ከልጅዎ ሐኪም ጋር
የቅድሚያ ጣልቃገብነት ሽርክናን መገንባት፡-

ከወላጆች እና ለወላጆች ጠቃሚ ምክሮች

Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

እንደ ወላጅ፣ ካማንኛውም ሰው በላይ እርስዎ ልጅዎን ያውቃሉ። እንዴት ማሳቅ እና ማስተባበል እንደሚቻል ያውቁበታል። ጥሩ ችሎታቸው እና ምን እንደሚያስፈልጋት ያውቃሉ።

ስለዚህ ልጅዎ ቅድመ ጣልቃ ገብነት ሲሰጠው፣ የልጅዎ ሐኪም የልጅዎን ጥንካሬዎች እና ፍላጎቶች እንዲያውቅ እና* እንዲረዳ እና ምን አይነት አገልግሎቶች እንደሚጠቅሙ በማገዝ ቁልፍ ሚና ይጫወታሉ

ስለ ቅድመ ጣልቃገብነት መርሃ ግብር ለልጅዎ ሐኪም ማሳወቅ ይችላሉ፣ ግን ምናልባት እሱ ወይም እሷ እንዲሳተፉ ትፈልጉ ይሆናል። በዶክተሮች እና በወላጆች መካከል ያለው "Early Intervention Partnership (የቅድሚያ ጣልቃገብነት ሽርክና)" ብዙውን ጊዜ ወዲያውኑ አይፈጠርም። እንደ እውነታው፣ ብዙ ጊዜ በጣም ስኬታማ ሽርክናዎች ምክንያቱም ወላጆች እርስዎ እንዲፈጸሙ አድርገዋል!

ከልጅዎ ሐኪም ጋር የሚፈልጉትን የሽርክና እና ግንኙነት አይነት ለመፍጠር፣ ሊወስዷቸው የሚችሏቸው ብዙ እርምጃዎች አሉ። ይህ ቡክሌት ከአዲስ ሐኪም ጋር ለመጀመር እና እንዲሁም ያለዎትን አጋርነት ለማሻሻል ምክሮችን እና ሃሳቦችን ይሰጣል።

---

*ነገሮችን ለማቅለል፣ “ዶክተር” የሚለው ቃል ጥቅም ላይ ይውላል፣ ነገር ግን እነዚህ ሐሳቦች ከሌሎች የመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢዎች እንደ ነርስ ሐኪሞች፣ የሐኪም ረዳቶች እና ሌሎችም ጠቃሚ ሊሆኑ ይችላሉ።

ዶክተር መምረጥ

ለመምረጥ ማየት ያሉብን አንዳንድ አጠቃላይ ባህሪዎች የሚከሉትን ናቸው፡-

ክሊኒካዊ ችሎታዎች እና እውቀት

ለልጅዎ ፍላጎቶች አስፈላጊ ስልጠና እና ልዩ ፍላጎቶች አለው/አላት?

ለልጅ እድገት፣ ልዩ ፍላጎቶች ወይም የተለየ ምርመራ ልዩ ፍላጎት ያለው ዶክተር እርስዎ የሚፈልጉት ብቻ ሊሆን ይችላል።

ልምድ

ዶክተሩ እንደ ልጅዎ ተመሳሳይ ምርመራ ያላቸውን ሌሎች ልጆች ወይም በአጠቃላይ የእድገት መዘግየት ወይም አካል ጉዳተኛ ለሆኑ ልጆች ይንከባከባል?

የዚህ ዓይነቱ ልምድ ዶክተርዎ ስለ ሀብቶች እና ልጅዎ እና ቤተሰብዎ ሊጠቀሙባቸው ስለሚችሉ አገልግሎቶች የበለጠ እንዲያውቅ ይረዳል።

እርስ በእርስ መከባበር እና የመገናኘት ስሜት

በቀላሉ የሚቀርቡ ናቸው? ምቾት እንዲሰማዎት ያደርጋል/ታደርጋለች? ከልጅዎ ጋር ያለውን ተግባቦት ይወዳሉ?

በልጅዎ ጤና ላይ ይህንን ሰው ያምናሉ?

ዶክተር ከአንድ ቦታ በላይ በሌላኛው ላይ የተሻለ ሊሆን ይችላል። አንድ ዶክተርን መምረጥ ማለት በቴክኒካል ችሎታዎች፣ በግላዊ ግንኙነቶች እና ልምድ መካከል ያለውን ሚዛን መምረጥ ሊሆን ይችላል።

አሁን እርስዎ እና ልጅዎ የሚፈልጉትን ነገር ይወስናሉ። የሚያስፈልግዎት ነገር በጊዜ ሂደት ሲለወጥ ልታገኝ ትችላለህ።

ግንኙነትን መፍጠር

የሥራ አጋር መሆን

ከልጅዎ ዶክተር ጋር ምን አይነት የሥራ አጋርነት እንደሚፈልጉ ይወስኑ። ለልጅዎ እንክብካቤ እና አገልግሎቶችን በማስተባበር ላይ እሱ/እሷ እንዴት እንዲሳተፉ ይፈልጋሉ? የሕክምና እና የጤና ውሳኔዎችን ለማድረግ ምን ሚና ይፈልጋሉ?

ምንም አይነት አጋርነት ቢኖርዎትም፣ ጥያቄዎችን በመጠየቅ፣ ግንዛቤዎችዎን በማካፈል እና እርስዎ እና ሐኪሙ የቡድን አካል እንደሆናችሁ ሊሰማዎት ይገባል።

በምላሹም፣ ለዶክተሩ ጥያቄዎች እና ግንዛቤዎች ክፍት መሆን አለብዎት እና እሱን ወይም እሷን እንደ የልጅዎ ቡድን አካል አድርገው ይቀበሉት።

አርአያ ይሁኑ

እንዴት መታከም እንደሚፈልጉ እና ልጅዎ እንዴት እንዲታከም እንደሚፈልጉ በምሳሌ ያሳዩ።

መደመጥ ከፈለጉ፣ ከዚያም ጥሩ አድማጭ ይሁኑ። ዶክተርዎ በልጅዎ እንዲደሰት ከፈለጉ፣ በልጅዎ ላይ ያለዎትን ደስታ ያሳዩ።

አስተዋይ ይሁኑ

ብዙውን ጊዜ ዶክተሮች በየ 15 ደቂቃው አልፎ ተርፎም ቀድመው ቀጠሮ መያዝ አለባቸው። ሐኪሙ ወደሚቀጥለው ቀጠሮ ለመሄድ የቸኮለ የሚመስል ከሆነ ምናልባት ትክክል ነዎት!

ተጨማሪ ጊዜ ካስፈለገዎት ያሳውቋት እና ይህን ለመስራት ፈቃደኛ መሆን አለባት። ተጨማሪ ጊዜ ለማግኘት ለተወሰኑ ሀሳቦች *ከቀጠሮ ምርጡን ማግኘት (Getting the Most Out of an Appointment)* የሚለውን (ገጽ 6) ይመልከቱ።

ሐኪሙ ልጅዎን በደምብ እንዲያውቅ ያድርጉ

ስለ ጥሩ ነገሮችም ሆነ ስለሚያስቡዎት ነገር ይናገሩ። እሱ ወይም እሷ ልጅዎን እንዲያደንቁ እና እንዲተዋወቁ ምስሎችን እና ታሪኮችን ያካፍሉ።

ምስጋና ያሳዩ

በአካልም ሆነ በጽሑፍ አመሰግናለሁ ይበሉ። ዶክተርዎ ጠቃሚ የሆነውን እና እሱ ወይም እሷ ጥሩ ስራ እየሰራ መሆኑን ያሳውቁ።

በጣም ትክክል የሆነ ሥራ አይጠብቁ

እያንዳንዱ ግንኙነት አስቸጋሪ ጊዜ አለው እና ይሄም እንዲሁ። አስፈላጊ ከሆነ ለውጦችን ለማድረግ ፍቃደኛ ይሁኑ። ዶክተሮችም ሰው መሆናቸውን ይወቁ እና ነገሮችን ለማሻሻል እሱን ወይም እሷን እድል ይስጡት።

ብዙውን ጊዜ በልጅዎ ሐኪም ከተደሰቱ በአስቸጋሪ ጊዜያት ውስጥ መስራት ጠቃሚ ነው።

ለውጥ ለማድረግ መቼ መምረጥ እንደሚችሉ መረጃ ለማግኘት *Deciding to Change Doctors (ዶክተሮችን ለመለወጥ መወሰን)* የሚለውን (ገጽ 4) ይመልከቱ

ባለ ሁለት አቅጣጫ ንግግር

ከሐኪምዎ ጋር መግባባት እንደ ወዳጃዊ እና አክብሮት የተሞላበት ውይይት አድርገው ያስቡ። ያም ማለት በሁለት መንገድ ነው እና ሁለታችሁም ጥያቄዎችዎን፣ ስጋቶችዎን፣ ስኬቶችዎን እና ተስፋዎን ወደ ውይይቱ ማምጣት አለብዎት።

እንዴት መግባባት እንደሚችሉ ግልፅ ያድርጉ

ስለልጅዎ እንክብካቤ እንዴት በተሻለ ሁኔታ መግባባት እንደሚችሉ ዶክተርዎን ይጠይቁ።

ቀን-ቀን ላይለመደወል ጥሩ ጊዜ አለ?

በቀጠሮዎች መካከል ጥያቄዎች ካሉዎት በመጀመሪያ ከቢሮ ነርስ ጋር መነጋገር ይመርጣል/ትመርጣለች?

ዶክተሩ ወደ ቤት እንድትደውልለት/ልላት የሚፈልግባቸው ጊዜያቶች አሉ?

ዶክተርዎ በኢሜል በኩል መነጋገርን ይቀበላል? ፋክስ ስ? ሌሎች ኦፕሬሽኖችስ?

በቀጠሮዎች መካከል ምክር ካስፈለግዎት ለመጠየቅ አያመነቱ

በቀጠሮዎች መካከል ስጋት ካለዎት እና ከልጅዎ ሐኪም መልስ እንደሚፈልጉ ወይም እንደሚፈልጉ ከተሰማዎት፣ ነርሷ እንድትደውልልዎ ይጠይቋት።

እስካሁን ማብራራት ለማትችሉት ምክንያቶች ከወትሮው የበለጠ እንደሚጨነቁ እና እሱን ወይም እሷን ማነጋገር በጣም እንደሚያደንቁ ያስረዱ።

ማንጸባረቅ

በጣም አስፈላጊ ጥያቄዎችዎን ወይም ጉዳዮችዎን መወያየት ችለዋል? እንደዛ ካልሆነ፣ ይህ ለእርስዎ ምንም ችግር የለውም ወይንስ የሚፈልጉትን መረጃ እንዴት ማግኘት እንደሚችሉ እቅድ አለ?

በልጅዎ የጤና እንክብካቤ ቡድን ውስጥ አጋር እንደሆኑ ተሰምቶት ነበር? በሚቀጥለው ጊዜ በተለየ መንገድ ማድረግ የሚፈልጉት ነገር አለ?

ዶክተር ለመቀየር እየወሰኑ ነው?

አብዛኛዎቹ ወላጆች በልጃቸው ሐኪም ደስተኛ ናቸው። ነገር ግን አንዳንዴ ነገሮች ትክክለኛ መስለው አይታያቸውም። እራስዎን መጠየቅ የሚችሉት የተወሰኑ ጥያቄዎች እኚህ ናቸው፡-

- ቢሮው ወደ አለበት የሚወስደው መንገድ ለእርስዎ ምቹ ነው?
- ዶክተሩ እርስዎ ሲፈልጉት/ጓት ይገኛል?
- ስለ ተሰጡ ምክሮች ብዙ ጊዜ ግራ ተጋብተዋል እንዲሁም ለምን አንዳንድ ህክምናዎች እንደታዘዙ ግራ ገብቷቹዋል?
- ስጋትዎ በደምብ እንዳልታዩ ይሰማዎታል? ይህ በደመ ነፍስዎ ወይም በዶክተርዎ ላይ እንዲጠራጠሩ ያደርግዎታል?

እራስዎን ይመኑ። ግንኙነቱ ጥሩ ስሜት ከሌለው እና የተሻለ ማድረግ ካልቻሉ፣ ከዚያም ዶክተሮችን ለመለወጥ ጊዜው አሁን እንደሆነ ይወቁ።

ፖዛቲቭ በሆነ መልኩ ለማድረግ ይሞክሩ።

"ለልጄ ላደረጉት ሁሉም ነገር አመሰግናለው። ከእኛ ጋር ያሳለፉትን ጊዜ በጣም እናደንቃለን። አሁን ግን ይህ ለቤተሰባችን ተስማሚ አይደለም - ልጄ ሌላ ሰው እንዲያይ እፈልጋለሁ።"

የልጅዎን ዶክተር በቅድመ ጣልቃ ገብነት ፕሮግራም ውስጥ ማሳተፍ

ዶክተሮች ፍላጎት አላቸው እናም በልጁ የቅድመ ጣልቃ ገብነት ፕሮግራም ውስጥ መሳተፍ ይፈልጋሉ። ሆኖም፣ በሥራ የተጠመዱ መርሃ ግብሮች ንቁ ሚና እንዳይጫወቱ ያደርጋቸዋል።

በቅድመ ጣልቃ-ገብ ውሳኔዎች ውስጥ ዶክተርዎን ለማካተት እና አስተያየቱን ለመጋበዝ አስፈላጊ ከሆነ፣
ቀደምት ጣልቃገብነት አጋርነት እንደፈጠሩ ሊገነዘቡ ይችላሉ!

አንዳንድ ጠቃሚ የሆኑ ምክሮች እኚህ ናቸው፦

ያሳውቁ

- ዶክተርዎ በሁሉም የልጅዎ ፕሮግራሞች የፖስታ መላኪያ ዝርዝሮች ውስጥ መሆኑን ያረጋግ።.
- በተለይ በቀጠሮዎች ላይ መወያየት የሚፈልጉትን ሪፖርቶች ይዘው ይምጡ።
- በዶክተሩ እና በቅድመ ጣልቃ ገብነት መርሃ ግብር መካከል አገናኝ ይሁኑ፣ - ጥያቄዎችን እና ስጋቶችን ወደ ኋላ እና ወደ ፊት ያካፍሉ።

ይጋብዙ

እሱ ወይም እሷ በ Individualized Family Service Plan (በግለሰብ የቤተሰብ አገልግሎት እቅድ፣ IFSP) ወይም በሌላ የቡድን ስብሰባ ላይ መገኘት ይችሉ እንደሆነ ይጠይቁ። ስለ ጊዜያት እና በታዎች ይጠይቁ።

የእርስዎ ዶክተር ለታካሚዎች ቀጠሮ ባልያዘ ቀናት፣ በማለዳ ወይም በሥራ ቀን መጨረሻ ላይ በስብሰባዎች ላይ ለመገኘት ፈቃደኛ ሊሆን ይችላል። በዶክተርዎ ቢሮ የቡድን ስብሰባ ማካሄድ እሱን ለመሳተፍ ያለውን ሂደት ያቀለዋል።

ከቀጠሮው ላይ የተሻለውን ማግኘት

ቀጠሮ መያዝ

የጥበቃ ጊዜን መቀነስ ከፈለጉ፣ ለቀኑ የመጀመሪያ ቀጠሮ ወይም ከምሳ በኋላ ወዲያውኑ ዶክተሩን ለመጎብኘት ያቅዱ።

ከወትሮው የበለጠ ጊዜ ሊወስዱ የሚችሉ ጥያቄዎች ወይም ስጋቶች ካሉዎት፣ የቢሮ ሰራተኞች ረዘም ያለ ቀጠሮ እንዲይዙ ይጠይቁ። ዶክተርዎ እና የመስርያ ቤቱ ሰራተኞች የቅድሚያ ማሳወቂያውን ሲሰጣቸው ደስ ይላቸዋል እና በቂ ጊዜ ስለሌለዎት ብዙ መበሳጨት አይሰማዎትም።

መዘጋጀት

ከቀጠሮው ለመውጣት ምን እንደሚፈልጉ አስቀድመው ያስቡ፡-

- የጥያቄዎችዎን፣ ስጋቶችዎን እና ማጋራት የሚፈልጓቸውን ሌሎች መረጃዎችን ዝርዝር ያውጡ።
- ከጤና ጋር የማይዛመዱ የሚመስሉ ነገሮችን ማንሳት ምንም ችግር የለውም፣ ግን አሁንም ለእርስዎ እና ለልጅዎ አስፈላጊ ነው።
- በእርስዎ ዝርዝር ውስጥ ለእርስዎ በጣም አስፈላጊ የሆነው ላይ የራስዎን ዉሳኔ ይስጡ።

እሱ ወይም እሷ የጥያቄዎችዎን እና ስጋቶችዎን ቅጂ አስቀድመው ይፈልጉ እንደሆነ ሐኪሙን ወይም ሓኪምዋን ይጠይቁ። ከቀጠሮው በፊት ኢሜል መላክ፣ ፋክስ መላክ ወይም ዝርዝርዎን ማስቀመጥ ሐኪሙ(ዶክተሩ) ለጥያቄዎችዎ የበለጠ የተሟላ ምላሽ እንዲያዘጋጅ በዚ የሆነ ጊዜ ሊሰጠው ይችላል።

መሳተፍ

በቀጠሮው መጀመሪያ ላይ የጥያቄዎችዎን እና ስጋቶችዎን ዝርዝር ያካፍሉ። ዶክተሩ በዚህ ጉብኝት ወቅት ምን ማከናወን እንዳለበት የራሱ ዝርዝር አለው። በዚህ ቀጠሮ ወቅት ምን እንደሚወያዩ እና በኋላ ላይ ምን እንደሚወያዩ አንድ ላይ መወሰን ሊኖርብዎ ይችላል።

በቀጠሮ ጊዜ ነገሮች በፍጥነት ሊከናወኑ ስለሚችሉ የተነገረውን ሁሉ ለማስታወስ አስቸጋሪ ሊሆን ይችላል። ለማስታወስ የሚረዱ የተወሰኑ ሃሳቦች የሚከተሉት ናቸው ናቸው፡-

- ማስታወሻ ይያዙ። በእያንዳንዱ ቀጠሮ ላይ የእርስዎን ጥያቄዎች እና መልሶች ለመጻፍ ተመሳሳይ ማስታወሻ ደብተር ይጠቀሙ። ይህ ሁሉንም መረጃዎች በጊዜ ሂደት ለመከታተል ያለውን ሂደት ያቀላል።
- የሚያዳምጥ እና ማስታወሻ የሚይዝ – እና አስፈላጊ ከሆነ ሊረዳዎ የሚችል ሰው ይዘው ይምጡ።
- ውይይትዎን በቴፕ መቅዳት ይችሉ እንደሆነ ይጠይቁ።

አንዳንድ ጊዜ ውይይቱን ወደ ስጋቶችዎ መመለስ ያስፈልግዎ ይችል ይሆናል። ይህንን ለማድረግ ያሉት የተወሰኑ መንገዶች እኄው እና፡-

- ጥያቄዎችን ይጠይቁ። “ስለ...ምንድን ነው የሚመክሩት”
- ለመወያየት ስለሚፈልጉት በልጅዎ ሕይወት ውስጥ ስላለው ነገር ያለውን ታሪክ ይናገሩ። “በ IFSP ስብሰባ ላይ በሌላኛው ቀን...”
- በቀላሉ ርዕሱን ይቀይሩ። “እኔ ከእርስዎ ጋር መወያየት የምፈልገው ሌላኛው ነገር...”
- ዶክተርዎ አስቸጋሪ ወይም ለመረዳት የሚያስቸግር መረጃ ከሰጠዎት፣ በጥያቄዎችዎ ላይ ለማለፍ በኋላ ላይ መደወል ይችሉ እንደሆነ ይጠይቁ።
- ዶክተርዎ በ IFSP ስብሰባ ላይ መገኘት ካልቻሉ ምክሮችን እና ግብዓቶችን አስቀድመው ይጠይቁ።

“እኔም በልጄ IFSP ውስጥ የምጠይቀው ይህ ነው። ምን ያስባሉ?”

ዶክተርዎ ያልዎትን ነገር ከ IFSP ቡድኖች ጋር ያጋሩ።

ልጅዎ ያስፈልገዋል ብለው የሚያምኑትን አገልግሎቶች እንዲያገኙ ዶክተርዎ የእርስዎ አጋር ሊሆን ይችላል።

- ያስፈልጋል ብለው ስለሚያስቡት ነገር ከእሱ ጋር ይነጋገሩ። የእርስዎ ዶክተር ከተስማማ፣ የጋራ ምክሮችዎን የሚገልጽ ደብዳቤ ለ IFSP ቡድን እንዲጽፍልዎት ይጠይቁት።
- የውሳኔ ሃሳቦችን ለመወያየት የቡድን አባል ሊደውልለት ይችል እንደሆነ ዶክተርዎን ይጠይቁ።

አዲስ መረጃ

ደህና ልጅ በሚጎበኙበት ጊዜ ወይም ሌሎች ቀጠሮዎች ጊዜ፣ በቅድመ ጣልቃ ገብነት መርሃ ግብር ውስጥ ልጅዎ እያደረገ ስላለው እድገት ለሐኪምዎ ይንገሩ። ስለ አገልግሎቶቹ ምንም አይነት ጥያቄ ካልዎት ይጠይቁ እንዲሁም ያልዎትን ስጋት ያካፍሉ።

ሐኪሙን ለማዘመን ሌላ አስደሳች እና የማይረሳ መንገድ የልጅዎን እድገት የሚያጎላ ማስታወሻ የያዘ አልፎ አልፎ ፎቶ መላክ ነው፡-

“ይሄው ልጄ በእራት ሰዓት ላይ እየተዝናናች። በቅድመ ጣልቃ ገብነት ውስጥ፣ ተጨማሪ የጠረጴዛ ምግቦችን እንድትመገብ እንዴት ማበረታታት እንደምችል ተምሬያለው። እሷ ከእንግዲህ በምግብ ፊትለፊት አትጮህም እንዲሁም አታለቅስም ስለሆነም እኔ አሁን ስለ እድገቷ ብዙም አልሰጋም። ቅድመ ጣልቃ ገብነት ከልጄ ጋር የተሻለ ግንኙነት እንድኖረኝ ረድቶኛል እና ቤተሰቤንም እንደዛው - የምግብ ጊዜ የመጣያ ጊዜ አይደለም! ስለ ጥቆማዎ እናመሰግናለን”

ለቅድመ ጣልቃ ገብነት ጠበቃ መሆን

ለቅድመ ጣልቃ ገብነት ዋጋ ይሰጣሉ? ልጅዎ ከዚህ ቀደም ብላ ተጠቁማ ቢሆን ኖሮ ብለው ተመኝተው ያውቃሉ? ዶክቶሮች ስለ ቅድመ ጣልቃ ገብነት ቀድመው የበለጠ ማወቅ አለባቸው ብለው ያስባሉ? የቅድመ ጣልቃ ገብነት ተሟጋች መሆን ይፈልጋሉ?

ወላጆች አብዛኛውን ጊዜ በጣም ኃይለኛ ተሟጋቾች ናቸው። የምታካፍሉት የግል ልምድ እና እውነተኛ የሕይወት ታሪኮች አሉዎት - ልዩነት መፍጠር ይችላሉ።

ስለ ቅድመ ጣልቃ ገብነት አስፈላጊነት ቃሉን ለማሰራጨት ሊወስዷቸው የሚችሏቸው አንዳንድ ቀላል እርምጃዎች እነዚህ ናቸው፡-

ሄደው ያናግሩ...

በሚታወቅ እና ወዳጃዊ በሆነ ቡድን ይጀምሩ - ስለ ቅድመ ጣልቃ ገብነት እና ልጅዎን እና ቤተሰብዎን እንዴት እንደረዳው ለቤተሰብዎ እና ለጓደኞችዎ ይንገሩዋቸው።

ይህንን መልእክት ለልጅዎ ሐኪም ያካፍሉ፣ እና ከዚያ በእሱ ወይም በእሷ ልምምድ ውስጥ መልእክትዎን ለሌሎች ለማካፈል ያቅርቡ።

በአካባቢዎ የሚገኘውን County Interagency Coordinating Council (የካውንቲ መስተጋብራዊ አስተባባሪ ምክር) ቤትን ይቀላቀሉ። ለቅድመ ጣልቃ ገብነት ያለዎትን ፍላጎት የሚጋሩ ሌሎችን ስዎችን ይተዋወቃሉ። እንዴት እንደሚቀላቀሉ ለማወቅ Family Resources Coordinator (የቤተሰብ ሀብቶች አስተባባሪ፣ FRC)ን ይጠይቁ። FRC ከሌልዎት፣ ወደ 1-800-322-2588 Family Health Hotline (የቤተሰብ ጤና የጥሪ ማዕከል) መደወል ይችላሉ እንዲሁም በካውንቲዎ ውስጥ የሚገኘውን ዋና FRC ይጠይቁ።

በሕዝብ ፊትለፊት ንግግር ማድረግ የሚያስደስትዎት ከሆነ፣ በወላጅ ፓነሎች ላይ መሳተፍ እና መደበኛ የዝግጅት አቀራረቦችን መስራት ይችላሉ።

ሲያቀርቡ ምን ማለት እንዳለብዎት....

አንዳንድ ሰዎች በቅድመ ጣልቃ ገብነት ላይ የምርምር ግኝቶችን መስማት ይፈልጋሉ። ለአብዛኛውዎቹ ሰዎች፣ ፕሮግራም በልጆች እና ቤተሰቦች የዕለት ተዕለት ኑሮ ላይ ለውጥ እንደሚያመጣ እንድንረዳ የሚረዱን የግል ታሪኮች ናቸው። ለተሻለ ለውጥ እንድናደርግ የሚያነሳሱን ታሪኮች ናቸው።

ከሚከተሉት የምርምር ነጥቦች ውስጥ አንዱን ወይም ከዚያ በላይ የሚያመጡ ምን ታሪኮችን ወይም ምሳሌዎችን ማካፈል ይፈልጋሉ?

የቅድመ ጣልቃ ገብነት አገልግሎት ቤተሰቦች እንዲላመዱ እና ተግባራትን እንዲተገብሩ ይረዳቸዋል።

ለቤተሰብዎ ልጅዎ የሚያገኘው እርዳታ እንዴት ነው ለውጥ የሚያመጣው? አንዳንድ ስጋት እና ጭንቀትን ይቀንሳል? ከልጅዎ ጋር ባለዎት ግንኙነት ጥሩ ስሜት እንዲሰማዎት የሚረዳዎት ነገር ምን ተማራችሁ?

የቅድመ ጣልቃ ገብነት ልጆች ከፍተኛውን አቅማቸው ላይ እንዲደርሱ ይረዳቸዋል።

ለልጆችዎ ያልዎት ተስፋ ምንድን ናቸው? ቅድመ ጣልቃ ገብነት እንዴት እግዝዎታል እንዲሁም ወደፊት እንዴት ይረዳዎታል?

በጣም ውጤታማ የሆኑት የቅድመ ጣልቃ ገብነት ፕሮግራሞች የሚጀምሩ ቀደም ብለው ነው።

ስለ ልጅዎ ያልዎት የመጀመርያ ስጋት ምንድን ነበር? ዶክተሩ እንዴት ነው ምላሽ የሰጠው ወይም እንዴት እንዲመልስልዎት ነበር ያሚፈልጉት? FRC ወላጆች አገልግሎቶችን፣ ሪሶርሶችን፣ የገንዘብ ድጋፎችን፣ እና የእውቅያ መረጃዎችን እንዲያገኙ እንዴት እንደሚረዳ ያብራራል።

በጣም ዉጤታማ የሆኑ ፕሮግራሞች ወላጆችን ያሳትፋሉ።

እንዴት ነው የተሳተፉት? ስለዚህ ነገር ምኑን ነው የወደዱት?

ጠቃሚ መረጃ፡- ቅድመ ጣልቃ ገብነት ለልጆች እና ለወላጆች ይሰራል። ለበለጠ መረጃ፣ *Please Ask, Babies Can't Wait* የሚለውን ዕትመት የመልከቱ (FS_0032) በኦንላይን በ: **www.dcyf.wa.gov/publications-library/FS_0032** ላይ ይገኛል።

ለበለጠ መረጃ፡-

Department of Children, Youth, and Families
(የልጆች፣ ወጣቶች እና ቤተሰቦች መምሪያ)

PO Box 40970
Olympia WA 98504-0970
ኢሜል፡- esit@dcyf.wa.gov
www.dcyf.wa.gov

የቤተሰብ ለቤተሰብ የጤና መረጃ ማዕከል
PAVE የWashington የቤተሰብ ድምጾች ፕሮግራም

(253) 565-2266
(800) 572-7368
www.familyvoicesofwashington.com
www.wapave.org

DCYF ለሁሉም ለፕሮግራሞቹ እና አገልግሎቶቹ ዘር፣ ቀለም፣ ጾታ፣ ሃይማኖት፣ እምነት፣ የጋብቻ ሁኔታ፣ የዜግነት ሁኔታ፣ የጾታዊ ዝንባሌ፣ እድሜ፣ የውትድርና ሁኔታ፣ ወይም የምንም አይነት አካላዊ፣ ስሜታዊ፣ ወይም የአዕምሮ እክልን በማየት አያዳላም እንዲሁም እኩል ተደራሽነትን ያቀርባል።

የዚህን እትም ነጻ ቅጂዎች በአማራጭ ቅርጸት ወይም ቋንቋ ማግኘት ከፈለጉ፣ እብክዎን የ DCYF Constituent Relations (የ DCYF የመሰብሰቢያ ግንኙነቶችን) በ 1-800-723-4831 ያግኙ። ወይ ኢሜል ***communications@dcyf.wa.gov****.*

DCYF PUBLICATION FS_0003 | DEL 11-008 AM (08-2023) Amharic