



Pagbuo ng Pakikipagtulungan sa Doktor ng Iyong Anak
Para sa Maagang Interbensyon:

Mga Tip Mula sa at Para sa Magulang



Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES



Bilang magulang, mas kilala mo ang iyong anak nang higit sa sinuman. Alam mo kung paano siya papatawanin at paano siya pakakalmahin. Alam mo kung ano ang pinakamahuhusay niyang katangian at kung ano ang kailangan niya.

Kaya naman, kapag tumatanggap ng maagang interbensyon ang iyong anak, may mahalaga kang papel sa pagtulong sa doktor ng iyong anak* na malaman at maunawaan ang mga lakas at pangangailangan ng iyong anak, pati na rin kung anong mga serbisyo ang maaaring makatulong.

Maari mong ipaalam sa doktor ng iyong anak ang mga impormasyon tungkol sa programa ng maagang interbensyon, ngunit malamang na nais mong maging kasangkot din sila. Ang “Pakikipagtulungan Para sa Maagang Interbensyon” sa pagitan ng mga doktor at mga magulang ay madalas na hindi nangyayari nang awtomatiko. Sa katunayan, maraming beses na ang mga pinakamatagumpay na pakikipagtulungan ay nagaganap dahil sa mga magulang – ikaw – ang nagpakilos nito!

May mga hakbang na maari mong gawin upang lumikha ng uri ng pakikipagtulungan at ugnayan na nais mo sa doktor ng iyong anak. Nagbibigay ang librong ito ng mga mungkahi at ideya para sa pagsisimula kasama ang bagong doktor at para din sa pagpapabuti ng pakikipagtulungang mayroon ka na.

*Para sa kadalian, ginagamit ang salitang "doktor", ngunit maaari ding makatulong ang mga ideyang ito sa iba pang mga provider sa pangunahing pangangalaga tulad ng mga nars, katulong ng doktor, at iba pa.

Pagpili ng Doktor

Narito ang ilang pangkalahatang katangian na dapat tingnan:

Klinikal na kasanayan at kaalaman

Mayroon ba siyang pagsasanay at mga espesyalisasyon na mahalaga sa pangangailangan ng iyong anak?

Ang isang doktor na may espesyal na interes sa pag-unlad ng bata; sa espesyal na pangangailangan, o sa partikular na diagnosis ay maaaring siyang hinahanap mo.

Karanasan

Nag-alaga na ba ang doktor ng iba pang mga bata na may parehong diagnosis tulad ng iyong anak o mga bata na may mga pagkaantala sa pag-unlad o kapansanan sa pangkalahatan?

Ang ganitong karanasan ay makakatulong sa iyong doktor na maging mas maalam sa mga mapagkukunan at posibleng mga serbisyong maaaring mapakinabangan ng iyong anak at pamilya.

Paggalang sa isa't isa at pagkadama ng ugnayan

Madali ba siyang lapitan? Palagay ba ang loob mo sa kaniya? Gusto mo ba ang pakikihalubilo niya sa anak mo?

Ipagkakatiwala mo ba sa taong ito ang kalusugan ng anak mo?

Maaring mas mahusay ang isang doktor sa iisang aspeto kaysa sa iba. Ang pagpili ng doktor ay maaaring nangangahulugan ng pagpili ng balanse sa pagitan ng teknikal na kasanayan, kasanayan sa pakikipag-ugnayan, at karanasan.

Ikaw ang magpapasya kung ano ang kailangan mo at ng iyong anak sa ngayon. Maaring mapansin mo na nagbabago ang iyong mga pangangailangan sa paglipas ng panahon.



Paglikha ng Ugnayan



Maging isang katuwang

Pumili kung anong uri ng pakikipagtulungan ang nais mo sa doktor ng iyong anak. Paano mo nais na siya ay maging kasangkot sa pagsasaayos ng mga pangangalaga at serbisyo para sa iyong anak? Anong papel ang nais mong gampanan sa paggawa ng mga medikal at pangkalusugang desisyon?

Anuman ang uri ng pakikipagtulungan ang mayroon ka, dapat kang magkaroon ng kumpanya na magtanong, magbahagi ng iyong mga pananaw, at makadama na ikaw at ang doktor ay bahagi ng isang pangkat.

Sa kabilang panig naman, dapat bukas ka sa mga tanong at pananaw ng doktor, at tanggapin siya bilang bahagi ng pangkat ng iyong anak.

Maging isang huwaran

Ipakita sa pamamagitan ng halimbawa kung paano mo nais na tratuhin ka at kung paano mo nais na tratuhin ang iyong anak.

Kung nais mong pakinggan ka, maging magaling na tagapakinig ka rin. Kung nais mong maging masaya ang doktor mo sa iyong anak, ipakita ang iyong kasiyahan sa iyong anak.

Maging maunawain

Madalas na may sunod-sunod na mga appointment ang mga doktor, sa bawat 15 minuto o mas maaga pa. Kung sa tingin mong tila nagmamadali ang doktor na magpatuloy sa susunod na appointment, malamang na tama ka!

Kung kailangan mo ng mas maraming oras, ipabatid ito sa kanya at dapat handa siyang gawin ito. Tingnan ang *Makinabang Nang Higit sa Appointment* (pahina 6) para sa mga espesipikong ideya kung paano makakakuha ng karagdagang oras.

Hayaang lubusang makilala ng doktor ang iyong anak

Mag-usap tungkol sa magagandang bagay pati na rin ang iyong mga alalahanin. Ibahagi ang mga larawan at mga kwento upang maunawaan at makilala ng doktor ang iyong anak.

Ipadama ang pasasalamat

Magpasalamat, sa personal o sa pagsusulat. Ipatid sa iyong doktor kung ano ang makakatulong at na maganda ang kanyang ginagawa.

Huwag asahan ang pagiging perpekto

May mahihirap na sitwasyon ang bawat ugnayan at gayundin ito. Maging handang gumawa ng mga pagbabago, kung kinakailangan. Tanggapin na ang mga doktor ay tao rin, at bigyan sila ng pagkakataong mapabuti ang mga bagay-bagay.

Kung madalas kang masiyahan sa doktor ng iyong anak, sulit din kung gayon na makipagtulungan sa mahihirap na panahon.

Tingnan ang *Pagpapasiyang Magpalit ng Doktor* (pahina 4) para sa impormasyon kung kailan maaari mong piliin magpalit ng doktor.

Pagkakaroon ng Mabuting Komunikasyon



Pag-uusap ng dalawang panig

Isipin na ang pakikipag-usap sa iyong doktor ay parang isang palakaibigan at may respetong pag-uusap. Ibig sabihin, ito ay para sa dalawang panig at pareho ninyong pag-uusapan ang inyong mga tanong, alalahanin, tagumpay, at pangarap.

Maging malinaw sa paraan ng komunikasyon

Tanungin ang iyong doktor kung paano ang pinakamabuting paraan para makipag-ugnayan tungkol sa pangangalaga ng iyong anak.

May magandang oras ba ng pagtawag sa buong araw?

Mas gugustuhin ba niyang una kang makipag-usap sa nars ng opisina kung may mga tanong ka sa pagitan ng mga appointment?

May mga sitwasyon ba na nais ng doktor na tawagan mo siya sa kanyang tahanan?

Tinatanggap ba ng iyong doktor ang komunikasyon sa pamamagitan ng email? Kumusta naman kung fax? Iba pang pamamaraan?

Makadama na hindi masama ang pangangailangan ng payo sa pagitan ng mga appointment

Kung may alalahanin ka sa pagitan ng mga appointment at nararamdaman mong kinakailangan o nais mo ng kasagutan mula sa doktor ng iyong anak, hilingin sa nars na tawagan ka niya.

Ipaliwanag na mas labis kang nababahala kaysa karaniwan – dahil sa mga kadahilanan na baka hindi mo pa maipaliwanag nang maayos – at talagang nais mong makipag-usap nang direkta sa kanya.

Pagbabalik-tanaw

Naipakipag-usap mo ba ang tungkol sa iyong pinakamahalagang mga tanong o problema? Kung hindi, ayos lang ba ito sa iyo o may plano ba kung paano mo makukuha ang kinakailangang mong impormasyon?

Naramdaman mo bang katuwang siya sa pangkat ng pangangalagang pangkalusugan ng iyong anak? Mayroon ka bang nais gawin na naiiba sa susunod na pagkakataon?



Pagpapasiyang Magpalit ng Doktor

Karamihan sa mga magulang ay nasisiyahan sa doktor ng kanilang anak. Pero kung minsan, may mga bagay na parang hindi tama. Narito ang ilang mga tanong na dapat mong itanong sa iyong sarili:

- ▶ Epektibo ba para sa iyo ang paraan ng pamamahala ng opisina?
- ▶ Available ba ang doktor kapag kailangan mo siya?
- ▶ Madalas ka bang naguguluhan sa mga rekomendasyon at kung bakit inireseta ang ilang mga paggamot?
- ▶ Pakiramdam mo bang hindi inaaksyunan nang seryoso ang iyong mga alalahanin? Nagdudulot ba ito sa iyo na kuwestiyunin at pag-aalinlangan ang mga kutob mo, o ang iyong doktor?

Magtiwala sa kutob mo. Kung parang hindi tama ang ugnayan at hindi mo ito magawang pagbutihin, alam mong oras na para magpalit ng doktor.

Subukang gawin ito sa positibong paraan.

.....

"Salamat sa lahat ng ginawa mo para sa anak ko. Lubos naming pinahahalagahan ang oras na inilaan mo para sa amin. Pero sa ngayon, hindi ito angkop para sa aming pamilya – nais kong makahanap ng iba ang anak ko."

.....



Pagsasangkot ng Doktor ng Iyong Anak sa Programa ng Maagang Interbensyon

Interesado ang mga doktor at nais nilang makilahok sa programa ng maagang interbensyon para sa bata. Gayunpaman, ang kanilang mga abalang iskedyul ay maaaring maging hadlang sa kanila na kunin ang aktibong tungkulin.

Kung titiyakin mong isama ang iyong doktor sa mga desisyon sa maagang interbensyon at hilingin ang kanyang opinyon, maari kang makabuo ng pakikipagtulungan para sa maagang interbensyon!

Narito ang ilang mga mungkahi:

Magbigay-alam

- ▶ Siguruhing ang iyong doktor ay nasa listahan ng korespondensya ng lahat ng programa ng iyong anak.
- ▶ Dalhin ang mga ulat na nais mong talakayin nang espesyal sa mga appointment.
- ▶ Maging tulay sa pagitan ng doktor at ng programa ng maagang interbensyon – ibahagi ang mga tanong at alalahanin sa pagitan ninyong dalawa.

Mag-imbita

Itanong kung maaari siyang dumalo sa isang Individualized Family Service Plan (Individuwal na Plano ng Serbisyong Pampamilya, IFSP) o iba pang pagpupulong ng pangkat. Magtanong tungkol sa mga pinakamagandang oras at lugar.

Maaaring handa ang iyong doktor na dumalo sa mga pulong sa mga araw na hindi itinakda para sa mga pasyente, sa maagang bahagi ng umaga, o sa pagtatapos ng araw ng trabaho. Ang pagdaraos ng isang pagpupulong ng pangkat sa opisina ng iyong doktor ay maaaring magpadali ng kanyang pagsali.



Makinabang Nang Higit sa Appointment



Pag-iiskedyul

liskedyul ang pagbisita sa doktor sa unang appointment ng araw o pagkatapos ng tanghalian kung nais mong bawasan ang oras ng paghihintay.

Kung mayroon kang mga tanong o alalahanin na maaaring tumagal ng mas matagal kaysa sa karaniwan, hilingin sa mga staff ng opisina na magtakda ng mas mahabang appointment. Pahahalagahan ng iyong doktor at staff ang maagang abiso at hindi ka masyadong mayayamot dahil sa kakulangan ng oras.

Paghahanda

Mag-isip tungkol sa mga bagay na nais mong malaman mula sa appointment nang patiuna:

- ▶ Gumawa ng listahan ng iyong mga tanong, alalahanin, at iba pang impormasyon na nais mong ibahagi.
- ▶ Hindi masama na itaguyod ang mga bagay na tila hindi konektado sa kalusugan ngunit mahalaga pa rin sa iyo at sa iyong anak.
- ▶ Pumili kung alin sa iyong listahan ang pinakamahalaga sa iyo.

Itanong sa doktor kung nais niya ng kopya ng iyong mga tanong at alalahanin nang patiuna. Ang pag-eemail, pagfa-fax, o pagpapadala ng iyong listahan bago ang appointment ay maaaring magbigay ng mas maraming oras sa doktor upang maghanda ng mas komprehensibong mga tugon sa iyong mga tanong.

Makinabang Nang Higit sa Appointment (Pagpapatuloy)

Pakikilahok

Ibahagi ang iyong listahan ng mga tanong at alalahanin sa simula ng appointment. Malamang ay may sarili nang listahan ang doktor para sa mga bagay na kailangan niyang matapos sa panahon ng pagbisitang ito. Maaring kinakailangan ninyong magkasamang pumili kung anong mga pag-uusapan sa oras ng appointment na ito at kung ano ang pag-uusapan sa ibang pagkakataon.

Maaaring mabilis ang mga pangyayari sa mga appointment kaya't mahirap tandaan ang lahat ng sinasabi. Narito ang ilang mga ideya para makatulong sa pag-alala:

- ▶ Kumuha ng mga nota. Gamitin ang parehong notebook para isulat ang iyong mga tanong at mga sagot sa bawat appointment. Magpapadali ito na matandaan ang lahat ng impormasyon sa paglipas ng panahon.
- ▶ Magdala ng kasama na makakatulong makinig at kumuha ng mga nota – at naroroon para suportahan ka kung kinakailangan.
- ▶ Itanong kung pwedeng mag-record ng inyong usapan.

Minsan, maaaring kailanganin mong ibalik ang usapan sa iyong mga alalahanin. Narito ang ilang paraan para gawin ito:

- ▶ Magtanong. “Ano ang mungkahi mo tungkol sa...”
- ▶ Magkwento tungkol sa mga pangyayari sa buhay ng iyong anak na nais mong talakayin. “Nung isang araw sa IFSP meeting...”
- ▶ Baguhin lamang ang paksa. “Isa pang bagay na nais kong pag-usapan ay...”

- ▶ Kapag ibinigay sa iyo ng iyong doktor ang impormasyon na mahirap o hindi madaling maunawaan, tanungin kung maaari mo siyang tawagan mamaya upang talakayin ang iyong mga tanong.
- ▶ Kapag hindi makakadalo ang iyong doktor sa IFSP meeting, humiling ng mga rekomendasyon at opinyon bago pa ito mangyari.

.....
“Ito ang aking ipakikipag-usap sa IFSP para sa aking anak. Ano sa palagay mo?”
.....

Ibahagi ang opinyon ng iyong doktor sa IFSP team.

Maaring maging kakampi mo ang iyong doktor sa pagtulong na makuha ang mga serbisyo na sa tingin mo ay kinakailangan ng iyong anak.

- ▶ Kausapin siya tungkol sa mga bagay na sa tingin mo ay kinakailangan. Kung pumayag ang iyong doktor, hilingin na magsulat siya ng liham sa IFSP team na nagpapaliwanag ng inyong mga magkakasamang rekomendasyon.
- ▶ Itanong sa iyong doktor kung maari siyang tawagan ng isang miyembro ng pangkat upang talakayin ang mga rekomendasyon.

Mag-update

Sa mga pagbisita para sa pagsusuri ng kalusugan ng iyong anak o sa iba pang mga appointment, ibahagi sa iyong doktor ang mga pag-unlad na nararanasan ng iyong anak sa programa ng maagang interbensyon. Magharap ng anumang tanong at ibahagi ang mga alalahanin mo tungkol sa mga serbisyo.

Isa pang masaya at di-malilimutang paraan para i-update ang doktor ay ang pagpapadala ng paminsang litrato ng iyong anak na may kasamang isang mensahe na nagpapakita ng kanyang mga pag-unlad:

.....
“Narito ang anak ko na nag-eejoy sa oras ng hapunan. Sa maagang interbensyon, natutunan ko kung paano ko siya hihikayating kumain ng mas maraming pagkain sa mesa. Hindi na siya nabibilaukan at umiiyak pagkakita ng pagkain at hindi na rin ako masyadong nag-aalala sa kanyang paglaki. Tinulungan ako ng maagang interbensyon na magkaroon ng mas magandang ugnayan sa anak ko at nakatulong din ito sa pamilya namin – hindi na isang labanan ang panahon ng pagkain! Salamat sa referral!”
.....

Pagiging Tagapagtaguyod ng Maagang Interbensyon

Pinahahalagahan mo ba ang maagang interbensyon? Nais mo bang mas maaga sanang naging bahagi nito ang iyong anak? Sa palagay mo ba, kailangan ng mga doktor na mas alamin ang tungkol sa maagang interbensyon? Gusto mo bang maging isang Tagapagtaguyod ng Maagang Interbensyon?

Madalas, mga magulang ang pinakamalakas na tagapagtaguyod. Mayroon kang personal na karanasan at mga kuwento sa tunay na buhay na maaring ibahagi – maari kang magdulot ng pagbabago.

Narito ang ilang simpleng hakbang na maari mong gawin upang ipahayag ang kahalagahan ng maagang interbensyon:



Kung sino ang kakausapin...

Magsimula sa isang grupong kilala mo at palakaibigan – ibahagi sa iyong pamilya at mga kaibigan ang tungkol sa maagang interbensyon at paano ito nakatulong sa iyong anak at pamilya.

Ibahagi ang mensaheng ito sa doktor ng iyong anak, at pagkatapos, mag-alok na ibahagi ang iyong mensahe sa kaniyang mga kasamahan.

Sumali sa lokal na County Interagency Coordinating Council (Konsehong Tagapag-ugnay ng Iba't Ibang Ahensya ng Lalawigan). Makakakilala ka ng iba pang may kapareho mo ng interes para sa maagang interbensyon. Tanungin ang iyong Family Resources Coordinator (Coordinator sa mga Mapagkukunan ng Pamilya, FRC) kung paano sumali. Kung wala kang FRC, maari kang tumawag sa 1-800-322-2588 Family Health Hotline (Hotline Para sa Kalusugan ng Pamilya) at tanungin kung sino ang tagapangunang FRC sa iyong county.

Kung gusto mo ang pagsasalita sa harap ng publiko, maari mong isaalang-alang ang pagiging kabilang sa Komite ng Mga Magulang at paggawa ng mga pormal na presentasyon.

Kung ano ang sasabihin kapag nagrepresenta...

May ilang tao na nais marinig ang mga natuklasan mula sa pananaliksik tungkol sa maagang interbensyon. Para sa karamihan, ang mga personal na kuwento ang tumutulong sa atin na maunawaan kung paano nagdadala ng pagbabago ang isang programa sa pang-araw-araw na buhay ng mga bata at pamilya. Ang mga kuwento ang nagpapabago sa atin para sa ikabubuti.

Anong mga kuwento o halimbawa ang nais mong ibahagi na nagpapakita ng isa o higit pang mga punto sa pananaliksik mula sa sumusunod?

Nakakatulong ang maagang interbensyon sa mga pamilya na makibagay at kumilos.

Paano nakakatulong sa iyong pamilya ang tulong na natatanggap ng iyong anak? Naiibsan ba nito ang stress at pag-aalala? Ano ang natutunan mo na nakakatulong sa pagkakaroon ng magandang ugnayan sa iyong anak?

Nakakatulong sa mga bata ang maagang interbensyon na maabot ang kanilang potensyal.

Ano ang mga pangarap mo para sa iyong anak? Paano nakatulong o makakatulong ang maagang interbensyon?

Ang pinakamabisang programa ng maagang interbensyon ay maagang nagsisimula.

Ano ang mga pangunahing alalahanin mo tungkol sa iyong anak? Paano tumugon o paano mo nais na tumugon ang doktor? Ipaalam kung paano tinutulongan ng FRC ang mga pamilya na makahanap ng mga serbisyo, mapagkukunan, pondo, at mga contact information.

Ang pinakamabisang programa ay kasama ang mga magulang.

Paano ka nakikilahok? Ano ang mga nagugustuhan mo dito?

Mahalagang mensahe: Ang maagang interbensyon ay epektibo para sa mga bata at pamilya. Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang publikasyon na *Pakisuyong Magtanong, Hindi Nakakapaghintay ang mga Sanggol* (FS_0032) na makikita online sa: www.dcyf.wa.gov/publications-library/FS_0032.



Para sa higit pang impormasyon:

Department of Children, Youth, and Families (Kagawaran ng mga Bata, Kabataan, at Pamilya)

PO Box 40970

Olympia WA 98504-0970

Email: esit@dcyf.wa.gov

www.dcyf.wa.gov

Family to Family Health Information Center Programa ng PAVE
Family Voices (Boses ng Bawat Pamilya ng PAVE) ng Washington

(253) 565-2266

(800) 572-7368

www.familyvoicesofwashington.com

www.wapave.org



Hindi nagdidiskrimina ang DCYF at nagbibigay ng pantay na access sa mga programa at serbisyo nito para sa lahat ng tao kahit anong lahi, kulay, kasarian, relihiyon, paniniwala, katayuan sa pag-aasawa, bansang pinagmulan, oryentasyong sekswal, edad, katayuan ng beterano, o pagkakaroon ng anumang pisikal, pandama at pangkaisipan na kapansanan.

Kung gusto mo ng mga libreng kopya ng publikasyong ito sa isang alternatibong format o wika, mangyaring makipag-ugnayan sa DCYF Constituent Relations (Mga Ugnayang Bumubuo ng DCYF) sa 1-800-723-4831 o mag-email sa communications@dcyf.wa.gov.

DCYF PUBLICATION FS_0003 | DEL 11-008 TA (08-2023) Tagalog