

வாரஇறுதி அனுமதித் திட்டம்



வாரஇறுதி அனுமதி என்றால் என்ன?

வாரஇறுதி அனுமதித் திட்டம் என்பது நீங்கள் உங்கள் குழந்தையும் இரண்டு இரவுகளுக்கு வீட்டுக்குச் செல்வதற்கு அல்லது சமுதாயத்தில் நேரம் செலவிடுவதற்கு வழங்கப்படும் ஒரு வாய்ப்பு ஆகும். உங்கள் மறுவாழ்வுப் பயணத்தின் ஒரு பகுதியாக விளங்கும் வாரஇறுதி அனுமதித் திட்டமானது மருத்துவமனையில் கற்றுக்கொண்டவற்றை நீங்கள் பயிற்சி செய்வதற்கான மற்றும் உங்களை வெளியில் அனுப்புவதற்கு தயார்படுத்துகின்ற ஒரு வழியாகும்.

ஒரு வாரஇறுதி அனுமதித் திட்டத்தில் செல்வதன் நன்மைகள் யாவை?

- ❖ வாரஇறுதி அனுமதித் திட்டங்கள் “இலக்கை நோக்கிச் செல்ல உதவுகின்றன” என்றும் தங்களுக்கு “நம்பிக்கை” அளிக்கின்றன என்றும் குடும்பங்கள் கூறியுள்ளன.
- ❖ நீங்கள் உங்களுடைய வழக்கமான நடைமுறையைத் திரும்பப் பெற உதவுகின்றன
- ❖ வீடில் உங்கள் குழந்தையைப் பார்த்துக்கொள்ளும் திறனைப் பெறுவதற்கு எது பயனுள்ளதாக இருக்கிறது என்பதையும் எதை மாற்ற வேண்டும் என்பதையும் நீங்கள் பார்க்க முடியும்*
- ❖ வாரஇறுதி அனுமதி முடிந்து திரும்பி வருகின்ற வாடிக்கையாளர்கள் சிகிச்சையை ஆவலுடன் எதிர்நோக்குவதையும், தங்கள் இலக்குகளை நோக்கி ஊக்கமுடன் செயல்படுவதையும் காண முடிவதாக ஒரு ஆய்வின் மூலம் தெரிய வந்துள்ளது*

வாரஇறுதி அனுமதி பற்றிய சில பொதுவான உணர்வுகள் யாவை?

- ❖ மறுவாழ்வு அமைப்பில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் வாடிக்கையாளர்கள் வீட்டுக்குச் செல்ல வேண்டுமென மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கிறார்கள்

மற்றும் குடும்பத்தினரையும் நண்பர்களையும் பார்ப்பதற்கு உற்சாகமாக இருக்கிறார்கள்*

- ❖ முதலாவது வாரஇறுதி அனுமதிக்கு முன்னர் உற்சாகம், பதட்டம் மற்றும் கவலை சார்ந்த உணர்வு இயல்பாக இருக்கிறது*
- ❖ வாடிக்கையாளர்கள் / குடும்பங்கள் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட டொரண்டோ வாரஇறுதி அனுமதியில் சென்ற பின்னர் மறுவாழ்வுச் சிகிச்சைக்குப் பின்னர் வீட்டுக்குத் திரும்பக்கூடிய பயம் குறைந்திருப்பதாகவும், நம்பிக்கை அதிகரித்திருப்பதாகவும் உணர்வதாக டொரண்டோ மறுவாழ்வு மையத்தில் நடத்தப்பட்ட ஒரு ஆய்விலிருந்து தெரியவந்தது*

ஒரு வாரஇறுதி அனுமதியில் செல்லும்போது நீங்கள் என்ன மாதிரியான சூழ்நிலைகளை எதிர்கொள்கிறீர்கள்?

- ❖ உங்கள் குழந்தையின் பராமரிப்பை நிர்வகித்தல், எ.கா., அன்றாட வாழ்க்கைச் செயல்பாடுகள், மருந்துகள், உபகரணம் அல்லது சாதனங்கள்
 - 💡 நீங்கள் வாரஇறுதி அனுமதியில் செல்வதற்கு முன்னர் நாங்கள் உங்களுக்குப் பயிற்சியும் அறிவுறுத்தல்களும் வழங்குகிறோம்.
 - 💡 நீங்கள் திரும்பும்போது, உங்களுக்கு இருக்கும் பிரச்சனைகளைப் பற்றி அல்லது கேள்விகளைப் பற்றி தயவுசெய்து உங்கள் அணியினரிடம் சொல்லுங்கள். உங்களுடைய அடுத்த வாரஇறுதி அனுமதிக்கு முன்னர் நாம் ஒன்றிணைந்து ஒரு தீர்வு காண முடியும்.
- ❖ உங்கள் குழந்தை திரும்ப வர விரும்பாத அளவுக்கு வீட்டில் மிகவும் மகிழ்ச்சியாக நேரம் செலவிட்டுள்ளது. பல குடும்பங்கள் இதை அனுபவித்திருக்கின்றன.
 - 💡 குறிப்புதவிகளைப் பெறுவதற்கு நீங்கள் உங்கள் குழந்தையுடன் / இளைஞர் சமூகப் பணியாளருடன் மற்றும் / அல்லது குழந்தை வாழ்க்கை நிபுணருடன் பேசலாம். உதாரணமாக, உங்கள் குழந்தை வீட்டில் உள்ள செளகரியத்தை உணர்ச்சியை உதவுவதற்கு அதற்குப் பிடித்த விஷயங்கள் சிலவற்றை நீங்கள் திரும்பவும் கொண்டு வர முடியும். ஒரு கவுண்ட்வுன் காலண்டரையும் நாங்கள் உங்களுக்குக் கொடுக்க முடியும்.

வாரஇறுதி அனுமதி முடிந்த அளவுக்குச் சமூகமானதாக ஆக்குவதற்கு உதவ நீங்கள் என்ன செய்ய முடியும்?

- வாரஇறுதி அனுமதியின் நீங்கள் செல்லத் திட்டமிட்டிருக்கின்ற தேதி/நேரம் பற்றி புதன்கிழமை அன்றே உங்கள் அணிக்குத் தெரியப்படுத்துங்கள்.
- உங்கள் வாரஇறுதி அனுமதிக்குத் தேவைப்படுகின்ற பொருட்களைப் பற்றி உங்கள் அணியினருடன் பேசுங்கள்; தேவைப்படுகின்ற பொருட்கள் உங்களுக்கு வழங்கப்படும்.
- உங்களுடைய மாறுதல் கடவுச்சீட்டில் வாரஇறுதி அனுமதித் தகவல் தாளைக் கைவசம் வைத்திருங்கள், வீடில் இருக்கும்போது தொடர்புத் தகவல்களுக்கும் அறிவுறுத்தலுக்கும் நீங்கள் அதைத் திரும்பவும் பார்க்க வேண்டியிருக்கும்.
- வீடில்/சமுதாயத்தில் இருக்கும்போது உங்கள் நேரத்தை மகிழ்ச்சியுடன் அனுபவியுங்கள், சாந்தமாக இருங்கள்
- உங்கள் குழந்தையும் உங்கள் குடும்பத்தினரும் ஓய்வெடுப்பதற்கு சிறிது நேரம் ஒதுக்குங்கள்
- உங்கள் அனுமதியின் போது நீங்களும் உங்களுடைய குடும்பமும் ஏதேனும் சிக்கல்களில் அல்லது பிரச்சனைகளில் மாட்டிக்கொண்டால், கூடுதல் உதவிக்காக நீங்கள் குழுவினரை அழைக்கலாம்.

உங்களுக்கு மேலும் ஏதாவது கேள்விகள் அல்லது பிரச்சனைகள் இருக்கின்றனவா? கூடுதல் உதவிக்கு தயவுசெய்து உங்களுடைய பராமரிப்பு அணியைப் பார்க்கவும்.



பரிந்துரைகள் (* குறியிடப்பட்டது):

கேமரோன், ஜே.ஐ., பாஸ்டாவ்ரஸ், எம்., மார்செல்லா, ஏ., ஃபோர்டி, எஸ்., ஸ்மால், எல்., ஃப்ரைடுலேண்ட், ஜே., மற்றும் ... நாக்லி, ஜி. (2014). மாற்ற இல்லத்துக்குத் துணைபுரிவதற்கு வாரஇறுதி அனுமதி குறித்த உயிர் பிழைத்து வாழ்பவர்களின், பராமரிப்பாளர்களின் மற்றும் உடல்நலப் பராமரிப்பு வல்லுநர்களின் கண்ணோட்டத்தை முயற்சிக்கவும். *ஜர்னல் ஆஃப் ரீஹேபிலிடேஷன் மெடிசின் (ஸ்டிஃப்டெல்சென் மறுவாழ்வுத் தகவல்)*, 46(9), 858-863. doi:10.2340/16501977-1854

வெய்ஸ், எம்., ஜான்சன், என்., மாலின், எஸ்., ஜெரோஃப்கி, டி., லாங், சி., மற்றும் ஷெர்பரன், இ. (2008). மருத்துவமனையில் சேர்க்கப்பட்ட குழந்தைகளின் பெற்றோர்களை விடுவிப்பதற்குத் தயார்படுத்துதல். *ஜர்னல் ஆஃப் பீடியாட்ரிக் நர்சிங்*, 23(4), 282-295.

மேற்குறிப்பிட்ட ஆய்வுகள் தொடர்பான கூடுதல் தகவல்களைத் தெரிந்துகொள்ள குடும்ப வள மையத்தில் உள்ள உடல்நல அறிவியல் நூலகத்திற்குச் செல்லவும்*

Holland Bloorview Kids Rehabilitation Hospital

150 Kilgour Road, Toronto ON Canada M4G 1R8 T 416 425 6220 T 800 363 2440 F 416 425 6591 www.hollandbloorview.ca

டொரண்டோ பல்கலைக்கழகத்துடன் முழுமையாக இணைக்கப்பட்ட ஒரு போதனை மருத்துவமனை