உங்கள் குழந்தையை ஆதரித்தல்



ஆரம்பகால தலையீடு தேவைப்படும்
சிறு குழந்தைகளுக்கான பெற்றோரின் வழிகாட்டி



முன்னுரை

அன்புள்ள பெற்றோரே[1],

ஒவ்வொரு குழந்தையும் அவரவர் வழியில் தனித்துவமானது மற்றும் சிறப்பு வாய்ந்தது. பெற்றோர்களாகிய நாம், நமது பிள்ளைகள் வளரவும், மேம்படுத்தவும், அவர்களின் திறனை அதிகரிக்கவும் சிறந்த வாய்ப்புகளை வழங்க முயற்சிக்கிறோம்.

உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் பற்றி மேலும் அறிய விரும்புவதால் அல்லது அக்கறைகள் இருப்பதால் நீங்கள் இந்த வழிகாட்டியை எடுத்திருக்கலாம். நீங்கள் இன்னும் அதிகமாக தகவல் அறிய விரும்ப காரணங்கள் இவையாக இருக்கலாம் :

- உங்கள் குழந்தை தனது சகாக்களை விட அதிக சவால்களை எதிர்கொள்வதை நீங்கள் கவனிக்கிறீர்கள் ஆனால் அடுத்து என்ன செய்வது என்று தெரியவில்லை.
- உங்கள் பிள்ளையின் ஆசிரியர், வளர்ச்சி மதிப்பீட்டிற்கு குழந்தை மருத்துவர் அல்லது உதவித் திட்டததிற்கு உங்கள் பிள்ளையைப் பரிந்துரைக்கிறார்.
- உங்கள் பிள்ளையின் மருத்துவர், உங்கள் பிள்ளையின் வளர்ச்சி நிலையைக் கண்டறிந்து, ஆரம்பகால தலையீட்டுச் (Early Intervention) சேவையைப் பரிசீலிக்கும்படி உங்களிடம் கேட்கிறார்.
- நீங்களும் உங்கள் குடும்பத்தினரும் உங்கள் குழந்தைக்கு ஆதரவளிக்கும் வழிகளைக் கற்றுக்கொள்ள விரும்புகிறீர்கள்.

இந்த வழிகாட்டி உங்களின் சில கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கலாம். சக பராமரிப்பாளர்கள், மருத்துவ வல்லுநர்கள், தொடர்புடைய சுகாதார வல்லுநர்கள், ஆரம்பகால தலையீடு வல்லுநர்கள் மற்றும் குழந்தை பருவ கல்வியாளர்கள் ஆகியோரின் குழுவால் உருவாக்கப்பட்டது, இந்த வழிகாட்டி வளர்ச்சித் தேவைகளைக் கொண்ட குழந்தைகளின் பெற்றோருக்கு ஆதரவளிக்கிறது.

இந்த வழிகாட்டி:

- உங்கள் குழந்தையின் தேவைகள்
- உங்கள் குழந்தைக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டு ஆதரவை எவ்வாறு அணுகுவது
- உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி மற்றும் பாலர் பள்ளியிலிருந்து ஆரம்ப/சிறப்புக் கல்விப் பள்ளிகளுக்கு மாறுவதை எவ்வாறு ஆதரிப்பது
- உங்களையும் உங்கள் குடும்பத்தையும் ஆதரிப்பதற்கான ஆதாரங்களை எவ்வாறு அணுகுவது போன்ற விஷயங்களை புரிந்துகொள்வதில் உங்களை ஆதரிக்க முயல்கிறது.

இந்த வழிகாட்டி தொழில்முறை ஆலோசனைக்கு மாற்றாக இல்லை என்றாலும், ஆதரவைப் பெறுவதற்கான கூடுதல் நுண்ணறிவுகளையும் தளங்களையும் இது உங்களுக்கு வழங்கும் என்று நம்புகிறேன். உங்களுக்கு உதவி தேவைப்பட்டால் தயங்காமல் தொடர்பு கொள்ளவும், உங்கள் பிள்ளையின் வளர்ச்சியில் சிறந்து விளங்க உங்கள் பிள்ளையின் மருத்துவர் மற்றும் ஆசிரியர்களுடன் தொடர்ந்து பணியாற்றவும்.

வானவில்களை உருவாக்க மழையும் சூரிய ஒளியும் தேவை. உங்கள் பெற்றோருக்குரிய பயணம் சிறப்பாக அமைய எனது வாழ்த்துக்கள்.

தங்கள் உண்மையுள்ள,

திருமதி சன் சூலிங்
சமூக மற்றும் குடும்ப மேம்பாட்டுக்கான துணை
அமைச்சர் கல்வி துணை அமைச்சர்

[1] *ஒரு குழந்தையின் பராமரிப்பாளர் அவர்களின் பெற்றோராக இருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை, மாறாக ஒரு தாத்தா, பாட்டி, வளர்ப்பு பெற்றோர், அத்தை/மாமா அல்லது மூத்த உடன்பிறந்த சகோதரி. பெற்றோர்(கள்) என்ற சொல் அனைத்து பராமரிப்பாளர்களையும் குறிக்கும் ஒரு பொதுவான சொல்லாக பயன்படுத்தப்படுகிறது.*

பொருளடக்கம்

01 உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் புரிந்துகொள்வது



- குழந்தை வளர்ச்சியைப் புரிந்துகொள்வது
- வளர்ச்சித் தேவைகளைப் புரிந்துகொள்வது (DN)
- உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளை அடையாளம் காணுதல்



02 ஆரம்பகால தலையீட்டு சேவைகளை அணுகுதல்



- ஆரம்பகால தலையீடு (EI) என்றால் என்ன
- EI சேவைகள் மற்றும் சேவை வழங்குநர்களின் வகைகளை மதிப்பிடும்போது கருத்தில் கொள்ள வேண்டியவை
- அரசாங்கத்தால் நிதியளிக்கப்படும் EI சேவைகள்
- EI சேவைகளில் இருந்து மாறுதல்
- உங்கள் குழந்தையை ஆதரிக்க நீங்கள் என்ன செய்யலாம்

லெஜெண்ட்

- அம்சங்கள்
- மேலும் படித்தல் மற்றும் தகவல்
- உணர்வு பூர்வ ஊர்ஜிதம்
- செயலுக்கான அழைப்பு
- பொதுவான தவறான கருத்துக்கள்



03 EI-இலிருந்து பள்ளி வயதுக்கான விதிமுறைகளுக்கு மாறுதல்

- பொருத்தமான பாதையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்போது கருத்தில் கொள்ள வேண்டியவை
- வெவ்வேறு கல்வி வழிகளைப் புரிந்துகொள்வது
- உங்கள் குழந்தையின் மாற்றத்தை எளிதாக்க நீங்கள் என்ன செய்யலாம்



04 உங்களையும் உங்கள் குடும்பத்தையும் ஆதரித்தல்

- ஒரு பராமரிப்பாளராக உங்களை எவ்வாறு தயார் செய்துகொள்வது
- ஒரு பராமரிப்பாளராக நீங்கள் அணுகக்கூடிய மானியங்கள்
- உங்கள் குடும்பத்தை ஈடுபடுத்துதல்
- உங்களை எப்படி கவனித்துக் கொள்ள முடியும்
- ஒரு நிலையான வாழ்நாள் பராமரிப்பு பயணத்திற்கான திட்டமிடல்

இணைப்பு

இந்தப் பக்கத்திற்குத் திரும்ப **உள்ளடக்க அட்டவணை** பொத்தானைக் கிளிக் செய்யவும்

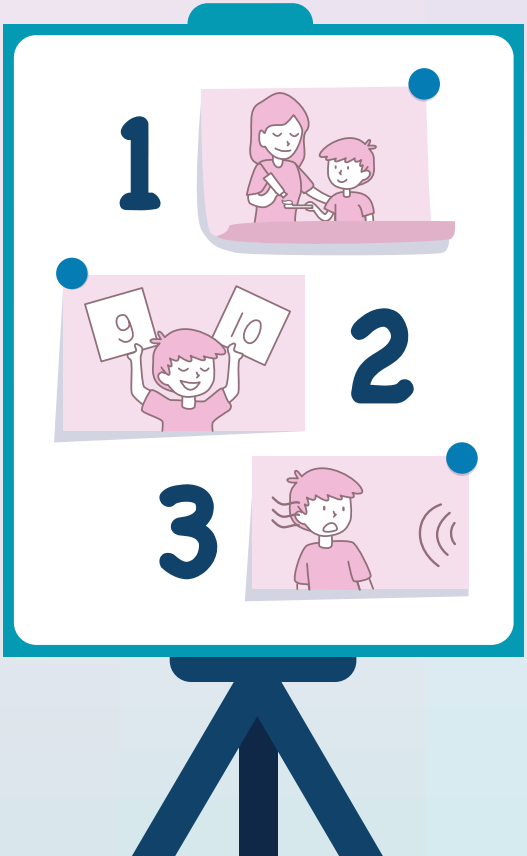
01

உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் புரிந்துகொள்வது



உள்ளடக்க அட்டவணை

குழந்தைகள் வெவ்வேறு களங்களில் தங்கள் சொந்த வேகத்தில் வளர்கிறார்கள். இதன் பொருள் அவர்கள் சில பகுதிகளில் வேகமாகவும் மற்றவற்றில் மெதுவாகவும் உருவாகலாம். உங்கள் பிள்ளையின் வளர்ச்சியை தொடர்ந்து கண்காணிப்பது, அவன்/அவள் நன்றாக வளர்வதை உறுதி செய்ய முக்கியம். இந்த அத்தியாயம் பின்வருவனவற்றில் கவனம் செலுத்தும்:



- *உங்கள் குழந்தை பொதுவாக வளர்ச்சியடைந்து வருகிறது என்றால் என்ன;*
- *உங்கள் பிள்ளைக்கு வளர்ச்சித் தேவைகள் (DN) இருந்தால் என்ன அர்த்தம்;*
- *கண்காணிக்க வேண்டிய வளர்ச்சிப் பகுதிகள் யாவை;*
- *வழக்கமான சோதனைகள் ஏன் முக்கியம்; மற்றும்*
- *உங்கள் பிள்ளைக்கு DN இருக்கலாம் என நீங்கள் சந்தேகித்தால் நீங்கள் என்ன செய்யலாம்.*

உள்ளடக்க அட்டவணை

குழந்தை வளர்ச்சியைப் புரிந்துகொள்வது

ஒரு குழந்தையின் வளர்ச்சி

ஒரு குழந்தையின் வளர்ச்சி குறைந்தது ஐந்து களங்களை உள்ளடக்கியது:

1 சமூக மற்றும் உணர்வு பூர்வமான

சமூக தொடர்பு திறன்கள் என்பது **ஒரு குழந்தையின் மற்றவர்களுடன் உறவுகளைத் தொடங்குவதற்கும் பராமரிப்பதற்கும் உள்ள திறனைக் குறிக்கிறது.** மற்ற குழந்தைகளை ஒரு குழுவில் சேர்ப்பது, மற்ற குழந்தைகளுடன் உறவுகளை உருவாக்குவது மற்றும் சமூக குறிப்புகளுக்கு சரியான முறையில் பதிலளிப்பது ஆகியவை இதில் அடங்கும்.

சமூக-உணர்ச்சி திறன்கள் என்பது **ஒரு குழந்தையின் சொந்த உணர்ச்சிகளைப் புரிந்து கொண்டு நிர்வகிக்கும் மற்றும் சிக்கல்களைத் தீர்க்கும் திறனைக் குறிக்கிறது.** மற்றவர்களின் முகபாவனைகளையும் உணர்ச்சிகளையும் அங்கீகரிப்பது, வருத்தமாக இருக்கும்போது அமைதியாக இருப்பது, சாத்தியமான தீர்வுகளைப் பற்றி சிந்திப்பது மற்றும் நல்ல முடிவுகளை எடுப்பது ஆகியவை இதில் அடங்கும்.

2 உடல் மற்றும் மோட்டார்

மொத்த மோட்டார் திறன்களுக்கு **முழு உடல் இயக்கம் தேவைப்படுகிறது, இதில் கைகள், கால்கள் மற்றும் உடற்பகுதியில் உள்ள பெரிய தசைகள் மற்றும் அவற்றின் ஒருங்கிணைப்பு ஆகியவை அடங்கும்.** இதில் ஓடுதல், குதித்தல், சைக்கிள் ஓட்டுதல், நீச்சல், எறிதல், பிடிப்பது மற்றும் சமநிலைப்படுத்துதல் ஆகியவை அடங்கும்.

சிறந்த மோட்டார் திறன்கள் **கைகள் மற்றும் மணிக்கட்டுகளில் உள்ள சிறிய தசைகளின் இயக்கத்தை உள்ளடக்கியது.** கத்தரிக்கோலால் வெட்டுதல், எழுதுதல், வரைதல், பொத்தான்களைக் கட்டுதல் மற்றும் காலணி கயிறுகளைக் கட்டுதல் ஆகியவை இதில் அடங்கும்.

3 மொழி மற்றும் தொடர்பு

மொழி **என்பது குழந்தையின்பிறருடன்பேசுவதற்கும், கேட்பதற்கும், புரிந்து கொள்வதற்கும் உள்ள திறனைக் குறிக்கிறது.** குழந்தையால் சைகைகள் மற்றும் கேட்கப்படும் கேள்விகளைப் புரிந்துகொள்வது இதில் அடங்கும்.

தொடர்பு **என்பது குழந்தையின் எண்ணங்களை தெளிவாக வெளிப்படுத்தும் திறனைக் குறிக்கிறது.** இதில் வாய்மொழியாக இல்லாமல் பதிலளிப்பது (எ.கா. சைகைகள், முகபாவங்கள் மற்றும் கண் பார்வைகளைப் பயன்படுத்துதல்) மற்றும்/அல்லது வாய்மொழியாக (எ.கா. பொருள்கள் மற்றும் படங்களுக்குப் பெயரிடுதல், எண்ணங்களை வார்த்தைகளில் வெளிப்படுத்துதல் மற்றும் பிறருக்குக் கதை கூறுதல்) ஆகியவை அடங்கும்.

4 பார்வை மற்றும் கேட்டல்

பார்வை **என்பது குழந்தையின் பார்க்கும் திறனைக் குறிக்கிறது.** பார்வையில் உள்ள பிரச்சனைகளில் பகுதி பார்வை மற்றும் குருட்டுத்தன்மை ஆகியவை அடங்கும். இதில் காட்சி புல இழப்பு, காட்சி சோர்வு, உருவம்-தரையில் உணர்தலில் உள்ள சிரமங்கள் மற்றும் காட்சி உணர்தலில் திறன் இல்லாமை ஆகியவை அடங்கும்.

செவித்திறன் **என்பது செவிவழித் தகவலைக் கண்டறிதல், அங்கீகரிப்பது, பாகுபாடு காண்பது, உணர்தல் மற்றும்/அல்லது புரிந்துகொள்வதற்கான குழந்தையின்திறனைக் குறிக்கிறது.** காது கேளாமை லேசானது முதல் ஆழமான அளவு வரை மாறுபடும். இது ஒன்று அல்லது இரண்டு காதுகளிலும் ஏற்படலாம்.

5 அறிவாற்றல்

கற்றல் மற்றும் நினைவாற்றல் **என்பது குழந்தையின் அனுபவங்கள் மூலம் புதிய அறிவு மற்றும் திறன்களைப் பெறுவதையும் மற்றும் வாங்கிய தகவலை நினைவில் வைத்து பயன்படுத்தும் திறனையும் குறிக்கிறது.** விளையாட்டு அல்லது அனுபவங்கள் மூலம் தன்னைப் பற்றியும் உலகைப் பற்றியும் புதிய தகவல்களைப் புரிந்துகொள்வதும் செயலாக்குவதும், பொருட்களையும் நிகழ்வுகளையும் அங்கீகரித்து நினைவுபடுத்துவதும் இதில் அடங்கும்.

கவனம் மற்றும் தர்க்கரீதியான **பகுத்தறிவு என்பது குழந்தையின் கவனத்தை செலுத்துவதற்கும் கூர்மையான கவனத்திற்கும் எளிமையான திட்டங்களை உருவாக்குவதற்கும், சிக்கல்களைத் தீர்ப்பதற்கும் அல்லது முடிவுகளை எடுப்பதற்கும் தகவல்களை பகுப்பாய்வு செய்து பயன்படுத்துவதன் மூலம் தர்க்கரீதியான சிந்தனையை வெளிப்படுத்தும் திறனைக் குறிக்கிறது.** ஆர்வத்தை வெளிப்படுத்துதல், கேள்விகளைக் கேட்பது, அவர்களைச் சுற்றியுள்ள உலகத்தை உணர்தல் மற்றும் ஆராய்வது, பணிகளில் கவனம் செலுத்துதல் மற்றும் கவனச்சிதறல்களைப் புறக்கணித்தல், காரணம் மற்றும் விளைவைப் புரிந்துகொள்ள பொருள்கள் மற்றும் சூழ்நிலைகளில் பரிசோதனை செய்தல் மற்றும் அனுமானங்களை உருவாக்குதல் ஆகியவை இதில் அடங்கும்.

இந்தக் களங்களில் வளர்ச்சி பொதுவாக குழந்தைப் பருவத்தில் கணிக்கக்கூடிய வகையில் நிகழ்கிறது, மேலும் பெரும்பாலான குழந்தைகள் குறிப்பிட்ட வளர்ச்சித் திறன்களை குறிப்பிட்ட வயதிற்குள் ஒரு வரிசையில் அடைகின்றனர்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

குழந்தைப் பருவ வளர்ச்சித் திரையிடலின் முக்கியத்துவத்தைப் புரிந்துகொள்வது

குழந்தை பருவ வளர்ச்சிக்கான திரையிடல்கள் (Childhood Developmental Screening (CDS)), ஆரோக்கியமான குழந்தைசோதனைகள் என்றும் அறியப்படுகிறது, இது குழந்தைகளின் வளர்ச்சியில் தாமதம் ஏற்படும் அபாயத்தில் உள்ள குழந்தைகளை முன்கூட்டியே தலையீடு செய்ய நடத்தப்படுகிறது.

பிறந்தவுடன் மருத்துவமனையில் செய்யப்படும் முதல் சோதனை உட்பட, வாழ்க்கையின் முதல் ஆறு ஆண்டுகளில், **ஏழு வரையறுக்கப்பட்ட தொடுப்புள்ளிகள்** அல்லது நேரப் புள்ளிகளில் அனைத்து குழந்தைகளுக்கும் CDS சோதனை நடத்தப்படுவது பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. ஒவ்வொரு வருகையும் வளர்ச்சி கண்காணிப்பு, உடல் பரிசோதனை மற்றும் சமூக திறன்கள், மோட்டார் திறன்கள் மற்றும் மொழி மேம்பாட்டின் வளர்ச்சி சோதனைகள் ஆகியவற்றின் கலவையை உள்ளடக்கியது. குழந்தைப் பருவத்திற்கான தேசிய நோய்த்தடுப்பு அட்டவணை (National Childhood Immunisation Schedule) கீழ் பரிந்துரைக்கப்பட்ட குழந்தை பருவ தடுப்பூசிகளுடன் இந்த திரையிடல்கள் பொதுவாக திட்டமிடப்படுகின்றன. மேலும் தகவல்களை இங்கே காணலாம்.

ஒரு CDS க்கு சென்று மருத்துவ நிபுணர்களுடன் பேசுவது உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியை அதிக உறுதியுடன் உணரவும் அல்லது இடைவெளிகளை முன்கூட்டியே கண்டறியவும் உதவும். உங்கள் குழந்தையைப் பற்றி உங்களுக்கு ஏதேனும் கவலைகள் இருந்தால், இந்த சோதனைகளின் போது நீங்கள் எழுப்பலாம். உங்கள் குழந்தையை எவ்வாறு சிறந்த முறையில் ஆதரிப்பது என்பது குறித்து நீங்கள் முடிவெடுக்கும் போது உங்களுக்கு உதவ வல்லுநர்கள் கூடுதல் தகவல்களை உங்களுக்கு வழங்குவார்கள்.

உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

- உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியைக் கவனியுங்கள்; பரிந்துரைகளை இங்கு காணலாம் HealthHub மற்றும் சமூக மற்றும் குடும்ப மேம்பாட்டு அமைச்சகம் (Ministry of Social and Family Development (MSF)) இணையதளங்கள்.
- உங்கள் குழந்தை தனது வயதுக்கான இலக்கு மைல்கற்களை ஹெல்த் புக்லெட் மூலம் எட்டுகிறதா என்பதைக் கண்டறிந்து, ஹெல்த்ஹப் செயலி பயன்பாட்டின் மூலம் அவர்களின் டிஜிட்டல் ஹெல்த் புக்லெட்டில் அவதானிப்புகளைப் பதிவு செய்யவும். இந்த மைல்கற்கள் மற்றும் வளர்ச்சி விளக்கப்படங்களை உங்கள் மருத்துவர் மற்றும் செவிலியர்களுடன் உங்கள் குழந்தையின் மருத்துவ சந்திப்புகளில் அவர்களின் மதிப்பீடுகளுக்கு உதவ நீங்கள் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.
- பரிந்துரைக்கப்பட்ட CDS தொடுப்புள்ளிகளில் அருகிலுள்ள சமூக சுகாதார உதவித் திட்டம் (Community Health Assist Scheme) தனியார் மருந்தகம் (General Practitioner (GP)) அல்லது பலதுறை மருந்தகத்திற்கு உங்கள் குழந்தையை அழைத்துச் செல்லுங்கள்.
- உங்கள் குழந்தையின் CDS சந்திப்புகளுக்கு கிடைக்கும் மானியங்களைப் பற்றி மேலும் அறியவும். சாஸ் பல்துறை மருந்தகம் அல்லது பொது மருந்தகங்களில் தகுதியுள்ள சிங்கப்பூர் குழந்தைகள் ஏழு CDS தொடு புள்ளிகளுக்கான முழு மானியத்தையும் பெறுவார்கள். சிங்கப்பூர் குடிமகனாக இருக்கும் குழந்தை, குறிப்பிட்ட வயது வரம்புகளுக்குள் ஒவ்வொரு மைல்கல்லுக்கும் ஒரு மானியத்துடன் கூடிய CDS வருகைக்கு தகுதியுடையவர்.

குழந்தை வளர்ச்சி பற்றிய கூடுதல் வாசிப்புகள் மற்றும் ஆதாரங்களுக்கு, நீங்கள் செயல்படுத்தும் வழிகாட்டியைப் பார்க்கவும்.



உள்ளடக்க அட்டவணை

வளர்ச்சித் தேவைகளைப் புரிந்துகொள்வது (DN)

DN இன் விளக்கம்

வழக்கமான வளர்ச்சி என்பது சமூக-உணர்ச்சி, உடல் அல்லது மோட்டார், பேச்சு (மொழி மற்றும் தொடர்பு), உணர்ச்சி (பார்வை மற்றும் செவிப்புலன்) மற்றும் அறிவாற்றல் களங்களில் ஒரு குழந்தை **எதிர்பார்க்கப்படும் வயது வரம்பிற்குள் வளர்ச்சி மைல்கற்களை சந்திப்பதை** உள்ளடக்கியது.

ஆறு வயது வரை உள்ள ஒரு குழந்தை தனது சகாக்களை விட மிகக் குறைவான வளர்ச்சியைக் காட்டினால், அவருக்கு வளர்ச்சித் தேவைகள் (Developmental Needs (DN)) இருக்கலாம். உதாரணமாக, உங்கள் பாலர் பள்ளிக் குழந்தை, அவர்களுடைய சகாக்களில் பெரும்பாலானவர்கள் பின் பற்ற முடிகின்ற பொழுது அவன் /அவள் நீங்கள் எப்படிச் சொன்னாலும், வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற முடியாமல் போகலாம்.

உங்கள் பிள்ளையின் வளர்ச்சியைப் பற்றி உங்களுக்கு ஏதேனும் கவலைகள் இருந்தால், உங்கள் குழந்தை மேலும் மதிப்பீடு செய்யப்படுவதற்கு ஆலோசனை வழங்கக்கூடிய ஒரு மருத்துவ நிபுணரிடம் பேசுங்கள். உங்கள் குழந்தைக்கு மிகவும் பொருத்தமான ஆரம்பகால தலையீட்டை (Early Intervention (EI)) தீர்மானிக்க உதவும் என்பதால், மதிப்பீடு/நோயறிதலைப் பெறுவது முக்கியம். உங்கள் குழந்தையின் பலம் மற்றும் குணங்களை அங்கீகரிப்பதற்கானதொடக்கமாக மதிப்பீடு பார்க்கப்பட வேண்டும், பயணத்தின் முடிவாக அல்ல.

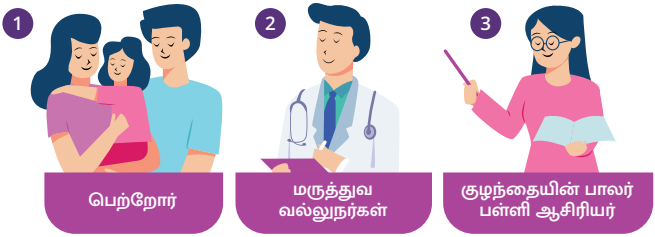
உங்கள் பிள்ளைக்கு DN அல்லது இடைவெளியை நிவர்த்தி செய்ய ஆதரவு தேவை என மதிப்பிடப்பட்டால், அவருக்கு/அவளுக்கு குறைந்த, நடுத்தர அல்லது அதிக அளவிலான EI ஆதரவு தேவைப்படலாம். **பொதுவாக வளரும் சகாக்களுடன் ஒப்பிடும்போது உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு இடையேயான வேறுபாடு DN இன் தீவிரத்தை குறிக்கிறது, மேலும் தேவையான அளவு EI ஆதரவையும் குறிக்கிறது.** சில குழந்தைகளுக்கு DN மட்டுமே உள்ளது மற்றும் வேறு எந்த குறிப்பிடத்தக்க மருத்துவ நிலைகளும் இல்லை, மற்ற குழந்தைகளுக்கு பெருமூளை வாதம், பார்வை குறைபாடு அல்லது DN க்கு பங்களிக்கும் காது கேளாமை போன்ற பிற குறிப்பிடத்தக்க மருத்துவ நிலைகளுடன் DN இருக்கலாம். பொதுவாகக் காணப்படும் வளர்ச்சிச் சிக்கல்கள்/நிலைமைகளின் பட்டியலை இணைப்பில் காணலாம்.

ஒரு குழந்தைக்கு DN இருந்தால், அவன்/அவள் பொதுவாக அந்தத் தேவைகளுடன் பிறக்கும். **இது நாம் எதிர்பார்க்கும் அல்லது திட்டமிடப்பட்ட ஒன்றாக இல்லாவிட்டாலும், உங்கள் குழந்தைக்கு ஆதரவாக நீங்கள் செய்யக்கூடிய முக்கியமான விஷயங்கள் உள்ளன.** உங்கள் பிள்ளையை முன்கூட்டியே மதிப்பீடுகளுக்கு அனுப்புவதும் இதில் அடங்கும், இதனால் அவர்/அவள் விரைவில் மேம்படுத்துவதற்கு தேவையான தலையீடு வழங்கப்படலாம். உங்கள் பிள்ளையை மதிப்பிடும் வல்லுநர்கள், வளர்ச்சியின் செயல்பாட்டின் நிலைகள் வழக்கமான வரம்புகளுக்குள் இருந்தால் மற்றும்/அல்லது மேலும் கண்காணிப்பு மற்றும் தலையீடு தேவைப்பட்டால் ஆலோசனை வழங்கலாம். சில சமயங்களில், உங்கள் குழந்தையின் தேவைகள் அவன்/அவள் வயதாகும்போது மட்டுமே தெளிவாகும்.

DN உள்ள அனைத்து குழந்தைகளும் தகுந்த ஆதரவு மற்றும் EI மூலம் மேம்படுத்த முடியும்.

உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளை அடையாளம் காணுதல்

உங்கள் பிள்ளையின் தேவையை முன்கூட்டியே கண்டறிவதற்கு பல தொடர்பு புள்ளிகள் உள்ளன



உங்கள் குழந்தை உங்களுடனும் அவரது ஆசிரியர்களுடனும் மிக நெருக்கமாகப் பழகுகிறார். பெரியவர்கள் குழந்தையுடன் தொடர்புகொள்வதன் மூலமும், குழந்தையுடன் அவதானிக்கும்போதும் சாத்தியமான DN ஐக் கண்டறிவதில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கின்றனர். உங்கள் குழந்தையை அவருடைய/அவளுடைய CDS சந்திப்புக்கு அழைத்து வரும்போது, உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் பற்றிய உங்கள் மற்றும் பிறரின் அவதானிப்புகளை மருத்துவரிடம் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

இந்தத் தொடர்புப் புள்ளிகள் எவ்வாறு உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளை கண்டறிய முடியும் உள்ளன என்பதை அறிய, அடுத்த மூன்று பிரிவுகளைப் பார்க்கவும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

1 குழந்தையின் பெற்றோர்: கவனிக்க வேண்டியவை — உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி மைல்கற்களை அவதானித்தல்

உங்கள் பிள்ளை தனது வயதுக்கான வளர்ச்சி மைல்கற்களை அடைந்தால், அவர் பொதுவாக வளர்ச்சியடைகிறார். உங்கள் குழந்தை தனது வயதுக்கான இலக்கு மைல்கற்களை எட்டுகிறதா என்பதை ஆரோக்கிய புத்தகத்தின் மூலம் நீங்கள் அறிந்துகொள்ளலாம். உங்கள் பிள்ளையின் வளர்ச்சியில் சிவப்புக் கொடிகள் காண நேர்ந்தால் அல்லது அவனது/அவளுடைய வளர்ச்சியைப் பற்றி ஏதேனும் கவலைகள் இருந்தால், நீங்கள் கூடிய விரைவில் ஒரு பல துறை மருந்தகம், பொது மருந்தகம் GP அல்லது குழந்தை மருத்துவரைச் சந்திக்க வேண்டும்:

உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் பற்றி நீங்கள் கவலைப்படுகிறீர்களா?

உங்கள் பிள்ளை எப்படி விளையாடுகிறார், பேசுகிறார், கற்றுக்கொள்கிறார் மற்றும் எப்படி இருக்கிறார் மற்றவர்களுடன் எவ்வாறு தொடர்பு எவ்வாறு கொள்கிறார். என்பதைக் கவனிப்பதன் மூலம் அவரது வளர்ச்சியைக் கவனியுங்கள். இந்த சிவப்புக் கொடிகளில் ஏதேனும் ஒன்றை நீங்கள் கவனித்தால் அல்லது அதைப் பற்றி ஏதேனும் கவலைகள் இருந்தால் உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி, குறித்து உடனடியாக அவரது மருத்துவரிடம் பேசுங்கள்.

	6 மாதங்கள்	9 மாதங்கள்	12 மாதங்கள்	18 மாதங்கள்	24 மாதங்கள்	30 மாதங்கள்	36 மாதங்கள்	48 மாதங்கள்
மொத்த மோட்டார் திறன்	• இரு திசைகளிலும் உருளவில்லை • ஒரு மேற்பரப்பில் குப்புற படுக்கும்போது தலை மற்றும் மார்பை உயர்த்த முடியாது • உட்காரும்போது தலையை நிமிர்ந்து பிடிக்க முடியாது	• ஆதரவு இல்லாமல் உட்கார முடியவில்லை • ஆதரவுடன் கால்களில் எடை தாங்க முடியவில்லை	• ஆதரவுடன் நிற்க முடியவில்லை • வலம் வரவோ, நடக்கவோ, மற்றும்/ அல்லது நகரவோ முடியவில்லை	• சுதந்திரமாக நடக்க முடிய வில்லை • ஆதரவுடன் படிக்கட்டு களில் ஏற முடியவில்லை	• ஓட முடிய வில்லை	• பந்தை எறியவோ உதைக்கவோ முடிய வில்லை • தண்டவாளத்தை பிடித்துக் கொண்டு ஒவ்வொரு படியிலும் இரண்டு கால்களை வைத்து படிக்கட்டு களில் ஏற முடிய வில்லை • சிறிய படியிலிருந்து குதிக்க முடியவில்லை	• நிறைய கீழே விழுவது • மாறி மாறி கால்களால் படிக்கட்டு களில் ஏற முடியவில்லை	• முச்சக்கர வண்டியை மிதிக்க முடிய வில்லை • 5 வினாடி களுக்கு 1 காலால் நிற்க முடிய வில்லை
	எந்த வயதிலும் ஒரு கை அல்லது காலை மற்றதை விட அதிகமாக பயன்படுத்துதல்							
சுமன் மோட்டார் திறன்	• பொருட்களை அடையவும் பிடிக்கவும் இல்லை • பொருட்களை வாயில் வைப்பதில் சிரமம் உள்ளது	• கைகளுக்கு இடையில் பொருட்களை மாற்ற முடியவில்லை	• கட்டைவிரல் மற்றும் ஆள்காட்டி விரலால் சிறிய பொருட்களை எடுக்க முடியவில்லை • கண்ணில் படாமல் போன பொருளைத் தேடுவதில்லை	• 2 தொகுதிகள் கொண்ட கோபுரம் கட்ட முடியவில்லை	• 4 தொகுதிகள் கொண்ட கோபுரம் கட்ட முடியவில்லை • எழுத முடியவில்லை	• 6 தொகுதிகள் கொண்ட கோபுரம் கட்ட முடியவில்லை • செங்குத்து கோடு வரைய முடியவில்லை • எளிய வடிவப் புதிர்களை முடிக்க முடியவில்லை (எகா. சதுரம், வட்டப் புதிர்கள்)	• கிடைமட்ட கோட்டை வரைய முடியவில்லை • பலகைப் புத்தகத்தின் பக்கங்களை ஒரே நேரத்தில் 1 பக்கத்தைத் திருப்ப முடியவில்லை	• வட்டம் வரைய முடியவில்லை • கத்தரிக்கோல் பயன்படுத்த முடியவில்லை
பேச்சு மற்றும் மொழி திறன்	• உயிர் ஒலிகளை உருவாக்கவில்லை ("அ", "ஈ", "ஓ") • திடர் சத்தங்களுக்கு திடுக்கிடவில்லை	• காது மட்டத்தில் ஒலியை நோக்கி திரும்பவில்லை • பேசுவதில்லை ("அம்மா", "தாதா", "பாபா")	• தேவைகளைக் சுட்டிக்காட்ட வில்லை	• 'அம்மா' 'பாப்பா' என்பதை அர்த்தத்துடன் பயன்படுத்த வில்லை • ஒரு வார்த்தை கூட பேச முடிய வில்லை • சைகைகள் மூலம் எளிய வழிமுறைகளை புரிந்து கொள்ள முடியவில்லை ("கொடு", "வா")	• 2-வார்த்தைகளில் பேச முடியவில்லை ("பால் குடி") • சைகைகள் இல்லாமல் எளிய வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற முடியவில்லை ("பந்தைக் கொடு")	• பரிச்சயமான கவனிப்பாளர்களை புரிந்து கொள்ள முடிவதில்லை • பிரதிபெயர்களைச் சரியாகப் பயன்படுத்துவ தில்லை • ஆர்வமுள்ள பொருள்கள் மற்றும் நிகழ்வுகள் குறித்து அடிக்கடி கருத்து தெரிவிப்பதில்லை	• 3 வார்த்தை வாக்கியங் களில் பேச முடியவில்லை • தெளிவற்ற பேச்சு • 2-பகுதி வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற முடியவில்லை ("பொம்மையை எடுத்து எனனிடம் கொடு")	• 4-5 வார்த்தை வாக்கியங் களில் பேச முடிய வில்லை • பிடித்த கதையை மீண்டும் சொல்ல முடிய வில்லை • 3-பகுதி வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற முடிய வில்லை
	எந்த வயதிலும் வரையறுக்கப்பட்ட, சீரற்ற அல்லது கண் தொடர்பு இல்லாதது							
சமூக திறன்	• பராமரிப்பாளர்களிடம் பாசம் காட்டுவதில்லை • சிரிக்கவோ, சத்தம் போடவோ இல்லை	• அழைக்கப்படும் போது அவரது பெயருக்கு பதிலளிக்கவில்லை • பழக்கமானவர்களை அடையாளம் காண முடியாது	• சைகைகளைப் பயன்படுத்துவ தில்லை (எகா. கை அசைத்தல்) • முழு பொம்மைக்குப் பதிலாக பொம்மையின் பாகங்களுடன் விளையாடுகிறது (எகா. காரின் சக்கரங்கள் மட்டும்)	• மற்றவர்களுக்கு விஷயங்களைக் காட்டச் சுட்டிக்காட்டு வதில்லை • மற்றவர்களைப் பின்பற்று வதில்லை • பராமரிப்பாளர் வெளியேறும்போது அல்லது திரும்பும்போது கவனிக்க வில்லை அல்லது பொ ருட்படுத்துவதில்லை	• செயல்கள் அல்லது வார்த்தைகளை நகல் படுத்துவ தில்லை • பராமரிப்பாளரிடம் காட்ட தனிப்பட்ட ஆர்வமுள்ள பொருட்களைக் கொண்டு வரவில்லை	• பாசாங்கு நாடகம் இல்லை • மோசமான கண் தொடர்பு உள்ளது	• மற்ற குழந்தை களுடன் அல்லது பொம்மை களுடன் விளையாடு வதில்லை • அவர்களின் முகபாவனை களைப் பார்த்து மற்றவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள், என்ன யோசிக்கிறார்கள் என்று தெரியவில்லை	• மற்ற குழந்தைகளை புறக்கணிக் கிறது அல்லது குடும்பத்திற்கு வெளியே உள்ளவர் களுக்கு பதிலளிக்காது • கழிப்பறை, உண்ணுதல் அல்லது அடிப்படை ஆடைகள் உடுத்துதல் ஆகியவற்றில் சுயாதீன மாக இல்லை

ஆதாரம்: குழந்தைகள் வளர்ச்சி மேம்பாட்டுத் பிரிவு, கூ டெக் புவாட் - தேசிய பல்கலைக்கழக குழந்தைகள் மருத்துவ நிலையம், தேசியப் பல்கலைக்கழக மருத்துவமனை

உள்ளடக்க அட்டவணை

2 மருத்துவ வல்லுநர்கள்: உங்கள் குழந்தையின் மருத்துவருடன் சிடிஎஸ் (CDS) சந்திப்பில் என்ன எதிர்பார்க்கலாம்

பிறப்பு முதல் ஆறு வயது வரை, பலதுறை மருந்தகங்கள், பொது பருந்தகங்கள் அல்லது குழந்தை மருத்துவர்களாலும் தடுப்பூசிகள் மற்றும் சிடிஎஸ் (CDS) சந்திப்புகளுக்காக குழந்தைகள் தவறாமல் பார்க்கப்படுகிறார்கள். இந்த வருகைகளில் உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி குறித்து மருத்துவர் கவலைகளை எழுப்பலாம்.

சிடிஎஸ் (CDS) பரிந்துரைக்கப்பட்ட தொடு புள்ளிகளில் பெரும்பாலானவை குழந்தை பருவ தடுப்பூசி அட்டவணைகளுடன் ஒத்துப்போகின்றன, இதனால் சிடிஎஸ் (CDS) மற்றும் தடுப்பூசிகளுக்கு ஒருங்கிணைந்த சந்திப்பைச் செய்வது உங்களுக்கு மிகவும் வசதியாக இருக்கும். தடுப்பூசிகள் திட்டமிடப்படாவிட்டாலும், பரிந்துரைக்கப்பட்ட 30-மாதம் மற்றும் 48-மாத தொடு புள்ளிகளில் தங்கள் குழந்தையைப் பரிசோதனைக்கு அழைத்துச் செல்ல பெற்றோர்கள் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

சிடிஎஸ் (CDS) மற்றும் தடுப்பூசிகளுக்கான பரிந்துரைக்கப்பட்ட தொடு புள்ளிகள்

பரிந்துரைக்கப்பட்ட காலங்களில் உங்கள் பொது மருந்தகம் அல்லது பல துறை மருந்தகத்திற்கு வருகை தரவும்

வயது	NCIS தடுப்பூசி	பரிந்துரைக்கப்பட்ட CDS டச் பாயிண்ட்ஸ்	CDS தொடு புள்ளிக்கான வயது வரம்பு
பிறப்பில் [2]	BCG (D1) ஹெப் பி (D1)	-	-
4 வாரங்கள்	-	4 வாரங்கள்	[1] 4 - 8 வாரங்கள்
2 வாரங்கள்	6-ல்-1 (D1)[3]	-	
3 வாரங்கள்	-	3 மாதங்கள் அல்லது 4 மாதங்கள் [4]	[2] 3 - 5 மாதங்கள்
4 மாதங்கள்	5-ல்-1 (D2) PCV (D1)		
5 மாதங்கள்	-	-	
6 மாதங்கள்	6-ல்-1 (D3) PCV (D2)	6 மாதங்கள்	[3 & 4] 6 - 12 மாதங்கள்
12 மாதங்கள்	MMR (D1) Varicella (D1) PCV (B1)	12 மாதங்கள்	
15 மாதங்கள்	MMRV (D2)	-	[5] 15 - 22 months
18 மாதங்கள்	5-in-1 (B1)	18 மாதங்கள்	
30 மாதங்கள்	-	30 மாதங்கள்	[6] 24 - 36 மாதங்கள்
48 மாதங்கள்	-	48 மாதங்கள்	[7] 48 - 60 மாதங்கள்

ஆதாரம்: சுகாதார அமைச்சகம் – குழந்தை பருவ மேம்பாட்டுத் திரையிடல்

D1, D2, D3: டோஸ் 1, டோஸ் 2, டோஸ் 3
B1, B2: பூஸ்டர் 1, பூஸ்டர் 2

[2] *தடுப்பூசிகள் பொதுவாக மருத்துவமனைகளில் வழங்கப்படுகின்றன*

[3] ***HBsAg பாசிட்டிவ்*** *தாய்மார்களுக்குப் பிறந்த குழந்தைகளுக்கு, அவர்கள் 1 மாதத்தில் மோனோவலன்ட் ஹெப் பி தடுப்பூசியின் இரண்டாவது டோஸைப் பெறுவார்கள், அதைத் தொடர்ந்து 3 மாத வயதில் 5-இன்-1 தடுப்பூசியைப் பெறுவார்கள்.*

[4] *5-in-1 (DTaP/IPV/Hib) அட்டவணையில் தொடங்கும் குழந்தைகளுக்கு மூன்று மாத வயதில் தடுப்பூசிகளுடன் CDSஐயும், 6-இன்-1 அட்டவணையில் தொடங்கும் குழந்தைகளுக்கு 4 மாதங்களில் CDSஐயும் தடுப்பூசிகளுடன் மருத்துவர்கள் நடத்த விரும்பலாம். 5-இன்-1 தடுப்பூசியில் DTaP/IPV/Hib அடங்கும். 6-இன்-1 தடுப்பூசியில் DTaP/IPV/Hib மற்றும் Hep B ஆகியவை அடங்கும்.*

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் பற்றி நீங்கள் அக்கறை கொண்டிருந்தால் அல்லது CDS தொடுப்புள்ளிகளுக்கு இடையில் ஏதேனும் கேள்விகள் இருந்தால், நீங்கள்:

- உங்கள் குழந்தையின் உடல்நலக் கையேட்டில் மற்றும்/அல்லது HealthHub பயன்பாட்டில் உள்ள வளர்ச்சிக்கான சரிபார்ப்புப் பட்டியலைப் பயன்படுத்தவும் மற்றும் DN இன் அறிகுறிகள் ஏதேனும் உள்ளதா என்பதைக் கவனிக்கவும்.

- உங்கள் பிள்ளையின் கல்வியாளரிடம் பேசுங்கள் மற்றும்/அல்லது பல்துறை மருந்தகம் அல்லது பொது மருந்தகம் மருத்துவ ஆலோசனையைப் பெறவும். ஒரு வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகள் எந்த நேரத்திலும் அவர்களின் வளர்ச்சியைப் பற்றி நீங்கள் கவலைப்பட்டால் மருத்துவ கவனிப்பைப் பெற வேண்டும். உங்கள் பிள்ளையின் கல்வியாளர் அல்லது மருத்துவ நிபுணரால் ஒரு குழந்தை மருத்துவரிடம் பரிந்துரை தேவைப்பட்டால் ஆலோசனை வழங்க முடியும்.

- தேசிய பல்கலைக்கழக மருத்துவமனை (NUH) குழந்தைகள் மேம்பாட்டுத் பிரிவு (CDU) அல்லது KK பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் மருத்துவமனை (KKH) குழந்தைகள் வளர்ச்சி மேம்பாட்டுத் துறை (DCD)ஐ நேரடியாக ஒரு சந்திப்பிற்கு தொடர்பு கொள்ளவும். இந்த கிளினிக்குகள் சுகாதார அமைச்சகத்தால் (Ministry Of Health) நிதியளிக்கப்படும் தேசிய குழந்தைகள் வளர்ச்சி திட்டம் (Child Development Programme) கீழ் உள்ளன. பலதுறை மருந்தக பரிந்துரை இல்லாமல் நீங்கள் மானிய சேவைகளைப் பெற மாட்டீர்கள் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும்.

NUH/KKH மருந்தகத்தில் அல்லது ஒரு தனியார் குழந்தை மருத்துவர் மருந்தகத்தில் சந்திப்பின் போது என்ன நடக்கும்?

படி 1

குழந்தை மருத்துவர் முதலில் உங்கள் குழந்தை மற்றும் உங்கள் குடும்பத்தைப் பற்றி சில கேள்விகளைக் கேட்பார். இதில் உங்கள் பிள்ளையின் தற்போதைய வளர்ச்சித் திறன் மற்றும் எப்பொழுது அவர்/அவள் இந்த வளர்ச்சி மைல்கற்களை அடைந்தார் என்பதும் அடங்கும். குழந்தை மருத்துவர் உங்கள் குடும்பத்தின் மருத்துவ வரலாறு மற்றும் உங்கள் குழந்தை வளர்ந்து வரும் சமூகச் சூழல் குறித்தும் கேட்பார். சில கேள்விகளில் உங்கள் குழந்தை பள்ளிக்கு செல்கிறதா /குழந்தைப் பராமரிப்புக்கு செல்கிறதா அல்லது வீட்டில் கவனித்துக் கொள்ளப்படுகிறதா, உங்கள் பிள்ளைக்கு நன்கு தெரிந்த மொழிகள் ஆகியவை என்பதும் அடங்கும். உங்கள் குழந்தையின் ஆரோக்கியத்தைப் பாதிக்கும் காரணிகளைப் பற்றியும் குழந்தை மருத்துவர் உங்களிடம் கேட்பார் எ.கா. அவன்/அவள் உறங்கும் முறை, திரை பார்க்கும் நேரம் மற்றும் உணவுப் பழக்கம். ஆகியவை.

படி 2

அடுத்து, குழந்தை நல மருத்துவர் உங்கள் பிள்ளையை அவர் உடல்ரீதியாக நன்றாக இருக்கிறாரா என்று பரிசோதிப்பார். குழந்தையின் வளர்ச்சி திறன்கள் மற்றும் உங்கள் குழந்தை மற்றவர்களுடன் எவ்வாறு தொடர்பு கொள்கிறதா மற்றும் அறிவுறுத்தல்களுக்கு பதிலளிக்கிறதா என்று அறிந்து கொள்ள குழந்தை மருத்துவர் அல்லது செவிலியர் உங்கள் குழந்தையுடன் தொடர்பு கொள்வார்கள்

படி 3

தேவைப்பட்டால், குழந்தை நல மருத்துவர்கள், கேட்கும்/பார்வைத் திரையிடல்கள், உளவியல்/வளர்ச்சி மதிப்பீடுகள் மற்றும் கேள்வித்தாள்கள் போன்ற கூடுதல் மதிப்பீடுகளைக் கேட்பார்கள், அவை உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி விவரங்களை முழுமையாகப் புரிந்துகொள்வதற்கு நீங்களும் உங்கள் பிள்ளையின் கல்வியாளரும் நிறைவு செய்ய வேண்டும்.

படி 4

கடைசியாக, குழந்தை மருத்துவர் உங்கள் குழந்தைக்கு உதவக்கூடிய தலையீட்டுச் சேவைகள் குறித்து உங்களுக்கு ஆலோசனை வழங்குவார், மேலும் உங்கள் குழந்தை எவ்வாறு முன்னேறுகிறது என்பதை மதிப்பாய்வு செய்ய மேலும் தலையீட்டிற்குப் பிறகு உங்கள் குழந்தையை மீண்டும் பார்க்க முன்வருவார்.

மருந்தகத்திற்கு கொண்டு வர வேண்டிய ஆவணங்கள் (எ.கா. பிறப்புச் சான்றிதழ் மற்றும் சுகாதாரப் புத்தகம்) தவிர, உங்கள் குழந்தையை மருத்துவரின் வருகைக்கு தயார்படுத்த வேண்டிய அவசியமில்லை. குழந்தை மருத்துவர் உங்கள் குழந்தைக்கு சுலபமாக இருக்கவும், அவருக்கு/அவளுக்கு அவர்களின் SA-வருகையை மகிழ்ச்சிகரமாக மாற்றவும் தங்களால் முடிந்த அனைத்தையும் செய்வார். உங்கள் குழந்தையுடன் எந்த தொடர்பும் நட்பு விளையாட்டு சூழலில் நடத்தப்படும். பெரும்பாலான குழந்தைகள் பொம்மைகளுடன் விளையாடுவதால் மருத்துவரின் வருகையை மகிழ்ச்சியாக அனுபவிக்கிறார்கள்பாலர்

உள்ளடக்க அட்டவணை

3 குழந்தையின் பாலர் பள்ளி ஆசிரியர்கள்: ஒரு பாலர் பள்ளி கல்வியாளர் குழந்தையின் தேவைகளை எவ்வாறு அடையாளம் காண்கிறார்

சில நேரங்களில் ஒரு குழந்தையின் பாலர் கல்வியாளர்களால் கவனிக்கப்பட்ட கவலைகளை பெற்றோருடன் அவர்கள் பகிர்ந்து கொள்ளலாம். உங்கள் பிள்ளையின் கல்வியாளர்களுக்கு குழந்தைகளுடன் பழகிய அனுபவம் இருப்பதால், அவர்களின் அவதானிப்புகளும் கருத்துகளும் முக்கியமானவை. உங்கள் பிள்ளைக்கு சில வளர்ச்சித் தேவைகள் (DN) இருப்பதாகக் காணப்பட்டால், உங்கள் குழந்தையின் பாலர் பள்ளி அவரை ஒரு மதிப்பீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்லும்படி பரிந்துரைக்கலாம்.

- குறைந்த அளவிலான ஆரம்பத் தலையீடு (Early Intervention (EI)) ஆதரவு தேவைப்படும் ஐந்து முதல் ஆறு வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்கு, உங்கள் பிள்ளையின் கல்வியாளர் மேம்பாட்டு ஆதரவு மற்றும் கற்றலைப் பரிந்துரைக்கலாம் ஆதரவு (Development Support - Learning Support (DS-LS)) திட்டம், இது பாலர் பள்ளிகளில் கிடைக்கும் EI திட்டமாகும்
- உங்கள் பிள்ளைக்கு அதிக ஆதரவு தேவைப்பட்டால் (எ.கா. மொழி மற்றும் தகவல்தொடர்புகளில் குறிப்பிடத்தக்க தாமதங்கள், சீர்குலைக்கும் நடத்தை, அல்லது தனக்குமற்றும்/அல்லது பிறருக்குத் தீங்கு விளைவித்தல்), குழந்தை மேம்பாட்டுத் திட்டத்தில் (CDP) சந்திப்பை மேற்கொள்ளுமாறு பாலர் பள்ளி பரிந்துரைக்கலாம். கைக்குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டம் (Early Intervention Programme for Infants and Children (EIPIC)) உங்கள் குழந்தைக்கு உதவியாக இருக்குமா என்பதைப் பார்க்க மருத்துவமனை (அதாவது NUH CDU அல்லது KKH DCD). EI மையங்களில் EI கல்வியாளர்கள் மற்றும் கூட்டு சுகாதார வல்லுநர்கள் (Allied Health Professionals (AHPs)) உள்ளனர், மேலும் தேவைகளை சிறப்பாக பூர்த்தி செய்ய சிறிய வகுப்பு அளவுகளில் குழந்தைகளுக்கு அமர்வுகள் நடத்தப்படுகின்றன.

பொதுவான தவறான கருத்து

என் குழந்தை ஒருவேளை தனது/ வளர்ச்சி நிலை அல்லது நடத்தைப் பிரச்சினையிலிருந்து வெளிவந்து விடக் கூடும். பரிந்துரைக்கப்பட்ட மதிப்பீட்டை அல்லது தலையீட்டை ஏற்க வேண்டுமா என்பதை நான் முடிவு செய்வதற்கு முன் அவர் எப்படி முன்னேறுகிறார் என்பதைப் பார்க்க காத்திருக்கிறேன்.

லேசான வளர்ச்சிக் கவலைகள் உள்ள சில குழந்தைகள் குறிப்பிட்ட இலக்கு தலையீடு இல்லாமல் இறுதியில் தங்கள் வளர்ச்சி மைல்கற்களை அடையலாம், பெரும்பாலானவர்களுக்கு உதவி தேவை. பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில், EI உதவும். உங்கள் பிள்ளையின் DN-ஐ முன்கூட்டியே கண்டறிவதன் மூலம், கூடிய விரைவில் அவர்களுக்கு தகுந்த ஆதரவை வழங்க முடியும். முன்கூட்டியே தலையீட்டைத் தொடங்குவது உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சிப் பாதையை மேம்படுத்தும். முன்னதாகவே தொடங்கி உங்கள் பிள்ளையை சிறப்பாக வளர உதவுங்கள்!

மன நல விசாரிப்பு

உங்கள் பிள்ளைக்கு வளர்ச்சிக் கவலைகள் இருக்கலாம் என கூறப்படும்போது நீங்கள் வெவ்வேறு எதிர்வினைகளை உணர்வீர்கள். உங்கள் பிள்ளையின் எதிர்காலம் குறித்து நீங்கள் **பரபரப்பையும், கவலையையும்** அல்லது **இழப்பை** கூட உணரலாம். மருத்துவ அல்லது குழந்தைப் பருவத் தொழில் நிபுணரால் கொடுக்கப்பட்ட தகவல்களால் நீங்கள் **குழப்பமாகவோ** அல்லது **சமாளிக்கமுடியாமலோ** உணரலாம். மாற்றாக, யாரோ ஒருவர் உங்கள் கவலைகளை தீவிரமாக எடுத்துக் கொண்டதால் நீங்கள் **நிம்மதியாக** உணரலாம். **உங்கள் அன்புக்குரியவர்களும் இந்த செய்திக்கு வெவ்வேறு எதிர்வினைகளைக் கொண்டிருக்கலாம்.**

இந்த உணர்வுகள் சிறிது நேரம் நீடிக்கும் மற்றும் வெவ்வேறு நேரங்களில் வெவ்வேறு உணர்வுகளின் கலவையாக இருக்கலாம். **உங்களுக்கும் உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுக்கும் இந்த உணர்வுகள் இருப்பது இயற்கையானது மற்றும் பல பெற்றோருக்கு உங்களைப் போன்ற அதே எதிர்வினைகள் இருக்கும்.** உங்கள் குழந்தையைப் பற்றி நீங்கள் பெற்ற புதிய தகவலைப் புரிந்துகொள்ள உங்களுக்கும் உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுக்கும் சிறிது நேரம் கொடுங்கள். விவாதியுங்கள், அவர்களுடைய பார்வைகளை புரிந்து கொள்ள முயற்சி செய்யுங்கள் உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சிக் கவலைகளை ஏற்றுக்கொள்வதில் ஒருவருக்கொருவர் ஆதரவளியுங்கள். இதே செயல்முறையை அனுபவித்த பிற பெற்றோரிடம் அல்லது அவர்கள் என்ன செய்கிறார்கள் என்பதைப் புரிந்துகொள்ளக்கூடிய நிபுணர்களிடம் பேசுவது உங்களுக்கு ஆறுதலளிப்பதாக நீங்கள் காணலாம். நீங்கள் பேசக்கூடிய மற்றவர்களைக் கண்டறிய நீங்கள் ஆதரவு குழுக்களில் சேரலாம்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

ஒரு பெற்றோரின் பயணம்

டாமின் பெற்றோரின் கதை மற்றும் டாமின் வளர்ச்சி குறித்த அவரது அச்சத்தை அவர்கள் எவ்வாறு சமாளித்தார்கள்

ஆட்டிசம் இருக்கும் எங்கள் 15 வயது குழந்தை டாம் குறித்து நாங்கள் பெருமைப்படுகிறோம். எப்போதும் இப்படி இருக்கவில்லை. டாம் முதன்முதலில் கண்டறியப்பட்டபோது நாங்கள் இருண்ட எண்ணங்கள் மற்றும் மனச்சோர்வின் காலகட்டத்தை கடந்து சென்றோம். அவர் எங்கள் முதல் குழந்தை மற்றும் எங்கள் நம்பிக்கைகள் மற்றும் கனவுகள் அனைத்தையும் அடையாளப்படுத்தினார். KKH இல் உள்ள தொழில் வல்லுநர்கள் டாம் மற்றவர்களைப்போல இயல்பாக வளர்ச்சியடைய மாட்டார் என்று எங்களிடம் கூறியதை நான் இன்னும் நினைவுகூர்கிறேன்; சாதாரண குழந்தையை வளர்க்கும் எங்கள் நம்பிக்கை பொய்த்துப் போன நாள் அது.

இந்த கண்டுபிடிப்பை ஏற்றுக்கொள்ள எங்களுக்கு நீண்ட நேரம் பிடித்தது. நாங்கள் அதிர்ச்சியடைந்து மிகவும் வருத்தப்பட்டோம். என் குழந்தையின் எதிர்காலம் குறித்து நான் மிகவும் கவலைப்பட்டேன். அவருக்கு வேலை கிடைக்குமா? அவர் திருமணம் செய்து கொள்வாரா? அவர் நம் சமூகத்தில் வாழ முடியுமா? நான் இன்னும் அதிகமாக சேமிக்க ஆரம்பித்தேன். என் மனைவி பலமுறை அழுதாள். என் மனைவி கருவுற்றிருக்கும் போது வயிற்றிலிருந்த குழந்தையை நாங்கள் சரியாக கவனித்துக் கொள்ளாததுதான் இதற்குக் காரணமா என்று கூட எங்கள் பெற்றோர் யோசித்தார்கள். தர்க்கரீதியாக, என் மனைவி இதைத் தடுத்திருக்க முடியாது என்று எங்களுக்குத் தெரியும்.

நோயறிதலுக்குப் பிறகு, டாம் EIPIC இல் கலந்து கொண்டார். அவர் தலையீட்டைப் பெற்றார், அது அவருக்குத் தொடர்புகொள்வதற்கு பல்வேறு கருவிகளைப் பயன்படுத்த உதவியது மற்றும் EI மையம் டாமின் நடத்தை சிக்கல்களைச் சமாளிப்பதற்கான உத்திகளை எங்களுக்குக் கற்றுக் கொடுத்தது. அவர் தனது மோட்டார் திறன்களுக்காக சில உதவிகளையும் பெற்றார். நாங்கள் கல்வியாளர்கள் மற்றும் சிகிச்சையாளர்களுடனான அனைத்து சந்திப்புகளையும் தீவிரமாக எடுத்துக் கொண்டோம் மற்றும் ஆலோசனையின்படி உத்திகளை மேற்கொண்டோம். நம் குழந்தையின் இயலாமையை முழுமையாக ஏற்றுக்கொள்ள நமது மனநிலையில் பெரிய மாற்றம் தேவைப்பட்டது.

ஊனமாக இருந்தாலும், அளவிட முடியாத மதிப்புள்ள அற்புதமான மனிதனாக நம் குழந்தையைப் பார்க்கிறோம். எத்தனை சான்றிதழ்கள் உள்ளன என்பதற்கு மதிப்புக் கூறுவதற்குப் பதிலாக, நாம் அவரை ஒரு மதிப்புமிக்க நபராகப் பார்க்கிறோம்.

அவரது ஆளுமையின் அழகான மற்றும் அவ்வளவு அழகில்லாத அம்சங்களை நாங்கள் தினமும் பாராட்டுகிறோம். அவருடைய இயலாமையைப் பற்றி அறிந்து கொள்வதில், மேலும் ஒவ்வொரு சிறிய வளர்ச்சி மைல்கல்லையும் அவர் கடக்கிறார், அவர் முன்னேற்றம் அடைகிறார் என்பதை அறிந்து கொள்வதில் நம்பிக்கையையும் மகிழ்ச்சியையும் அடைகிறோம். அவர் தொடர்ந்து பேசாமல் இருந்தாலும், நாங்கள் இதை ஏற்றுக்கொண்டோம். எங்கள் சிறிய பையன் பல ஆண்டுகளாக இளம் இளைஞனாக மாறுவதை நாங்கள் கண்டோம், மேலும் அவர் தொடர்ந்து வளர்ந்து வருகிறார்.

டாமை வளர்ப்பதினால் அது எங்களை அவருடைய வளர்ச்சியைப் பாராட்ட வைத்திருக்கிறது. டாம் அலறும் போதும், கத்தும்போதும், அவர் உணர்ச்சி மண்டலத்தில் சில அசௌகரியங்களை அனுபவிப்பதை நாம் அறிவோம். அவருடைய எல்லா பிரச்சனைகளையும் தீர்க்க முடியாது என்பது எங்களுக்குத் தெரியும். ஆனால் அவரை ஒழுங்குபடுத்த உதவுவது போன்ற எங்களால் முடிந்ததைச் செய்கிறோம். வாழ்க்கையில் சிறிய விஷயங்களுக்கு நன்றி செலுத்தும் மனப்பான்மையை வளர்த்துக் கொண்டோம். ஆரம்பத்தில், நாங்கள் விரக்தியாகவும் எப்போதாவது கசப்பாகவும் உணர்ந்தோம். இப்போது, நாங்கள் மிகவும் சகிப்புத்தன்மை, பச்சாதாபம் மற்றும் அன்பானவர்களாக மாறிவிட்டோம். இது ஒவ்வொரு பெற்றோரின் பதில் அல்ல என்பதை நாங்கள் அறிவோம். இது எங்களுடைய இயற்கையான பதில் அல்ல, மாறாக நாம் தீவிரமாக வளர்த்த ஒரு பதில்.

பெற்றோராக நமது பங்கு எளிதானது அல்ல. டாம் வளர்ந்து முதிர்ச்சியடையும் போது நாம் இன்னும் அதிகமான சவால்களை எதிர்கொள்ள நேரிடும் என்பது எங்களுக்குத் தெரியும். அவரது சுதந்திரம் மற்றும் சாதனைகள் பற்றிய எங்கள் எதிர்பார்ப்புகளை நாங்கள் சரிசெய்துள்ளோம். நானும் என் மனைவியும் எங்கள் அணுகுமுறையில் நம்பிக்கையுடன் இருக்கிறோம், டாம் கவனித்துக் கொள்ளப்படுவார் என்று நம்புகிறேன். நாங்கள் டாமுக்காக ஒரு சிறிய தொகையை ஒதுக்கியுள்ளோம், ஒருவேளை அவரது உடன்பிறந்தவர் கூட அவருக்கு இருப்பார். எப்போதாவது தேவைப்படும் பட்சத்தில் சில நிதியுதவி மற்றும் வீட்டு வசதிகளை வழங்க அரசாங்கம் இங்கு உள்ளது என்பதை நாங்கள் அறிவோம். டாம் ஒரு மதிப்புமிக்க மனிதனாக, வெவ்வேறு தேவைகளுடன் வாழ்க்கையைத் தொடர்ந்து நடத்துவார் என்று எங்களுக்குத்தெரியும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

02

ஆரம்பகால தலையீட்டு சேவைகளை அணுகுதல்



முதல் அத்தியாயம் ஒரு குழந்தையின் வழக்கமான வளர்ச்சி சுழற்சி, கவனிக்க வேண்டிய வளர்ச்சி தாமதங்கள் மற்றும் வளர்ச்சித் தேவைகள் (Developmental Needs (DN)) கொண்ட குழந்தை அடையாளம் காணக்கூடிய பல்வேறு சேனல்கள் ஆகியவற்றை மையமாகக் கொண்டது.

மருத்துவ அல்லது EI நிபுணருடன் கலந்துரையாடிய பிறகு, அடுத்து என்ன செய்வது என்று நீங்கள் யோசித்துக்கொண்டிருக்கலாம். **இந்த அத்தியாயம், உங்கள் பயணத்தின் அடுத்த கட்டத்திற்குச் செல்ல உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் உதவுவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது - பின்வருவனவற்றைக் குறிப்பிடுவதன் மூலம் பொருத்தமான ஆரம்ப தலையீடு (Early Intervention (EI)) சேவையைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்:**

- *EI என்றால் என்ன, அது உங்கள் பிள்ளைக்கு எவ்வாறு பயனளிக்கிறது;*
- *EI சேவை, மையம் அல்லது திட்டத்தை தேர்ந்தெடுக்கும் போது பரிந்துரைகள்;*
- *கிடைக்கும் அரசாங்க நிதியுதவி EI திட்டங்கள்; மற்றும்*
- *வீட்டில் உங்கள் குழந்தையை ஆதரிக்க நீங்கள் என்ன செய்யலாம்.*

உங்கள் குழந்தைக்கு எது சிறந்தது என்பதை நீங்கள் தீர்மானிக்க முற்படுகையில், நிபுணர்களிடம் பேசுவது முக்கியம், அதனால் அவர்கள் உங்கள் முடிவெடுப்பதை ஆதரிக்கும் தகவலை உங்களுக்கு வழங்க முடியும். நீங்கள் விரும்பும் வழியில் விஷயங்கள் செயல்படவில்லை என்றால், போக்கை மாற்றுவது அல்லது புதிய விருப்பங்களை எடுப்பது சரியே. உங்கள் பிள்ளையை சிறப்பாக ஆதரிப்பதற்கும் புதிய முடிவுகளை எடுப்பதற்கும் மேலதிக ஆலோசனைகளைப் பெறவும். **உங்கள் குழந்தை மற்றும் குடும்பத்திற்கு எது சிறப்பாகச் செயல்படும் என்பதைப் பற்றி மேலும் அறிந்துகொள்வது ஒரு தொடர்ச்சியான கண்டுபிடிப்பு செயல்முறையாகும்.**

உள்ளடக்க அட்டவணை

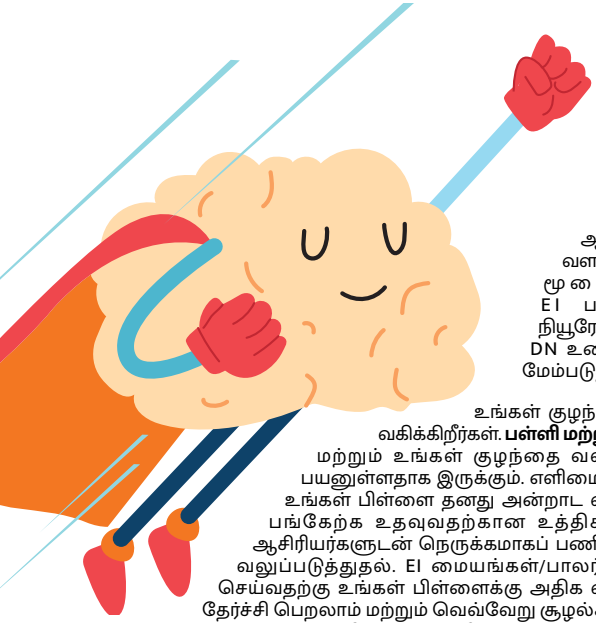
ஆரம்பகால தலையீடு (EI) என்றால் என்ன

ஆரம்பகால தலையீடு (Early Intervention (EI)) என்பது குழந்தையின் வளர்ச்சியை மேம்படுத்துவதற்காக, வளர்ச்சித் தேவைகள் (Developmental Needs (DN)) மற்றும் அவர்களின் குடும்பங்களுக்கு சிறப்பு ஆதரவு மற்றும் சேவைகளை வழங்கும் செயல்முறையாகும். **மருத்துவ அல்லது EI நிபுணர்களால் குழந்தையின் தேவைகள் கண்டறியப்பட்டு மதிப்பிடப்பட்ட பிறகு இது கூடிய விரைவில் நிகழ வேண்டும்[5].**

EI ஆதரவு என்பது பலதரப்பட்ட அணுகுமுறையின் மூலம் குழந்தையின் தேவைகளின் அளவை அடிப்படையாகக் கொண்டு வழங்கப்படுகிறது மற்றும் குழந்தையின் அன்றாட நடவடிக்கைகளுக்குத் தேவையான அறிவு மற்றும் திறன்களை வளர்ப்பதில் குழந்தைக்கு உதவுவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது.

உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளின் முழுமையான மதிப்பீட்டின் அடிப்படையில், EI குழு உங்கள் குழந்தைக்கான தனிப்பட்ட கல்வித் திட்டத்தை (Individualised Educational Programme) வடிவமைக்கும். இந்த IEP ஆனது ஒரு சிறப்பு மையத்தில் அல்லது உங்கள் குழந்தையின் பாலர் பள்ளியில் EI குழுவின் ஆதரவை உள்ளடக்கியிருக்கலாம். பேச்சு மற்றும் மொழி சிகிச்சையாளர்கள், தொழில்சார் சிகிச்சையாளர்கள், பிசியோதெரபிஸ்ட்கள் மற்றும்/அல்லது உளவியலாளர்கள் உள்ளிட்ட பல்வேறு வல்லுநர்கள் உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியில் ஈடுபடலாம்.

ஒரு குழந்தையின் வளர்ச்சி யின் ஐந்து முக்கிய களங்கள் சமூக மற்றும் உணர்ச்சி, உடல் மற்றும் மோட்டார், மொழி மற்றும் தொடர்பு, பார்வை மற்றும் கேட்டல், மற்றும் அறிவாற்றல்.



EI-இன் நன்மைகள்

குழந்தையின் வளர்ச்சியின் ஆரம்ப ஆண்டுகள் மிகவும் முக்கியமான ஆண்டுகள். ஆரம்ப ஆண்டுகளில் மூளை வளர்ச்சி மிக உயர்ந்த விகிதத்தில் இருப்பதாக ஆய்வுகள் காட்டுகின்றன. உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு உதவும் இந்த முக்கியமான ஆண்டுகளில் மூளை வளர்ச்சியின் உயர் வேகத்தை EI பயன்படுத்துகிறது. எடுத்துக்காட்டாக, நியூரோபிளாஸ்டிசிட்டி இந்த வளர்ச்சித் திறனைத் தட்டி, DN உடைய குழந்தை தனது வளர்ச்சிப் பாதையை மேம்படுத்த விரைவாக முன்னேற உதவுகிறது.

உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியில் நீங்கள் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறீர்கள். **பள்ளி மற்றும் வீட்டு ஆதரவின் கலவையானது சிறந்தது** மற்றும் உங்கள் குழந்தை வளரவும் மேம்படுத்தவும் உதவுவதில் மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும். எளிமையான உத்திகளைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் உங்கள் பிள்ளை தனது அன்றாட வாழ்க்கை நடைமுறைகளில் மிகவும் திறம்பட பங்கேற்க உதவுவதற்கான உத்திகள் அல்லது உங்கள் பிள்ளையின் பள்ளி ஆசிரியர்களுடன் நெருக்கமாகப் பணிபுரிந்து அவர் பள்ளியில் கற்றுக்கொண்டதை வலுப்படுத்துதல். EI மையங்கள்/பாலர் பள்ளிகளில் கற்பிக்கப்படுவதைப் பயிற்சி செய்வதற்கு உங்கள் பிள்ளைக்கு அதிக வாய்ப்புகள் இருப்பதால், அவர் திறமைகளில் தேர்ச்சி பெறலாம் மற்றும் வெவ்வேறு சூழல்களில் தனது கற்றலைப் பயன்படுத்தலாம். இது உங்கள் குழந்தையின் தன்னம்பிக்கையையும் சுயமரியாதையையும் வளர்க்கிறது.

[5] EI வல்லுநர்கள் என்பது கற்றல் ஆதரவு கல்வியாளர்கள் மற்றும் EI ஆசிரியர்களைக் குறிப்பிடுகின்றது.

உள்ளடக்க அட்டவணை

EI சேவைகள் மற்றும் சேவை வழங்குநர்களின் வகைகளை மதிப்பிடும்போது கருத்தில் கொள்ள வேண்டியவை

முக்கிய கருத்தாய்வுகள்

ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் அவரவர் தனிப்பட்ட பலம் மற்றும் முன்னேற வேண்டிய பகுதிகள் உள்ளன. சிறந்த EI சேவையானது உங்கள் **குழந்தையின் குறிப்பிட்ட தேவைகளை** நிவர்த்தி செய்யும் ஒன்றாகும், மேலும் உங்கள் குழந்தை தேவைப்படுகிற ஆதரவின் வகை மற்றும் தீவிரத்தின் அடிப்படையில் மாறுபடலாம்.

பொருத்தமான EI சேவையைத்[6] தேர்ந்தெடுப்பதும் குடும்பத்தின் முடிவாகும். நீங்களும் உங்கள் குடும்பத்தினரும் உங்கள் குடும்பத்தின் தேவைகள் மற்றும் சூழ்நிலைகள் போன்ற பிற காரணிகளை கருத்தில் கொள்ள விரும்பலாம்

அதாவது (குழந்தை பராமரிப்பு சேவைக்கான தேவைகள், உங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களின் கால அட்டவணைகள்), மையத்திற்கு உங்கள் வீட்டின் அருகாமை மற்றும் அதற்கான செலவுகள் போன்ற பிற காரணங்களை நீங்களும் உங்கள் குடும்பத்தினரும் கருத்தில் கொள்ள விரும்பலாம். EI சேவையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்போது பின்வரும் பகுதிகளைக் கருத்தில் கொள்வது உதவியாக இருக்கும்:.

EI ஆதரவின் வகை மற்றும் தீவிரம்

உங்கள் பிள்ளை ஒரு மருத்துவர் அல்லது EI நிபுணரைப் பார்த்திருந்தால், அரசாங்கத்தால் நிதியளிக்கப்படும் EI சேவைகளுக்குத் தேவைப்படும் EI ஆதரவின் நிலை குறித்து உங்களுக்கு ஆலோசனை வழங்கப்படும்.

- **குறைந்த அளவிலான EI ஆதரவு** – குறுகிய கால ஆதரவு (எ.கா. ஆறு மாதங்கள் அல்லது அதற்கும் குறைவானது) குறுகிய காலத்திற்கு (எ.கா. ஒரு மணிநேரம்) குறைவாக அடிக்கடி வழங்கப்படும் (எ.கா. வாரத்திற்கு ஒரு முறை). இது உங்கள் குழந்தையின் பாலர் பள்ளியில் வழங்கப்படும் (எ.கா. வளர்ச்சி ஆதரவு – கற்றல் ஆதரவு (Development Support – Learning Support (DS-LS)) திட்டம் மற்றும்/அல்லது குழுவின் வளர்ச்சி ஆதரவு-பிளஸ் (Development Support-Plus (DS-Plus)) திட்டம் EI தொழில் வல்லுநர்கள் தொடர்புடைய சுகாதார வல்லுநர்கள் (Allied Health Professionals (AHPs)).

- **EI ஆதரவின் நடுத்தர நிலைகள்** – நீண்ட கால ஆதரவு (எ.கா. ஒரு வருடம் அல்லது அதற்கு மேல்) EI வல்லுநர்கள் மற்றும் AHP களின் குழுவால் நீண்ட காலத்திற்கு (எ.கா. இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட மணிநேரங்கள்) அடிக்கடி வழங்கப்படும் (எ.கா. வாரத்திற்கு சில முறை). பிரத்யேக EI மையங்களில் அமர்வுகள் நடத்தப்படுகின்றன (எ.கா. ஆரம்பகால தலையீடு குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான திட்டம் (Early Intervention Programme for Infants and Children (EIPIC)).

- **உயர் நிலை EI ஆதரவு** – இந்த விஷயத்தில், குறைந்த/நடுத்தர EI ஆதரவுடன் ஒப்பிடும்போது, நீண்ட காலத்திற்கு ஒருவருக்கு ஒருவர் என்ற அடிப்படையில் ஆதரவு வழங்கப்படுகிறது.

நீங்கள் அவர்களின் சேவைகளைக் கருத்தில் கொள்ள விரும்பினால், தனியார் EI வழங்குநர்களும் உள்ளனர். ஒவ்வொரு வழங்குநருக்கும் ஆதரவு நிலைகளை வகைப்படுத்துவதற்கான சொந்த வழிகள் இருக்கும்.

[6] பெற்றோரின் உள்ளீடுகளையும் உள்ளடக்கிய திரையிடல் / மதிப்பீட்டு செயல்முறையைத் தொடர்ந்து அரசாங்கத்தால் நிதியளிக்கப்படும் EI சேவைகளின் வகை பரிந்துரைக்கப்படுகிறது என்பதை நினைவில் கொள்ளவும்.



உள்ளடக்க அட்டவணை

பொருத்தமான EI வழங்குநரைத் தேர்ந்தெடுப்பது

சாத்தியமான சேவை வழங்குனர்களிடம் நீங்கள் கேட்கக்கூடிய சில கேள்விகள், அவர்களின் பொருத்தம் அல்லது உங்கள் பிள்ளைக்கு பொருத்தமாக இருப்பதை மதிப்பிடுவதற்கு, கீழே பட்டியலிடப்பட்டுள்ளன:

அணியின் தகுதி மற்றும் அனுபவம்

- சிகிச்சையாளர்கள் அல்லைடு ஹெல்த் ப்ரொஃபெஷன்ஸ் கவுன்சில் (Allied Health Professional Council)[7] ன் கீழ் பதிவு செய்யப்பட்டவர்களா?
- உளவியலாளர்கள் சிங்கப்பூர் உளவியல் சங்கத்தின் கீழ் உள்ள சிங்கப்பூர் உளவியலாளர் பதிவேட்டில் பதிவு செய்யப்பட்டுள்ளனரா
- EI கல்வியாளர்களுக்கு பொருத்தமான தகுதிகள் மற்றும் பயிற்சி உள்ளதா?

திட்டத்தின் தரம்

- EIக்கான மையத்தின் அணுகுமுறை ஆதாரம்-அறிவிக்கப்பட்ட நடைமுறைகளின் அடிப்படையில் அங்கீகரிக்கப்பட்டதா?

கண்காணிப்பு அணுகுமுறை

- உங்கள் குழந்தையின் முன்னேற்றத்தை மையம் எவ்வாறு கண்காணிக்கிறது?
- வழங்குநரிடம் உங்கள் குழந்தைக்கான தெளிவான இலக்குகள் உள்ளதா?

குடும்ப ஈடுபாடு

- வழங்குபவர் உங்கள் குழந்தைக்கு ஆதரவளிப்பதில் குடும்பத்தை எவ்வாறு ஈடுபடுத்துகிறார்?
- பராமரிப்பாளர் பயிற்சி அளிக்கப்படுகிறதா?
- ஒவ்வொரு அமர்வுக்கும் நீங்கள் அல்லது ஒரு பராமரிப்பாளர் உங்கள் குழந்தையுடன் செல்ல வேண்டுமா?

குழந்தை பாதுகாப்பு

- குழந்தை-ஆசிரியர் தொடர்புகளை கண்காணித்தல் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் தரநிலைகள் போன்ற குழந்தை-பாதுகாப்பான நடைமுறைகள் உள்ளனவா?

போக்குவரத்து/இடம்

- EI மையம்/பாலர் பள்ளி வசதியான இடத்தில் உள்ளதா?
- நீங்கள் அல்லது உங்கள் குடும்பத்தினர் உங்கள் குழந்தையை EI வழங்குநருக்கு கொண்டு வந்து கூட்டி செல்ல முடியுமா?



அரசாங்கத்தால் நிதியளிக்கப்படும் EI வழங்குநர்கள் மற்றும் திட்டங்களைப் பற்றி அடுத்த பகுதியில் அல்லது செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி இணையதளத்தில் (Enabling Guide) மேலும் அறிக.

[7] *AHPC ஆனது, 2011 ஆம் ஆண்டு இணைந்த சுகாதாரத் தொழில்கள் சட்டம், பதிவு செய்யப்பட்ட AHP களின் தொழில்முறை நடத்தை மற்றும் நெறிமுறைகளை நிர்வகிக்கிறது மற்றும் ஒழுங்குபடுத்துகிறது.*

உள்ளடக்க அட்டவணை

பாலர் அல்லது குழந்தை பராமரிப்பு சேவைகளின் தேவை

உங்கள் பிள்ளை EI மையத்தில் EI ஆதரவைப் பெறுகிறார் என்றால் (எ.கா. EIPIC), உங்கள் பிள்ளையின் பராமரிப்புத் தேவைகளை நிவர்த்தி செய்ய பாலர் பள்ளி சேவைகளையும் நீங்கள் பரிசீலிக்கலாம், அத்துடன் உங்கள் பிள்ளை பாலர் பாடத்திட்டத்திலிருந்து பயனடைவதற்கும் அவரது சகாக்களுடன் தொடர்புகொள்வதற்கும் உதவும் பாதுகாப்பைக் கருத்தில் கொள்ளுங்கள். பாலர் பள்ளி கூடுதல் ஆதரவை வழங்குகிறதா, மற்றும் உங்கள் குழந்தைக்கு பொருத்தமான பாலர் சேவைகளை தீர்மானிக்கும் போது வகுப்பறை மற்றும் விளையாட்டு நடவடிக்கைகளில் அர்த்தமுள்ள வகையில் பங்கேற்க முடிந்தால் உங்கள் குழந்தை இதனால் பயன்பெறுமா என்பது குறித்து ஆலோசனை பெற EI அல்லது மருத்துவ நிபுணர்களை நீங்கள் அணுக வேண்டும்.

பின்வரும் பாலர் பள்ளிகள் வளர்ச்சித் தேவைகளைக் கொண்ட குழந்தைகளுக்கு (Developmental Needs (DN)) சில ஆதரவை வழங்குகின்றன:

- **DS-LS திட்டங்கள் போன்ற குறைந்த அளவிலான EI ஆதரவை வழங்கும் பாலர் பள்ளிகள்:** DS-LS சேவை பதிவு வாய்ப்புகளை ஆராய வழங்குநர்களைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.
- **உள்ளடக்கிய ஆதரவுத் திட்டம் (Inclusive Support Programme (InSP) Pilot) பாலர் பள்ளிகள் (பைலட்):** மேலும் தகவலுக்கு, ஆரம்பக் குழந்தைப் பருவ மேம்பாட்டு முகமை (Early Childhood Development Agency (ECDA)) இணையதளத்தைப் பார்க்கவும்.
- **மற்றவை:** உங்கள் குழந்தைக்கான பிற பாலர் உதவிச் சேவைகள் பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு எஸ்ஜி எனேபல் எனும் இயலாமை உள்ளோருக்கான நல்வாழ்வு நிலையம் (SG Enable) ஐத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

பிற கருத்தாய்வுகள்

பதிவு காத்திருப்பு காலம்

- குறிப்பிட்ட வழங்குநர்கள், இருப்பிடங்கள் மற்றும் அமர்வு நேரம் ஆகியவற்றின் உங்கள் விருப்பம் காத்திருப்பு காலத்தை பாதிக்கும். அரசாங்கத்தால் நிதியளிக்கப்படும் EIPIC கைக்குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டம் – P (Early Intervention Programme for Infants and Children -P (EIPIC-P)) திட்டங்களுக்கு, காத்திருப்புப் பட்டியல்கள் பரிந்துரைக்கப்படும் நேரத்திலிருந்து குறைந்தது ஆறு மாதங்கள் இருக்கலாம். நீங்கள் காத்திருக்கும் காலத்தை அனுபவித்தால், இந்த நேரத்தில் உங்கள் பிள்ளைக்கு நீங்கள் எவ்வாறு ஆதரவளிக்கலாம் என்பதைப் பற்றி மேலும் அறிய விரும்பலாம்.

செலவுகள்

- மாதாந்திர திட்டக் கட்டணம் என்ன?
- உபகரணம் அல்லது பிற துணை தலையீட்டு சேவைகள் போன்ற கூடுதல் செலவுகள் உள்ளதா?
- EI சேவைகள் அல்லது தொடர்புடைய செலவுகளுக்கு (எ.கா. போக்குவரத்து) அரசாங்க மானியங்கள் கிடைக்குமா?
- குழந்தை மேம்பாட்டு இணை சேமிப்புக் கணக்கைத் உபயோகிக்க முடியுமா? இது குழந்தை போனஸ் அங்கீகரிக்கப்பட்ட நிறுவனமா (Baby Bonus Approved Institution) என்பதை EI சேவை வழங்குநர் மூலம் விசாரிக்கவும்.

போக்குவரத்து ஏற்பாடுகள்

- உங்கள் குழந்தை EI மையத்திற்குச் சென்று திரும்புவதற்கு 'பள்ளி' பேருந்து போக்குவரத்து சேவைகள் உள்ளதா? போக்குவரத்து சேவைகளை ஏற்பாடு செய்வது பற்றிய கூடுதல் தகவல்களை இங்கே காணலாம்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

இந்த பயணத்தில் நீங்கள் தனியாக இல்லை என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் முடிவெடுப்பதற்கு உதவ எடுக்கக்கூடிய படிகள் இவை:

- உங்கள் பிள்ளையின் தேவைகளைப் புரிந்துகொள்வதற்கும் உங்கள் பிள்ளையின் **ஆதரவின் நிலை மற்றும் எவ்வளவு அடிக்கடி** தேவைப்படும் என்பவை பற்றி மேலும் அறிய உங்கள் பிள்ளையின் குழந்தை மருத்துவர் அல்லது மருத்துவரை அணுகவும்.

- EI சேவைகள் உங்கள் குழந்தைக்கு கிடைப்பதை எளிதாக்குவதற்கு உங்கள் குடும்பத்தினர் செய்ய வேண்டிய ஏற்பாடுகள் மற்றும் அது உங்கள் குழந்தைப் பராமரிப்பு மற்றும் பராமரிப்பு விருப்பங்களை எவ்வாறு பாதிக்கலாம் என்பதை கவனமாகக் கருத்தில் கொள்ள உங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களுடன் உரையாடவும்.

- கிடைக்கக்கூடிய பல்வேறு விருப்பங்களைப் புரிந்துகொள்ள, பராமரிப்பாளர் ஆதரவுக் குழுவில் சேருங்கள். குறைபாடுகள், மன இறுக்கம் மற்றும் கூடுதல் தேவைகள் உள்ள குழந்தைகளுக்கான முடிவெடுக்கும் வழிகாட்டி போன்ற இணையவழி ஆதாரங்களையும் நீங்கள் பார்க்கலாம்.

- தனிப்பயனாக்கக்கூடிய திட்டங்களைப் பற்றி மேலும் அறிய, எஸ்ஜி எனேபல் எனும் இயலாமை உள்ளோருக்கான நல்வாழ்வு நிலையம் (SG Enable), ஒரு சமூக சேவகர் அல்லது EI சேவை கேஸ் மேலாளரிடம் பேசவும்.
  - உங்கள் பிள்ளைக்கு பொருத்தமான மற்றும் பயனுள்ள திட்டங்கள் மற்றும் சேவைகளுக்கு மேலும் அறிந்து கொள்ளவும்.
  - உங்கள் பிள்ளையின் EI வழங்குநரிடம் அல்லது மருத்துவமனைக்குச் சென்று உங்கள் குழந்தைக்கு இயலாததாருக்கு உதவும் சதாழில்நுட்பம் (Assistive Technology) பயன்படுத்துவது குறித்துப் பேசுங்கள், மேலும் அவர் பயன்பெறக்கூடிய பொருத்தமான வகை ATஐக் கண்டறிய, பொருத்தமான இடத்தில் AT மதிப்பீட்டைப் பெறவும். Enabling Village இல் Tech Able-ல் செயல்படும் SPD-யின் சிகிச்சையாளர்களுடனும் நீங்கள் சந்திப்பை மேற்கொள்ளலாம்.

உங்கள் பிள்ளையின் முன்னேற்றத்திற்கு உறுதுணையாகச் செயல்படும் பல்வேறு பின்னணியைச் சேர்ந்த நிபுணர்களின் குழு உள்ளது. ஒவ்வொரு வகையான தொழில்முறையும் தேவைப்படாது; இது உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளைப் பொறுத்தது.

1. EI தொழில் வல்லுநர்கள் மற்றும் LSEds

EI கல்வியாளர்கள்

குறைந்த முதல் அதிக அளவிலான EI ஆதரவு தேவைப்படும் குழந்தைகளுக்கு தலையீட்டை வழங்குதல். EI கல்வியாளர்கள் பலவிதமான கற்பித்தல் மற்றும் கற்றல் அணுகுமுறைகளை ஒருங்கிணைத்து, உங்கள் பிள்ளைக்கு பாடங்களை நடத்துவதற்கான புதிய அணுகுமுறைகளைக் கண்டறிந்துள்ளனர். நிகழ்ச்சிகள் மற்றும் சேவைகளின் போது உங்கள் குழந்தைக்கு ஆதரவளிக்க அவர்கள் உங்களுடன் மற்றும் உங்கள் குடும்பத்தினருடன் கூட்டாளராகவும் இருக்கலாம்.

கற்றல் ஆதரவு கல்வியாளர்கள் (LSEDS)

பாலர் பள்ளிகளில் குறைந்த அளவிலான EI ஆதரவு தேவைப்படும் குழந்தைகளுக்கு ஆதரவு அளிப்பார்கள். உங்கள் பிள்ளையின் திறமையை அதிகரிக்கச் செய்வதை உறுதி செய்வதற்காக, பாலர் அமைப்பிற்குள்ளேயே உங்கள் குழந்தையின் சரியான அடையாளத்தையும் ஆதரவையும் வழங்குவதில் அவர்கள் முக்கியப் பங்கு வகிக்கின்றனர். வெவ்வேறு அமைப்புகளில் திறன்பராமரிப்பு மற்றும் பொதுமைப்படுத்தலை ஆதரிப்பதற்காக LSEds உங்களுடனும் உங்கள் குழந்தையின் ஆசிரியர்களுடனும் நெருக்கமாக ஒத்துழைக்கின்றன. LSEds ஆரம்பகால குழந்தைப் பருவம் (early childhood) பயிற்சி பெற்றவர்கள் மற்றும் DS-LS திட்டத்தில் குழந்தைகளை ஆதரிப்பதற்காக இலக்கு பயிற்சி பெற்றவர்கள்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

2. ஒலியியல் வல்லுநர்கள், தொழில்சார் சிகிச்சையாளர்கள், உடற்பயிற்சி சிகிச்சையாளர்கள், உளவியலாளர்கள் மற்றும் பேச்சு மற்றும் மொழி சிகிச்சையாளர்கள் அடங்கிய AHPகள்

ஒலியியல் வல்லுநர்கள்

உங்கள் பிள்ளையின் செவித்திறன் அல்லது சமநிலையை மதிப்பிடுவார்கள். ஒலியியல் வல்லுநர்கள் குழந்தைகளுக்கு காது கேளாமையை நிர்வகிப்பதற்கும் மற்றவர்களுடன் திறம்பட தொடர்புகொள்வதற்கும் அவர்களுக்கு உதட்டைப் படிக்கக் கற்றுக் கொடுப்பது, கேட்கும் சாதனங்களைப் பரிந்துரைப்பது அல்லது செவிப்புலன் மற்றும் தொடர்பு தொடர்பான பிற சேவைகளைப் பரிந்துரைப்பது போன்றவற்றின் மூலம் அவர்களுக்கு உதவுகிறார்கள்.

உடற்பயிற்சி சிகிச்சையாளர்கள்,

உடல் மறுவாழ்வு, சிகிச்சை பயிற்சிகள் மற்றும் AT போன்ற இயக்கம் போன்ற சிகிச்சைகள் மூலம் உடல் இயக்கம் மற்றும் செயல்பாட்டை மேம்படுத்த உங்கள் பிள்ளைக்கு மதிப்பீடு செய்து உதவுவார்கள். இதில் இயக்கம், சமநிலை, வலிமை மற்றும் ஒருங்கிணைப்பு சிக்கல்கள் ஆகியவை அடங்கும்.

உளவியலாளர்கள்

உங்கள் பிள்ளைக்கு ஏற்படக்கூடிய கற்றல் மற்றும் வளர்ச்சிப் பிரச்சினைகளை மதிப்பீடு செய்து கண்டறிந்து, உங்கள் குழந்தையின் கற்றல், நடத்தை மற்றும் சமூக-உணர்வு நல்வாழ்வில் உங்களுக்கு உதவுவார்கள். அவை உங்கள் பிள்ளையைக் கற்றுக்கொள்ளவும், அவரது நடத்தையை நிர்வகிக்கவும், அவரது/உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்தவும் உதவுகிறார்கள்.

பேச்சு மற்றும் மொழி சிகிச்சையாளர்கள்

மொழி மற்றும் தொடர்பு சிக்கல்களுக்கு மதிப்பீடு, கண்டறிதல் மற்றும் ஆதரவு மற்றும் மேலாண்மை வழங்குவார்கள். இந்த சிகிச்சையாளர்கள் குழந்தைகளுக்கு உணவளிப்பதில் அல்லது விழுங்குவதில் சிரமம் உள்ளவர்களுக்கும் உதவுகிறார்கள்.

தொழில்சார் சிகிச்சையாளர்கள்

உங்கள் பிள்ளையின் அன்றாட நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடும் திறனை மதிப்பிடவும் மேம்படுத்தவும் உதவுவார்கள். அவர்கள் அறிவாற்றல், உணர்ச்சி செயலாக்கம், கவனம், ஒழுங்குமுறை மற்றும் சுய பாதுகாப்பு பணிகள், அத்துடன் நடத்தை, சமூக, நுண் மோட்டார் மற்றும் விளையாட்டு திறன்களுக்கு ஆதரவை வழங்குகிறார்கள். உங்கள் பிள்ளையின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதற்கும் அவரது சுதந்திரத்தை ஊக்குவிப்பதற்கும் உங்கள் வீட்டுச் சூழலை எவ்வாறு மாற்றியமைப்பது என்பதையும் அவர்கள் உங்களுக்குக் கற்பிக்கக்கூடும்.

3. சமூக சேவையாளர்கள்

சமூக சேவகர்கள்

உங்கள் குழந்தையின் பலம் மற்றும் உதவி தேவைப்படும் பகுதிகளை நன்கு புரிந்துகொள்ள உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் ஆதரவளிக்கிறார்கள். உங்கள் வீடு, உங்கள் குழந்தையின் பள்ளி மற்றும் சமூகம் ஆகியவற்றுக்கு இடையே வலுவான கூட்டாண்மைகளை உருவாக்கவும் அவர்கள் உதவி அளிக்கிறார்கள்.



உள்ளடக்க அட்டவணை

அரசாங்கத்தால் நிதியளிக்கப்படும் EI சேவைகள்

பாலர் பாடசாலைகளுக்குத் தேவைப்படும் EI ஆதரவின் பல்வேறு நிலைகளைப் பூர்த்தி செய்வதற்கு மலிவு விலையில் தொடர்ச்சியான திட்டங்களை வழங்குவதற்காக அரசாங்கம் பல்வேறு சமூக சேவை முகவர் நிலையங்கள் (SSAக்கள்) மற்றும் பாலர் பள்ளிகளுடன் இணைந்து செயல்படுகிறது.

வளர்ச்சி ஆதரவு மற்றும் சார்ந்த ஆதரவு (Development Support – Learning Support (DS-LS)) திட்டம், வளர்ச்சி ஆதரவு பிளஸ் (DS-Plus), மற்றும் உள்ளடக்கிய ஆதரவு திட்டம் (InSP) ஆகியவை பல பாலர் பள்ளிகளில் குழந்தைகளின் இயற்கை சூழ் நி லை க ளி ல் வ ழ ங் க ப் ப டு கி ன் ற ன. கைக்குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீடு திட்டம் Early Intervention Programme for Infants and Children (EIPIC)) கைக்குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத்திட்டம் – P (EIPIC-P) திட்டம் ஆ கி ய வை பி ர த் யே க EI மை ய ங் க ளி ல் வழங்கப்படுகின்றன.

ஆரம்பகால தலையீட்டு (EI) திட்டங்கள்

ஆரம்பகால தலையீட்டு நிலையம் (EI CENTRE)

நடுத்தர நிலையிலிருந்து உயர் நிலை வரை ஆரம்பகால தலையீடு (EI) தேவைப்படும் குழந்தைகள், ஆரம்பகால தலையீட்டு நிலையங்களில் வழங்கப்படும் கைக்குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைக்களுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டத்திலும் (EIPIC), கைக்குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத்திட்டம் – P (EIPIC-P)லைந்து கொள்ளலாம்

பாலர் கல்வி (PRESCHOOL)

குறைந்த அளவிலிருந்து நடுத்தர நிலை வரை ஆரம்பகால தலையீடு (EI) தேவைப்படும் **பிள்ளைகள்**, தங்கள் பாலர் பள்ளிகளில் கிடைக்கும் ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டங்கள் மூலம் ஆதரவுப் பெறலாம்



EIPIC Under-2s

- 2 வயதுக்குக் குறைவான கைக்குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டம்
- பராமரிப்பாளர்கள் பிள்ளைகளுடன் செல்லவேண்டும்
- குழந்தைகளின் அன்றாட நடைமுறைகளில் தலையீட்டு உத்திகளை நிறைவேற்ற பராமரிப்பாளர்களின் திறன்களை வலியுறுத்து கிறது

EIPIC@Centre

- நடுத்தர நிலையிலிருந்து உயர் நிலை வரை ஆரம்பகால தலையீடு (EI) தேவைப்படும் 2 முதல் 6 வயது பிள்ளைகளுக்கான நிலையம்

EIPIC - P / கைக்குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத்திட்டம்

- நடுத்தர நிலையிலிருந்து உயர் நிலை வரை ஆரம்பகால தலையீடு (EI) தேவைப்படும் 2 முதல் 6 வயது பிள்ளைகளுக்கான திட்டம்
- தனியார் தலையீட்டு நிலையங்களில் வழங்கப்படும்

DS-Plus Programme / வளர்ச்சி ஆதரவு-பிளஸ் திட்டம்

- EIPIC-ன் கீழ் முன்னேற்றம் கண்டு, தற்போது குறைந்த அளவிலான ஆரம்பகால சிகிச்சை (EI) ஆதரவு தேவைப்படுகிற 6-வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்கான சேவை திட்டம்
- ஆரம்பகால தலையீடு (EI) கல்வியாளர்கள் இணைந்து குழந்தைகளுக்கு வகுப்பில் கற்பிப்பர்

InSP PILOT / உள்ளடக்கிய ஆதரவு திட்டம்

- நடுத்தர நிலை அளவு ஆரம்பகால தலையீடு (EI) தேவைப்படும் 3-முதல் 6-வயது பிள்ளைகளுக்கான திட்டம்
- ஆரம்பகால தலையீட்டுக் கல்வியாளர்கள், இளஞ்சிறார்ப்பராயக் கல்வியாளர்கள், மற்றும் சுகதாரப் பராமரிப்புத் தொழில்சார் துணை நிபுணர்கள் இணைந்து திட்டமிட்டு, குழந்தைகளின் அன்றாட பாலர் பள்ளி நடைமுறைகளில் ஆரம்பகால தலையீட்டு உத்திகளைப் கையாளுவார்கள்

Development Support (DS) / வளர்ச்சி ஆதரவு திட்டம்

- குறைந்த அளவிலான ஆரம்பகால சிகிச்சை (EI) ஆதரவு தேவைப்படுகிற K1 மற்றும் K2-இல் உள்ள குழந்தைகளுக்கான சேவை திட்டம்

Learning Support (LS) / கற்றல் ஆதரவு திட்டம்

- குறைந்த அளவிலான ஆரம்பகால சிகிச்சை (EI) ஆதரவு தேவைப்படுகிற K1 மற்றும் K2-இல் உள்ள குழந்தைகளுக்கு கற்றல் ஆதரவு கல்வியாளர்கள் வழங்கும் திட்டம்

குழந்தைகளின் தேவைகளைப் பொறுத்து, ஆரம்பகால தலையீடு கல்வியாளர்கள், சுகதாரப் பராமரிப்புத் தொழில்சார் துணை நிபுணர்கள், உளவியலாளர்கள் சிகிச்சை அல்லது சிறப்பு தலையீட்டின் மூலம் தகுந்த ஆதரவளிப்பார்கள்.

குழந்தைகளின் தேவைகளைப் பொறுத்து, இளஞ்சிறார்ப்பராயக் கல்வியாளர்கள், ஆரம்பகாலக் கல்வியாளர்கள், கற்றல் ஆதரவு கல்வியாளர்கள், சுகதாரப் பராமரிப்புத் தொழில்சார் துணை நிபுணர்கள், மற்றும் உளவியலாளர்கள் தகுந்த ஆதரவளிப்பார்கள்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

வளர்ச்சி ஆதரவு-கற்றல் ஆதரவு (DS-LS) திட்டம்

பேச்சு மற்றும் மொழி, சமூக திறன்கள், மோட்டார் திறன்கள், நடத்தை மற்றும் எழுத்தறிவு போன்ற பகுதிகளில் குறைந்த அளவிலான EI ஆதரவு தேவைப்படும் K1 மற்றும் K2 இல் உள்ள குழந்தைகளுக்கு DS-LS திட்டம் பொருத்தமானது. இந்தத் திட்டங்கள் அவர்களுக்குத் தகுந்த திறன்களை வளர்த்துக்கொள்ளவும், அவர்களின் ஒட்டுமொத்த முன்னேற்றத்தை மேம்படுத்தவும் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன, மேலும் அவை குழந்தையின் பாலர் பள்ளி அமைப்பில் வழங்கப்படுகின்றன.

DS-LS திட்டத்தை வழங்கும் பாலர் பள்ளிகள் திட்டத்திற்கான உங்கள் குழந்தையின் தகுதியை மதிப்பிடும். உங்கள் பிள்ளையின் பாலர் பள்ளி DS-LS திட்டத்தை வழங்கவில்லை என்றால், அந்தந்த சிகிச்சைக் குழுக்களைத் தொடர்புகொள்ளும்படி நீங்கள் அவர்களைக் கேட்கலாம்.

கைக்குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீடு திட்டம் (EIPIC)

நடுத்தர முதல் அதிக அளவிலான EI ஆதரவு தேவைப்படும் குழந்தைகள் EI மையங்களில் வழங்கப்படும் EIPICக்கு பரிந்துரைக்கப்படுகின்றனர். DS-LS மற்றும் DS-Plus திட்டங்களை விட EIPIC குழந்தைகளுக்கு அதிக தீவிர ஆதரவை வழங்குகிறது; குழந்தையின் செயல்பாட்டை மேம்படுத்துவதற்கான தலையீடு பொதுவாக பாலர் பள்ளிகளுக்குள் மேற்கொள்ளப்படுவதில்லை (InSP தவிர - கீழே பார்க்கவும்). EIPIC இல் சேர்வதற்கான தகுதிக்காக உங்கள் குழந்தை ஒரு மருத்துவ நிபுணரால் மதிப்பிடப்பட்டு பரிந்துரைக்கப்பட வேண்டும்.

EIPIC Under-2s இரண்டு வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு ஆதரவளிக்கிறது. வீட்டில் உங்கள் குழந்தையின் தினசரி நடைமுறைகளில் தலையீட்டு உத்திகளை செயல்படுத்த பராமரிப்பாளர் பயிற்சியை இது வலியுறுத்துகிறது. EIPIC Under-2s திட்டத்திற்கு துணை தேவை. உங்கள் பிள்ளைக்கு இரண்டு வயதாகும்போது, அவன்/அவள் EIPIC@Centre திட்டத்திற்கு மாறுவார்கள்.

EIPIC@Centre இரண்டு வயது முதல் ஆறு வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்கு ஆதரவளிக்கிறது. சிகிச்சை மற்றும் கல்வி தலையீடு சேவைகள் இரண்டும் EI மையங்களில் தொழில் வல்லுநர்களின் குழுவால் பொதுவாக சிறிய குழுக்களில் வழங்கப்படுகின்றன. உங்கள் குழந்தையின் முன்னேற்றம் தொடர்ந்து மதிப்பிடப்படும் மற்றும் தலையீட்டு இலக்குகள் மற்றும் உத்திகள் உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளுக்கு ஏற்ப தனிப்பயனாக்கப்படும்.

வளர்ச்சி ஆதரவு-பிளஸ் (DS-Plus) திட்டம்

DS-Plus திட்டம் EIPIC-இன் போது போதுமான முன்னேற்றம் அடைந்த குழந்தைகளுக்கு அவர்களின் பாலர் அமைப்பிற்குள் தொடர்ச்சியான தலையீட்டைப் பெற உதவுகிறது. பொருத்தமானதாகக் கருதப்படும் குழந்தை EI மையம் மற்றும் DS-Plus திட்டத்திற்கு இடமளிக்கும் பாலர் பள்ளி ஆகிய இரண்டிலும் சேர்க்கப்பட வேண்டும். உங்கள் பிள்ளை தகுதி பெற்றிருந்தால் EI வல்லுநர்கள் உங்களை நேரடியாகத் தொடர்புகொள்வார்கள் என்பதால் DS-Plus க்கு விண்ணப்பிக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

உள்ளடக்கிய ஆதரவு திட்டம் (InSP)

நடுத்தர அளவிலான EI ஆதரவு தேவைப்படும் மூன்று முதல் ஆறு வயது வரையிலான குழந்தைகளுக்கு InSP ஆதரவளிக்கிறது. இந்த திட்டம் பாலர் பள்ளிகளில் EI மற்றும் EC சேவைகளை வழங்குவதை ஒருங்கிணைக்கும். தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட முன்னோடி பாலர் பள்ளிகளில் முழுநேர EI கல்வியாளர்கள் மற்றும் வருகை தரும் AHPகள் உள்ளனர், அவர்கள் பாலர் பள்ளியில் குழந்தைகள் அர்த்தமுள்ள வகையில் பங்கேற்க ஆரம்ப குழந்தைப் பருவ (early childhood educators) கல்வியாளர்களுடன் நெருக்கமாக பணியாற்றுகிறார்கள்.

மேலதிக வாசிப்பு மற்றும் தகவலுக்கு பின்வரும் ஆதாரங்களைப் பார்க்கவும்:

- செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி அரசாங்கத்தின் நிதியுதவி பெறும் EI சேவைகள் பற்றிய கூடுதல் தகவல்களை வழங்குகிறது.
- பாலர் பள்ளி தேடல் இணைய முகப்பு பாலர் பள்ளிகளின் பட்டியலை வழங்குகிறது. பாலர் பள்ளிகள் மற்றும் உங்கள் குழந்தைக்கான குழந்தைப் பராமரிப்பு நிலையத்தை எவ்வாறு தேர்வு செய்வது என்பது பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, நீங்கள் ECDA இணையதளத்தைப் பார்க்கவும்.
- குறிப்பிட்ட EI திட்டத்திற்கு உங்கள் குழந்தை எவ்வாறு பரிந்துரைக்கப்படலாம் என்பதை பரிந்துரை செயல்முறை விளக்கப்படம் கோடிட்டுக் காட்டுகிறது.

உள்ளடக்க அட்டவணை

பொதுவான தவறான கருத்து

நான் என் குழந்தையை EI திட்டத்திற்கு அனுப்பினால், அவன்/அவள் கண்டிப்பாக சிறப்புக் கல்வித் தேவை உள்ளவர் அல்லது ஊனமுற்றவர் என்று முத்திரையிடப்படுவார்கள். எதிர்காலத்தில் என் குழந்தை இயல்பான மற்றும் பயனுள்ள வாழ்க்கையை வாழ முடியாது.

தலையீட்டைத் தேடுவது அல்லது நோயறிதலைக் கண்டறிவது என்பது உங்கள் பிள்ளைக்கு சிறப்புத் தேவைகள் இருப்பதாக முத்திரை குத்தப்படுவதை அர்த்தப்படுத்துவதில்லை. உங்கள் பிள்ளை ஆதரவைப் பெறுவதை உறுதிப்படுத்த தலையீடு உதவுகிறது. EI மையத்திலிருந்து ஆதரவைப் பெறும் சில குழந்தைகள் ஆரம்பப் பள்ளிகளுக்குச் செல்கிறார்கள், மற்றவர்கள் சிறப்புக் கல்விப் (SPED) பள்ளிகளில் சிறந்த ஆதரவைப் பெறலாம்.

SPED பள்ளிகளில் படிக்கும் குழந்தைகள் நிறைவான மற்றும் மதிப்புமிக்க வாழ்க்கையை நடத்த முடியும்.

தலையீடு பயனுள்ளதாக இருக்க, ஒன்றுக்கு ஒன்று வடிவத்தில் வழங்கப்பட வேண்டும்.

தலையீட்டின் குறிக்கோள் மாற்றத்தை உருவாக்குவது மற்றும் தலையீடு ஒரு குழு அமைப்பில் (எ.கா. வகுப்பறை) அல்லது ஒரு வருக்கு ஒரு வர் அமைப்பில் நடத்தப்படலாம். உதாரணமாக, உள்ளூர் EI மையங்களில், EI வல்லுநர்கள் மற்றும் AHPகளின் குழு (பொதுவாக EI ஆசிரியர்கள், பேச்சு சிகிச்சையாளர்கள், தொழில்சார் சிகிச்சையாளர்கள் மற்றும் உளவியலாளர்கள்) வகுப்பறையின் நடைமுறைகளுக்குள் உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளை ஆதரிப்பதற்கான பரிந்துரைகளை வழங்க ஒன்றாக வேலை செய்கிறார்கள். அவை ஒரு வகுப்பு ஆசிரியரால் மேற்கொள்ளப்படுகிறது. வகுப்பறை நடைமுறைகளில் தலையீடுகளை உட்பொதிக்கும் அணுகுமுறை, அடையாளம் காணப்பட்ட நடத்தைகளில் உங்கள் பிள்ளை வேலை செய்வதற்குத் தேவையான நிலைத்தன்மையை வழங்க உதவுகிறது மற்றும் அவர்களின் முன்னேற்ற வாய்ப்புகளை அதிகரிக்கிறது.

EI மையத்திற்கு உங்கள் குழந்தையை தயார்படுத்துதல்

உங்கள் குழந்தை EI மையத்திற்குப் பரிந்துரைக்கப்பட்டிருந்தால், உங்கள் குழந்தையை மையத்தில் முதல் நாளுக்கு தயார்படுத்தி, மாற்றத்தை எளிதாக்குங்கள்

1. உங்கள் பிள்ளையை அக்கம்பக்கத்திற்கு பழக்கப்படுத்துவதற்காக மையம் அமைந்துள்ள அப்பகுதிக்கு அழைத்துச் செல்லுங்கள்.
2. மையத்திற்குச் செல்லும் வெவ்வேறு வழிகளை ஆராய உங்கள் பிள்ளையை அழைத்துச் செல்லுங்கள் மற்றும் அவருக்கு வழிகளைப் பற்றி சொல்லிக்கொடுங்கள்.
3. உங்கள் பிள்ளை வகுப்பில் என்ன எதிர்பார்க்கலாம் என்பதை விளக்க கதைகளைப் பயன்படுத்தவும் – அவர்கள் சந்திக்க போகும் மக்கள், அவர்கள் மேற்கொள்ளப்போகும் நடவடிக்கைகள் போன்றவை.
4. உங்கள் பிள்ளை வகுப்பிற்குத் தேவையான அனைத்துப் பொருட்களையும் வைத்திருப்பதை உறுதி செய்யுங்கள் – தின்பண்டங்கள், தண்ணீர் பாட்டில், கூடுதல் உடைகள் போன்றவை.
5. உங்கள் குழந்தை EIPIC வகுப்பைக் கொண்டிருக்கும் போது காலை நேரத்தில் தயார்படுத்துவதற்கான நடைமுறைகளை உருவாக்குங்கள். உதாரணமாக, உங்கள் குழந்தை எழுந்திருக்கலாம், காலை உணவு சாப்பிடலாம், பல் துலக்கலாம், ஆடை அணிந்து வீட்டை விட்டு வெளியேறலாம். இவற்றை விளக்க ஒரு காட்சி அட்டவணையையும் உருவாக்கலாம்.
6. உங்கள் பிள்ளையின் EIPIC ஆசிரியர்களுடன் தொடர்புகொண்டு, உங்கள் குழந்தையுடன் எவ்வாறு சிறப்பாகப் பணியாற்றுவது என்பதை ஆசிரியருக்குத் தெரியப்படுத்துவதற்கு ஏதேனும் தொடர்புடைய தகவலைப் பகிரவும்.

மேலும் தகவல் மற்றும் வாசிப்புக்கு நீங்கள் பின்வருவனவற்றைப் பார்க்கவும்:

- குடும்பங்கள் வாழ்க்கை பெற்றோருக்கான வளங்கள் (Families For Life Parenting Resources) உங்கள் குழந்தையை பாலர் பள்ளிக்குத் தயார்படுத்துவதற்கான வளங்களைக் கொண்டுள்ளன.
- செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி அரசாங்கத்தால் நிதியளிக்கப்படும் EI திட்டங்களுக்கான மானியங்கள் பற்றிய தகவலை வழங்குகிறது.

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

- உங்கள் குழந்தை EIPICக்கு பரிந்துரைக்கப்பட்டிருந்தால், EI மற்றும் சமூக ஆதாரங்களைப் பற்றி மேலும் அறிய, SG ஆல் நடத்தப்படும் தொடக்க உரிமைப் பட்டறைக்கு பதிவு செய்யவும். மற்ற நிரல்களைப் பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

- மற்ற பெற்றோர்கள் மற்றும் குடும்பங்களுடன் தொடர்பு கொள்ள ஒரு பராமரிப்பாளர் ஆதரவு குழுவில் சேரவும். உங்கள் குழந்தை EI மையத்தில் சேர்ந்திருந்தால், பெற்றோர் ஆதரவுக் குழுக்கள் மற்றும் ஆதாரங்கள் குறித்து மையப் பணியாளரிடம் கேளுங்கள்.



EI சேவைகளில் இருந்து மாறுதல்

அரசு நிதியளிக்கும் திட்டங்களில் EIPIC மூலம் அல்லது பாலர் பள்ளிகளுக்குள் சேர்ந்தால், உங்கள் குழந்தை தற்போதைய EI திட்டத்திலிருந்து கீழ்கண்ட முறைகளில் வெளியேறலாம்:

1. உங்கள் குழந்தை ஆரம்ப பள்ளி வயதை அடைகிறது; அல்லது

2. உங்கள் குழந்தை தனது தற்போதைய EI திட்டத்தை மேம்படுத்தி, அவரது தேவைகளை சிறப்பாக பூர்த்தி செய்யும் மற்றொரு திட்டத்திற்கு மாறுகிறது. வழங்கப்படும் ஆதரவு அவரது வளர்ச்சித் தேவைகளுக்குச் சிறந்ததாக இருக்கும்.

EI திட்டத்தின் முடிவில், தலையீட்டின் போது உங்கள் குழந்தை அடைந்த முன்னேற்றத்தைப் பற்றி விவாதிக்க உங்கள் குழந்தையுடன் பணிபுரியும் நிபுணர் தொடர்பு கொள்வார்.

- உங்கள் குழந்தையின் முன்னேற்றத்துடன் உங்கள் குழந்தையின் தலையீட்டு இலக்குகளை மதிப்பாய்வு செய்வதற்காக நீங்கள், உங்கள் குழந்தையின் தொழில்முறை மற்றும் அவரது ஆசிரியர் அல்லது சிகிச்சையாளர் போன்ற பிற முக்கிய நிபுணர்களிடையே ஒரு சந்திப்பு நடத்தப்படலாம்.

- வீட்டில் உங்கள் பிள்ளைக்கு எவ்வாறு தொடர்ந்து ஆதரவளிக்கலாம், சாத்தியமான பின்தொடர்தல் சேவைகள் மற்றும் உங்கள் குழந்தையின் முன்னேற்றத்தை நிபுணரிடம் எவ்வாறு கண்காணிக்கலாம் என்பதை நீங்கள் விவாதிக்க விரும்பலாம்.

- மாறுதல் செயல்முறையை எளிதாக்க, உங்கள் குழந்தையின் அடுத்த பள்ளியுடன் முக்கிய தகவலைப் பகிர்ந்து கொள்ளுமாறு நீங்கள் அறிவுறுத்தப்படலாம்.

பள்ளி செல்லும் வயதில் உங்கள் பிள்ளைக்குக் கிடைக்கும் விருப்பங்களுக்கு, "வெவ்வேறு கல்வி அமைப்புகளைப் புரிந்துகொள்வது" என்ற பகுதியைப் பார்க்கவும்.

பொதுவான தவறான கருத்து

என் குழந்தை தலையீட்டை முடித்தவுடன், அவருடைய திறமைகள் மற்றும் வளர்ச்சியை தொடர்ந்து கண்காணிக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

தலையீட்டைப் பெற்ற பிறகும் உங்கள் பிள்ளைக்கு குறிப்பிட்ட தேவைகள் தொடர்ந்து இருக்கலாம். உங்கள் பிள்ளையின் முன்னேற்றத்தைத் தொடர்ந்து கண்காணித்து, அவருடைய/அவளுடைய தேவைகளை அவதானித்து, புதிய திறன்களை தொடர்ந்து பயிற்சி செய்வதன் மூலம் அவர்/அவள் பெற்ற முன்னேற்றத்தைத் தக்க வைத்துக் கொள்ள உதவுவது சிறந்தது.

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்கள் குழந்தையை ஆதரிக்க நீங்கள் என்ன செய்யலாம்

உங்கள் பிள்ளையின் தலையீட்டை ஆதரிப்பதில் பெற்றோராக உங்கள் பங்கு:

உற்சாகப்படுத்துபவர் மற்றும் நண்பர்



- உங்கள் பிள்ளையை ஊக்குவித்து, அவருடைய முயற்சிகளையும் முன்னேற்றத்தையும் அங்கீகரியுங்கள்
- ஒவ்வொரு முயற்சியையும் முன்னேற்றத்தையும் கொண்டாடுங்கள்
- பயணத்தின் போது போராட்டங்களைச் சந்திக்கக்கூடிய உங்கள் பிள்ளையைப் புரிந்துகொள்ளவும் நேரம் ஒதுக்குங்கள்

குரல் கொடுப்பவர்



- உங்கள் குழந்தையை சேவைகள் மற்றும் சமூக இடங்களுக்கு அழைத்துச் செல்லுங்கள்
- உங்கள் பிள்ளையின் பல்வேறு தேவைகளை அவரது ஆசிரியர்கள் மற்றும் சமூகத்துடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்
- தொடர்புடைய ஏஜென்சிகளிடமிருந்து உங்கள் குழந்தைக்கும் குடும்பத்துக்கும் தேவைப்படும் சேவைகள் மற்றும் ஆதரவுக்கான கோரிக்கை எழுப்புங்கள்

துணை



- உங்கள் குழந்தையுடன் நீங்கள் பயணம் செய்யும் போதும் ஓய்வு மற்றும் மறுசீரமைப்பு செய்யுங்கள்
- மேலும் கூட்டாளிகளைக் கண்டறிய, **பராமரிப்பாளர் ஆதரவுக் குழுவில்** சேரவும்

கற்பவர்



- உங்கள் குழந்தையின் தனிப்பட்ட தேவைகள் மற்றும் கிடைக்கக்கூடிய ஆதரவு சேவைகளைப் புரிந்துகொள்ள தகவலைத் தேடுங்கள்
- உங்கள் குழந்தையின் கற்றலுக்கு எந்தச் சேவை மற்றும் பள்ளி மிகவும் பொருத்தமானது என்பதைக் கண்டறியவும்
- வீட்டில் உங்கள் பிள்ளைக்கு ஆதரவளிப்பதற்கான உத்திகளைக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்

கூட்டுப்பணியாளர்



- உங்கள் பிள்ளையின் பலம் மற்றும் கற்றல் தேவைகள் பற்றிய தகவல்களை அவருடைய EI மையம், பாலர் பள்ளி மற்றும் குழந்தை மருத்துவரிடம் பகிர்ந்து கொள்ள ஒப்புதல் வழங்குங்கள்
- நிபுணர்களால் பரிந்துரைக்கப்படும் உத்திகள் உங்கள் குழந்தைக்கு வேலை செய்கிறதா என்பதைப் பற்றிய கருத்தை வழங்குங்கள்
- பாலர் பள்ளி மற்றும் EIPIC குழுக்களை இணைக்கவும், அவர்கள் உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சிக்காக ஒன்றாக வேலை செய்ய அனுமதியுங்கள்
- வீட்டில் உங்கள் குழந்தையின் புதிய வளர்ச்சிகள் குறித்து கல்வியாளர்கள் மற்றும் குழந்தை மருத்துவரிடம் தெரிவிக்கவும்

ஆசிரியர்



- உங்கள் பிள்ளையின் பலம், ஆர்வங்கள் மற்றும் கற்றல் பாணிகளைக் கவனித்து அவற்றைக் வளருங்கள்
- குடும்பநடைமுறைகளில் உங்கள் குழந்தைக்கான கற்றல் வாய்ப்புகளைப் பயன்படுத்தவும். மேலும் தகவலை ECHO Frameworks' பெற்றோர் கருவித்தொகுப்பில் காணலாம்
- விளையாடும்போதும் வேடிக்கையாக இருக்கும்போதும் குழந்தைகள் சிறப்பாகக் கற்றுக்கொள்வதால் உங்கள் குழந்தையுடன் விளையாடுங்கள்
- உங்கள் பிள்ளை மற்றவர்களுடன் பழகவும், புதிய திறன்களைக் கற்றுக்கொள்ளவும், அவருடைய/அவளுடைய சொந்தத் தேவைகளைக் கவனித்துக்கொள்ளவும் உதவுங்கள்
- உங்கள் பிள்ளையின் முயற்சிகளை உறுதிப்படுத்தி ஊக்குவிக்கவும்
- நேர்மறை நடத்தைக்கு முன்மாதிரியாக இருங்கள்

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்கள் பிள்ளையின் கற்றலுக்கு ஆதரவான சூழலை எவ்வாறு வழங்குவது என்பது குறித்த பரிந்துரைகள்:

1. உங்கள் குழந்தையுடன் வலுவான பிணைப்பை உருவாக்குதல்

a) வலுவான பெற்றோர்-குழந்தை உறவு முக்கியமானது. ஒரு குழந்தை உங்களால் நன்கு ஆதரிக்கப்படுவதாகவும், பராமரிக்கப்படுவதாகவும் உணரும்போது, அவர்:

i) புதிய விஷயங்களை முயற்சிக்கவும் மற்றும் அவரது அனுபவங்களிலிருந்து கற்றுக்கொள்ளவும் முற்படுவார்கள்.

ii) அவர் சவால்களை எதிர்கொள்ளும் போது வழிகாட்டுதலுக்காக உங்களிடம் வருவார்கள்.

b) எனவே உங்கள் குழந்தையுடன் வலுவான பிணைப்பை உருவாக்க நம்பிக்கை மற்றும் அக்கறையான சூழலை உருவாக்குவது முக்கியம். சில பரிந்துரைகள் அடங்கும்:

i) உங்கள் குழந்தையுடன் தரமான நேரத்தை செலவிடுதல்.

- போர்டு கேம் விளையாடுவது அல்லது பூங்காவிற்குச் செல்வது போன்ற உங்கள் குழந்தை விரும்பும் செயல்களில் பங்கேற்கவும்.
- விளையாட்டின் மூலம் உங்கள் குழந்தையை ஈடுபடுத்துங்கள். ஒன்றாக விளையாடுவது உங்கள் குழந்தை அன்பாகவும் பாதுகாப்பாகவும் உணர உதவும், இது உங்களுக்கும் உங்கள் குழந்தைக்கும் இடையிலான பிணைப்பை வலுப்படுத்தும்.
- உங்களுக்கு ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட குழந்தைகள் இருந்தால், ஒவ்வொருவருடனும் தனித்தனியாக நேரத்தைச் செலவழித்து நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுவது முக்கியம்.
- உங்கள் குழந்தையுடன் செலவிடும் நேரம் சில சமயங்களில் கற்றல் வாய்ப்பாகவும் இருக்கலாம். உதாரணமாக, உங்கள் குழந்தையுடன் நீங்கள் ஒரு புத்தகத்தைப் படிக்கும்போது, அது அவருக்கு மொழித் திறனை வளர்க்க உதவும்.
- வீட்டு வேலைகளை ஒன்றாகச் செய்வது போன்ற தினசரி நடைமுறைகளில் உங்கள் குழந்தையைச் சேர்க்கவும். இது உங்கள் பிள்ளைக்கு வாழ்க்கைத் திறன்களைக் கற்றுக்கொள்வதற்கும் பொறுப்புணர்வு உணர்வை வளர்ப்பதற்கும் வாய்ப்பளிக்கிறது.

ii) வலுவான பிணைப்பை வளர்க்க உதவும் நம்பகமான உறவை உருவாக்குதல்.

- உங்கள் குழந்தைக்கு உங்கள் ஆதரவு அல்லது உதவி தேவைப்படும்போது அவர்களுக்காக இருங்கள்.
- உங்கள் குழந்தை அவர் யார் என்பதைப் புரிந்துகொண்டு மதிப்புடன் நடத்துங்கள்.

c) லுவான பிணைப்பை எவ்வாறு உருவாக்குவது மற்றும் உங்கள் குழந்தையுடன் எவ்வாறு ஈடுபடுவது என்பது பற்றிய கூடுதல் வளங்களுக்கு, நீங்கள் செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி யைப் பார்க்கவும்.

2. உங்கள் குழந்தையின் பலத்தை கண்டறிதல்

a) உங்கள் குழந்தை எதில் சிறப்பாகச் செயல்படுகிறது, எதைச் செய்து மகிழ்கிறது என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

i) உதாரணமாக, ஒரு குழந்தை நன்றாகப் பாடத் தெரிந்தாலும் அது பிடிக்கவில்லை என்றால், பாடுவது ஒரு திறமைதான் ஆனால் அதில் அதற்கு ஆர்வம் இல்லை.

ii) உங்கள் பிள்ளைக்கு வாசிப்பதிலும், எழுதுவதிலும், பேசுவதிலும் அதிக ஆதரவு தேவைப்பட்டால், இந்தத் திறன்களை மேம்படுத்த அவருக்கு உதவுவதற்கான வழிகளைக் கண்டறியவும். இருப்பினும், நீங்கள் அவருடைய இயல்பான நலன்களையும் பலங்களையும் வளர்க்க உதவ வேண்டும்.

b) உங்கள் குழந்தையின் பலத்தை கண்டறிந்து வளர்ப்பதற்கான சில பரிந்துரைகள் :

i) உங்கள் பிள்ளையை ஊக்குவிக்கும் நடவடிக்கைகள் என்ன என்பதைக் கவனியுங்கள். உங்கள் குழந்தை தனது எண்ணங்களை வாய்மொழியாக கூறினால், அவர் என்ன செய்ய விரும்புகிறார் என்று அவரிடம் கேளுங்கள்.

ii) உங்கள் பிள்ளையின் கல்வித் திறன்களைத் தாண்டி அவரது கல்வி சாரா பலம் குறித்தும் கவனம் செலுத்துங்கள்.

iii) உங்கள் குழந்தை அவர் சிறந்து விளங்கும் செயல்களில் ஈடுபடட்டும்.

iv) உங்கள் குழந்தையின் ஆர்வங்கள் மற்றும் பலங்களை ஆதரிக்கவும். உதாரணமாக, உங்கள் குழந்தை இசையை விரும்பினால், நீங்கள் அவரை இசைப் பாடங்களுக்கு அனுப்பலாம்.

v) உங்கள் பிள்ளையின் பலத்தை ஆக்கப்பூர்வமாகப் பயன்படுத்தி அவர் திறமையாக செய்ய இயலாத விஷயங்களை அணுகவும்.

vi) உங்கள் குழந்தை சிறப்பாகச் செய்யும்போது குறிப்பிட்ட செயல்களில் அவரைப் பாராட்டுங்கள். உங்கள் குழந்தையின் தன்னம்பிக்கையை அதிகரிக்க அவரது சாதனைகளைக் கொண்டாடுங்கள்.

c) உங்கள் குழந்தையின் பலத்தை அங்கீகரிப்பது ஏன் முக்கியம் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

3. சவாலான மற்றும் கடினமான நடத்தை மூலம் உங்கள் குழந்தைக்கு ஆதரவளித்தல்

i) குழந்தைகள் சவாலான நடத்தையை வெளிப்படுத்தும் போது, அவர்களை நிர்வகிப்பது கடினமாக இருக்கும். இருப்பினும், நடத்தை என்பது ஒரு வகையான தொடர்பு என்பதை நீங்கள் நினைவூட்டிக்கொள்வது அவசியம்.

ii) பெரும்பாலும், குழந்தைகள் சவாலான நடத்தையை எப்போது காட்டுகிறார்கள் என்றால்:

- அவர்கள் தங்களை வெளிப்படுத்த போராடுகிறார்கள்.
- மற்றவர்களைப் புரிந்துகொள்வதில் அவர்களுக்கு சிக்கல் உள்ளது.
- அவர்கள் விரும்பியதைப் பெறுவதில்லை.
- அவர்கள் நிலைமையின் மீது கட்டுப்பாட்டின்மையை உணர்கிறார்கள் (உதாரணமாக, வழக்கமான மாற்றங்கள் மற்றும் அவர்கள் எதைப் பார்க்க வேண்டும் அல்லது சாப்பிட வேண்டும் என்பதைத் தேர்வு செய்ய இயலவில்லை).
- அவர்களின் தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்படுவதில்லை.
- சோகம் அல்லது பயம் போன்ற வலுவான உணர்ச்சிகளை நிர்வகிப்பதில் அவர்களுக்கு சிரமம் உள்ளது.
- அவர்கள் சோர்வாக அல்லது பசியுடன் இருக்கிறார்கள்.
- அவர்களுக்கு சில உடல் அல்லது உணர்ச்சி அசௌகரியம் உள்ளது.
- அவர்கள் விரும்பத்தகாததாக உணரும் சூழ்நிலையைத் தவிர்க்க விரும்புகிறார்கள்.

iii) கவனம் செலுத்தி அவதானிப்பதன் மூலம் உங்கள் குழந்தையின் சவாலான நடத்தைக்கான தூண்டுதல்களை அடையாளம் காணக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். நிலைமையின் விவரங்களைக் கவனியுங்கள். கருத்தில் கொள்ள வேண்டிய சில கேள்விகள்: "யார் சுற்றி இருந்தார்கள்? நிலைமைக்கு முன், போது மற்றும் பின் என்ன நடந்தது?"

iv) உங்கள் குழந்தையின் சவாலான நடத்தைக்கான காரணத்தையும் விளைவையும் கண்டறியவும், உங்கள் குழந்தையின் நடத்தை தொடர்பான ஏதேனும் வளர்ந்து வரும் வடிவங்களைக் கண்டறியவும் இந்தத் தகவலைப் பயன்படுத்தலாம்.

v) உங்கள் குழந்தையின் சவாலான நடத்தையை எவ்வாறு நிர்வகிப்பது என்பது பற்றிய கூடுதல் வளங்களுக்கு, நீங்கள் இயக்கும் வழிகாட்டி யைப் பார்க்கவும்.

சமூக சீர்குலைவுகளின் காலங்களில் உணர்ச்சிகளை வழிநடத்துதல்

பமீலா, ஒரு கல்வி மற்றும் வளர்ச்சிக்கான உளவியலாளர், குழந்தைகள் வளரும்போது நடத்தை மாற்றங்களை வழிநடத்த பெற்றோர்கள் எவ்வாறு உதவலாம் என்பதைப் பகிர்ந்து கொள்கிறார். சிறப்புத் தேவைகள் உள்ள குழந்தைக்கு அவரது சிக்கலான எண்ணங்கள் மற்றும் உணர்ச்சிகளைப் புரிந்துகொள்ள உதவுவதற்கான ஆலோசனையும் இதில் அடங்கும்.

வீடியோவை பார்க்க **இங்கே** கிளிக் செய்யவும்.

குழந்தைகளின் உணர்ச்சிகள் மற்றும் நடத்தைகளை ஆதரித்தல்

KKH இல் உள்ள குழந்தைகள் மேம்பாட்டுத் துறையின் உளவியலாளர் Dr Koh Hwan Cui, குழந்தைகள் பள்ளிக்குத் தயார்நிலையை மேம்படுத்த உதவும் வளங்களைப் பற்றி பகிர்ந்து கொள்கிறார். கோபத்தை நிர்வகித்தல் மற்றும் கோவிட்-19ஐ எவ்வாறு சமாளிப்பது என்பது இதில் அடங்கும்.

வீடியோவை பார்க்க **இங்கே** கிளிக் செய்யவும்.

சவாலான நடத்தைகளை நிர்வகித்தல்

NUH CDU-வைச் சேர்ந்த டாக்டர் டாமி லிம், திருமதி அலிசன் செங் மற்றும் திருமதி ஹெப்சி பிரியதர்சினி ஆகியோர் சவாலான நடத்தைக்கான காரணங்கள், நடத்தையைச் சமாளிப்பதற்கான வழிகளைக் கண்டறிவது மற்றும் மாற்று நடத்தைகளை எவ்வாறு கற்பிப்பது போன்றவற்றை விளக்குகிறார்கள்.

வீடியோவை பார்க்க **இங்கே** கிளிக் செய்யவும்.

சிறப்புத் தேவை குழந்தைகளில் மனப்பதட்டம்

மனநலக் கழகத்தின் (IMH) டாக்டர் சுங் மின், பெற்றோராகிய நீங்கள் எப்படி உங்கள் பிள்ளைக்கு அவரது மனப்பதட்டத்தைப் புரிந்துகொள்ளவும் நிர்வகிக்கவும் உதவலாம் என்பதற்கான சில ஆலோசனைகளைப் பகிர்ந்துள்ளார். இதைச் சமாளிக்க நீங்கள் எடுக்கக்கூடிய கருவிகள் மற்றும் செயல்கள் பேச்சில் அடங்கும்.

வீடியோவை பார்க்க **இங்கே** கிளிக் செய்யவும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

பொதுவான தவறான கருத்து

கவனத்தை ஈர்க்க அல்லது கடினமாக இருக்க என் குழந்தை சவாலான நடத்தையை வெளிப்படுத்துகிறது.

நடத்தை என்பது ஒரு வகையான தொடர்பு கொள்ளுதல். குழந்தைகள் பல்வேறு காரணங்களுக்காக சவாலான நடத்தையைக் காட்டுகிறார்கள். அவர்கள் விரும்புவதைப் பெற இத்தகைய நடத்தையில் ஈடுபடும் குழந்தைகள் உள்ளனர், மற்றவர்கள் தங்கள் உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்துவதில் அல்லது அவர்களின் எண்ணங்களையும் உணர்வுகளையும் வெளிப்படுத்துவதில் குறிப்பிட்ட சிரமங்களைக் கொண்டிருக்கலாம். சிலருக்கு உணர்ச்சி அசௌகரியம், விசித்திரமான பழக்கவழக்கங்கள், அச்சங்கள் அல்லது பூர்த்தி செய்யப்படாத தேவைகள் இருக்கலாம் மற்றும் அவர்கள் தங்களை வெளிப்படுத்த சவாலான அல்லது கடினமான நடத்தையில் ஈடுபடலாம். **உங்கள் குழந்தை வெளிப்படுத்தும் சவாலான நடத்தைக்கு என்ன காரணம் என்பதைப் புரிந்துகொள்ள சிறிது நேரம் ஆகலாம், ஆனால் பொறுமையாக இருப்பது மற்றும் அவர்கள் என்ன சொல்கிறார்கள் என்பதைக் கண்டுபிடிக்க முயற்சிப்பது முக்கியம்.**

4. வீட்டில் உங்கள் பிள்ளையின் கற்றலை வளர்ப்பதற்கு உகந்த சூழலை உருவாக்குதல்

a) EI மையங்களில் அல்லது வகுப்பறையில் மட்டும் EI நடைபெறாது. இது வீட்டிலும் பயிற்சி செய்யப்பட வேண்டும் மற்றும் இயற்கை நடைமுறைகளில் இணைக்கப்பட வேண்டும். குழந்தைகள் உங்கள் மீதும் பணியிலும் கவனம் செலுத்துவதை எளிதாக்குவதற்கு பிரத்யேக கற்றல் இடத்தை அமைக்கவும்.

b) போதுமான வெளிச்சம் மற்றும் வசதியான மேஜை, நாற்காலிகள் மற்றும் படுக்கைகள் போன்ற வீட்டு உபகரணங்களுடன் உங்கள் குழந்தைக்கு இடம் வரவேற்கத்தக்கது என்பதை உறுதிப்படுத்தவும்.

c) கற்கும் இடத்தில் தேவையான அனைத்து கற்றல் பொருட்கள் இருப்பதை உறுதி செய்து மற்றும் அவற்றை ஒழுங்கமைக்கவும்.

d) குறைந்த சத்தம் மற்றும் காட்சி கவனச்சிதறல்களுடன் கற்றல் இடத்தை ஒழுங்கீனம் இல்லாமல் வைத்திருங்கள்.

e) உங்கள் பிள்ளைக்கு அன்றைய வரிசை மற்றும் எதிர்பார்ப்புகள் பற்றிய தெளிவான யோசனையை வழங்க அட்டவணைகளை உருவாக்கவும். உங்கள் குழந்தையின் நிலையைப் பொறுத்து, அட்டவணைகள் படங்கள் அல்லது எழுதப்பட்ட வடிவத்தில் இருக்கலாம். முடிக்க வேண்டிய பணிகளை உங்கள் குழந்தைக்கு நினைவூட்ட, அட்டவணையை ஒரு தெளிவான இடத்தில் வைக்கவும்.

f) பழைய குழந்தைகளுக்கு, அலங்காரங்கள் அல்லது கலைப்படைப்புகளைச் சேர்ப்பதன் மூலம், அவர்களின் கற்றல் இடத்தைத் தனிப்பயனாக்க ஊக்குவிக்கலாம், அது அவர்களுக்கு உரிமையின் உணர்வைத் தரலாம் மற்றும் ஊக்கத்துடன் இருக்க உதவலாம்.

g) உணவு நேரம் மற்றும் உறங்கும் நேரம் போன்ற தினசரி நடவடிக்கைகளுக்கான நடைமுறைகளை நிறுவுதல். நடைமுறைகள் மூலம், குழந்தைகள் அவர்கள் என்ன செய்ய வேண்டும் மற்றும் எப்போது செய்ய வேண்டும் என்பதைக் கற்றுக்கொள்வார்கள், மேலும் அவை உங்கள் பிள்ளைக்கு அவர்கள் வாழ, கற்றுக்கொள்வது மற்றும் நன்றாக விளையாடுவதற்கான திறன்களை வளர்த்துக் கொள்ளவும் கற்றுக்கொள்ளவும் ஒரு யூகிக்கக்கூடிய தளத்தை வழங்கும்.

h) ஆரோக்கியமான பழக்கவழக்கங்கள், கவனிப்பு மற்றும் தூக்கப் பழக்கங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி மற்றும் மேம்பாட்டுக்கும் முக்கியமாகும்.

i) உங்கள் குழந்தை நடைமுறைகளைப் பின்பற்றுவதற்கும், உங்கள் குழந்தைக்கு நல்ல பழக்கங்களை வளர்ப்பதற்கும் உதவும் கூடுதல் உத்திகளுக்கு, நீங்கள் செயல்படுத்தும் வழிகாட்டியைப் பார்க்கவும்.

டாக்டர் லிம் ஹாங் ஹுவேயுடன் பழக்கவழக்கங்கள் மூலம் நல்ல நிலையில் இருங்கள்

டாக்டர் லிம் தனது குழந்தைகளைப் பராமரிப்பவர், அவர்களில் இருவர் சிறப்புத் தேவைகளைக் கொண்டுள்ளனர். அவர் ஒரு குழந்தை மருத்துவர் மற்றும் தொற்றுநோயியல் நிபுணர் ஆவார். தன் மற்றும் குழந்தைகளின் கால அட்டவணையில் கட்டுப்பாட்டைப் பராமரிக்கவும், மனநிலை, மனம், உடல் மற்றும் ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்தவும் நடைமுறைகள் எவ்வாறு உதவுகின்றன என்பதைப் பற்றி அவர் பகிர்ந்து கொள்கிறார். அவரது ஆலோசனையானது வீட்டு அடிப்படையிலான கற்றல்/வீட்டுப் பள்ளி அமைப்புகளுக்கு மிகவும் பொருத்தமானது.

வீடியோவை பார்க்க **இங்கே** கிளிக் செய்யவும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

03

EI-இலிருந்து பள்ளி வயதுக்கான விதிமுறைகளுக்கு மாறுதல்



உள்ளடக்க அட்டவணை



உங்கள் குழந்தை தனது ஆரம்பகால தலையீடு (Early Intervention (EI)) திட்டம் மற்றும்/அல்லது பாலர் கல்வியை நிறைவு செய்யும் போது, அவருடைய தற்போதைய வளர்ச்சிக்கு சிறந்த ஆதரவை வழங்கக்கூடிய பள்ளி மற்றும் பள்ளி அடிப்படையிலான ஆதரவை நீங்கள் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும். சிங்கப்பூரில், 2003 இல் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்ட கட்டாயக் கல்வி (CE) சட்டம் (Compulsory Education (CE) Act) சிங்கப்பூரில் வசிக்கும் சிங்கப்பூர் குடிமக்கள் மற்றும் பள்ளிப் படிப்பு வயதுடைய (6 வயதுக்கு மேற்பட்ட மற்றும் 15 வயதுக்குட்பட்ட) அனைத்து குழந்தைகளுக்கும் ஆரம்ப நிலை பள்ளிக் கல்வியை கட்டாயமாக்குகிறது. ஜனவரி 1, 2012க்குப் பிறகு பிறக்கும் குழந்தைகள் விலக்கு அளிக்கப் படாத நிலையில் சிறப்புக் கல்வித் தேவைகளுடன் அரசு நிதியுதவி பெறும் சிறப்புக் கல்விப் பள்ளிகள் அல்லது முதன்மை தொடக்கப் பள்ளிகளில் தொடக்க நிலைக் கல்வியில் சேருவது கட்டாயமாகும்.

கல்விப் பாதை மற்றும் அவருக்கு மிகவும் பொருத்தமான ஆதரவைப் பற்றிய சிறந்த முடிவை எடுப்பதற்கான உங்கள் பிள்ளையின் தேவைகளைப் புரிந்துகொள்வது முக்கியம். இந்த பிரிவில், நீங்கள் இதைப் பற்றி மேலும் அறிந்து கொள்வீர்கள்:

- *உங்கள் பிள்ளைக்கு பொருத்தமான கல்விப் பாதையைத் தேர்ந்தெடுக்கும் போது கருத்தில் கொள்ள வேண்டியவை;*
- *கிடைக்கக்கூடிய பல்வேறு கல்விப் பாதைகள்; மற்றும்*
- *EIPIC மற்றும்/அல்லது பாலர் பள்ளியிலிருந்து அடுத்த கல்வி அமைப்பிற்கு மாற்றுவதன் மூலம் உங்கள் பிள்ளைக்கு நீங்கள் எப்படி வலுவான ஆதரவளிக்க முடியும்.*

[8] *ஒரு குழந்தை ஒரு இயலாமைக்கான உத்தியோகபூர்வ நோயறிதலைப் பெறும்போது, வழக்கமாக இருப்பதை விட வேறுபட்ட மற்றும்/அல்லது கூடுதல் வளங்கள் தேவைப்படும்போது சிறப்புக் கல்வித் தேவைகள் உள்ளதாக வகைப்படுத்தப்படுகிறது. மேலும் அதே வயதுடைய குழந்தைகளுடன் ஒப்பிடும்போது, அவர்/அவள் கற்பதில் அதிக சிரமத்தைக் காட்டுகிறார். கற்றல், அல்லது கல்வி வசதிகளைப் பயன்படுத்துவதில் சிரமம் அல்லது சில குறைபாடுகள், சமூக, கல்வி, உடல் அல்லது உணர்ச்சி செயல்பாடுகளின் அடிப்படையில்.*

உள்ளடக்க அட்டவணை

பொருத்தமான பாதையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்போது கருத்தில் கொள்ள வேண்டியவை

சாத்தியமான கல்விப் பாதைகள்

உங்கள் குழந்தையின் வாழ்க்கையில் அடுத்த முக்கிய மைல்கல் அவர் பாலர் பள்ளியிலிருந்து பள்ளிக் கல்வி வயதிற்க்கு மாறும்போது. கிடைக்கக்கூடிய விருப்பங்கள்:

1 முதன்மை தொடக்கப் பள்ளிகள்

தேசிய பாடத்திட்டம் மற்றும் முக்கிய கற்றல் சூழலை அணுகுவதற்கு அறிவாற்றல் திறன்கள் மற்றும் தழுவல் திறன்களைக் கொண்ட குழந்தைகளுக்கு இவை பொருத்தமானவை.

2 சிறப்புக் கல்விப் (SPED) பள்ளிகள்

உங்கள் பிள்ளைக்கு தனிப்பயனாக்கப்பட்ட பாடத்திட்டம் தேவைப்பட்டால் இவை பரிந்துரைக்கப்படலாம், அங்கு உங்கள் பிள்ளைக்கு அடிப்படை கல்வியறிவு மற்றும் எண்ணியல் திறன்கள் மற்றும் சிறிய குழு அமைப்புகளில் அன்றாட வாழ்க்கை மற்றும் கற்றலை நிர்வகிக்கும் தகவமைப்பு திறன்களை வளர்க்க உதவும் வகையில் அதிக தீவிரமான மற்றும் சிறப்பு ஆதரவு வழங்கப்படுகிறது.

ஒத்திவைப்பு (Deferment)

உங்கள் பிள்ளையின் மருத்துவ நிலைமைகள், சிறப்புக் கல்வித் தேவைகள் (Special Educational Needs (SEN)), தாமதமான முன்னேற்றம் அல்லது பிற சூழ்நிலைகள் காரணமாக உங்கள் குழந்தை முறையான பள்ளிக்குச் செல்லத் தயாராக இல்லை என்று மருத்துவ அல்லது ஆரம்பத் தலையீடு (Early Intervention(EI)) வல்லுநர்கள் மதிப்பிட்டால், இது பரிந்துரைக்கப்படலாம். ஆரம்பப்பள்ளி 1 அல்லது ஜூனியர் 1 இன் தொடக்கத்தை ஒத்திவைக்க நீங்கள் விண்ணப்பிக்கலாம். உங்கள் விண்ணப்பம் ஒரு தகுதி வாய்ந்த சுகாதார நிபுணரால் ஆதரிக்கப்பட வேண்டும்.



உங்கள் பிள்ளைக்கு ஏற்ற கல்விப் பாதையை நீங்கள் முடிவு செய்யும்போது, உங்கள் குழந்தையின் கற்றல் தேவைகளைப் புரிந்துகொள்வதும், ஏற்றுக்கொள்வதும், ஆதரிப்பதும், அத்துடன் அவரது பலத்தை அங்கீகரிப்பதும், மதிப்பதும், வளர்ப்பதும் முக்கியம். வெவ்வேறு பலம் கொண்ட குழந்தைகளை செயல்படுத்துவதற்கு பல கல்விப் பாதைகள் உள்ளன, மேலும் அவர்களின் உகந்த வளர்ச்சிக்காக ஒவ்வொரு வாழ்க்கை நிலையிலும் அவர்களுக்கு மிகவும் பொருத்தமான அளவில் ஆதரிக்கப்பட வேண்டும்.

உங்கள் குழந்தையின் தற்போதைய வளர்ச்சி நிலை, பலம் மற்றும் தேவைகளின் சுயவிவரம் மற்றும் பள்ளி தயார்நிலை ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் கல்விப் பாதையின் தேர்வு தீர்மானிக்கப்பட வேண்டும். உங்கள் பிள்ளைக்கு தகுந்த வகை மற்றும் வளங்களின் நிலை வழங்கப்படலாம் மற்றும் அவர்களின் திறன்களை சிறந்த முறையில் செழித்து வளர்த்துக்கொள்ள அவர்களுக்கு ஆதரவளிக்க முடியும்.

பள்ளி மாற்றங்களுக்கான முழுமையான மதிப்பீடுகள்

உங்கள் குழந்தையின் உளவியலாளர்கள் மற்றும் பிற மருத்துவ அல்லது அது சார்ந்த சுகாதார வல்லுநர்கள் (Alied Health Professionas (AHPs)) உங்கள் குழந்தைக்கு பாலர் பள்ளி மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டம் (Early Intervention Programme for Infants and Children (EIPIC)) பிறகு உங்கள் குழந்தைக்கு மிகவும் பொருத்தமான கல்வி அமைப்பைக் கண்டறிய பொருத்தமான பள்ளி இடவமைவுத் தேர்வு (School Placement Test)அல்லது பள்ளி தயார்நிலை மதிப்பீடு (School Placement Test) பரிந்துரைக்கலாம். மதிப்பீடு உங்கள் குழந்தையின் அறிவாற்றல் திறன், தகவல் தொடர்பு, சமூகத்துடன் பழகும் திறன் மற்றும் சுய-கவனிப்பு போன்ற தகவமைப்பு செயல்பாட்டு திறன்கள், அத்துடன் கல்வியறிவு மற்றும் எண்ணியல் போன்ற கல்வித் திறன்கள் பற்றிய தகவலை வழங்குகிறது.

இந்த மதிப்பீடுகள் பொதுவாக உங்கள் குழந்தை ஆரம்பப்பள்ளி 1 அல்லது ஜூனியர் 1 க்கு பதிவு செய்யவிருக்கும் ஆண்டில் நடத்தப்படும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

பொதுவான தவறான கருத்து

பொருத்தமான பள்ளி இடவமைவுத் தேர்வுஅல்லது பள்ளி தயார்நிலை மதிப்பீடு போன்ற பள்ளி மாற்றங்களுக்கு உதவுவதற்காக எனது குழந்தையை மதிப்பீட்டிற்கு அனுப்பினால், என் குழந்தை SPED பள்ளிக்குச் செல்ல வேண்டும்.

பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகளுக்கான பள்ளிகளைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் இறுதி முடிவை எடுக்கிறார்கள். மதிப்பீட்டின் மூலம், வல்லுநர்கள் உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளைப் பற்றிய சிறந்த புரிதலை உங்களுக்கு வழங்குவார்கள் மற்றும் ஆதரவின் வகை மற்றும் நிலை, அத்துடன் உங்கள் குழந்தை பயனடையும் மிகவும் பொருத்தமான கல்வி அமைப்பைப் பரிந்துரைப்பார்கள். உங்கள் பிள்ளையின் கற்றல் மற்றும் நல்வாழ்வுக்கு எந்தக் கல்வி அமைப்பு சிறந்தது என்பதைத் தீர்மானிப்பதற்கான வழிகாட்டியாக மதிப்பீடு உதவுகிறது.

எனது குழந்தை மாற்று மதிப்பீட்டின் அடிப்படையில் SPED பள்ளியில் சேர்க்கப் படுவது சிறப்பாக இருக்கும் என்று வல்லுநர்கள் பரிந்துரைத்தாலும், எனது குழந்தையை ஆரம்பப் பள்ளியில் சேர்ப்பது நல்லது, ஏனெனில் அவர் அங்கு இருக்கும் போது நன்றாக வளர்வார்.

உங்கள் குழந்தையுடன் பணிபுரியும் வல்லுநர்கள் மதிப்பீடு செய்து, அவருடைய தேவைகள் தனிப்பயனாக்கப்பட்ட திட்டத்துடன் கூடிய SPED பள்ளியில் சிறப்பாக ஆதரிக்கப்படுவதைக் கண்டறிந்தால், உங்கள் குழந்தை பரிந்துரைக்கப்பட்ட பள்ளியில் சேர்வது நல்லது. அத்துடன் ஒரு முதன்மை ஆரம்பப் பள்ளியில் கிடைக்கும் ஆதரவு, சவால்கள் மற்றும் வளங்களின் நிலை, உங்கள் பிள்ளைக்கு பயனளிக்காமல் போகலாம் அல்லது உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளை போதுமான அளவில் நிவர்த்தி செய்ய முடியாது போகலாம். SPED பள்ளிக்குச் செல்வது, உங்கள் பிள்ளைக்கு பொருத்தமான ஆதரவுடனும், தனிப்பயனாக்கப்பட்ட திட்டங்களுடனும், உங்கள் பிள்ளைக்கு ஏற்ற வேகத்தில் கற்றுக் கொள்ள உதவும், இது நீண்ட கால வளர்ச்சிக்கு சாதகமாக இருக்கும்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு எந்தக் கல்விப் பாதை சிறந்தது என்பதைப் பற்றிய தகவலறிந்த முடிவை எடுக்க மதிப்பீட்டின் முடிவுகள் உங்களுக்கு உதவும். உங்கள் குழந்தையுடன் பணிபுரியும் EI வல்லுநர்கள், பள்ளி மாறுதல்கள் பற்றிய பரிந்துரைகளை உங்களுடன் பகிர்ந்துகொள்வார்கள் மற்றும் உங்கள் குழந்தையை மதிப்பீட்டிற்கு அழைத்து வர ஊக்குவிப்பார்கள்.



மன நல விசாரிப்பு

உங்கள் பிள்ளையின் கல்விப் பாதை பற்றி முடிவெடுப்பதற்கு நேரமும் முயற்சியும் தேவை. உங்கள் குழந்தையின் பலம் மற்றும் தேவைகளைக் கண்டறிதல், அவருக்குத் தேவைப்படும் ஆதரவைப் புரிந்துகொள்வது மற்றும் பொருத்தமான பள்ளிக்கு விண்ணப்பிப்பது போன்ற பயணம் ஏற்ற தாழ்வுகள் நிறைந்ததாக இருக்கலாம். உங்கள் குழந்தையுடன் பணிபுரியும் மருத்துவ மற்றும் EI நிபுணர்களின் ஆதரவை நீங்கள் பெறலாம் என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

பள்ளி வயதுடைய விதிமுறைகளுக்கு மாறுவதைப் பற்றி நீங்கள் எப்போது சிந்திக்கத் தொடங்க வேண்டும்?

முறையான பள்ளிப் படிப்புக்கு உங்கள் குழந்தையைத் தயார்படுத்தும் போது, விருப்பங்களைக் கருத்தில் கொண்டு, உங்கள் குழந்தை, உங்களுக்கு மற்றும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கான இந்த உதவிக்குறிப்புகளைக் கவனியுங்கள்.

	K1	K2*
உங்கள் குழந்தைக்கு நீங்கள் என்ன செய்ய முடியும்	• உங்கள் குழந்தை அவர்களின் அறிவாற்றல் திறன்கள் மற்றும் தகவமைப்பு திறன்களின் அடிப்படையில் எங்குள்ளது என்பதைக் கண்டறிந்து, அவர் என்ன செய்ய முடியும் என்பதைப் பற்றி பொறுமையாகவும் விழிப்புடனும் இருக்கவும் • உங்கள் பிள்ளையின் சாத்தியமான பள்ளிக் கல்வி விருப்பங்கள் மற்றும் கிடைக்கக்கூடிய ஏற்பாடுகள் பற்றிய முக்கியமான தகவல்களைச் சேகரிக்க நேரம் ஒதுக்குங்கள் • உங்கள் பிள்ளையின் தேவைகள், சாத்தியமான மாற்றத் திட்டங்கள் மற்றும் மதிப்பீடுகள் பற்றி உங்கள் பிள்ளையின் ஆசிரியர், EI தொழில்முறை அல்லது AHPயிடம் பேசுங்கள். • தேவைப்பட்டால், ஒத்திவைப்பதைக் கவனியுங்கள்	• விண்ணப்ப செயல்முறையை முன்கூட்டியே தொடங்கவும். SPED பள்ளிகளுக்கான விண்ணப்பம் ஒரு வருடம் வரை ஆகலாம் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது • உங்கள் பிள்ளையின் திறன்கள் மற்றும் திறன்களைக் கண்டறிய தேவையான மதிப்பீடுகளுக்கு அனுப்பவும் • தேவையான அறிக்கைகளைச் சேகரித்து விண்ணப்பத் தேதிகளைக் கவனியுங்கள் • முடிந்தால் பள்ளிக்குச் செல்லவும் • பள்ளிக்குச் செல்வது பற்றி உங்கள் குழந்தையிடம் பேசுங்கள் கவலைகளை நிவர்த்தி செய்து ஒரு மூலோபாயத்தை உருவாக்குங்கள் • பள்ளியில் தனது சிறந்த முயற்சியை உங்கள் பிள்ளை செய்ய அவரைத் தயார் செய்யுங்கள்
உங்களுக்காக நீங்கள் என்ன செய்ய முடியும்	• உங்கள் நிலைமையைப் பற்றி மற்ற பெற்றோரிடம் பேசுங்கள் • உங்கள் சொந்த எதிர்பார்ப்புகள் மற்றும் நம்பிக்கைகளைப் பற்றி சிந்தியுங்கள்; தேவைப்பட்டால், அவற்றை மறுசீரமைக்கவும் • தங்குமிடங்கள் மற்றும் அறிவுறுத்தல்கள்/மாற்றங்கள் பற்றி படிக்கவும் • உங்கள் பிள்ளையின் ஆரம்பப் பள்ளி ஆண்டுகளில் என்ன ஆதரவு உள்ளது என்பதைக் கண்டறியவும்	• திறந்த மனப்பான்மையுடன் அணுகுங்கள் • கேள்விகள் கேளுங்கள் • SPED பள்ளிகளில் கல்வி அமைச்சு (Ministry Of Education (MOE)), KKH மற்றும் NUH ஏற்பாடு செய்த பெற்றோர் மன்றங்களைப் பற்றி மேலும் அறிய, உங்கள் EI வழங்குநர் அல்லது குழந்தை மருத்துவரிடம் KKH/NUH இல் பேசவும் • அடுத்த படிகளை பற்றி ஆலோசனை மற்றும் ஆதாரங்களை சேகரிக்க, பராமரிப்பாளர் ஆதரவு குழுவில் சேரவும்
உங்கள் குடும்பத்துடன் நீங்கள் என்ன செய்யலாம்	• சாத்தியமான விருப்பங்களைப் பற்றி உங்கள் குடும்பத்தினரிடம் பேசுங்கள் • உங்கள் எதிர்பார்ப்புகள், மதிப்புகள் மற்றும் நம்பிக்கைகளை ஒத்திசைக்கவும் • நீங்கள் கண்டதைப் பகிரவும்	• கற்றல் மற்றும் முடிவெடுப்பதில் பங்கேற்க உங்கள் வாழ்க்கைத் துணையை அழைக்கவும் • தாத்தா பாட்டிகளுடன் எல்லைகளை விளக்கி நிறுவவும் • புதிய நடைமுறைகள் பழக்கமாக நேரத்தை அனுமதிக்கவும்

*உங்கள் குழந்தை PI சேர்க்கையை ஒத்திவைத்திருந்தால், அதே செயல்முறை பொருந்தும், ஆனால் 1 வருடம் கழித்து

உள்ளடக்க அட்டவணை

என் இளைய சுயத்திற்கு ஒரு கடிதம்

டெரன்ஸ் லூ தன்னால் முடிந்தால், தனது இளையவருக்கு என்ன சொல்வேன் என்று பகிர்ந்து கொள்கிறார். இயலாமை இருந்தபோதிலும் அவர் எவ்வாறு முரண்பாடுகளை சமாளிக்க முடிந்தது என்பதைக் காட்டும் ஊக்கமளிக்கும் வீடியோ இது.

வீடியோவை பார்க்க **இங்கே** கிளிக் செய்யவும்.

ஆட்டிசம் ஸ்பெக்ட்ரம் கோளாறு உள்ள குழந்தையை வளர்ப்பது

நோவாவுக்கு மூன்று வயதில் ஆட்டிசம் ஸ்பெக்ட்ரம் கோளாறு (ASD) இருப்பது கண்டறியப்பட்டது. சிங்கப்பூர் தேசிய பல்கலைக்கழகத்தில் படிக்கும் போதே உதவித்தொகை பெறுபவராக வளர்ந்தார்.

ASD உடைய குழந்தையை வளர்ப்பதில் அவரது தாயார் மேடம் புளோரன்ஸ் கோவின் தனிப்பட்ட அனுபவங்களைப் பற்றி படிக்க **இங்கே** கிளிக் செய்யவும்.

மேலும் படித்தல் மற்றும் தகவல்

- செயல்படுத்தும் வழிகாட்டியின் வாழ்க்கை நிலைப் பக்கம் உங்கள் குழந்தை கடந்து செல்லும் பல்வேறு நிலைகள் மற்றும் மாற்றங்கள் பற்றிய தகவலை வழங்குகிறது, மேலும் உங்கள் குழந்தைக்காக நீங்கள் கருத்தில் கொள்ள விரும்பும் பல்வேறு விருப்பங்களையும் வழங்குகிறது.
- செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி சேவை கோப்பகம் உங்கள் குழந்தைக்கு பொருத்தமான சேவை வழங்குநரைக் கண்டறிய உதவுகிறது.
- ஸ்கூல்பேக் செய்திமடலில் (SchoolBag Newsletter) முக்கிய மற்றும் SPED பள்ளிகளில் திட்டங்கள் மற்றும் ஆதரவு பற்றிய தகவல்கள் உள்ளன.
- ரெயின்போ மையம் ஆரம்பகால தலையீடு திட்டங்கள் EIP மாற்றத்திற்குப் பிந்தைய பெற்றோருக்கான வழிகாட்டி, செயல்முறையின் பல்வேறு நிலைகள் பற்றிய தகவல்களையும், அதற்கான உதவிக்குறிப்புகள் மற்றும் ஆதாரங்களையும் வழங்குகிறது.

வெவ்வேறு கல்வி வழிகளைப் புரிந்துகொள்வது

முதன்மை ஆரம்பப் பள்ளிகள்

அனைத்து முதன்மை பள்ளிகள்

தேசிய பாடத்திட்டம் மற்றும் முக்கிய கற்றல் சூழலை அணுகுவதற்கு அறிவாற்றல் திறன்கள் மற்றும் தகவமைப்பு திறன்களைக் கொண்ட குழந்தைகளுக்கு முதன்மை தொடக்கப் பள்ளிகள் பொருத்தமானவை. லேசான ஆட்டிசம் ஸ்பெக்ட்ரம் கோளாறு, கவனக்குறைவு அதிவேகக் கோளாறு (ADHD), டிஸ்லெக்ஸியா, செவித்திறன் குறைபாடு மற்றும் பார்வைக் குறைபாடு உள்ளிட்ட சிறப்புக் கல்வித் தேவைகள் (Special Educational Needs (SEN)) உள்ள மாணவர்களுக்கு முதன்மை தொடக்கப் பள்ளிகள் உதவுகின்றன.

முக்கிய ஆரம்பப் பள்ளிகளில் பள்ளி அடிப்படையிலான ஆதரவுகள் கிடைக்கின்றன. ஆசிரியர்கள் தங்கள் வகுப்புகளில் SEN உடன் மாணவர்களுக்கு ஆதரவளிப்பதற்கான அடிப்படை புரிதல் மற்றும் உத்திகளைக் கொண்டுள்ளனர். சிறப்புத் தேவைகளில் பயிற்சி பெற்ற ஆசிரியர்கள் (Teachers trained in Special Needs) மற்றும் சிறப்புப் பணியாளர்கள் (கற்றல் மற்றும் நடத்தை ஆதரவு) (Allied Educator (Learning and Behavioural Support)), தலையீடு மற்றும் ஆதரவு திட்டங்கள் மற்றும் கூடுதல் உதவி தேவைப்படும் குழந்தைகளுக்கான பிற ஏற்பாடுகள் போன்றவற்றில் பயிற்சி பெற்ற ஆசிரியர்களும் உள்ளனர். SEN உடன் உங்கள் பிள்ளைக்கு சிறந்த ஆதரவளிக்கும் பள்ளிகளைத் தீர்மானிக்க உதவும் தகவலைப் பெற, நீங்கள் MOE-இன் பள்ளிக் கண்டுபிடிப்பான்-ஐப் (SchoolFinder) பார்க்கவும். உங்கள் பிள்ளைக்கு கூடுதல் ஆதரவு தேவைப்பட்டால், **பதிவு செய்தவுடன் இது பள்ளிக்குத் தெரிவிக்கப்பட வேண்டும், இதனால் தகுந்த ஆதரவை வழங்க முடியும்.**

உள்ளடக்க அட்டவணை

சிறப்புக் கதைகள்

உங்கள் குழந்தையை ஒரு முக்கிய பள்ளிக்கு தயார்படுத்துதல்

SEN உடனான உங்கள் குழந்தை ஒரு முதன்மை பள்ளியில் படிக்கும் போது உங்களுக்கு கவலைகள் இருக்கலாம். "அவர்களால் சமாளிக்க முடியுமா?" போன்ற கேள்விகள் மற்றும் "அவர்கள் பொருந்துவார்களா?" என்பவை உங்கள் மனதில் ஓடலாம். முதன்மை கல்வி உளவியலாளர், இணைப் பேராசிரியர் (டாக்டர்) மரியம் அல்ஜுனிட், SEN-உடைய குழந்தைகள் முக்கியப் பள்ளிகளில் என்ன எதிர்பார்க்கலாம் என்பதையும் பெற்றோர்கள் எவ்வாறு சரிசெய்தல் செயல்முறையை முடிந்தவரை சீராகச் செய்யலாம் என்பதையும் பகிர்ந்து கொள்கிறார். பேராசிரியர் மரியம் என்ன பகிர்ந்து கொள்கிறார் என்பதைப் படிக்க இங்கே கிளிக் செய்யவும்.



ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் கற்றுக்கொள்வதற்கும் வெற்றி பெறுவதற்கும் ஆற்றல் வளம் உள்ளது

டிஸ்லெக்ஸியா நோயால் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தையின் பெற்றோராக, ஃப்ளோரா தனது குழந்தையின் கலையின் மீதான வலுவான பேரார்வத்தையும் உளச்சார்பையும் கண்டு பிடித்த திருப்புமுனையை நினைவு கூர்ந்தார். அவரது பள்ளியுடன் சேர்ந்து, அவரது கலை முயற்சிகளுக்கு ஆதரவளித்தார் அவர் தனது திறமையால் ஏராளமான பாராட்டுகளையும் விருதுகளையும் குவித்தார். அவளுடைய கதையையும் அவள் எப்படி வளர உதவினாள் என்பதையும் படிக்க இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

முதன்மை பாடசாலைகளில் விசேட தேவையுடைய மாணவர்களுக்கு உதவுதல்

ரோசித் பள்ளியின் இணை கல்வியாளர் (கற்றல் மற்றும் நடத்தை ஆதரவு) திரு முகமது அஸ்ஹரி பின் பாசிரன், பிரதான பள்ளிகளில் SEN உடன் மாணவர்களை ஆதரிப்பதில் தனது அனுபவத்தையும் கண்ணோட்டத்தையும் பகிர்ந்து கொள்கிறார். அவரது அனுபவத்தைப் படிக்க இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

நியமிக்கப்பட்ட முதன்மை பள்ளிகள்

மிதமான முதல் ஆழமான செவித்திறன் இழப்பு அல்லது பார்வைக் குறைபாடு உள்ள குழந்தைகளுக்கு சிறப்பு ஆதரவை வழங்கும் நியமிக்கப்பட்ட பிரதான பள்ளிகள் உள்ளன.

அத்தகைய பள்ளிகளின் சூழல், கலாச்சாரம் மற்றும் திட்டங்களைப் பற்றி மேலும் அறிய, நீங்கள் பள்ளிகளின் இணையதளங்களைப் பார்வையிடலாம், அவர்களின் திறந்த இல்லங்களில் கலந்து கொள்ளலாம் அல்லது Schoolbag ஐ பார்வையிடலாம் மற்றும் முக்கிய பள்ளிகளில் திட்டங்கள் மற்றும் ஆதரவு பற்றி மேலும் அறியலாம்.

எனது மாணவர் வாழ்க்கையை திரும்பிப் பார்க்கிறேன்

முற்றிலும் காது கேளாத டான் சியூ லிங், பள்ளிப் படிப்பின் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்கிறார். அவர் தனது இயலாமைக்கு உதவிய வளங்களைப் பற்றியும், தன்னைப் போன்ற குழந்தைகளை கல்வி எவ்வாறு உள்ளடக்கியது என்பதைப் பற்றியும் பேசுகிறார். அவரது கதையைப் படிக்க இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

ஆதரவு அளிக்கும் பயணத்தை வழிநடத்துதல்

மன இறுக்கம் கொண்ட குழந்தையின் பெற்றோரான க்ளென், தனது குழந்தையின் தேவைகளைப் புரிந்து கொள்வதிலும் ஆதரவளிப்பதிலும் அவரும் அவரது குடும்பத்தினரும் எதிர்கொண்ட சவால்களைப் பகிர்ந்து கொள்கிறார். அவரது கவனிப்புப் பயணத்தில் போராட்டங்கள் இருந்தபோதிலும், அவர் நேர்மறையாகவும், அவளது கற்றல் மற்றும் வளர்ச்சிக்காகவும் அர்ப்பணிப்புடன் இருக்கிறார். அவரது அனுபவம் மற்றும் அவர் தனது குழந்தை மீது வைத்திருக்கும் நம்பிக்கையைப் பற்றி படிக்க இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

பாலர் பள்ளியிலிருந்து ஆரம்பப் பள்ளிக்கு மாற்றுவதன் மூலம் உங்கள் குழந்தையை எப்படி ஆதரிப்பது என்பது பற்றி இங்கே மேலும் அறிக.

கருத்தில் கொள்ள வேண்டிய பிற விஷயங்கள் பின்வருமாறு:

- வீட்டிலிருந்து பள்ளியின் தூரம்; மற்றும்
- உங்கள் குழந்தையின் ஆர்வங்கள் மற்றும் பள்ளியில் உள்ள இணை பாடத்திட்ட செயல்பாடுகள்

உங்கள் குழந்தை பள்ளியில் சேர்க்கப்பட்ட பிறகு, பள்ளியின் சூழல், திட்டங்கள் மற்றும் தொடர்புடைய பள்ளி பணியாளர்களுக்கு உங்கள் குழந்தைக்கு அறிமுகப்படுத்தும் திட்டத்தைப் பற்றி விவாதிக்க, தேவைப்பட்டால், நீங்கள் நேரடியாக பள்ளியைத் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

விண்ணப்ப செயல்முறை

MOE முதன்மை 1 (P1) பதிவுப் பயிற்சி பொதுவாக ஆண்டுதோறும் ஜூலை முதல் ஆகஸ்ட் வரை நடைபெறும். முடிவுகள் அறிவிக்கப்படும் நாளில் எஸ்எம்எஸ் மூலம் பதிவு முடிவுகள் பெற்றோருக்கு தெரிவிக்கப்படும். P1 பதிவு பற்றி இங்கே மேலும் அறிக.

உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

பள்ளியைத் தேர்ந்தெடுக்கும்போது இந்த பரிந்துரைகளை நீங்கள் பரிசீலிக்க விரும்பலாம்:

- உங்கள் பிள்ளையை பள்ளி வயது விதிகளுக்கு மாற்றுவதற்கு தயார்படுத்துங்கள் மற்றும் உங்கள் பிள்ளையின் மருத்துவர் மற்றும்/அல்லது EI வல்லுநர்கள், அவருடைய தற்போதைய பாலர் பள்ளி மற்றும் சாத்தியமான சேரும் பள்ளிகளை அணுகவும். உங்கள் குழந்தையின் தேவைகள் மற்றும் தேவையான ஆதரவைப் பற்றி அறிய இந்த முக்கிய பணியாளர்களிடம் பேசுங்கள்.
- பள்ளிகளின் கலாச்சாரம் மற்றும் திட்டங்களைப் பற்றி மேலும் அறியவும். உங்கள் பிள்ளையின் தேவைகள் மற்றும் விருப்பத்தேர்வுகள் எங்கு **சிறப்பாகப் பொருத்தப்படும் மற்றும் ஆதரிக்கப்படும்** என்பதைக் கவனியுங்கள்.
- இந்த ஆய்வுச் செயல்பாட்டில் உங்கள் குழந்தை ஈடுபடட்டும். உங்கள் குழந்தையுடன் பள்ளிகளின் திறந்த இல்லங்களுக்குச் செல்லுங்கள் அல்லது பள்ளிகளின் இணையதளங்களைப் பார்வையிடவும் மற்றும் மேலும் அறிய பணியாளர்களுடன் பேசவும். முடிந்தால், உங்கள் குழந்தை சுற்றுச்சூழலுடன் வசதியாக இருக்கிறதா என்பதைப் பார்க்க நீங்கள் மனதில் வைத்திருக்கும் பள்ளிக்குச் செல்ல ஏற்பாடு செய்யுங்கள். உங்கள் பிள்ளை புதிய பள்ளியை விரும்பினால், பள்ளி வருகை உங்கள் பிள்ளைக்கு ஊக்கமளிக்கும் மற்றும் எதிர்நோக்குவதற்கு அவர்களுக்கு ஊக்கமளிக்கும்.
- முடிந்தால், உங்கள் வாழ்க்கைத் துணையுடன் திறந்த இல்லங்களுக்குச் செல்லுங்கள் அல்லது பள்ளியின் இணையதளத்தைப் பார்வையிட்டு, மேலும் தெரிந்துகொள்ள பணியாளர் ஒருவரிடம் பேசுங்கள்.
- MOE இன் வழிகாட்டியைப் பார்த்து "ஆரம்பப் பள்ளியை எவ்வாறு தேர்வு செய்வது" மற்றும் என் குழந்தைக்கு எந்தப் பள்ளி? சிறப்புக் கல்வியுடன் கூடிய குழந்தைகளுக்கான பெற்றோர் வழிகாட்டி SEN உடன் உங்கள் குழந்தைக்கு சிறந்த ஆதரவளிக்கும் பள்ளியை அடையாளம் காண வேண்டும்".
- உங்கள் பிள்ளையை சிறப்புக் கல்விப் (SPED) பள்ளிக்கு அனுப்புவதை நீங்கள் கருத்தில் கொண்டால், MOE இன் வழிகாட்டியான "விதிவிலக்கான வாழ்க்கைக்கான சிறப்புக் கல்வி: சிங்கப்பூரில் உள்ள சிறப்புக் கல்விப் பள்ளிகளுக்கான தகவல் வழிகாட்டி" மற்றும் MOE இணையதளத்தில் உள்ள SPED பள்ளிகளைப் பார்க்கவும்.

சிறப்புக் கல்விப் பள்ளிகள்

உங்கள் பிள்ளைக்கு அதிக அளவிலான கல்வி ஆதரவு தேவைப்பட்டால், அவர் தனிப்பயனாக்கப்பட்ட பாடத்திட்டம் மற்றும் அவரது அடிப்படை கல்வியறிவு மற்றும் எண்ணியல் திறன், அத்துடன் தகவமைப்பு திறன்கள் ஆகியவற்றில் கூடுதல் ஆதரவைப் பெறுவதன் மூலம் பயன் பெறலாம். (எ.கா. தகவல் தொடர்பு திறன், அன்றாட வாழ்க்கை தேவைகளை நிர்வகிப்பதற்கான திறன்கள், மற்றவர்களுடன் பழகுவதற்கான திறன்கள் மற்றும் அவர்களின் உணர்ச்சிகளை நிர்வகிப்பதற்கான திறன்கள்). அனைத்து சிறப்புக் கல்விப் (SPED) பள்ளிகளும் மிதமான மற்றும் கடுமையான சிறப்புக் கல்வித் தேவைகள் Special Educational Needs (SEN)) உள்ள குழந்தைகளுக்கு தீவிரமான மற்றும் தனிப்பயனாக்கப்பட்ட பாடத்திட்டத்தை வழங்குகின்றன.

SPED விண்ணப்ப படிவத்தை தேவையான ஆவணங்களுடன் உங்கள் முதல் தேர்வு SPED பள்ளியில் சமர்ப்பிக்கலாம். முதன்மை தொடக்கப் பள்ளிகளைப் போலவே, வெவ்வேறு விண்ணப்ப காலக்கெடுவும் உங்கள் குழந்தை SPED பள்ளிகளில் தொடங்குவதற்கு முந்தைய ஆண்டாகும். SPED இன் நகல் விண்ணப்பப் படிவம் மற்றும் அதனுடன் இணைந்த பயனர் வழிகாட்டி, அத்துடன் SPED விண்ணப்ப தேதிகள் ஆகியவற்றை MOE-இன் இணையதளத்தில் காணலாம்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

விண்ணப்ப செயல்முறையில் இந்த பரிந்துரைகளை நீங்கள் பரிசீலிக்க விரும்பலாம்:

- விண்ணப்பப் படிவத்தில் **சிறப்புக் கல்விப் பள்ளிகளின் மூன்று தேர்வுகள் வரை நீங்கள் குறிப்பிடலாம்.** தகுதிவாய்ந்த நிபுணர்களால் செய்யப்படும் கல்வி சார்ந்த இடத் தேர்வு மதிப்பீடு மற்றும் பரிந்துரைகள், உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளுக்கு பள்ளியின் திட்டத்தின் பொருத்தம் மற்றும் வீடு பள்ளி தூரம் ஆகியவை முக்கிய பரிசீலனைகளாகும்.
- வெவ்வேறு பள்ளிகள் விண்ணப்பிப்பதற்கு வெவ்வேறு காலக்கெடுவைக் கொண்டிருக்கலாம் என்பதை நினைவில் கொள்ளவும்.
- தேவையான அனைத்து ஆவணங்களையும் கவனமாக இணைக்கவும். தேவையான **அனைத்து** ஆவணங்களும் சமர்ப்பிக்கப்பட்டால் மட்டுமே விண்ணப்பங்களைச் செயல்படுத்த முடியும்.
- விண்ணப்பத்தைச் சமர்ப்பித்த நாளிலிருந்து **மூன்று முதல் ஆறு மாதங்களுக்குள்** விண்ணப்பத்திற்கான முடிவைப் பெறுவீர்கள். விண்ணப்பத்தைச் சமர்ப்பித்த ஒரு மாதத்திற்குள் அவர்களிடமிருந்து நீங்கள் தகவல் பெறவில்லை என்றால், உங்கள் விண்ணப்ப நிலையைப் பற்றித் தகவல் அறிய நீங்கள் விண்ணப்பிக்கும் SPED பள்ளியையும் நீங்கள் தொடர்பு கொள்ளலாம்.
- நீங்கள் சலுகைக் கடிதத்தைப் பெற்ற நாளிலிருந்து **இரண்டு வாரங்களுக்குள்** உங்கள் குழந்தையைப் பள்ளியில் பதிவு செய்யுங்கள்.
- விண்ணப்ப செயல்முறை பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

மேலும் படித்தல் மற்றும் தகவல்

- அடிக்கடி கேட்கப்படும் கேள்விகள்
- SchoolFinder | MOE
- SEN வளங்கள்
- பள்ளிகளில் கிடைக்கும் ஆதரவைப் பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, இயக்குதல் வழிகாட்டி யைப் பார்க்கவும்.

ஒத்திவைப்பு

உங்கள் பிள்ளையின் கல்வியின் அடுத்த கட்ட நுழைவை ஒத்திவைத்தல் (அதாவது பாலர் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டம் (EIPIC) பிறகு). **ஒரு தகுதிவாய்ந்த உடல்நலம் மற்றும்/அல்லது முன்கூட்டிய தலையீடு (EI) நிபுணரால்** (உங்கள் பிள்ளைக்கு முறையான பள்ளிப்படிப்புக்குத் தேவையான திறன்களை வளர்த்துக் கொள்ள கூடுதல் நேரம் தேவைப்படும்போது) சிறப்புச் சூழ்நிலைகளில் மட்டுமே ஒத்திவைப்பு பரிந்துரைக்கப்படுகிறது. ஒத்திவைப்புக்கான ஒவ்வொரு கோரிக்கையும் MOE ஆல் கவனமாக பரிசீலிக்கப்படும் மற்றும் ஒரு தகுதி வாய்ந்த சுகாதார நிபுணரால் ஆதரிக்கப்பட வேண்டும். மேலும் தகவலுக்கு MOE இன் ஒத்திவைப்பு விண்ணப்பப் படிவத்தைப் பார்க்கவும்.

EIPIC இலிருந்து மதிப்பீடு மற்றும் பரிந்துரையைப் பெற்றவுடன், விண்ணப்பத்திற்கு மருத்துவ நிபுணரின் மருத்துவ குறிப்பு தேவையில்லை.

உங்கள் குழந்தை ஒத்திவைக்க பரிந்துரைக்கப்பட்டால் நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது என்ன?

- கட்டாயக் கல்விச் சட்டத்திற்கு இணங்க, பள்ளிப்படிப்பின் அடுத்த கட்டத்திலிருந்து ஒத்திவைக்கப்படும் எந்தவொரு குழந்தையும் ஒத்திவைப்பு காலம் முழுவதும்(கட்டமைக்கப்பட்ட வீட்டுப் பள்ளிக்கு MOE ஆல் விலக்கு அளிக்கப்படாவிட்டால்). பாலர் பள்ளி அல்லது EI மையத்தில் கலந்துகொள்ள வேண்டும்
- ஒத்திவைப்புக் காலத்தின் போது, உங்கள் பிள்ளை இலக்கான ஆதரவையும், பள்ளிக்குத் தேவையான அறிவு மற்றும் திறன்களுடன் அவரை தயார்படுத்துவதற்கான வாய்ப்புகளையும் பெறுவது பரிந்துரைக்கப்படுகிறது.
- உங்கள் குழந்தையின் முன்னேற்றத்தை நீங்கள் தொடர்ந்து கண்காணித்து மதிப்பாய்வு செய்ய வேண்டும் மற்றும் ஒத்திவைப்பு ஆண்டு முடிவதற்குள் பொருத்தமான கல்வி தெரிவுகளைப் பரிந்துரைக்க ஒரு நிபுணரை அணுகவும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

சிறப்புக் கதைகள்

SEN உள்ள உங்கள் குழந்தைக்கான பள்ளியைக் கண்டறியவும்

SEN உள்ள அனைத்து குழந்தைகளில் 20% அரசு நிதியுதவி பெறும் சிறப்புக் கல்விப் பள்ளி ஒன்றில் படிக்கின்றனர். MOE இல் உள்ள முதன்மை கல்வி உளவியலாளர் டாக்டர் சோங் சூட் லிங், சிறப்புக் கல்விப் பாடத்திட்டத்தில் மாற்றங்கள் மற்றும் உங்கள் குழந்தைக்கான சிறப்புக் கல்விப் பள்ளியை எவ்வாறு தேர்வு செய்வது என்பது பற்றி விரிவாகக் கூறுகிறார். டாக்டர் சோங்கின் ஆலோசனையைப் படிக்க இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

எனது குழந்தையின் SPED பள்ளிக் கல்வியாளர்களுடன் தனிப்பட்ட கல்வித் திட்டத்தின் மூலம் வீடு மற்றும் பள்ளியை இணைத்தல்

நீங்களும் உங்கள் பிள்ளையின் பள்ளியும் தங்கள் பள்ளியில் உங்கள் பிள்ளையின் தேவையைப் பூர்த்தி செய்ய தனிப்பயனாக்கப்பட்ட தனிப்பட்ட கல்வித் திட்டத்தை உருவாக்குவதற்கு எவ்வாறு ஒத்துழைக்க முடியும் என்பதைப் படிக்க இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

நீ தனியாக இல்லை

மன இறுக்கம் கொண்ட ஒரு பதின்ம வயது மகனுடன் ஒரு தாய், தனது சிறப்பு குழந்தையை வளர்ப்பதில் இருந்து கற்றுக்கொண்ட பாடங்களைப் பகிர்ந்து கொள்கிறார். சக பெற்றோருக்கு அவர் எழுதிய கடிதத்தைப் படிக்க இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

ஒன்றாக பயணம்: நட்பை உருவாக்குதல் – ஈடன் பள்ளி மற்றும் இளவரசி எலிசபெத் தொடக்கப்பள்ளி

பொதுவான செயல்பாடுகள் மற்றும் பொதுவான நலன்களால் நட்பு பிறக்கிறது. ஜெய்லன் லாய் மற்றும் பிரவினா பத்மநாதனுக்கு, பேட்மிண்டன் விளையாடுவதே அவர்களின் நட்பை மலர அனுமதித்தது. இளவரசி எலிசபெத் பிரைமரி ஸ்கூலில் 'ப்ளே இன்க்ளூசிவ்' (Play Inclusive) திட்டத்தின் ஒரு பகுதியாக, ஆட்டிசம் உள்ள குழந்தையும், ஈடன் பள்ளியில் படிக்கும் மாணவருமான ஜெய்லன், பிரவினாவை எப்படிச் சந்தித்தார் என்பதை அறிய இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

சிறப்புத் தேவைகள் கொண்ட குழந்தைக்கு கல்வி கற்பித்தல்

மன இறுக்கம் கொண்ட தன் மகனுடன் ஒரு தாய் கொண்ட அன்பு, அவனுக்குப் பொருத்தமான பள்ளியைத் தேர்ந்தெடுப்பது உட்பட, கல்வி மற்றும் சுய-கண்டுபிடிப்பின் குறிப்பிடத்தக்க பயணத்திற்கு வழி வகுத்தது. பிருந்தாவின் கதையைப் படிக்க இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்கள் குழந்தையின் மாற்றத்தை எளிதாக்க நீங்கள் என்ன செய்யலாம்

உங்கள் பிள்ளைக்கு பாலர் பள்ளி/ குழந்தைகள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கான ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டத்திலிருந்து (EIPIC) முதன்மையான ஆரம்ப அல்லது சிறப்புக் கல்விப் (SPED) பள்ளிக்கு மாறுவதை உறுதிசெய்ய, நீங்கள் வல்லுநர்கள், பள்ளி மற்றும் உங்கள் குழந்தையுடன் இணைந்து./ அவள் சேர்ந்து, மாற்றங்களுக்கு ஏற்ப மாறுவதற்கு பணியாற்றலாம்.

மன நல விசாரிப்பு

மாற்றம் உங்களுக்கும் உங்கள் குழந்தைக்கும் சவாலானது

- உங்கள் குழந்தையின் பலம் மற்றும் தேவைகளை நீங்கள் அவதானிக்கும்போது அவரைப்பற்றிய உங்கள் நம்பிக்கைகள், கனவுகள் மற்றும் எதிர்பார்ப்புகள் ஆகியவை சரிசெய்யப்பட வேண்டியிருக்கும்.
- உங்கள் குழந்தை அடுத்த பள்ளிக்குச் செல்லும்போது (அது உங்கள் ஆசைகளைப் பூர்த்தி செய்யலாம் அல்லது பூர்த்தி செய்யாமல் இருக்கலாம்), நீங்கள் சோகமாகவோ அல்லது கவலையாகவோ உணரலாம்.
- உங்களை ஆதரிப்பதற்கான வழிகளைக் கண்டறியவும். இந்த மாற்றக் காலம் முழுவதும் உங்களுக்கும், உங்கள் குழந்தைக்கும், உங்கள் குடும்பத்துக்கும் சிறந்த பலனை உறுதிசெய்ய உங்கள் சொந்த உணர்ச்சி, மன மற்றும் உடல் ஆரோக்கியத்தில் சிறப்பு கவனம் செலுத்துவது மிகவும் முக்கியம்.

வளர்ச்சித் தேவைகள் மற்றும் இயலாமைக்கான குறிப்பிட்ட ஆதரவுக் குழுக்களுக்கான வளங்கள் கீழே பட்டியலிடப்பட்டுள்ளன:

- செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி – ஆதரவு குழுக்கள்
- Caring.SG ஆதாரங்கள் (உறுப்பினர்களுக்கு மட்டும், பதிவு இலவசம்)

பல்வேறு பள்ளி/சமூக சேவை நிறுவனம் (Social Service Agency) சார்ந்த பெற்றோர் ஆதரவு குழுக்களையும் ஆராயுங்கள்.

- உங்கள் குழந்தை அடுத்த பள்ளிக்கு முன்னேறுவதை நீங்கள் பார்க்கும்போது, பயணத்தில் உங்கள் குழந்தை செய்யும் ஒவ்வொரு சிறிய முன்னேற்றத்தையும் கொண்டாட நினைவில் கொள்ளுங்கள். வெற்றியின் இந்த தருணங்கள் உங்களுக்கு எதிர்காலத்திற்கான தைரியத்தை அளிக்கும்.
- குடும்பத்தில் குறிப்பிடத்தக்க பெரியவர்களை ஈடுபடுத்துங்கள் (எ.கா. தாத்தா பாட்டி) என்றாலும், முடிந்தவரை ஆய்வு செயல்முறை. உங்கள் முடிவையும் திட்டங்களையும் அவர்கள் எவ்வளவு அதிகமாகப் புரிந்துகொண்டு ஆதரிக்கிறார்களோ, அவ்வளவு எளிதாக உங்கள் பிள்ளையின் வாழ்க்கையின் அடுத்த கட்டத்திற்கு ஒரு ஒருங்கிணைந்த குடும்பமாக உதவ முடியும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்கள் குழந்தையை வருங்கால பள்ளிக்ககாத் தயாரிக்கவும்

ஒரு கல்வி அமைப்பிலிருந்து அடுத்த நிலைக்குச் செல்லவும், சுமூகமாக மாறவும் உங்கள் பிள்ளைக்கு உங்களின் ஆதரவு தேவை. **உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு ஆதரவு மற்றும் தொடர்பு புள்ளியின் முக்கிய தூண் நீங்கள்**. உங்கள் குழந்தை புதிய சூழலுக்குள் நுழைவதற்கு முன், உங்கள் பிள்ளையின் அடுத்த பள்ளியுடன் நீங்கள் தொடர்பு கொள்வதும், தகவலை வழங்குவதும் மிகவும் முக்கியமானது.



உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

- உங்கள் பிள்ளை சேரும் பள்ளியுடன் **தொடர்பைத் தொடங்குங்கள்** மற்றும் உங்கள் பிள்ளையின் தேவைகளைப் பற்றி பள்ளியில் சேரும் இடத்தில் ஊழியர்களைச் சந்திக்க ஏற்பாடு செய்யுங்கள்.

- அறிக்கைகள் (எ.கா. தொழில் வல்லுநர்களின் மதிப்பீடுகள், மாறுதல் அறிக்கைகள்) மற்றும் உங்கள் குழந்தையின் ஆரம்பகால தலையீடு (EI) மையம், பாலர் பள்ளி அல்லது உங்கள் குழந்தை பெறும் பள்ளியில் பயன்படுத்தும் பொருட்கள் மற்றும் சாதனங்களிலிருந்து கல்வித் திட்டங்கள் போன்ற **தகவல்களைப் பகிரவும்**. இந்தத் தகவல் பெறும் சேரும் பள்ளி உங்கள் குழந்தையைப் பற்றிய சிறந்த புரிதலைப் பெறவும், உங்கள் குழந்தைக்குத் தேவையான ஆதரவைத் திட்டமிட்டு வழங்கவும் உதவுகிறது, இதனால் அவர் ஒரு வலுவான அடித்தளத்துடன் தொடங்கலாம் மற்றும் பள்ளியில் சுமூகமாக ஒருங்கிணைக்க முடியும்.

  a. உங்கள் குழந்தை முதன்மையான ஆரம்பப் பள்ளியில் சேரும் பட்சத்தில், உங்கள் பிள்ளையின் கல்வியாளர் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்று நீங்கள் விரும்புகிற தேவைகள் இருந்தால், நீங்கள் பள்ளிக்கு முன்கூட்டியே தெரிவிக்கலாம் (எ.கா. பள்ளி நுழைவதற்கு முந்தைய ஆண்டு அக்டோபர்).

  b. உங்கள் குழந்தை சிறப்புக் கல்வி (SPED) பள்ளிகளில் சேர்ந்தால், SPED பள்ளி விண்ணப்ப படிவத்தில், உங்கள் குழந்தையைப் பற்றிய இந்த முக்கிய தகவலை நீங்கள் வழங்க வேண்டும்.

- உங்கள் குழந்தையின் பள்ளியுடன் **தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.** பள்ளி உங்கள் குழந்தை பற்றிய அறிவிப்புகளை வழங்கும். அதே சமயம், உங்கள் பிள்ளையை ஒன்றாக ஆதரிப்பதற்காக பள்ளி மற்றும் ஆசிரியர்களுடன் வெளிப்படையாகப் பகிரவும், தொடர்ந்து தொடர்பு கொள்ளவும் பெற்றோர்கள் ஊக்குவிக்கப்படுகிறார்கள். ஆதரவுத் திட்டங்களைப் பற்றி விவாதிக்க, உங்கள் குழந்தையின் EI கல்வியாளர்கள் மற்றும்/அல்லது பாலர் கல்வியாளர்களை நீங்கள் உங்கள் பிள்ளை சேரும் பள்ளியுடன் இணைக்கலாம்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்கள் குழந்தையை தயார் செய்யுங்கள்

இது உங்கள் குழந்தைக்கு ஒரு புதிய சூழலாக இருக்கும் என்பதால், உங்கள் பிள்ளைக்கு சுற்றுச்சூழலை அறிமுகப்படுத்தவும், அவருக்கு சில மாற்றங்களை விளக்கவும் நீங்கள் குழந்தையுடன் சிறிது நேரம் பேச வேண்டும்.

உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

- **சுதந்திரத்தை உருவாக்குதல்:** பெரும்பாலான ஆரம்பகால தலையீடு (EI) திட்டங்களில் உங்கள் குழந்தையின் K2 ஆண்டு முடிவதற்குள் பள்ளி தயார்நிலை திட்டம் இருக்கும். தனியார் நிரல்களும் கிடைக்கின்றன. உங்கள் குழந்தைப் பராமரிப்புக் கல்வியாளர், கற்றல் உதவிக் கல்வியாளர் (LSEd), தொடர்புடைய சுகாதார நிபுணர் (AHP) அல்லது EI கல்வியாளர் ஆகியோரைக் கொண்டு வீட்டிலும் சமூகத்திலும் இந்தத் திறன்களை வலுப்படுத்த நீங்கள் எவ்வாறு உதவலாம் என்பதைச் சரிபார்க்கவும்.

- **சமூக மற்றும் மன நலத் தயார்நிலையை உருவாக்குங்கள்:** உங்கள் குழந்தையின் சமூக மற்றும் மன நல வளர்ச்சி குறித்து அவரது EI வழங்குனருடன் கலந்துரையாடுங்கள். உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளைத் தெரிவிப்பதற்கும், அடாவடித்தனத்திலிருந்து பாதுகாப்பதற்கும் உத்திகள் பற்றி EI வழங்குநரிடம் கேட்டு இந்த விவாதத்தைத் தொடங்கலாம். புதிய பள்ளி வாழ்க்கையை எளிதாக்குவதற்கு உங்கள் குழந்தைக்கான நண்பர் அமைப்புகளைப் பற்றி சேரும் பள்ளியில் உள்ள ஆசிரியர்களுடன் நீங்கள் கலந்துரையாடலாம் (எ.கா. சில பள்ளிகள் பள்ளியில் உயர் மட்டத்தில் உள்ள மாணவர்களை கீழ்நிலை மாணவர்களுக்கு நண்பர்களாக நியமிக்கின்றன).

- **வகுப்பறை எதிர்பார்ப்புகள் மற்றும் பள்ளி விதிகளை வெளிப்படையாக விளக்குங்கள்:** பள்ளியின் சில விதிகள், மதிப்புகள் மற்றும் எதிர்பார்க்கப்படும் நடத்தைகள் (எ.கா. எப்படி அவர் அமர்ந்திருக்க வேண்டும் என்பதை) விளக்குவதன் மூலம் உங்கள் பிள்ளையை புதிய பள்ளியில் நுழையத் தயார்படுத்தலாம். பாடத்தின் போது மேசை அல்லது இடைவேளையின் போது உணவு வாங்குவதற்காக கேண்டீனுக்கு நடந்து செல்ல அவரது வகுப்பு தோழர்களை எவ்வாறு பின்தொடர்வது). பொறுமையாக உங்கள் குழந்தைக்கு இந்த எதிர்பார்ப்புகளை மீண்டும் சொல்லிக்கொடுக்க தயாராக இருங்கள்.

- **ஆரோக்கியமான வேலை மற்றும் ஓய்வு வழக்கத்தை உருவாக்க உதவுங்கள்:** உங்கள் குழந்தைக்கு போதுமான தூக்கம் இருப்பதை உறுதிப்படுத்தவும். உங்கள் குழந்தை ஆரோக்கியமாக இருப்பதையும், பள்ளியில் பலவிதமான செயல்களில் ஈடுபடத் தயாராக இருப்பதையும் உறுதிப்படுத்த ஆரோக்கியமான உணவுமுறையும் முக்கியம்.

- **கண்காணித்தல்:** உங்கள் பிள்ளை புதிய பள்ளியில் தொடங்கும் போது, உங்கள் பிள்ளையின் நடத்தை, தூக்க முறை, பசியின்மை போன்றவற்றில் ஏதேனும் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டுள்ளதா என்பதைக் கவனித்து, கவனத்தில் கொள்ளவும். சில குழந்தைகள் புதிய பள்ளிக்கு ஏற்றவாறு இந்த மாற்றங்களில் சிலவற்றைச் சந்திக்கலாம் மற்றும் உங்கள் குழந்தை மாற்றத்தை எப்படிச் சமாளிக்கிறது என்பதைப் பற்றிய ஒரு யோசனையை உங்கள் குழந்தை உங்களுக்குக் கொடுக்கலாம்.



உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்கள் குழந்தையை ஆரம்பப் பள்ளிக்குத் தயார்படுத்துவதற்கான கூடுதல் உதவிக்குறிப்புகளுக்கு, பெற்றோர்கள் தங்கள் குழந்தைகளை ஆரம்பப் பள்ளிக்குத் தயார்படுத்துவதற்கு MOE இன் கருவி வளங்களைப் பார்க்கவும்:

- பெற்றோர் கிட்: பாலர் பள்ளியிலிருந்து தொடக்கப்பள்ளிக்கு மாறுதல்
- உங்கள் குழந்தையை ஒரு புதிய பள்ளிக்கு தயார்படுத்துதல்: கூடுதல் தேவைகள் உள்ள குழந்தைகளின் பெற்றோருக்கான ஆதார கிட்
- உங்கள் ஆரம்பப் பள்ளி 1 பயணத்தைத் தொடங்குதல்

இந்த மாற்றத்திற்குத் தயாராகும் போது, நீங்கள் பின்வருவனவற்றைக் கருத்தில் கொள்ளலாம்:

- உங்கள் பிள்ளை தொடக்கப்பள்ளிக்குச் செல்லும்போது, கல்விப் பாதைகளுக்கு இடையே முடிவெடுப்பதில் தலையீடு மற்றும் மாணவர் பராமரிப்பு விருப்பங்கள்.
- உங்கள் பிள்ளையின் பலம், ஆர்வங்கள் மற்றும் பொழுதுபோக்குகளைத் தொடர்ந்து வளருங்கள்.

வீட்டில் பள்ளி தயார்நிலையை வலுப்படுத்துதல்

அனெட் தனது மூன்று சிறுவர்களுக்கு முழுநேர பராமரிப்பாளராக உள்ளார், அவர்கள் அனைவருக்கும் ஆடிசம் இருப்பது கண்டறியப்பட்டது. வீட்டில் நல்ல கற்றல் பழக்கத்தை எவ்வாறு ஊக்குவிப்பது மற்றும் ஆரம்பப் பள்ளிக்கு தனது சிறுவர்களைத் தயார்படுத்துவதற்கு அவர் பயன்படுத்தும் வளங்களைப் பற்றி அவர் பகிர்ந்து கொள்கிறார்.

நேர்காணலைப் பார்க்க ***இங்கே*** கிளிக் செய்யவும்.

உங்களையும் உங்கள் குடும்பத்தையும் தயார் செய்யுங்கள்

உங்கள் குழந்தை மற்றும் அவர்களின் வருங்கால பள்ளியுடன் பேசிய பிறகு, இந்த மாற்றத்திற்கு உங்களையும் உங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களையும் தயார்படுத்துவதும் முக்கியம்.

உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

- **உங்களையும் உங்கள் பிள்ளையையும் சரிசெய்ய சிறிது நேரம் கொடுங்கள்.** வளர்ச்சித் தேவைகளைக் கொண்ட குழந்தை ஒரு புதிய சூழலில் நன்கு குடியேறுவதற்கு குறைந்தது மூன்று மாதங்கள் ஆகும். சரிசெய்தல் காலம் உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்திற்கும் ஒரே மாதிரியாக இருக்கும்.

- **நடைமுறைகளை மாற்றுவதற்கு தயாராகுங்கள்.** உங்கள் குழந்தை புதிய பள்ளிக்குச் செல்லும் போது உங்கள் வீட்டு நடைமுறைகள் மற்றும் அட்டவணைகள் சரிசெய்யப்பட வேண்டியிருக்கும். இந்த மாற்றங்களை நிர்வகித்த குடும்பங்கள், குழந்தை மற்றும் குடும்பத்தை ஆதரிக்க ஒரு கால அட்டவணையை அமைப்பது பயனுள்ளதாக இருக்கும் என்று கண்டுபிடித்துள்ளன. மாற்றங்கள் மற்றும் அவர்கள் என்ன எதிர்பார்க்கலாம் என்பதை விளக்க உங்கள் பிள்ளையிடம் பேசுங்கள்.

- **இடையக காலங்களை உருவாக்கவும்.** இந்த மாற்றத்தின் போது உங்கள் பிள்ளை கவலையுடன் இருப்பதாகத் தோன்றினால், புதிய பள்ளி வழக்கத்திற்கு ஏற்ப கூடுதல் நேரத்தைக் கொடுத்து அவருக்கு ஆதரிக்கலாம். எ.கா. சுற்றுச்சூழலைப் பற்றி நன்கு தெரிந்துகொள்ள உங்கள் குழந்தையை காலையில் பள்ளிக்கு அழைத்துச் செல்லலாம். அல்லது, மாற்றத்தைப் பற்றிய கவலை இயல்பானது என்பதை விளக்க உங்கள் பிள்ளையிடம் நீங்கள் பேசலாம் மற்றும் பயணத்தின் ஒவ்வொரு அடியிலும் உங்கள் ஆதரவையும் பள்ளியின் ஆதரவையும் அவருக்கு உறுதியளிக்கவும். பள்ளியிலோ அல்லது வீட்டிலோ உங்கள் பிள்ளைக்கு அதிக ஆதரவு தேவைப்படும் சந்தர்ப்பங்களில் உங்கள் தனிப்பட்ட மற்றும் பணி அட்டவணையை நீங்கள் சரிசெய்ய வேண்டியிருக்கலாம். உங்கள் குழந்தையுடன் எப்படி நேரத்தை செலவிடலாம் என்பதைப் பற்றி உங்கள் துணை மற்றும்/அல்லது பிற குடும்ப உறுப்பினர்களிடம் பேசுங்கள்.

- **உங்கள் பிள்ளைக்கு பள்ளி நடைமுறைகளைப் பழக்கப்படுத்துங்கள்.** பள்ளி சூழலை பிரதிபலிக்கும் செயல்பாடுகள் மற்றும் அடிப்படை விதிகளின் அட்டவணையை நீங்கள் அறிமுகப்படுத்தலாம். கூடுதலாக, அடுத்த பள்ளியில் உங்கள் குழந்தை சொந்தமாகச் செய்யக்கூடிய பணிகளை (எ.கா. அவரது பொருட்களை எடுத்துச் செல்லுதல் மற்றும் தயார் செய்தல்) ஆகியவற்றை கற்பிப்பதும் பயிற்சி செய்வதும் உதவியாக இருக்கும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

04

உங்களையும் உங்கள் குடும்பத்தையும் ஆதரித்தல்



உள்ளடக்க அட்டவணை

முந்தைய அத்தியாயங்கள் உங்கள் குழந்தை மற்றும் அவரது வளர்ச்சி மற்றும் உங்கள் குழந்தையின் முன்னேற்றம் மற்றும் மாற்றத்திற்கு நீங்கள் எவ்வாறு உதவலாம் என்பதை மையமாகக் கொண்டிருந்தன. இந்த அத்தியாயத்தில், உங்கள் கவனத்தை முதன்மையான பராமரிப்பாளருக்கு மாற்றுகிறோம்.

உங்கள் பிள்ளைக்கு உங்களால் முடிந்ததைச் செய்ய முயற்சிக்கும் போது உங்கள் பங்கு வலுவூட்டுவதாகவும் கடினமான பணியாகவும் தோன்றலாம். **உங்கள் குழந்தைகளையும் குடும்பத்தையும் கவனித்துக் கொள்ள, நீங்கள் முதலில் உங்களை நன்றாக கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும். உங்களுக்கான ஆதரவு உள்ளது என்பதை அறிந்து, உதவியை நாடுவது பரவாயில்லை.**

உங்களால் எப்படி முடியும் என்பதற்கான சில வளங்களை இந்த அத்தியாயம் வழங்குகிறது:

- ஒரு பராமரிப்பாளராக உங்களைச் சித்தப்படுத்துங்கள்;
- பராமரிப்பாளராக ஆதரவை நாடுங்கள்;
- வலுவான குடும்ப ஆதரவு அமைப்பை உருவாக்குங்கள்; மற்றும்
- எதிர்காலத்திற்கான திட்டமிடுத்துங்கள்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

ஒரு பராமரிப்பாளராக உங்களை எவ்வாறு தயார் செய்துகொள்வது

நீங்கள் அறிவையும் திறமையையும் பெறும்போது, உங்கள் குழந்தை மற்றும் உங்கள் குடும்பத்தை சிறப்பாக ஆதரிக்கும் நம்பிக்கையைப் பெறுவீர்கள். நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பதைப் புரிந்துகொள்ளும் மற்ற பராமரிப்பாளர்களுடன் உறவுகளை உருவாக்குவது உங்கள் கவனிப்பு வழங்கும் பயணத்தில் உங்களை ஆதரிக்கும்.

தொடங்குவதற்கு நீங்கள் செய்யக்கூடிய பல விஷயங்கள் உள்ளன:

கிடைக்கக்கூடிய பயிற்சி வகுப்புகள் மற்றும் சமூக நிகழ்வுகளைப் பார்க்கவும்:

a. பராமரிப்பாளர்களுக்கான பயிற்சி மானியம் (AIC) (Caregivers Training Grant – AIC) உங்கள் அன்புக்குரியவர்களை சிறப்பாகக் கவனித்துக்கொள்வதற்காக தினசரி பராமரிப்பு மற்றும் உளவியல் ஆதரவு போன்ற பல்வேறு தலைப்புகளை உள்ளடக்கிய அங்கீகரிக்கப்பட்ட படிப்புகளை பராமரிப்பாளர்களுக்கு வருடாந்திர மானியத்தை வழங்குகிறது.

b. SkillsFuture சிங்கப்பூரில் பலவிதமான பராமரிப்பு படிப்புகள் உள்ளன, அவை புதிய திறன்களைப் பெறுவதற்கும் ஏற்கனவே உள்ளவற்றை மேம்படுத்துவதற்கும் உங்கள் SkillsFuture தொகையைப் பயன்படுத்த அனுமதிக்கும்.

c. "என்னெபலிங் கைட்" - டின் நிகழ்வுகளுக்கான இனையத்தளப் பக்கம், உடற் குறை உள்ளவர்களுக்கும் தங்கள் பராமரிப்பாளர்களுக்கும், உள்ளடக்கிய சமுதாய நடவடிக்கைளைப் பற்றியத் தகவல்களை தொகுக்கிறது. (https://www.enablingguide.sg/events)

d. CaringSG இன் CAREconnect நடவடிக்கைகள், கவனிப்பு அறிவு மற்றும் திறன்களை உருவாக்குகின்றன, குடும்பப் பிணைப்பை மேம்படுத்துகின்றன, மேலும் அக்கம் பக்கத்தினர் மற்றும் சமூகப் பங்காளிகளுடன் குடும்பங்களின் தொடர்பை வலுப்படுத்துகின்றன.

e. பெற்றோருக்குரிய ஆதரவு வழங்குநர்கள் பெற்றோருக்குரிய பயிற்சி மற்றும் ஆதரவை வழங்குகிறார்கள், இது உங்களுக்கு உதவியாக இருக்கலாம்.

பொருத்தமான பராமரிப்பாளர் ஆதரவுக் குழுவைக் கண்டறியவும் அல்லது CaringSG இலிருந்து ஒரு நண்பரைக் கோரவும்

a. செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி(Enabling Guide) யானது இயலாமை வகைகளின் அடிப்படையில் ஆதரவுக் குழுக்களின் பட்டியலைத் தொகுத்துள்ளது, இது உங்கள் கவனிப்புப் பயணத்தில் உங்களுக்கு ஆதரவளிக்கும் தளத்தில் சேர உங்களை அனுமதிக்கிறது.

b. CaringSG பொருத்தமான பெற்றோர் ஆதரவு குழுக்களுக்கு ஆதரவையும் அணுகலையும் வழங்குகிறது. CaringSG இல் உறுப்பினராக சேரும்போது நண்பருக்காகவும் நீங்கள் கோரலாம்.

c. உங்கள் ஆரம்பகால தலையீடு (EI) மையம்/ EI வழங்குநரால் ஆதரவு குழு சேவைகளை வழங்க முடியுமா என்று கேளுங்கள்.

பயனுள்ள வளங்களைப் பெற பின்வரும் இணையதளங்களைப் பார்வையிடவும்

a. "என்னெபலிங் கைட்" - டின் தளம் உடற் குறை உள்ளவர்களுக்கும் தங்கள் பராமரிப்பாளர்களுக்கும் முதல் தேர்வாக அமைகிறது. (https://www.enablingguide.sg/)

b. வாழ்வுக்காகக் குடும்பங்களின் பெற்றோருக்குரிய வளங்கள் (Families For Life Parenting Resources) பெற்றோருக்குரிய வளங்களை வழங்குகிறது மற்றும் உங்களுக்கு கிடைக்கக்கூடிய திட்டங்களை விவரிக்கிறது.

c. ஆரோக்கியமான மற்றும் சுறுசுறுப்பான வாழ்க்கை முறையை எவ்வாறு வழிநடத்துவது என்பது குறித்த வளங்கள், தகவல்கள் மற்றும் பரிந்துரைகளை Health-Hub கொண்டுள்ளது.

d. CaringSG உறுப்பினர் வளம் பக்கம் உங்கள் குழந்தையுடன் பிணைப்பு மற்றும் உங்கள் குழந்தையின் ஆர்வங்கள் மற்றும் திறமைகளை வளர்ப்பதற்கான நடவடிக்கைகளைக் கண்டறிய உதவும் ஆதாரங்களின் பட்டியல், ஆர்வம் சார்ந்த செயல்பாடுகள் மற்றும் உள்ளடக்கிய சமூக இடங்களுக்கான இணைப்புகளை வழங்குகிறது.

உள்ளடக்க அட்டவணை

ஒரு பராமரிப்பாளராக நீங்கள் அணுகக்கூடிய மானியங்கள்

பராமரிப்புடன் தொடர்புடைய செலவுகள் காலப்போக்கில் கூடும். ஏற்படும் செலவுகளைச் சமாளிக்கவும் நிர்வகிக்கவும் உதவ, உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் பல்வேறு திட்டங்கள் உள்ளன. இந்தத் திட்டங்களின் கூடுதல் விவரங்கள் கீழே பட்டியலிடப்பட்டுள்ளன.

அரசாங்கத்தின் நிதியுதவியுடன் கூடிய ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டங்களுக்குக் கிடைக்கும் மானியங்கள்

தனிநபர் குடும்ப வருமானத்தின் அடிப்படையில், குழந்தைகளுக்கும் பிள்ளைகளுக்குமான ஆரம்பகால தலையீட்டுத் திட்டம் (Early Intervention Programme for Infants and Children (EIPIC)), கூடுதல் வளர்ச்சி ஆதரவு (Development Support-Plus (DS-Plus)) மற்றும் வளர்ச்சி ஆதரவு - கற்றல் ஆதரவு (Development Support - Learning Support (DS-LS)) திட்டங்களுக்கு தகுதி பெறும் குடும்பங்கள் தானாகவே வருமானம் பரிசோதிக்கப்பட்ட மானியங்களுக்கு பரிசீலிக்கப்படுகின்றன. மானியங்களுக்குப் பிறகு, சிங்கப்பூர் குடிமக்களாக இருக்கும் குழந்தைகளுக்கான கட்டணம் மாதத்திற்கு $5 முதல் $430 வரை இருக்கும். இந்த மானியங்கள் பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு உங்கள் ஆரம்பகால தலையீடு (Early Intervention (EI)) சேவை வழங்குநரைத் தொடர்பு கொள்ளவும்.

EI சேவை வழங்குநர்கள் கூடுதலான உதவி தேவைப்படும் குடும்பங்களுக்கு கூடுதல் நிதி உதவியை வழங்குகிறார்கள். எடுத்துக்காட்டாக, உங்கள் குடும்பத்தில் EI சேவைகள் தேவைப்படும் பல குழந்தைகள் அல்லது நீண்ட கால பராமரிப்பு தேவைப்படும் பல சார்புடையவர்கள் இருந்தால், உங்கள் மானியங்களை மதிப்பாய்வு செய்ய நீங்கள் கோரலாம்.

மானியங்கள் எவ்வாறு தீர்மானிக்கப்படுகின்றன?

வருமான சோதனை மூலம் அதிக மானியங்கள் வழங்கப்படும்:

எடுத்துக்காட்டாக, நீங்கள் குடும்ப வருமானம் $8,000 (அதாவது தனிநபர் குடும்ப வருமானம் $2,000) கொண்ட நான்கு உறுப்பினர் குடும்பமாக இருந்தால், உங்கள் குழந்தைக்கு மானியங்களுக்குப் பிறகு EIPIC செலவு மாதத்திற்கு $130 ஆக இருக்கும்.



தொடர்புடைய திட்டங்களுக்கான கட்டணங்கள் பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, தொடர்புடைய EI திட்டங்களைப்பற்றிய எஸ்ஜி எனேபல் எனும் இயலாமை உள்ளோருக்கான நல்வாழ்வு நிலையம் (SG Enable) இன் இணையதளத்தைப் பார்க்கவும்.

மற்ற EI திட்டம் தொடர்பான மானியங்கள்

நிதியளிக்கப்பட்ட திட்டங்களுக்காக அரசாங்கத்தின் EI திட்ட மானியங்களுக்கு அப்பால், பராமரிப்பாளர்கள் பின்வருவனவற்றையும் தட்டலாம்:

- VWO போக்குவரத்து மானியம் (VWO Transport Subsidy (VWOTS) Scheme) திட்டம், EI மையங்கள், SPED பள்ளிகள், நாள் செயல்பாட்டு மையங்கள் (DACகள்), அடைக்கல பட்டறைகள் (SWs) மற்றும் சிறப்பு மாணவர் பராமரிப்பு மையங்கள் (SSCCs) ஆகியவற்றை அணுக, சமூக சேவை நிறுவனங்கள் (SSAs) வழங்கும் பிரத்யேக போக்குவரத்து தேவைப்படும் தகுதியான மாற்றுத்திறனாளிகளாகிய சிங்கப்பூர் குடிமக்கள் மற்றும் நிரந்தர குடியிருப்பாளர்கள் ஆதரவளிக்கிறது.
- துணைபுரியும் தொழில்நுட்ப நிதி (Assistive Technology Fund) உங்கள் குழந்தையின் கற்றல் மற்றும் வளர்ச்சிக்கு உதவும் துணைபுரியும் தொழில்நுட்பம் (Assistive Technology) முன்கூட்டியே ஏற்றுக்கொள்வதை ஊக்குவிக்கவும் உள்ளது.
  - **துணைபுரியும் தொழில்நுட்பம் என்பது ஒரு நபரின் அன்றாட வாழ்வில் அவரது அன்றாட செயல்பாடுகளைச் செய்வதற்கான திறன்களை அதிகரிப்பதன் மூலம் அவரை மேம்படுத்துவதற்காக வடிவமைக்கப்பட்ட சாதனங்கள் மற்றும் மென்பொருளைக் கொண்டுள்ளது.** துணைபுரியும் தொழில்நுட்பம் இன் எடுத்துக்காட்டுகளில் செவிப்புலன் கருவிகள், சக்கர நாற்காலிகள், தகவல் தொடர்பு பலகைகள், பேச்சு வெளியீட்டு மென்பொருள் மற்றும் பல அடங்கும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

பராமரிப்பாளர்களுக்கான நிதி ஆதரவு

பராமரிப்பு மற்றும் அன்றாடப் பராமரிப்புச் செலவுகளைச் சமாளிக்க நிதி உதவித் திட்டங்கள் மற்றும் மானியங்கள் உள்ளன.

- **கவனிப்பு:**
  - i. வீட்டு பராமரிப்பு மானியம் (Home Caregiving Grant (HCG)) என்பது குறைந்தபட்சம் நிரந்தர மிதமான இயலாமையுடன் உங்கள் அன்புக்குரியவரை ஆதரிப்பதற்கான $200 மாதாந்திர ரொக்கப் பணம் ஆகும்.
  - ii. பராமரிப்பாளர்களுக்கான பயிற்சி மானியம்.
  - iii. மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கான வெளிநாட்டு வீட்டுப் பணியாளர் லெவி சலுகை குடும்பங்கள் FDW லெவியை சலுகை விகிதத்தில் செலுத்த அனுமதிக்கிறது. (Foreign Domestic Worker (FDW) Levy Concession for Persons with Disabilities).
- **வரிச்சலுகைகள்:** ஊனமுற்ற குழந்தை நிவாரணம் (Handicapped Child Relief) உங்கள் குழந்தைக்கு ஆதரவாக உங்கள் முயற்சிகளை அங்கீகரிக்க உங்களுக்கு வழங்கப்படுகிறது.
- **ComCare:** உங்கள் குடும்பத்திற்கு குறுகிய, நடுத்தர மற்றும் நீண்ட கால ஆதரவை வழங்குகிறது.

குறைந்த வருமானம் கொண்ட குடும்பங்களுக்கு, குழந்தைகள் வாழ்க்கையில் நல்ல தொடக்கத்தைப் பெறுவதற்கு KidSTART கிடைக்கிறது. உங்கள் குழந்தைக்கு உதவ உங்கள் பயணத்தில் KidSTART எப்படி உதவக்கூடும் என்பது பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, உங்கள் குழந்தையின் பாலர் பள்ளியைத் தொடர்புகொள்ளவும்.

வளர்ச்சி குறைபாடுகள் பதிவேடு (Developmental Disabilities Registry) அடையாள அட்டையானது, வளர்ச்சி குறைபாடுகள் உள்ள நபர்களை அடையாளம் கண்டு, தகுந்த உதவியைப் பெறுவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது. அட்டை தாரர்களுக்கான சேவைகளுக்கு தள்ளுபடி விலைகள் மற்றும் பங்கேற்கும் நிறுவனங்கள் வழங்கும் பல்வேறு வசதிகளுக்கான அணுகலை வழங்கும் நன்மைகள் திட்டத்தையும் இந்த அட்டை வழங்குகிறது.

உங்களுக்கும், உங்கள் குழந்தைக்கும், உங்கள் குடும்பத்துக்கும் மேலே உள்ள நிதி உதவி மற்றும் ஆதரவு பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, செயல்படுத்தும் வழிகாட்டியைப் பார்க்கவும்.

உங்கள் குடும்பத்திற்கு நிதி உதவிக்கு மேல் மற்றும் அதற்கு அப்பால் முழுமையான ஆதரவு தேவைப்பட்டால், கூடுதல் உதவிக்கு உங்களுக்கு அருகிலுள்ள குடும்ப சேவை மையத்தை (FSC) நீங்கள் அணுகலாம். உங்கள் அருகிலுள்ள (Family Service Centre) ஐக் கண்டறிய, MSF கோப்பகத்தைப் பார்வையிடவும். நீங்கள் SupportGoWhere ஐப் பார்க்கவும், இது உங்களுக்கு எந்த ஆதரவுத் திட்டங்கள் பொருத்தமானதாக இருக்கும் என்பதைச் சரிபார்க்க உதவுகிறது.

உங்கள் குடும்பத்தை ஈடுபடுத்துதல்

கவனிப்புப் பயணத்தில், உங்கள் குழந்தையையும் உங்களையும் சிறப்பாகக் கவனித்துக்கொள்வதற்கு குடும்ப உறுப்பினர்களின் ஆதரவு பயனுள்ளதாக இருக்கலாம்.

பெற்றோர்களாகிய நீங்கள், உங்கள் குழந்தைக்கும், உங்களுக்கும், உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும் நாளுக்கு நாள் கட்டமைப்பைக் கொடுக்கவும், கணிக்க முடியாத தன்மை மற்றும் மன அழுத்தத்தைக் குறைக்கவும் நீங்கள் நடைமுறைகளை உருவாக்கலாம். உங்கள் குழந்தை மற்றும் குடும்பத்திற்கான நடைமுறைகளை அமைப்பதற்கான சில பயனுள்ள வளங்களை இங்கே காணலாம்.

ஒவ்வொரு குழந்தையும் தனித்தன்மை வாய்ந்தது போல், ஒவ்வொரு குடும்பமும் தனித்தன்மை வாய்ந்தது - உங்கள் குடும்பத்திற்கு எது சிறந்தது என்பதை நிறுவுவதில் நிறைய சோதனை மற்றும் பிழைகள் இருக்கும். **குடும்ப இயக்கவியல் உருவாக நேரம் எடுக்கும்.** நீங்கள் முயற்சியை கைவிட நினைக்கும் நேரங்கள் இருக்கலாம், ஆனால் ஆதரவுடன் நீங்கள் மீண்டும் முயற்சியை தொடரலாம். உங்கள் குழந்தைக்கும், உங்களுக்கும், உங்கள் குடும்பத்திற்கும் எது சிறந்தது என்பதைப் பற்றிய உங்கள் புரிதலை ஆழப்படுத்த ஒவ்வொரு அனுபவத்தையும் பயன்படுத்தவும். சரிசெய்து மீண்டும் முயலவும்! **நீங்கள் முயற்சியை கைவிட நினைக்கும் போது, ஓய்வு எடுத்து உதவி கேட்கவும்.**

உள்ளடக்க அட்டவணை

“

பயணம் நீண்டதாக இருக்கலாம், ஆனால் சூரிய ஒளியை உள்ளே அனுமதித்தால் அது வெளிச்சமாக இருக்கும்.

”

டாக்டர் லிம் ஹாங் ஹுவே
குழந்தை மருத்துவர், ரோஃபி கிளினிக் & போர்டு சேர், CaringSG

பொதுவான தவறான கருத்து

எனது குழந்தையின் வளர்ச்சிப் பிரச்சினைகள் குறித்து முழுமையாகத் தெரிவிக்கப்படாததால் அல்லது கல்வி கற்காததால் எனது குடும்பத்தினரால் எந்த வகையிலும் உதவ முடியாது.

உங்கள் பிள்ளையின் தேவைகளைப் பற்றி உங்கள் குடும்பத்தினருக்குக் கற்பிக்கப்படாவிட்டாலும், நடைமுறைப் பராமரிப்புப் பணிகளில் அவர்கள் உதவலாம். உங்கள் பிள்ளையின் சிகிச்சையாளர்களால் பகிர்ந்து கொள்ளப்படுவது போன்ற எளிய உத்திகளை மேற்கொள்வது இதில் அடங்கும்.

நான் செய்யும் அளவுக்கு என் வாழ்க்கை துணை நம் குழந்தைக்கு உதவாததால் என் வாழ்க்கை துணை நம் குழந்தையைப் பற்றி கவலைப்படுவதில்லை.

உங்கள் பிள்ளையின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்யும்போது உங்கள் வாழ்க்கை துணை குழப்பம் அல்லது மனச்சோர்வை அனுபவிக்கலாம். உங்கள் வாழ்க்கை துணை உதவியற்றவராக உணரலாம், மேலும் உங்கள் குழந்தைக்கு உதவ நீங்கள் மிகவும் திறமையானவர் என்று நினைக்கலாம். சூழ்நிலையை ஏற்றுக்கொள்ள உங்கள் வாழ்க்கை துணைக்கு நேரம் கொடுங்கள் மற்றும் தேவைப்பட்டால் ஆலோசகர்களிடமிருந்து மேலும் உதவியை நாடவும். தம்பதிகள் மற்றும் குடும்பமாக உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியைத் தரும் சிறிய விஷயங்களைத் தொடர்ந்து செய்யுங்கள். உங்கள் குழந்தையுடன் அவருடைய தொடர்புகள் மற்றும் பிணைப்பு நேரங்கள் ஆகியவற்றில் உங்கள் வாழ்க்கை துணையை நிறைவு செய்யுங்கள்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

உங்கள் வாழ்க்கை துணையுடன் குழுப்பணியை வலுப்படுத்துதல். உங்கள் குழந்தையைப் பராமரிப்பதில் ஈடுபட்டுள்ள வாழ்க்கை துணை உங்களுக்கு இருக்கலாம் அல்லது இல்லாமல் இருக்கலாம். குழந்தை பராமரிப்பில் ஈடுபாடுள்ள ஒரு துணை இருந்தால், உங்கள் வாழ்க்கை துணைக்கு அவருடைய சொந்த நம்பிக்கைகள், எதிர்பார்ப்புகள், கனவுகள், மற்றும் பெற்றோருக்குரிய பாணி இருக்கலாம். உங்கள் இருவருக்கும் வெவ்வேறு பலம் மற்றும் சவால்கள், சமாளிக்கும் வழிமுறைகள், தகவல் தொடர்பு நடை மற்றும் சிக்கலைத் தீர்க்கும் அணுகுமுறைகள் இருக்கலாம். மிக முக்கியமாக, உங்கள் பிள்ளையின் தேவைகளைப் புரிந்துகொள்வதற்கான அவரது சொந்தப் பயணத்தை உங்கள் துணைவர் கொண்டிருப்பார், அது உங்களுடையது போலவே இருக்கலாம் அல்லது இல்லாமலும் இருக்கலாம். பெற்றோர்களாகிய உங்கள் வேறுபாடுகளைச் சரிசெய்ய நீங்கள் எடுக்கக்கூடிய சில படிகள் இங்கே உள்ளன.

- புரிந்து கொள்ள முதலில் முயலுங்கள்:
  - பொதுவான தன்மைகள் இருக்கும் இடத்தில், வலிமை மற்றும் தைரியத்திற்காக உங்களை நீங்களே இணைத்துக் கொள்ளலாம்.
  - வேறுபாடுகள் இருக்கும் இடத்தில், கடினமாக இருந்தாலும், உங்கள் வேறுபாடுகளை ஏற்றுக்கொண்டு மதிக்கலாம்.
  - சவால்கள் இருக்கும் இடத்தில், நீங்கள் ஒருவருக்கொருவர் உதவலாம் மற்றும் ஒருவருக்கொருவர் பொறுமையாக இருக்கலாம்.
- சில புள்ளிகளில் உடன்படாமல் இருக்க நீங்கள் ஒப்புக் கொள்ளலாம். இருப்பினும், நீங்கள் கூட்டாகச் செயல்படலாம் மற்றும் உங்கள் பிள்ளையைப் பராமரிப்பதற்கான உங்கள் பாத்திரங்கள் மற்றும் பொறுப்புகள் குறித்து ஒருமித்த கருத்துக்கு வரலாம்.
- உங்கள் வாழ்க்கை துணையின் உணர்ச்சித் தேவைகளைத் தொடர்ந்து பூர்த்தி செய்யுங்கள், ஏனெனில் அது உங்கள் வாழ்க்கை துணையின் நம்பிக்கையை வளர்க்கும் மற்றும் உங்கள் கூட்டாண்மையை வலுப்படுத்த உதவும்.

குடும்ப உறுப்பினர்களின் உதவியைப் பெறுதல். சிங்கப்பூர் குடும்பங்களில், தாத்தா, பாட்டி, மாமா மற்றும் அத்தை போன்ற கூட்டு குடும்ப உறுப்பினர்கள் குடும்ப இயக்கவியலில் பெரும் பங்கு வகிக்கின்றனர். இந்த தாக்கங்கள் நேர்மறையாகவும் எதிர்மறையாகவும் இருக்கலாம். உங்கள் வாழ்க்கை துணையைப்



உள்ளடக்க அட்டவணை

போலவே, குடும்ப உறுப்பினர்களும் உங்கள் வளர்ச்சித் தேவைகளுடைய (DN) உங்கள் குழந்தையைப் பற்றி தங்கள் சொந்த நம்பிக்கைகளைக் கொண்டுள்ளனர்.

- அவர்கள் நேர்மறையான தாக்கங்கள் அல்லது ஆதரவின் ஆதாரங்கள் என்று நீங்கள் கருதினால், அவர்களின் உதவியை முன்கூட்டியே பெறவும். ஆதரவின் நிலை மற்றும் வகைகள் (நிதி, நடைமுறை அல்லது மனநல) கூட்டு குடும்ப உறுப்பினர்களின் திறன் மற்றும் உதவியைப் பெறுவது தொடர்பான உங்கள் ஆறுதல் நிலை ஆகியவற்றைப் பொறுத்தது.
- இருப்பினும், தாக்கங்கள் எதிர்மறையாக, உதவியற்றதாக இருந்தால், அது உங்களை மன ரீதியாக சோர்வடையச் செய்வதைக் கண்டால், நீங்கள் ஆரோக்கியமான எல்லைகளை வரையலாம். உங்களுக்காகவும், உங்கள் குழந்தைக்காகவும், உங்கள் குடும்பத்திற்காகவும் உங்கள் குழந்தையைப் பற்றிய உரையாடல்களை குறைந்தபட்சமாக வைத்திருக்கலாம்.
- குடும்ப அங்கத்தினர்கள் நல்லதாக இருக்கலாம், ஆனால் நீங்கள் அனுபவிப்பதை அவர்கள் அனுபவிக்காமல் இருக்கலாம். எனவே, அவர்களின் புரிதல் குறைவாக இருக்கலாம். உங்கள் கூட்டுக் குடும்பத்தில் உள்ள உறுப்பினர்கள் உங்களை நன்றாகப் புரிந்துகொள்வதற்காக, அவர்களுக்குத் தெரிவிக்கவும், விளக்கவும், கல்வி கற்பிக்கவும் வேண்டியிருக்கலாம்.

உடன்பிறந்தவர்களை ஆதரிப்பது மற்றும் அவர்கள் புரிந்து கொள்ள உதவுவது. DN உடைய உங்கள் பிள்ளைக்கு பொதுவாக வளரும் உடன்பிறப்புகள் (மூத்த அல்லது இளைய) அவரது சொந்த தேவைகளுடன் இருக்கலாம். சில சமயங்களில், DN உடைய குழந்தையின் உடன்பிறப்புகள் ஒரு சாதாரண குடும்ப வாழ்க்கை மற்றும் சாதாரண உடன்பிறப்புகளுக்கான கனவுகள் மற்றும் நம்பிக்கைகளை இழந்து வருந்தலாம். சில உடன்பிறப்புகள் குறைந்த அன்பு பெறுவதாகவும் மற்றும் புறக்கணிக்கப்பட்டதாகவும் உணரலாம் அல்லது அவர்கள் பொறாமை மற்றும் வெறுப்பை உணரலாம். மற்றவர்கள் DN உடைய தங்களுடைய உடன்பிறந்தவர்களுக்காக வருந்துகிறார்கள், மேலும் நீங்கள் அவரை கவனித்துக்கொள்வதினால் உங்கள் மன அழுத்தத்தை அவர்கள் கவனித்து நல்ல குழந்தையாக இருக்க முயற்சி செய்யலாம். DN உடைய உங்கள் குழந்தையை கவனித்துக்கொள்வதில் சிறிது ஓய்வு நேரம் இருக்கும்போது, நீங்கள் பின்வருவனவற்றைச் செய்யலாம்:



உள்ளடக்க அட்டவணை

- பள்ளிக்கு அழைத்துச் செல்வது அல்லது பல்பொருள் அங்காடிக்கு குழந்தையை அழைத்துச் செல்வது போன்ற வழக்கமான செயல்களில்கூட ஒவ்வொரு குழந்தையுடனும் தனிப்பட்ட நேரத்தை உருவாக்குங்கள்.
- உங்கள் குழந்தையின் உடன்பிறப்புகளுக்கு உங்கள் சூழ்நிலைகளை விளக்கவும், அவர்களுடன் செலவிட உங்களுக்கு சில நேரங்களில் நேரம் கிடைக்காமல் போகலாம் என்பதையும் விளக்கவும்.
- அவர்கள்மீதான உங்கள் அன்பை அவர்களுக்கு உறுதிப்படுத்தி, அவர்கள் சோகமாக உணரும் போதெல்லாம் உங்களுடன் வந்து பேச அவர்களை ஊக்குவிக்கவும்.
- DN உடைய உங்கள் குழந்தையை கவனித்துக் கொள்ளத் தயாராக இருக்கும் உடன்பிறப்புகளுக்கு, அவர்களைப் பங்கேற்க அனுமதிக்கவும், அவர்களின் வயதுக்கு ஏற்ற மற்றும் சாத்தியமான பணிகளைக் கொடுத்து உதவவும்.
- உடன்பிறந்தவர்களை உடன்பிறப்பு ஆதரவுக் குழுக்களில் சேர ஊக்குவிக்கவும், அதனால் அவர்கள் அதே அனுபவங்களைக் கொண்ட மற்றவர்களுடன் துணையைக் காணலாம். செயல்படுத்துதல்வழிகாட்டியானது முறைசாரா ஆதரவு குழுக்களின் பட்டியலைக் கொண்டுள்ளது, இதில் உடன்பிறப்புகள் தங்கள் உணர்வுகளையும் அனுபவங்களையும் சக பராமரிப்பாளர்களின் சமூகத்துடன் பகிர்ந்துகொள்ளலாம்.
- குடும்பத்தில் ஏன் வெவ்வேறு எதிர்பார்ப்புகள் மற்றும் அடிப்படை விதிகள் இருக்கலாம் என்பதை விளக்குங்கள்.
- சாதாரண உடன்பிறப்பு போட்டி மற்றும் வழக்கமான குழந்தைகளின் சண்டைகள் இருக்கும் என்பதைப் புரிந்துகொண்டு ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். இது உடன்பிறந்தவர்களுடன் வளர்ந்து வருவதின் பகுதி.



- பொதுவாக வளரும் உங்கள் குழந்தையை எப்படி ஆதரிப்பது என்பது பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

உங்கள் குடும்ப வாழ்க்கையை நிலைநிறுத்துதல். DN உள்ள குழந்தை குடும்ப வாழ்க்கையை மூழ்கடிக்கலாம். குடும்ப நடைமுறைகளில் பல மாற்றங்கள் மற்றும் நிரந்தர மாற்றங்கள் கூட இருக்கும்.

- முடிந்தவரை, DN உள்ள உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்யும் வழக்கமான மற்றும் நிலையான குடும்ப நடைமுறைகளை உருவாக்குங்கள்.
- ஆக்கப்பூர்வமான திட்டமிடல் மூலம், குடும்ப நடவடிக்கைகள் வேடிக்கையாகவும் உள்ளடக்கியதாகவும் இருக்கும்

ஆதரவுக்கான உங்கள் சுற்றுச்சூழல் அமைப்பை உருவாக்குதல். ஒரு குழந்தையை வளர்க்க ஒரு கிராமம் தேவை, குறிப்பாக DN உள்ள குழந்தை. எந்த ஒரு பராமரிப்பாளரும் தனித்து நிற்கக்கூடாது. முடிந்தவரை சீக்கிரம் உங்களை, உங்கள் குழந்தை மற்றும் உங்கள் குடும்பத்தைச் சுற்றியுள்ள ஆதரவைச் சேகரிக்கவும்.

- அதே விஷயங்களைச் சந்திக்கும் பராமரிப்பாளர்களிடமிருந்து உணர்ச்சிபூர்வமான ஆதரவு மற்றும் நடைமுறை உதவிக்குறிப்புகள் மற்றும் உத்திகளைப் பெற நீங்கள் பராமரிப்பாளர் ஆதரவு குழுக்களில் சேரலாம்.

பெற்றோர் தொடர்பான கூடுதல் ஆதாரங்களுக்கு, இங்கே கிளிக் செய்யவும்.

சில நேரங்களில் விஷயங்கள் திட்டமிட்டபடி நடக்காமல் போகலாம், மேலும் ஆதரவை நீங்கள் அணுக வேண்டியிருக்கலாம். ஆலோசனை என்பது நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பதைப் பற்றி ஒருவரிடம் பேசுவதற்கான ஒரு வழியாகும், மேலும் இது குடும்ப உறவுகளை வலுப்படுத்த உதவும் ஒரு வழியாகும்.

- பல தம்பதிகள் திருமண ஆலோசனைகள் திருமண மற்றும் குடும்ப மோதல்களை சமாளிப்பதற்கும், ஒருவருக்கொருவர் தொடர்புகளை மேம்படுத்துவதற்கும் உதவியாக இருக்கும்.
- குடும்ப ஆலோசனை இதற்கு உதவும்:
  - குடும்பங்கள் தாங்களாகவே திறம்பட நிர்வகிப்பது கடினமாக இருக்கும் மோதல்களைத் தீர்ப்பதற்கு உதவுதல்.
  - விவாகரத்து அல்லது பிரிவின் தாக்கத்தை சமாளிக்க.
  - தீவிர நோய் அல்லது சவால்களை சமாளித்தல்.
  - உளவியல் ரீதியான உடல்நலப் பிரச்சினை உள்ள ஒருவரைப் புரிந்து கொள்ளவும், உதவவும் மற்றும் ஆதரிக்கவும் ஒரு குடும்பத்தை அனுமதிக்க.

உள்ளடக்க அட்டவணை

நீங்கள் ஒருவரிடம் பேச வேண்டும் என்றால், செயல்படுத்தும் வழிகாட்டியில் கிடைக்கும் பராமரிப்பாளர் ஆலோசனை சேவைகளின் பட்டியலைப் பார்க்கவும்.

நீங்கள் அல்லது உங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்கள் மனச்சோர்வு அல்லது பதட்டம் போன்ற தீவிரமான மனநலப் பிரச்சினைகளுடன் போராடினால், பாலிகிளினிக் அல்லது மருத்துவமனையில் உள்ள உளவியலாளர் அல்லது மனநல மருத்துவரிடம் உதவி பெறவும்.



உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்

மக்களின் எதிர்வினைகளைக் கையாளுதல்

உங்கள் குழந்தையின் தேவைகளுக்கு மக்கள் வித்தியாசமாக நடந்துகொள்வார்கள். சிலர் மிகவும் வெளிப்படையாகவும் ஆதரவாகவும் இருக்கலாம், சிலர் எதிர்மறையாக பதிலளிக்கலாம். எல்லா வகையான எதிர்வினைகளுக்கும் நீங்கள் தயார் செய்தால், நீங்கள் விரும்பும் வழியில் பதிலளிக்க முடியும்.

யாராவது பயனுள்ள அல்லது நேர்மறையான கருத்தைச் சொல்லும்போது, உரையாடலைத் திறக்கும் விதத்தில் பதிலளிப்பது நல்லது. இருப்பினும், யாராவது உதவாத அல்லது புண்படுத்தும் கருத்தைச் சொன்னால், அவர்கள் எதிர்மறை நோக்கத்துடன் இல்லாவிட்டாலும், வருத்தப்படுவது இயல்பானது. பதிலளிக்க சரியான வழி இல்லை. இந்த கருத்துகளை எவ்வாறு கையாள்வது என்பதற்கான சில உத்திகள் இங்கே:

- உங்கள் போர்களைத் தேர்ந்தெடுங்கள்
- கல்வி கற்பதற்கான வாய்ப்பைப் பயன்படுத்தவும்
- நிலையான பதிலைப் பயன்படுத்தவும்
- பதிலளிக்க வேண்டாம்
- பதிலளிப்பதற்கு முன் சிறிது நேரம் ஒதுக்குங்கள்
- ஆதரவளிக்கும் ஒருவரிடம் பேசுங்கள்

இந்த உத்திகள் பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, வாழ்வுக்காகக் குடும்பங்கள் பெற்றோருக்கான வளங்களுக்கு செல்லவும்.

உங்கள் குடும்பத்தை ஈடுபடுத்துதல்

- குடும்பம் பராமரிப்பதில் இன்றியமையாத பகுதியாகும். குடும்ப உறுப்பினர்களின் எதிர்பார்ப்புகள் மற்றும் உங்கள் பிள்ளைக்கு ஆதரவளிப்பதில் அவர்களின் பாத்திரங்களை தெளிவுபடுத்துவதற்கு இது உதவியாக இருக்கும்.
- குடும்பத்திற்குள் பதற்றம் ஏற்பட்டாலோ அல்லது நீங்கள் மூழ்குவது போல் உணர்ந்தாலோ, உங்கள் கவலைகளை ஒரு நிபுணரிடம் விவாதிக்கலாம். ஒரு உளவியலாளர், ஆலோசகர் அல்லது சமூக சேவகர் உங்கள் உணர்வுகள் மற்றும் செயல்களைப் பற்றி நன்கு புரிந்துகொள்ளவும், உங்கள் சூழ்நிலையில் வேறுபட்ட கண்ணோட்டத்தை வழங்கவும், பயணத்தின் மூலம் உங்களுக்கு ஆதரவளிக்க உங்களுடன் பணியாற்றவும் உதவலாம்.

உங்களை எப்படி கவனித்துக் கொள்ள முடியும்

உங்களை தெரிந்து கொள்ளுங்கள், ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள், கவனித்துக் கொள்ளுங்கள். ஒரு பராமரிப்பாளராக, ஓய்வு எடுக்க நேரத்தைக் கண்டுபிடிப்பது உங்களுக்கு கடினமாக இருக்கலாம். இருப்பினும், உங்களுக்கும் உங்கள் குழந்தைக்கும் நீண்ட காலத்திற்கு செயல்பட்டு வர உங்கள் சொந்த உணர்ச்சி, உளவியல் மற்றும் உடல் நலனைக் கவனித்துக்கொள்வது முக்கியம் என்பதால், இதை நீங்கள் செய்வது மிகவும் முக்கியமானது. **உங்கள் குழந்தைக்கு அன்பையும் ஆற்றலையும் கொடுக்கும்போதும் உங்களை கவனித்துக் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்கும் தேவைகள் உள்ளன என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். உங்களை கவனித்துக்கொள்வது சுயநலம் அல்ல. நீங்கள் நம்பவில்லை என்றால், நீங்களே நல்ல நிலையில் இருந்தால், உங்கள் குழந்தையை சிறப்பாகக் கவனித்துக்கொள்ள முடியும் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.** உங்கள் உடல், மன மற்றும் உணர்ச்சி மின்கலத்தை மீள்நிரப்பு செய்ய நேரத்தை ஒதுக்குவது முக்கியம். சில சுய பாதுகாப்பு பரிந்துரைகளை கீழே காணலாம்:

- போதுமான ஓய்வு, வழக்கமான உணவு மற்றும் உடற்பயிற்சி மூலம் உங்கள் ஆரோக்கியத்தை கவனித்துக் கொள்ளுங்கள்.
- உங்களுக்கு ஓய்வு நேரம் இருப்பதையும், நீங்கள் விரும்பும் விஷயங்களைச் செய்வதையும் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். வளர்ச்சித் தேவைகள் (DN) உள்ள ஒரு குழந்தைக்கு பெற்றோராக, உங்கள் குழந்தையை கவனித்துக்கொள்வதற்கும், அவருக்கு சிறந்த ஆதரவு மற்றும் வாய்ப்புகள் இருப்பதை உறுதி செய்வதற்கும் நீங்கள் அதிக ஆற்றலையும் நேரத்தையும் செலவிடுவீர்கள். நாள் முழுவதும் மீள்நிரப்பு செய்யவும், ஓய்வெடுக்கவும், மகிழ்ச்சியை அனுபவிக்கவும் வழிகளைக் கண்டுபிடிப்பது முக்கியம். உங்களுக்கு அதிக நேரம் இல்லையென்றால், நீங்கள் சிறிய செயல்களில் ஈடுபடலாம்.
- உங்கள் நண்பர்களுடன் இணைந்திருங்கள் மற்றும் ஆதரவு குழுவில் சேரவும்.
- எப்பொழுதாவது சிந்திக்க நேரத்தையும் இடத்தையும் ஒதுக்குங்கள். ஒரு நாளைக்கு 5 முதல் 10 நிமிடங்கள் மட்டுமே இருந்தாலும் கூட, சுய- சிந்தனை உங்களுக்கு நிதானமாக இருக்கவும் உதவும்.
- DN உள்ள ஒரு குழந்தையின் பெற்றோராக, நீங்கள் முடிவுகளை எடுப்பீர்கள் மற்றும் தவறுகளைச் செய்வீர்கள், ஆனால் வழியில் கற்றுக் கொள்வீர்கள்.
- மன அழுத்தமான நேரங்களை நிர்வகித்தல்:
  - உங்கள் சொந்த தூண்டுதல்களைப் புரிந்துகொண்டு, உங்கள் தனிப்பட்ட நம்பிக்கைகள், எதிர்பார்ப்புகள், தேவைகள் மற்றும் ஆதரவு மற்றும் மன அழுத்தத்தின் ஆதாரங்களை கவனத்தில் கொள்ளுங்கள். தேவையான மாற்றங்களைச் செய்து, உங்களைப் பற்றிய யதார்த்தமான எதிர்பார்ப்புகளை ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்.
  - உங்கள் உணர்ச்சிகளை சமாளிக்க தொழில்முறை உதவியைக் கேளுங்கள், குறிப்பாக நீங்கள் சோர்வை சமாளிக்க முடியாவிட்டால்.
  - உங்கள் வீட்டிலோ அல்லது வேறு இடத்திலோ ஒரு தனிப்பட்ட இடத்தை உங்கள் சொந்த "மனநல மீள்நிரப்பு" மூலையாகக் குறிப்பிடவும்.
  - நீங்கள் மனச்சோர்வடைந்தால், ஓய்வெடுத்து, புதுப்பித்து, பிறகு எழுந்து தயாராக இருக்கும்போது மீண்டும் முயற்சிக்கவும்.

ஆதாரம்: சுய பாதுகாப்பு குறிப்புகள், ஒருங்கிணைந்த பராமரிப்புக்கான நிறுவனம் (aic.sg), 2020.

உணர்வு பூர்வ ஊர்ஜிதம்

உங்கள் கவனிப்பு பயணத்தின் ஒரு கட்டத்தில், மக்கள் உங்களுக்குத் தரும் தகவல்களின் அளவு குறித்து நீங்கள் குழப்பமடையலாம். அடுத்து என்ன செய்வது என்பது பற்றி உங்களுக்கு உறுதியாக தெரியாமல் இருக்கலாம். நீங்கள் மன அழுத்தத்தை உணரத் தொடங்கினால் அல்லது சோர்வை அனுபவித்தால், யாரிடமாவது பேசுங்கள் அல்லது உங்களை ஆதரிக்கும் மற்றும் உங்களுடன் பயணம் செய்யக்கூடிய பராமரிப்பாளர்கள் மற்றும் நிபுணர்களுடன் இணைந்திருங்கள். முடிந்தவரை உங்களை நன்றாக கவனித்துக் கொள்ளுங்கள். இந்த காலகட்டம் அச்சுறுத்தும் மற்றும் குழப்பமானதாக இருக்கலாம். சரியான ஆதரவைக் கொண்டிருப்பது உங்கள் நல்வாழ்வில் பெரும் பங்கு வகிக்கும்.

உள்ளடக்க அட்டவணை

ஒரு நிலையான வாழ்நாள் பராமரிப்பு பயணத்திற்கான திட்டமிடல்

உங்கள் பிள்ளை பள்ளிக் கல்விக்கு மாறுதல் மற்றும் வேலைவாய்ப்பைப் போன்ற பல்வேறு மைல்கற்களை கடந்து செல்வார். சில குழந்தைகளுக்கு முறையான கல்வி என்ற மைல்கல்லைத் தாண்டி நீண்ட கால ஆதரவு மற்றும் கவனிப்பு தேவைப்படுகிறது இந்த குழந்தைகளுக்கு, அவர்களின் எதிர்காலத்திற்கான பிற முக்கிய படிகளை ஒரே நேரத்தில் தொடங்குவது பற்றி சிந்திக்க வேண்டியது அவசியம். இதில் பின்வருவன அடங்கும்:

பொருளாதார திட்டம்

- உங்கள் பிள்ளைக்கு நீண்ட கால பராமரிப்பு தேவைப்படும் என நீங்கள் நினைத்தால், உங்கள் குடும்ப நிதியை சீக்கிரம் திட்டமிடுங்கள். உங்கள் பிள்ளை தொடர்ந்து நிதி ஒதுக்கீடுகள் மற்றும் காப்பீட்டைப் பெறுவதை உறுதி செய்வதற்கான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வதைக் கவனியுங்கள். நீங்கள் தகுதியுடைய வரிச் சலுகைகள் பற்றி மேலும் அறியவும். உங்களுக்கும் உங்கள் குழந்தைக்கும் கிடைக்கும் நிதித் திட்டங்களைப் புரிந்துகொண்டு அவற்றை பெறுவது உதவியாக இருக்கும்.
- நீண்ட கால நிதித் திட்டமிடலுக்கு, உங்கள் குழந்தையின் பராமரிப்புத் திட்டத்தையும், வரும் ஆண்டுகளில் நீங்கள் தொடர விரும்பும் வாழ்க்கை முறையையும் கருத்தில் கொள்ளுங்கள்.
- உங்களுக்கும் உங்கள் குழந்தைக்கும் எந்த விருப்பத்தேர்வுகள் மிகவும் பொருத்தமானவை என்பதைக் கண்டறிய, சிறப்புத் தேவைகள் அறக்கட்டளை (Special Needs Trust Co.) நிறுவனத்திடமிருந்து தொழில்முறை ஆலோசனை மற்றும் பரிந்துரைகளைப் பெற நீங்கள் விரும்பலாம்.
- நிதித் திட்டமிடல் மற்றும் பண மேலாண்மை பற்றி மேலும் அறிய நிதி கல்வியறிவு (Institute for Financial Literacy) நிறுவனம் வழங்கும் இலவச திட்டங்களை நீங்கள் ஆராய விரும்பலாம்.

உங்கள் குழந்தைக்கு நீண்ட கால பராமரிப்பு

- உங்கள் பிள்ளைக்கு 21 வயது ஆன பிறகு எப்படி முடிவெடுப்பது என்பதைத் திட்டமிடுங்கள். மேலும் தகவலுக்கு deputyship இன் இந்தப் பக்கத்தைப் பார்க்கவும்.
- உங்கள் குழந்தை நீண்ட காலத்திற்குப் பராமரிக்கப்படுவதை உறுதிசெய்ய உயில் மற்றும் நீடித்த பவர் ஆஃப் அட்டர்னி (LPA) எழுதுவதை ஆராயுங்கள்.

உன்னால் என்ன செய்ய முடியும்

- மேலும் தெரிந்துகொள்ள உங்கள் நிதி ஆலோசகரை அணுகவும் மற்றும் உங்களுக்கும் உங்கள் குழந்தைக்கும் தொடர்புடைய காப்பீட்டுக் கொள்கைகளுக்கு விண்ணப்பிக்கவும்.
- உங்கள் குழந்தைக்கான சிறப்பு ஏற்பாடுகளுடன் உயில் எழுதுவது மற்றும் எதற்காகத் திட்டமிடுவது என்பது பற்றி மேலும் அறிய, சட்டப் பாதுகாப்புத் திட்டமிடலைப் பற்றி நன்கு தெரிந்த வழக்கறிஞர்களுடன் கலந்தாலோசிக்கவும், எ.கா. LPA மற்றும் துணை.

மேலும் படித்தல் மற்றும் தகவல்

- செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி உங்கள் குழந்தை கடந்து செல்லும் **முக்கிய மைல்கற்கள்** மற்றும் ஒவ்வொரு மைல்கல்லில் உள்ள பல்வேறு பரிசீலனைகள் பற்றி விளக்குகிறது, பள்ளிக் கல்வி விருப்பங்கள் உட்பட.
- எஸ்ஜி எனேபல் எனும் இயலாமை உள்ளோருக்கான நல்வாழ்வு நிலையம் (SG Enable) இன் வழிசெலுத்தல் வரைபடம், உங்களுக்குத் தேவைப்படும் பகுதியின் அடிப்படையில் (பராமரிப்பவர்கள் சந்திக்கும் பொதுவான காட்சிகளின் தொகுப்பிற்கு) உங்களுக்கு உதவக்கூடிய மற்றும் ஆதரிக்கக்கூடிய தரப்பினருக்கு உங்களை வழிநடத்த உதவுகிறது.
- Careshield Life என்பது ஒரு நீண்ட கால பராமரிப்பு காப்பீடு ஆகும், இது சிங்கப்பூரர்களின் கடுமையான இயலாமையின் போது நீண்ட கால பராமரிப்பு செலவுகளுக்கு எதிராக நிதி பாதுகாப்பை வழங்குகிறது.
- செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி நிதி உதவி மற்றும் எதிர்காலத்தை திட்டமிட உங்களுக்கு கிடைக்கும் ஆதரவை பட்டியலிடுகிறது.

உள்ளடக்க அட்டவணை

அத்தியாயம் 1 இணைப்பு

வளர்ச்சி சிக்கல்களின் எடுத்துக்காட்டுகள்

1. பேச்சு மற்றும் மொழி தாமதம்

பாலர் குழந்தைகளில் பேச்சு மற்றும் மொழி தாமதம் என்பது பேசும் மொழியைப் பெறுதல் மற்றும் பயன்படுத்துவதில் உள்ள சிரமங்களைக் குறிக்கிறது. குழந்தையின் தாய் மொழியில் சிரமங்கள் வெளிப்படையாக இருக்க வேண்டும்; குழந்தைக்குப் பரிச்சயமில்லாத மொழியில் இந்தக் கஷ்டங்கள் காணப்பட்டால், அது அந்த மொழியின் வெளிப்பாட்டின் குறைபாடு காரணமாக இருக்கலாம். பேச்சு மற்றும் மொழி தாமதம் ஏதேனும் ஒன்று அல்லது பின்வருவனவற்றின் கலவையை உள்ளடக்கியிருக்கலாம்:

- மொழியைப் புரிந்துகொள்வதில் உள்ள சிரமங்கள் அறிவுறுத்தல்களைப் பின்பற்றும் சிரமங்கள் அல்லது கேள்விகளைப் புரிந்துகொள்வதில் சிக்கல்கள் என வெளிப்படுகிறது.
- மொழியைப் பயன்படுத்துவதில் உள்ள சிரமங்கள், கருத்துக்களைப் பகிர்ந்துகொள்வதற்கோ அல்லது கேள்விகளுக்குப் பதிலளிப்பதற்கோ வரையறுக்கப்பட்ட சொற்களஞ்சியம் காரணமாக தன்னை வெளிப்படுத்துவதில் உள்ள சிரமங்களாகக் காட்டப்படுகின்றன.
- பேச்சில் தாமதம் ஏற்படுவது உச்சரிப்பு சிரமம், இதன் விளைவாக தெளிவற்ற பேச்சு மற்றும் புரிந்து கொள்வதில் சிரமம், அல்லது பேச்சில் சரளமாக இல்லாதது (எ.கா. திக்கு) போன்றவை காரணமாக இருக்கலாம்.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *HealthHub: குழந்தைகள் எப்போது பேச ஆரம்பிக்கிறார்கள்*
- *NUH: பேச்சு மற்றும் மொழி சிரமங்கள்*
- *NUH: பேச்சு ஒலி (உரையாடல்) கோளாறுகள்*
- *NUH: திக்கு*

2. க்ளோபல் டெவலப்மென்டல் டிலே

பொதுவாக ஐந்து வயதுக்குட்பட்ட குழந்தை இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட வளர்ச்சிக் களங்களில் எதிர்பார்க்கப்படும் வளர்ச்சி மைல்கற்களை அடையத் தவறினால் க்ளோபல் டெவலப்மென்டல் டிலே (Global Developmental Delay (GDD)) கண்டறியப்படுகிறது. தாமதங்கள் தொடர்ந்து (குறைந்தது ஆறு மாதங்களுக்கு) மற்றும் குறிப்பிடத்தக்கதாக இருக்க வேண்டும். வளர்ச்சிக் களங்களில் பின்வருவன அடங்கும்: சமூக / தனிப்பட்ட திறன்கள், மொத்த மற்றும் நுல்லிய மோட்டார் திறன்கள், பேச்சு/மொழி, அறிவாற்றல் மற்றும் அன்றாட வாழ்க்கையின் செயல்பாடுகள். காலப்போக்கில் மாறக்கூடிய சுற்றுச்சூழல் காரணங்கள் மற்றும் தலையீடுகள் வளர்ச்சிப் பாதை மற்றும் பிற்கால விளைவுகளை பாதிக்கலாம். ஒரு குழந்தை பள்ளி செல்லும் வயதை நெருங்கும் போது GDD நோயறிதல் பொதுவாக மருத்துவ நிபுணரால் மதிப்பாய்வு செய்யப்பட்டு மறுமதிப்பீடு செய்யப்படுகிறது.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி: வளர்ச்சி தாமதங்கள்*

3. ஆட்டிசம்

ஆட்டிசம் என்பது ஒரு ஸ்பெக்ட்ரம் நிலை, அதாவது விளைவுகள் மற்றும் சிரமங்களின் அளவு தனிநபருக்கு மாறுபடும். ஆட்டிசம் மூளை வளர்ச்சியைப் பாதிக்கிறது, குழந்தைகள் எவ்வாறு மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்கிறார்கள் மற்றும் அவர்கள் சுற்றியுள்ள உலகத்தை எவ்வாறு அனுபவிக்கிறார்கள் என்பதைப் பாதிக்கிறது. ஆட்டிசத்தின் முக்கிய அம்சங்கள்:

- பரஸ்பர சமூக தொடர்பு மற்றும் சமூக தொடர்புகளில் தொடர்ச்சியான சிரமங்கள்; மற்றும்
- கட்டுப்படுத்தப்பட்ட, மீண்டும் மீண்டும் வரும் நடத்தை, ஆர்வங்கள் அல்லது செயல்பாடுகள். குழந்தைப் பருவத்திலும், குறுநடை

போடும் குழந்தை பருவத்திலும் ஆட்டிசத்தின் அம்சங்களைக் காணலாம், ஆனால் சில குழந்தைகளுக்கு, இந்த அம்சங்கள் அவர்கள் பெரியவர்களாக இருக்கும்போது மட்டுமே தெளிவாகத் தெரியும்.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *ARC: ஆட்டிசம் என்றால் என்ன?*
- *HealthHub: ஆட்டிசம் ஸ்பெக்ட்ரம் கோளாறு*
- *NUH: ஆட்டிசம் ஸ்பெக்ட்ரம் கோளாறு*

4. கற்றல் சிரமங்கள்

கற்றல் சிரமங்கள் என்பது படிப்பது மற்றும் எழுதுவது போன்ற கல்வித் திறன்களில் ஏற்படும் தாமதங்களைக் குறிக்கிறது. போதுமான வளர்ச்சி திறன்கள் மற்றும் அறிவுசார் திறன், போதுமான கற்பித்தல் மற்றும் குழந்தையின் நியாயமான முயற்சிகள் இருந்தபோதிலும் தாமதங்கள் தொடர்ந்தால் குழந்தைகளுக்கு கற்றல் சிரமங்கள் ஏற்படலாம்.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *DAS: டிஸ்லெக்ஸியா*
- *NUH: வாசிப்பதில் சிரமம்*

5. புலன் உணர்வுக் குறைபாடு

உணர்ச்சிக் குறைபாட்டின் இரண்டு முக்கிய வகைகள் பார்வைக் குறைபாடு மற்றும் காது கேளாமை. இத்தகைய புலன் உணர்வுக் குறைபாடு ள்ள குழந்தைகளுக்கு பார்வை அல்லது செவிப்புலன் பகுதி அல்லது முழுமையான இழப்பு உள்ளது. பார்வை மற்றும் செவிப்புலன் தொடர்பான சிக்கல்கள் பொதுவாக பாலிகிளினிக்குகள், பொது பயிற்சியாளர்கள் (ஜிபிக்கள்) அல்லது குழந்தை

உள்ளடக்க அட்டவணை

மருத்துவர்கள் ஆகியவற்றில் தேசிய அளவில் பரிந்துரைக்கப்பட்ட வளர்ச்சித் பரிசோதனைகளின் போது கண்டறியப்பட்டு, அதன் பிறகு கவனிக்கப்படும்.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *செயல்படுத்தும் வழிகாட்டி: புலன் உணர்வுக் குறைபாடு*
- *SAVH: குறைந்த பார்வை என்றால் என்ன*
- *SADeaf: காது கேளாமை பற்றி*

6. பெரு மூளை முடக்கு வாதம்

பெரு மூளை முடக்கு வாதம் என்பது உடல் இயக்கம் மற்றும் தோரணையை பாதிக்கும் கோளாறுகளின் குழுவைக் குறிக்கிறது. இது பிறப்பதற்கு முன் அல்லது பிறக்கும் போது அல்லது ஆரம்பகால வாழ்க்கையின் போது மூளையில் ஏற்படும் நோய் அல்லது காயத்தால் ஏற்படுகிறது. பெரு மூளை முடக்கு வாதம், உணர்வு, உணர்தல், அறிவாற்றல், பெரு மூளை முடக்கு வாதம் நடத்தை ஆகியவற்றில் உள்ள சவால்களுடன், அத்துடன் வலிப்புத்தாக்கங்கள், சிறுநீர்ப்பை மற்றும் குடல் பிரச்சினைகள் மற்றும் இரண்டாம் நிலை தசை அல்லது எலும்பு பிரச்சினைகள் ஆகியவற்றுடன் இருக்கலாம்.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *CPAS: பெருமூளை வாதத்தைப் புரிந்துகொள்வது*

7. மோட்டார் திறன்கள் கொண்ட சிரமங்கள்

குழந்தைகள் மொத்த மோட்டார் திறன்கள், துல்லிய மோட்டார் திறன்கள் அல்லது இரண்டிலும் சிரமங்களை அனுபவிக்கலாம். ஓடுதல், குதித்தல், சைக்கிள் ஓட்டுதல் மற்றும் நீச்சல் போன்ற செயல்களுக்கு மொத்த மோட்டார் திறன்கள் தேவை. எழுதுதல், வரைதல், கத்தரிக்கோலைப் பயன்படுத்துதல் மற்றும் பொத்தான்கள் மற்றும் காலணி கயிறுகளை கட்டுதல் போன்ற செயல்களுக்கு துல்லிய மோட்டார் திறன்கள் தேவை. சில குழந்தைகள் தடுமாறுவதுபோல் தோன்றலாம் மற்றும் மோட்டார் ஒருங்கிணைப்பில் சிரமங்களைக் கொண்டிருக்கலாம்.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *NUH: கையெழுத்து சிரமம்*
- *உடல்நலப் பரிமாற்றம்: ஒருங்கிணைப்பு & இருப்பு*

8. டவுன் சிண்ட்ரோம்

டவுன் சிண்ட்ரோம் என்பது ஒரு மரபணு நிலையாகும், இது பல்வேறு அளவிலான அறிவுசார் குறைபாடுகள் மற்றும் உடல் மற்றும் வளர்ச்சி சிக்கல்களுடன் தொடர்புடையது. டவுன் சிண்ட்ரோம் உள்ள நபர்கள் கூடுதல் குரோமோசோம் மற்றும் சிறப்பியல்பு உடல் மற்றும் முக அம்சங்களைக் கொண்டுள்ளனர். டவுன் சிண்ட்ரோம் உள்ள சிலருக்கு இதயப் பிரச்சனைகள் மற்றும் பார்வைக் குறைபாடு அல்லது காது கேளாமை போன்ற உடல்நலப் பிரச்சனைகளும் இருக்கலாம். கர்ப்ப காலத்தில் டவுன் சிண்ட்ரோம் பரிசோதனைகள் செய்யலாம்.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *DSAS: டவுன் சிண்ட்ரோம் பற்றி*

9. உணர்ச்சிப் பிரச்சனைகள்

உணர்ச்சிப் பிரச்சனைகள் உங்கள் குழந்தையின் அன்றாட வாழ்க்கையை பாதிக்கும் அளவிற்கு எரிச்சல் (எளிதில் வருத்தம் அல்லது விரக்தி), கண்ணீர், பதட்டம் அல்லது விளையாட்டு நடவடிக்கைகளில் ஆர்வமின்மை போன்ற தோற்றமளிக்கலாம். சாதாரண உணர்ச்சிகளை (எ.கா. பொதுவான அச்சங்கள்) குறிப்பிடத்தக்க உணர்ச்சிப் பிரச்சனைகளிலிருந்து வேறுபடுத்துவது கடினமாக இருக்கலாம், அதாவது பராமரிப்பாளர்களிடமிருந்து தொடர்ச்சியான சிரமங்கள் மற்றும் நீண்ட காலத்திற்கு பள்ளிக்குச் செல்வதற்கான பயம் (பல்வேறு காரணங்களுக்காக).

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *NUH: குழந்தைகளில் கவலையை நிர்வகித்தல்*

10. இடையூறு விளைவிக்கும் நடத்தைகள்

இடையூறு விளைவிக்கும் நடத்தைகள் முதன்மையாக வெளிப்புறமாக மற்றும்/அல்லது மற்றவர்களிடம் வெளிப்படுத்தப்படும் நடத்தைகளாகும். இவற்றில் அதிவேகத்தன்மை, மனக்கிளர்ச்சியான நடத்தை, கோபம், மீறுதல் மற்றும் கல்வியாளர்கள் மற்றும் பெற்றோர்கள் போன்ற அதிகாரிகளிடம் இணங்காதது, அத்துடன் சகாக்கள் மற்றும் பெரியவர்களிடம் ஆக்ரோஷமான நடத்தை ஆகியவை அடங்கும்.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *IMH: இடையூறு விளைவிக்கும் நடத்தைகள் என்றால் என்ன*

11. அறிவுசார் குறைபாடு

அறிவுசார் இயலாமை என்பது அறிவாற்றல் செயல்பாடு மற்றும் தகவமைப்பு செயல்பாட்டின் வரம்புகளைக் குறிக்கிறது (இதில் சுய-கவனிப்பு, ஆபத்தைத் தவிர்ப்பது, தொடர்புகொள்வது மற்றும் மற்றவர்களுடன் தொடர்புகொள்வது போன்ற அன்றாட நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளும் திறன் அடங்கும்). மன இறுக்கம், பெருமூளை வாதம் மற்றும் டவுன் சிண்ட்ரோம் போன்ற பிற நோயறிதல்களைக் கொண்ட நபர்களில் அறிவுசார் இயலாமை பெரும்பாலும் அடையாளம் காணப்படுகிறது. அன்றாட வாழ்வில் செயல்படத் தேவையான திறன், தேவைகள் மற்றும் ஆதரவு ஆகியவற்றின் அளவுகள் அறிவுசார் இயலாமையின் அளவைப் பொறுத்தது. IQ சோதனை நடத்தப்படும்போது, வயதான குழந்தைகளில் அறிவுசார் இயலாமை மதிப்பிடப்படுகிறது.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *NUH: அறிவுசார் இயலாமை*

12. கவனம்-பற்றாக்குறை/அதிக செயல்பாடு சிக்கல்கள்

கவனம்-பற்றாக்குறை/அதிக செயல்பாடு சிக்கல்கள் ஒரு நரம்பு வளர்ச்சி நிலை, கவனக்குறைவு, அதிவேகத்தன்மை மற்றும் தூண்டுதலின் அறிகுறிகளால் வகைப்படுத்தப்படுகின்றன. இது சில சமயங்களில் பாலர் ஆண்டுகளில் வெளிப்படையாக இருக்கலாம், குறிப்பாக குழந்தை அதிவேகமாக இருந்தால். பள்ளிப் பருவத்தில் அவை பெரும்பாலும் தெளிவாகத் தெரியும். பல்வேறு வகையான சிக்கல்கள் உள்ளன:

- முதன்மையாக கவனக்குறைவான சிக்கல்களில் கவனத்தை சிதறடித்தல் மற்றும் எதிர்பார்த்த காலத்திற்கு கவனம் செலுத்த இயலாமை ஆகியவை அடங்கும், குறிப்பாக குழந்தைக்கு ஆர்வமில்லாத விஷயங்களில்.
- முதன்மையான அதிவேகத்தன்மை-தூண்டுதல் சிக்கல்கள், அதிவேகமாக இருப்பது, அதாவது தொடர்ந்து நகர்வது, அவசரமாகச் செல்வதன் மூலம் மனக்கிளர்ச்சியுடன் இருப்பது அல்லது காத்திருப்பதில் சிரமம் ஆகியவை அடங்கும்.
- ஒருங்கிணைந்த விளக்கக்காட்சியில் கவனமின்மை மற்றும் அதிவேகத்தன்மை-தூண்டுதல் ஆகிய இரண்டும் அடங்கும்.

மேலும் ஆதாரங்களை கீழே காணலாம்:

- *HealthHub: கவனக்குறைவு ஹைபராக்டிவிட்டி கோளாறு*
- *ஸ்பார்க் (ADHD)*
- *NUH: கவனக்குறைவு ஹைபராக்டிவிட்டி கோளாறு*

அத்தியாயம் 4 இணைப்பு

கவனிப்பு பயணத்தின் மேலும் காணொளிகள்மற்றும் கதைகளுக்கு, நீங்கள் இயக்கும் வழிகாட்டியைப் பார்க்கவும்.

மனசோர்வின் அறிகுறிகள்

இந்த அறிகுறிகளில் ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்டவற்றை நீங்கள் அனுபவித்தால், நீங்கள் சோர்வை அனுபவித்துக்கொண்டிருக்கலாம்:

- கவலை, மனச்சோர்வு, எரிச்சல் மற்றும் பொறுமையின்மை
- தொடர்ந்து சோர்வாக உணர்வது
- உங்கள் பொறுப்புகள் மற்றும் தேவைகளைப் புறக்கணித்தல்
- அடிக்கடி நோய்வாய்ப்படுதல்
- நீங்கள் ஒருமுறை அனுபவித்த செயல்களில் ஆர்வம் இழப்பு
- தூக்க முறைகளில் மாற்றங்கள்
- பசியின்மை மற்றும்/அல்லது எடை மாற்றங்கள்
- அதிகமாக, உதவியற்றதாக அல்லது நம்பிக்கையற்றதாக உணர்வது
- நண்பர்கள், குடும்பத்தினர் மற்றும் பிற அன்புக்குரியவர்களிடமிருந்து விலகுதல்
- உங்கள் வாழ்க்கை பராமரிப்பில் சுழல்வதைப் போல உணர்வுகள்
- உதவிகிடைக்கும்போதும்தொடர்ந்துகவலைப்படுவது
- உங்களை அல்லது நீங்கள் கவனித்துக் கொண்டிருக்கும் நபரை காயப்படுத்த விரும்புவது

ஓய்வு கவனிப்பு

கவனிப்பதில் இருந்து நேரத்தை ஒதுக்குங்கள் – குறுகிய காலத்திற்கு கூட.

1. வீட்டிலேயே வாழும் பராமரிப்பாளரையும் நீங்கள் பரிசீலிக்கலாம். வெளிநாட்டு வீட்டுப் பணியாளர் லெவி சலுகை (FDWLC) மற்றும் வீட்டுப் பராமரிப்பு மானியம் (HCG) ஆகியவை உங்களுக்கு ஆதரவளிக்கும் நிதித் திட்டங்களாகும்.

2. செயல்படுத்தும் கிராமத்தில் (Enabling Village) உள்ள பராமரிப்பாளர் பாட், அவர்களின் கவனிப்பு பெறுபவர்கள் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட்டிருக்கும் போது, ஓய்வை அனுபவிக்க பராமரிப்பாளர்களுக்கு இடத்தை வழங்குகிறது.

3. ஊனமுற்றோர் நலன்புரி சங்கம் வழங்கும் தொழில்முறை வீட்டு பராமரிப்பு சேவைகள் போன்ற ஓய்வுநேர பராமரிப்பு விருப்பங்கள் உள்ளன.

உள்ளடக்க அட்டவணை

MSF MINISTRY OF SOCIAL AND FAMILY DEVELOPMENT

Early Childhood Development Agency

Ministry of Education SINGAPORE

பங்காளித்துவத்தில் உருவாக்கப்பட்டது

ARC AUTISM RESOURCE CENTRE (SINGAPORE)

AWWA PEOPLE GIVING TO PEOPLE

CaringSG

Community Psychology Hub

Fei Yue 飞跃 COMMUNITY SERVICES 社区服务

KK Women's and Children's Hospital SingHealth

NIE NATIONAL INSTITUTE OF EDUCATION SINGAPORE

National University Hospital A member of the NUHS

ntuc First Campus

SG ENABLE Inclusive society, Enabled lives.

spd Serving people with disabilities since 1964

太和观 THK

ISBN: 978-981-18-6585-5

பதிப்புரிமை © 2022 சமூக மற்றும் குடும்ப மேம்பாட்டு அமைச்சகம் மற்றும் ஆரம்ப குழந்தை பருவ மேம்பாட்டு நிறுவனம்.

அனைத்து உரிமைகளும் பாதுகாக்கப்பட்டவை. சமூக மற்றும் குடும்ப மேம்பாட்டு அமைச்சகம் மற்றும் ஆரம்பக் குழந்தைப் பருவ மேம்பாட்டு முகமையின் அனுமதியின்றி, இந்தப் பிரசுரத்தின் எந்தப் பகுதியையும் மீண்டும் உருவாக்கவோ, மீட்டெடுக்கும் அமைப்பில் சேமிக்கவோ அல்லது எந்த வடிவத்திலும் அல்லது எந்த வகையிலும், மின்னணு, இயந்திர, நகல், பதிவு செய்தல் அல்லது வேறுவிதமாக அனுப்பக்கூடாது.

இந்த புத்தகத்தில் உள்ள அனைத்து தகவல்களும் மார்ச் 2022 வரை துல்லியமானவை.



MSF MINISTRY OF SOCIAL AND FAMILY DEVELOPMENT

Early Childhood Development Agency

Ministry of Education SINGAPORE