## بول چال اور زبان کی تھیراپی کی سروس

والدین اور نگہداشت کاران کے لیے مشورہ۔

# ہکلانے والے بچے کی مدد کرنا

آپ کس طرح مدد کر سکتے ہیں:

- اس امر کو یقینی بنائیں کہ آپ کے بچے کو مناسب نیند ملے۔
- [illegible]
  سب کچھ کہہ دیا جو کہنا چاہتے تھے'
- آپ کے بچے کو جو کچھ کہنا ہوتا ہے، اس کے متعلق اپنی دلچسپی کا اظہار کریں۔
- جب آپ کا بچہ آپ سے بات کر رہا ہو تو اس پر توجہ مرکوز کریں اور توجہ ہٹانے والے عوامل کو دور کریں۔ ایسا کرنے کا ایک اچھا طریقہ یہ ہے کہ اپنے بچے کو بولتے ہوئے دیکھیں اور جب وہ بول رہے ہوں تو اپنا سر ہلائیں۔
- اس کی بات ختم ہونے کا انتظار کریں۔

- اپنے بچے/بچی کو 'آہستہ بولنے' کا کہہ کر اس کے لیے بے آرامی کا باعث نہ بنیں۔
- اپنے بچے/بچی کی بات نہ کاٹیں اور نہ ہی اس کا جملہ مکمل کریں۔
- [illegible]

ہکلانا والدین کے لیے مفید ویب سائٹس

**برٹش اسٹیمرنگ ایسوسی ایشن** (Stamma): https://stamma.org/ پر بہت زیادہ مددگار معلومات اور مشورے موجود ہیں:

- اپنے بچے کی معاونت کرنے سے متعلق ویڈیوز: https://stamma.org/get-help/resources/videos-children-teenagers
- ورکشاپس اور معاونتی گروپ: https://stamma.org/get-support/workshops
- Facebook گروپ: https://www.facebook.com/groups/stammeringbsa/

**The Michael Palin Centre**: تجربہ کار ماہرین کی جانب سے ڈیلیور کی جانے والی تھیراپی کے ذریعے ایسے بچوں، نوجوانوں اور بالغ افراد کی مدد کرتا ہے جو ہکلاتے ہیں: https://michaelpalincentreforstammering.org/

**My Stammering Tap** نامی ویڈیو: https://vimeo.com/239094673

**Stambassadors** ایسے بالغ افراد کے ویڈیو کلپس جو اپنے کیریئرز اور ہکلانے کے تجربات سے متعلق بات کرتے ہوئے ہکلاتے ہیں: https://actionforstammeringchildren.org/get-involved/stambassadors/