ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਵੋਤਮ ਅਭਿਆਸ ਢਾਂਚਾ

ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ ਲਈ

ਵੱਧਣਾ-ਫੁੱਲਣਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣਾ – ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ **ਇੱਕ ਗਾਈਡ**

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵੱਧਣ-ਫੁੱਲਣ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ

ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ — ਚਾਹੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਸੰਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾ ਹੋਵੇ, ਦੇਰੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਅਪਾਹਜਤਾ ਹੋਵੇ — ਪਿਆਰ, ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਨਵੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਕੁੱਝ ਕੁ ਸਧਾਰਨ ਤਰੀਕੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

ਖੇਡੋ, ਹੱਸੋ, ਜੁੜੋ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਖੇਡਣ, ਜੱਫੀ ਪਾਉਣ ਅਤੇ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵੱਧਣ-ਫੁੱਲਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੁਸੀਂ ਓਨ੍ਹਾ ਨਾਲ ਜੁੜੋਗੇ, ਉਹ ਓਨ੍ਹਾ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਹੋਣਗੇ।

ਤਾਕਤਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ

ਉਸ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਅੱਗੇ ਵੱਧੋ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸੁਣੋ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹ ਜਿਹੜੇ ਮਰਜ਼ੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ — ਚਾਹੇ ਸ਼ਬਦਾਂ, ਤਸਵੀਰਾਂ, ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਜਾਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਰਾਹੀਂ — ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣੋ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਸਹਾਇਕ ਸਾਧਨ ਵਰਤੋਂ

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਉਪਕਰਨ, ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਕਲਾਸਰੂਮ ਵਿੱਚ ਜਗ੍ਹਾ ਬਦਲਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ, ਬੈਠਣ ਜਾਂ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰੋ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਜਾਣਦੇ ਹੋ। ਜੋ ਕਾਰਗਰ ਸਿੱਧ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ — ਉਹ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ। ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਹਾਇਤਾ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੰਤੁਲਨ ਬਣਾਓ

ਮੌਜ-ਮਸਤੀ, ਆਰਾਮ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢੋ। ਇਹ ਪਲ ਵੀ ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ ਵਾਂਗ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ।

ਆਪਣਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਜਾਂ ਅਪਾਹਜਤਾ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਸੁਣਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਾਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੱਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਠੀਕ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਪੂਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੋ

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰ ਰਹੇ ਦੂਜੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸਮੂਹਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ—ਔਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ਵਿੱਚ।

ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਹਫ਼ਤੇ ਦਾ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵੱਡੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਆਮ ਪਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਵੋਤਮ ਅਭਿਆਸ ਢਾਂਚਾ

- ਇਹ ਗਾਈਡ ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਵੋਤਮ ਅਭਿਆਸ ਢਾਂਚਾ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ।
- ਇਹ ਢਾਂਚਾ ਤੁਹਾਡੀ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਇਹ ਢਾਂਚਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਭਰੋਸਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਕਿਸ ਲਈ ਹੈ?

ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਅਜਿਹੇ (ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 9 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਦੇ) ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਰਵਿਰਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਸੰਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ, ਦੇਰੀ ਜਾਂ ਅਪਾਹਜਤਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਸਪੀਚ ਪੈਥੋਲੋਜਿਸਟ, ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ। ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੌਣ-ਕੌਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਇਹ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚਲੇ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਕੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੱਧਣ-ਫੁੱਲਣ, ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨਾ

ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ ਲਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਵੋਤਮ ਅਭਿਆਸ ਢਾਂਚੇ (National Best Practice Framework for Early Childhood Intervention) ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇੱਥੇ ਔਨਲਾਈਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: https://healthy-trajectories.com.au/eci-framework/

© UoM 2025. ਨੈਸ਼ਨਲ ਬੈਸਟ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਫਰੇਮਵਰਕ ਫਾਰ ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ (ਹੈਲਦੀ ਟ੍ਰੈਜੈਕਟਰੀਜ਼, ਮੈਲਬੌਰਨ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ, ਮੈਲਬੌਰਨ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿਖੇ ਸਟ੍ਰੌਂਗ ਕਿਡਜ਼ ਸਟ੍ਰੌਂਗ ਫਿਊਚਰ, ਅਤੇ ਮਰਡੋਕ ਚਿਲਡਰਨਜ਼ ਰਿਸਰਚ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ (MCRI), ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲਜ਼ ਐਂਡ ਰਿਸਰਚਰਜ਼ ਇਨ ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਇੰਟਰਵੈਂਸ਼ਨ (PRECI), SNAICC - ਨੈਸ਼ਨਲ ਵੌਇਸ ਫਾਰ ਆਵਰ ਚਿਲਡਰਨ, ਚਿਲਡਰਨ ਐਂਡ ਯੰਗ ਪੀਪਲ ਵਿਦ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ, ਅਤੇ ACD - ਐਡਵੋਕੇਟਿੰਗ ਫਾਰ ਚਿਲਡਰਨ ਵਿਦ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਦੀ ਇੱਕ ਸਾਂਝੀ ਪਹਿਲ ਹੈ)। ਇਹ ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਗਠਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਸ ਕੰਮ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਹੱਕ ਮੈਲਬੌਰਨ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਕੋਲ ਕਰੀਏਟਿਵ ਕਾਮਨਜ਼ ਲਾਇਸੈਂਸ, CC-BY-NC-ND ਦੇ ਤਹਿਤ ਹਨ। ਇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ SNAICC ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਈ ਗਈ ਸਵਦੇਸ਼ੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਬੌਧਿਕ ਸੰਪਤੀ (ICIP) ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਉੱਪਰ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਨਾਲ ਵਰਤੀ ਗਈ ਹੈ। ICIP ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਮਕਸਦ ਲਈ ਵਰਤਣਾ ਜਿਸਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਪ੍ਰੰਪਰਾਗਤ ਨਿਗਰਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ, ਰਿਵਾਇਤੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਗੰਭੀਰ ਉਲੰਘਣਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉੱਪਰ ਦੱਸੇ ਗਏ ਕਰੀਏਟਿਵ ਕਾਮਨਜ਼ ਲਾਇਸੈਂਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ICIP ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਨੁਸਾਰ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ https://healthy-trajectories.com.au/eci-framework/'ਤੇ ਜਾਓ।