positive partnerships

Working together to support school-aged students on the autism spectrum

کون مدد کر سکتا ہے؟

Who can help? - Urdu

اگر آپ کو اپنے بچے کی نشوونما کے بارے میں فکر ہے تو کسی ماہر سے بات کرنا آپ اور آپکے بچے کے لیے فائدہ مند ہو سکتا ہے۔ ان معلومات میں بتایا جا رہا ہے کہ مختلف ماہرین مدد فراہم کرنے کے لیے کیا کرتے ہیں۔

جنرل پریکٹشینر (جی پی)

جی پی میڈیکل ڈاکٹر کو کہتے ہیں جو سب عمروں کے لوگوں کے ساتھ کام کرتا ہے۔ جی پی آپ اور آپ کے بچے کی جسمانی اور ذہنی صحت کی ضروریات جانچنے میں مدد کر سکتا ہے۔ آسٹریلیا میں کئی دوسرے ماہرین سے ملاقات کی ریفرل لینے کے لیے اکثر آپ کو پہلے جی پی سے ملنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

سائیکالوجسٹس (ماہرین نفسیات)

سائیکالوجسٹس (جنھیں بعض اوقات 'psychs' کہا جاتا ہے) یعنی ماہرین نفسیات تب لوگوں کی مدد کرتے ہیں جب انھیں سوچنے، جذبات، نئی مہارتیں سیکھنے یا طرزعمل کے معاملے میں مشکلات پیش ہوں۔ ماہرین نفسیات کبھی کبھار لوگوں کے ساتھ گروپوں کی صورت میں کام کرتے ہیں اور کبھی کبھار علیحدگی میں ایک شخص کے ساتھ بات کرتے ہیں۔ وہ والدین اور بچوں کو ایسی نئی تجاویز اور تدابیر دے کر ان کی مدد کر سکتے ہیں جنھیں آزمانے سے فائدہ ہو سکتا ہے۔

پیڈیاٹریشنز (بچوں کے ڈاکٹر)

پیڈیاٹریشنز ایسے میڈیکل ڈاکٹر ہوتے ہیں جو شیرخواروں، بچوں اور ٹین ایجرز کی طبی دیکھ بھال میں خصوصی مہارت رکھتے ہیں۔ یہ ہسپتالوں یا کمیونٹی میں کام کرتے ہیں۔ یہ آپ کے بچے کو مزید مدد کے لیے دوسرے ماہرین کے پاس بھی ریفر کر سکتے ہیں۔

آڈیالوجسٹس (سماعت کے ماہر)

آڈیالوجسٹس ایسے ماہرین ہوتے ہیں جو یہ پتہ چلا سکتے ہیں کہ کیا کسی کو سماعت کے مسائل ہیں اور اکثر یہ لوگوں کی سماعت بہتر بنانے میں مدد دے سکتے ہیں۔

سائیکائٹرسٹس

سائیکائٹرسٹ ذہنی صحت میں مہارت رکھنے والا میڈیکل ڈاکٹر ہوتا ہے۔ سائیکائٹرسٹس ذہنی، جذباتی اور طرز عمل کے لحاظ سے مختلف ہونے کی تشخیص اور علاج کرتے ہیں اور مدد دیتے ہیں۔ ان کے کام کرنے کے کئی مختلف انداز ہیں اور یہ کاؤنسلنگ (نفسیاتی مشورہ) اور دوائیوں کے سمیت کئی مختلف طریقے ملا کر استعمال کرتے ہیں۔

positivepartnerships.com.au دیکھیں۔

The Positive Partnerships initiative is funded by the Australian Government Department of Education through the Helping Children with Autism Package. The views expressed in this publication do not necessarily represent the views of the Australian Government or the Australian Government Department of Education.

کون مدد کر سکتا ہے؟

فزیو تھراپسٹس

فزیو تھراپسٹس (جنہیں کبھی کبھار فزیو کہا جاتا ہے) ہر عمر کے لوگوں کے ساتھ تب کام کرتے ہیں جب انہیں ہڈیوں، پٹھوں اور جسم کے دوسرے حصوں کے لیے مدد کی ضرورت ہو۔ فزیو لوگوں کو مخصوص ورزشوں یا مادّی آلات کے ذریعے مدد دے سکتے ہیں جن سے ان کی صورتحال بہتر ہو جاتی ہے۔

آکوپیشنل تھراپسٹس

آکوپیشنل تھراپسٹس (جنہیں کبھی کبھار 'OTs' کہا جاتا ہے) آپ کے بچے کو روزمرّہ سرگرمیوں میں شریک ہونے کے لیے مدد دیتے ہیں جیسے:

- اپنا خیال رکھنا – جیسے: خود کھانا کھانا، کپڑے پہننا، دانت برش کرنا، ٹائلٹ جانا
- گھر میں، سکول میں، کام پر اور کمیونٹی میں سرگرمیوں میں حصہ لینا – مثال کے طور پر: لکھنا، قینچی استعمال کرنا، حسّیاتی فرق کو برداشت کرنا (جیسے کھانے کی چیزوں کے لیے حسّاسیت، اونچی آوازیں، تیز روشنیاں وغیرہ)، پبلک ٹرانسپورٹ استعمال کرنا
- اپنی پسند کی سرگرمیوں میں حصہ لینا جیسے: دوسروں کے ساتھ کھیلنا، اپنے جیسی دلچسپیاں رکھنے والوں کے ساتھ تعلق جوڑنا۔ OTs لوگوں کو ان کی پسند کی سرگرمیوں میں حصہ لینے کے لیے وسائل یا مدد بھی فراہم کر سکتے ہیں۔

سوشل ورکرز

سوشل ورکرز لوگوں کو مسائل سے نبٹنے میں مدد دے سکتے ہیں اور مشکلات میں ان کی رہنمائی کر سکتے ہیں۔ سوشل ورکرز ترجیحات طے کرنے اور لوگوں کو درست سہارے تلاش کرنے میں بھی مدد دے سکتے ہیں۔

سپیچ پیتھالوجسٹس/ سپیچ تھراپسٹس (بولنے میں مدد کرنے والے ماہر)

سپیچ پیتھالوجسٹس لوگوں کو کمیونیکیشن میں مدد دیتے ہیں۔ کمیونیکیشن کا عمل محض بولنے اور سننے سے بڑھ کر کچھ اور ہوتا ہے۔ اس میں سننا، سمجھنا، سوشل صلاحیتیں، پڑھنا، لکھنا اور آواز استعمال کرنا بھی شامل ہے۔ سپیچ پیتھالوجسٹس لوگوں کو الفاظ/زبان استعمال کرنے اور سمجھنے کے لیے مدد دے سکتے ہیں۔ کبھی کبھار وہ لوگوں کو کمیونیکیشن کے متبادل طریقے تلاش کرنے میں مدد دیتے ہیں جیسے بولنے کے آلات، کمپیوٹر، موبائل فون، چیزوں، تصویری بورڈ، اشاروں، اشاروں کی زبان کا استعمال۔

ٹیلی ہیلتھ

ٹیلی ہیلتھ کا مطلب یہ ہے کہ آپ فون یا وڈیو کال کے ذریعے کسی معالج کے ساتھ ملاقات کریں۔ بہت سے جی پی، سپیشلسٹ اور دوسرے طبی کارکن تب ٹیلی ہیلتھ مشورہ پیش کرتے ہیں جب جسمانی معائنہ ضروری یا ممکن نہ ہو۔ ٹیلی ہیلتھ ڈاکٹر کے پاس جانے کا متبادل نہیں ہے لیکن جب آپ ڈاکٹر سے روبرو نہ مل سکتے ہوں تب یہ ایک کارآمد طریقہ ہو سکتا ہے۔

positive partnerships

Working together to support school-aged students on the autism spectrum

Who can help?

If you are worried about your child's development, talking to a professional may help you and your child. This information explains what different professionals do to provide support.

General Practitioner (GP)

A GP is a medical doctor who works with people of all ages. A GP can help with assessing physical and mental health needs for you and your child. In Australia, you often need to see your GP to get a referral to many other professionals.

Psychologists

Psychologists (sometimes called 'psychs') can help people when they have trouble with their thinking, emotions, learning new skills or behaviour. Sometimes psychologists work with people in groups and sometimes they will talk to people by themselves. They can support parents and children with new ideas and strategies to try that might help.

Paediatricians

Paediatricians are medical doctors who specialise in the medical care of infants, children and teenagers. They can work in hospitals or in the community. They can also refer your child to other professionals for extra support.

Audiologists

Audiologists are specialists who can find out if people have hearing problems and can often help improve people's hearing.

Psychiatrists

A psychiatrist is a medical doctor who specialises in mental health. Psychiatrists diagnose, treat and support mental, emotional and behavioural differences. They work in different ways and can use a combination of approaches including counselling and medication.

Go to **positivepartnerships.com.au**

The Positive Partnerships initiative is funded by the Australian Government Department of Education through the Helping Children with Autism Package. The views expressed in this publication do not necessarily represent the views of the Australian Government or the Australian Government Department of Education.

Who can help?

Physiotherapists

Physiotherapists (sometimes called physios) work with people of all ages when they need help with their bones, muscles, and other parts of the body. Physios can support people with specific exercises or physical aids that help them manage better.

Occupational Therapists

Occupational Therapists (sometimes called OTs) help your child to participate in everyday activities including:

- Looking after themselves – for example: Feeding themselves, getting dressed, brushing teeth, toileting
- Taking part in activities at home, school, work and in the community – for example: Writing, using scissors, coping with sensory differences (e.g. food sensitivities, loud sounds, bright lights etc.) using public transport
- Taking part in activities they enjoy for example: Playing with others, connecting with others with similar interests. OT's can also provide tools or supports to help people take part in activities they enjoy.

Teachers

help children learn skills like reading and writing, including children that need extra help, or learn and behave differently. Talking to the teacher can help them to plan for your child's learning.

Social workers

Social workers can help people to cope with problems and guide them when facing challenges. Social Workers can help with managing priorities and helping people find the right supports.

Speech Pathologists/ Therapists

Speech Pathologists help people to communicate. Communication involves more than just speaking and listening. It also involves hearing, understanding, social skills, reading, writing and using voice. Speech Pathologists can help people to use and understand words/ language. Sometimes they help people to find alternative ways to communicate such as using speech devices, computers, mobile phones, objects, picture boards, gestures, sign language.

Telehealth

Telehealth is when you have an appointment with a healthcare provider by phone or video call. Many GPs, specialists and other healthcare workers offer a telehealth consultation when a physical examination isn't necessary or not possible. It doesn't replace visits to the doctor, but can be a helpful option when you can't see a doctor face to face.