

تشخیص کے بعد: والدین کے لیے پہلے 10 قدم



آپ اکیلے نہیں ہیں۔ یہ آسان رہنمائی آنے والے دنوں میں آپ کا ساتھ دے گی۔

یاد رکھیں

آپ کا بچہ وہی ہے جو کل تھا۔ آئزم کسی کا قصور نہیں۔ نہ آپ کی پرورش کا، نہ کسی گناہ کا، نہ نظر بد کا۔ جلد اور مسلسل مدد سے بچے بہت کچھ سیکھتے ہیں۔

پہلے 10 قدم

- 1 گہری سانس لیں۔ سب کچھ ایک ہفتے میں ٹھیک کرنا ضروری نہیں۔
- 2 ڈاکٹر سے پوچھیں کہ بچے کی اہم خوبیاں اور مشکلات کیا ہیں۔
- 3 سننے کا ٹیسٹ اور دیگر ضروری طبی معائنے کروائیں۔
- 4 اسپیش اور آکیوپیشنل تھراپی جلد شروع کریں۔
- 5 ایک فائل بنائیں: رپورٹس، نوٹس اور سوالات ایک جگہ رکھیں۔
- 6 گھر میں روزانہ کا منظم معمول بنائیں اور تصویری شیڈول استعمال کریں۔
- 7 تھراپسٹ سے گھر پر مشق کے 2 سے 3 اہداف پوچھیں۔
- 8 اسکول سے جلد بات کریں۔ شیڈول پر یا خصوصی تعلیمی منصوبہ۔
- 9 دوسرے والدین کے گروپ سے جڑیں۔
- 10 اپنا بھی خیال رکھیں۔ آرام کریں، مدد قبول کریں اور دل کی بات کریں۔

ان چیزوں سے بچیں

- × ”معجزاتی علاج“ کے دعوے۔ کیلیکشن، بلیچ (MMS) اور غیر ثابت شدہ اسٹیم سیل یا انجیکشن کلینکس
- × بچے کا دوسرے بچوں سے موازنہ کرنا
- × ”انتظار کریں، خود بول پڑے گا“ والا مشورہ ماننا
- × مغلوب بچے کو ڈانٹنا یا سزا دینا

ہر چھوٹی کامیابی کا جشن منائیں۔ ایک نیا لفظ، ایک نیا کھانا، ایک پرسکون دن۔

