

मेरे बच्चे का प्रोग्रेस प्लानर

थेरेपी, गोल और प्रोग्रेस, सब एक शांत जगह पर। हफ़्ते में कुछ मिनट काफ़ी हैं।

बच्चे का नाम _____

शुरू करने की तारीख _____

कैसे इस्तेमाल करें

1. **गोल चुनें**
   बच्चे और उसकी टीम के साथ ज़्यादा से ज़्यादा 3 गोल चुनें। एक गोल भी काफ़ी है।
2. **हर हफ़्ते थोड़ा-थोड़ा ट्रैक करें**
   हफ़्ते के ट्रैकर में टिक करें। रोज़ दो मिनट काफ़ी हैं।
3. **हर 3 महीने में रिव्यू करें**
   देखें कि कहाँ से शुरू किया था और अब कहाँ हैं।
4. **हर थेरेपी मीटिंग में साथ ले जाएँ**
   आपके नोट्स से टीम आपके साथ मिलकर प्लान बना पाती है।

इसमें क्या है

1 कवर और इस्तेमाल का तरीका
2 मेरा बच्चा: एक नज़र में
3 अगले 3 महीने के गोल
4 हफ़्ते का ट्रैकर
5 महीने का रिव्यू
6 थेरेपी सेशन लॉग
7 3 महीने का प्रोग्रेस रिव्यू
8 थेरेपिस्ट से पूछने के सवाल
9 फ़ीस और सेशन का हिसाब
10 खुशी के पल

जितनी ज़रूरत हो, उतनी कॉपी प्रिंट करें। हर हफ़्ते एक ट्रैकर और हर महीने एक रिव्यू पेज इस्तेमाल करें। लॉग पेज भर जाएँ, तो और प्रिंट कर लें।

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें

मेरा बच्चा: एक नज़र में

नए थेरेपिस्ट, टीचर या डॉक्टर को यह पेज दिखाएँ।



नाम _____ **उम्र** _____ **तारीख** _____

ख़ूबियाँ
बच्चे को क्या अच्छे से आता है

पसंद
पसंदीदा चीज़ें, लोग, गाने, खेल

किससे शांति मिलती है
जैसे: शांत कोना, गाना, झूलना, कसकर गले लगना

क्या मुश्किल लगता है
जैसे: शोर वाली जगह, अचानक बदलाव, इंतज़ार

बातचीत का तरीका
बोलकर, इशारों से, तस्वीरों से, AAC से, आवाज़ों से। हर तरीका मायने रखता है।

बच्चे की टीम

नाम	भूमिका	फ़ोन	रजिस्ट्रेशन नंबर

भूमिका: जैसे बच्चों के डॉक्टर, स्पीच थेरेपिस्ट, ऑक्यूपेशनल थेरेपिस्ट, स्पेशल एजुकेटर, टीचर। भारत में स्पीच थेरेपिस्ट, स्पेशल एजुकेटर और साइकोलॉजिस्ट RCI में रजिस्टर होते हैं (CRR नंबर पूछें)। OT का रजिस्ट्रेशन NCAHP में होता है।

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें

अगले 3 महीने के हमारे गोल



ज़्यादा से ज़्यादा 3 गोल। एक भी काफ़ी है। अपने शब्दों में लिखें।

गोल 1

कौन काम करेगा: ☐ घर ☐ थेरेपी ☐ स्कूल

गोल (हमारे शब्दों में)

यह क्यों ज़रूरी है

अभी कहाँ हैं जैसे: 5 में से 1 बार

3 महीने में कहाँ तक

कैसे पता चलेगा
कैसे नापेंगे

गोल 2

कौन काम करेगा: ☐ घर ☐ थेरेपी ☐ स्कूल

गोल (हमारे शब्दों में)

यह क्यों ज़रूरी है

अभी कहाँ हैं जैसे: 5 में से 1 बार

3 महीने में कहाँ तक

कैसे पता चलेगा
कैसे नापेंगे

गोल 3

कौन काम करेगा: ☐ घर ☐ थेरेपी ☐ स्कूल

गोल (हमारे शब्दों में)

यह क्यों ज़रूरी है

अभी कहाँ हैं जैसे: 5 में से 1 बार

3 महीने में कहाँ तक

कैसे पता चलेगा
कैसे नापेंगे

अच्छे गोल हुनर, बातचीत (किसी भी तरीके से, AAC भी), आराम और आत्मनिर्भरता बढ़ाते हैं। बिना नुकसान वाली स्टिमिंग रोकना, ज़बरदस्ती आँख मिलवाना या “नॉर्मल दिखाना” गोल नहीं होने चाहिए।

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें

हफ़्ते का ट्रैकर

जब भी हो, एक टिक या लकीर लगाएँ। थोड़ा भी अच्छा है।



हफ़्ते की तारीख _____

हर हफ़्ते के लिए एक पेज प्रिंट करें।

इस हफ़्ते	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि	रवि
गोल 1 _____							
गोल 2 _____							
गोल 3 _____							
घर पर प्रैक्टिस (मिनट)							
नींद	😊 😐 ☹️	😊 😐 ☹️	😊 😐 ☹️	😊 😐 ☹️	😊 😐 ☹️	😊 😐 ☹️	😊 😐 ☹️
मुश्किल पल (कितनी बार)							

नींद: हर दिन एक चेहरे पर गोला बनाएँ। 😊 अच्छी नींद 😐 ठीक ☹️ मुश्किल रात

इस हफ़्ते की जीत

एक चीज़ जो अच्छी रही। छोटी हो या बड़ी, मायने रखती है।

_____

_____

_____

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें

महीने का रिव्यू

12 कॉपी प्रिंट करें, हर महीने के लिए एक। महीने के आख़िर में दस शांत मिनट।



महीना _____ हर गोल के लिए एक पर टिक करें।

गोल 1 _____

- ◯ अभी नहीं
- ◯ थोड़ी प्रोग्रेस
- ◯ हो गया

गोल 2 _____

- ◯ अभी नहीं
- ◯ थोड़ी प्रोग्रेस
- ◯ हो गया

गोल 3 _____

- ◯ अभी नहीं
- ◯ थोड़ी प्रोग्रेस
- ◯ हो गया

यह प्लान की जाँच है, बच्चे की नहीं। “अभी नहीं” का मतलब है कि शायद छोटा कदम या नया तरीका चाहिए।

इस महीने का सबसे अच्छा पल

_____

_____

क्या मुश्किल रहा

_____

_____

सेहत और नींद

_____

_____

अगले महीने क्या बदलेंगे

_____

_____

क्या इस महीने 1 मिनट का वीडियो बनाया?

☐ हाँ ☐ अभी नहीं

हर महीने एक ही काम का वीडियो बनाएँ, जैसे खाना, खेलना या कपड़े पहनना। सारे वीडियो एक साथ देखें। रोज़-रोज़ में जो प्रोग्रेस नहीं दिखती, वह इनमें दिख जाती है। वीडियो अपने पास ही रखें।

किस काम का वीडियो _____

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें

थेरेपी सेशन लॉग

हर सेशन के बाद एक लाइन भरें। बस एक मिनट लगेगा।



तारीख	थेरेपिस्ट	किस पर काम हुआ	क्यों (कौन-सा गोल)	घर की प्रैक्टिस	मेरे सवाल

पता नहीं कि सेशन किस लिए था? पूछें: “यह किस गोल के लिए था?” हर सेशन किसी गोल से जुड़ा होना चाहिए।

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें

3 महीने का प्रोग्रेस रिव्यू

बच्चे की टीम के साथ पीछे मुड़कर देखें। कहाँ से शुरू किया? अब कहाँ हैं?



कब से _____ **कब तक** _____

गोल	शुरुआत में (बेसलाइन)	अब कहाँ हैं
गोल 1		
गोल 2		
गोल 3		

क्या थेरेपिस्ट ने लिखे हुए गोल और डेटा दिए?

☐ हाँ ☐ नहीं

डेटा आसान भी हो सकता है। जैसे: "जून में 10 में से 2 बार ब्रेक माँगा, अगस्त में 10 में से 7 बार।"

क्या बच्चे को वहाँ जाना अच्छा लगता है?

हाँ | मिला-जुला | नहीं

हमारा फ़ैसला

☐ **ऐसे ही चलने दें**
काम हो रहा है और बच्चे को अच्छा लग रहा है।

☐ **कुछ बदलें**
नया गोल, नया तरीका या नया समय।

☐ **दूसरी राय लें**
प्रोग्रेस बहुत कम है, या बच्चे को अच्छा नहीं लग रहा।

रिव्यू मीटिंग के लिए सवाल

_____

_____

_____

_____

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें

थेरेपिस्ट से पूछने के सवाल



जो सवाल पूछने हैं, उन पर टिक करें। यह पेज मीटिंग में साथ ले जाएँ।

- [ ] **आज आप ठीक-ठीक किस पर काम कर रहे हैं, और क्यों?**
- [ ] **यह किस गोल के लिए है?**
- [ ] **प्रोग्रेस कैसे नापेंगे?**
- [ ] **मुझे घर पर क्या प्रैक्टिस करवानी चाहिए?**
  सिर्फ़ बताने को नहीं, करके दिखाने को कहें।
- [ ] **क्या मैं एक सेशन देख सकती/सकता हूँ?**
- [ ] **प्रोग्रेस का रिव्यू कब करेंगे?**
- [ ] **आपकी क्वालिफ़िकेशन क्या है? आपका रजिस्ट्रेशन नंबर क्या है?**
  भारत में स्पीच थेरेपिस्ट, स्पेशल एजुकेटर और साइकोलॉजिस्ट RCI में रजिस्टर होते हैं (CRR नंबर पूछें)। OT का रजिस्ट्रेशन NCAHP में होता है।
- [ ] **क्या आप लिखे हुए गोल और प्रोग्रेस नोट्स देंगे?**
- [ ] **आपको कैसे पता चलता है कि बच्चे को यहाँ आराम और खुशी महसूस होती है?**
- [ ] **अगर सेशन के बाद बच्चा परेशान हो, तो मैं क्या करूँ?**

मेरे अपने सवाल

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

सवाल पूछना ठीक है। अच्छे थेरेपिस्ट खुशी से समझाते हैं। अपने बच्चे को आप सबसे अच्छी तरह जानते हैं।

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें

फ़ीस और सेशन का हिसाब

हर पेमेंट लिखें। फिर मिलाएँ कि कितने सेशन हुए।



पेमेंट की तारीख	रकम	किन सेशन के लिए	रसीद/ इनवॉइस नंबर?	कितने सेशन हुए	छूटे या कैंसल (किसने किए)	रिफ़ंड या एडजस्ट
			हाँ / ना			
			हाँ / ना			
			हाँ / ना			
			हाँ / ना			
			हाँ / ना			
			हाँ / ना			
			हाँ / ना			
			हाँ / ना			
			हाँ / ना			
			हाँ / ना			

हर रसीद संभालकर रखें। बड़ी रकम एडवांस में देने के बजाय हर महीने पेमेंट करना बेहतर है। पूछें कि छूटे या कैंसल हुए सेशन का क्या होगा, और जवाब लिखित में लें।

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें

खुशी के पल

बच्चे ने जो नई चीज़ें कीं। छोटी हों या बड़ी, सब मायने रखती हैं।



तारीख _____	तारीख _____	तारीख _____
तारीख _____	तारीख _____	तारीख _____
तारीख _____	तारीख _____	तारीख _____
तारीख _____	तारीख _____	तारीख _____

प्रोग्रेस सीधी लाइन में नहीं होती। मुश्किल हफ़्ते भी इसका हिस्सा हैं। ऐसे दिनों में यह पेज देखें। आप और आपका बच्चा बहुत अच्छा कर रहे हैं।

यह प्लानर घर पर ट्रैक करने में मदद करता है। यह आपके बच्चे के डॉक्टर, थेरेपिस्ट या स्कूल की सलाह की जगह नहीं लेता।

TimeNinja · timeninja.app · मुफ़्त, प्रिंट करें और शेयर करें