-723-4831 تماس بگیرید. یا ایمیل communications@dcyf.wa.gov.

DCYF PUBLICATION FS_0003 | DEL 11-008 DA (08-2023) Dari