## ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਮਤਿਹਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇਗੀ?

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿੱਖਲਾਈ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ (specific learning difficulties) ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਇਮਤਿਹਾਨਾਂ ਵਿੱਚ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੀ ਸਟੇਜ ਟੈਸਟਸ (ਸਾਟਸ) (key stage tests (SATs)) ਜਾਂ ਜੀ.ਸੀ.ਐਸ.ਈ./ਏ ਲੈਵਲ ਕੋਰਸਾਂ (GCSE/ A level courses) ਵਿੱਚ ਵਾਧੂ ਗੁੰਜਾਇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਵਾਧੂ ਸਮਾਂ, ਜਾਂ ਸਵਾਲ ਪੜ੍ਹਨ ਜਾਂ ਜਵਾਬ ਲਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਅੱਕਸੈਸ ਅਰੇਂਜਮੈਂਟਸ (access arrangements) ਆਖਦੇ ਹਨ।

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅੱਕਸੈਸ ਅਰਜਮੈਂਟਸ (Special access arrangements) ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਇਮਤਿਹਾਨਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰ ਸਕ ਦੇ ਹਨ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਐਸ.ਈ.ਐਨ.ਸੀ.ਓ. (SENCO) ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

## ਕੀ ਕੋਈ ਸਹਾਰਾ ਸਮੂਹ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਮੈਂ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਾਂ?

ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਸਥਾਨਿਕ ਅਥੋਰੀਟੀਆਂ ਸਹਾਰਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਨਾਲ ਤਾਲ ਮੇਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਪਰਕ ਕਰਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਮਦਦ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ।

ਸਿੱਖਲਾਈ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਲਈ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਨੈਟਵਰਕ ਹਨ, ਸਾਡੇ ਸੰਪਰਕ ਦੇਖੋ।

## ਸੰਪਰਕ

ਚੰਗੇ ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਉੱਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈਂ

ਦਾ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ-ਐਸ.ਪੀ.ਐਲ.ਡੀ. ਟਰੱਸਟ (The Dyslexia-SpLD Trust)
01344 381 564 ਜਾਂ info@thedyslexia-spldtrust.org.uk

www.interventionsforliteracy.org.uk
www.thedyslexia-spldtrust.org.uk

ਹੈਲੱਨ ਆਰਕੱਲ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਸੈਂਟਰ (Helen Arkell Dyslexia Centre)
01252 792 400 ਜਾਂ enquiries@arkellcentre.org.uk
www.arkellcentre.org.uk

ਸਥਾਨਿਕ ਸਹਾਰਾ ਸਮੂਹਾਂ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਲਈਂ

ਬਰਿਟਿਸ਼ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (British Dyslexia Association)
ਮਦਦ ਲਾਇਨ 0845 251 9002 ਜਾਂ helpline@bdadyslexia.org.uk
www.bdadyslexia.org.uk

ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਅੱਕਸ਼ਨ (Dyslexia Action)
01784 222 300 ਜਾਂ info@dyslexiaaction.org.uk
www.dyslexiaaction.org.uk

British Dyslexia Association
Dyslexia Action
HelenArkell Dyslexia Centre
patoss
Springboard
xtraordinarypeople

The Dyslexia-SpLD Trust

# ਡਕਾਂਬ?ੇਂਹਨਕ ਪਕੋ/ ਫ਼ਨਕਬ?

British Dyslexia Association
Dyslexia Action
HelenArkell
patoss
Springboard
xtraordinarypeople

## ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ (dyslexia) ਕੀ ਹੈ?

ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ (Dyslexia) ਬਾਰੇ ਹੁਣ ਚੰਗੀ ਸਮਝ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਜੋ ਇਸ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਫਿਰ ਵੀ ਇਹ ਉਲਝਨ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਚਕਰਾਉਣ ਵਾਲੀ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ (Dyslexia) ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਜੋੜ ਮੁਹਾਰਤਾਂ ਸਿੱਖਣ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿੱਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ (Dyslexia) ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਧੁਨੀ ਉਚਾਰਨ ਲਈ ਧੁਨੀ ਸ਼ਾਸਤਰ (phonics) ਦੀ ਵਰਤੋ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੀ ਹੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ ਦੀ ਹਿੱਸੇਦਾਰ ਵੰਡ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁਤੀ ਵਾਰੀ ਬੋਲੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਯਾਦ ਰੱਖਣੀ ਕਠਨ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਨਿਰਦੇਸ਼।

ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ (Dyslexia) ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਇੱਕਸਾਰਤਾ ਜਾਂ ਨੰਬਰਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਜਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਕਾਗਰਤਾ ਪ੍ਰਤੀ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ ਵਧੇਰੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਮ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿੱਖਲਾਈ ਮੁਸ਼ਕਲ (specific learning difficulty) ਹੈ ਅਤੇ ਕਰੀਬ 10% ਆਬਾਦੀ ਇਸ ਨਾਲ ਕਾਫ਼ੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਪੀੜਤ ਹੈ। ਘੱਟ ਤੀਬਰ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਵਾਧੂ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਹੀ ਸਫ਼ਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੀਬਰ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਕੰਮਕਾਜੀ ਜੀਵਨ ਦੌਰਾਨ ਨਿਰੰਤਰ ਜਾਰੀ ਸਹਾਰੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

## ਮੈਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਡਿਸਲੈਕਸਿਕ (dyslexic) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੰਕੇਤ ਪੜ੍ਹਨ, ਲਿੱਖਣ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦਜੋੜ ਕਰਨ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੱਜੋਂ ਪ੍ਰਗੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਘੱਟ ਸੁਣਨ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਨਜ਼ਰ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਚਾਲੂ ਰਹਿਣ ਤਾਂ ਪੜ੍ਹਨ, ਲਿੱਖਣ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦਜੋੜ ਕਰਨ ਪ੍ਰਤੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਿੱਤ ਕਾਰਨ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ।

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈਂ ਜੇ ਘੱਟੀਆ ਸ਼ਬਦਜੋੜ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਇਤਹਾਸ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਹ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਦੇ ਕੁੱਝ ਅਗੇਤੇ ਸੰਕੇਤ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਰਿਵਾਇਤੀ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਸਿੱਖਲਾਈ ਅਰੰਭ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਤੁਕਾਂਤ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਪ੍ਰਤੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਬੇਤਰਤੀਬ ਕਰ ਦੇਣਾਂ ਪੈਂਤੀ ਦੇ ਅੱਖਰਾਂ ਦੀਆਂ ਧੁਨੀਆਂ (ਜਾਂ ਨਾਂ) ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ।

ਬਾਦ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ, ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਦਿੱਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਯਾਦ ਭੁਲਦੇ ਰਹਿਣਾ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ਨਾਂ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਲੰਮੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਉਚਾਰਨ ਬਾਰੇ ਪੱਕਾ ਨਾ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਧੁਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਇਕਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸੇਵੰਡ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ।

## ਜੇ ਮੇਰੇ ਖ਼ਿਆਲ ਵਿੱਚ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਡਿਸਲੈਕਸਿਕ (dyslexic) ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਸੱਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਅੱਜ ਦੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਲਾਈ ਸੱਭ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਹ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵੀ ਉਚਿੱਤ ਹੈ। ਐਪਰ, ਜੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਕਾਫ਼ੀ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਤਬਦੀਲ ਜਾ ਵਧਾ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਜਾਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਸਕੂਲਾਂ ਕੋਲ ਵਾਧੂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਵੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਾਲੇ ਵੀ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਤਰੱਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ, ਤਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿੱਦਿਅਕ ਲੋੜਾਂ ਤਾਲ-ਮੇਲ ਕਰਤਾ (ਐਸ.ਈ.ਐਨ.ਸੀ.ਓ.) (Special Educational Needs Coordinator (SENCO) ਜਾਂ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੁੱਖੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ।

## ਕੀ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਪੜ੍ਹਨਾ, ਲਿੱਖਣਾ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਜੋੜ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਜਾਵੇਗਾ?

ਸਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ, ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਪੜ੍ਹਨਾ, ਲਿੱਖਣਾ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਜੋੜ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਜਾਣਗੇਂ ਭਾਵੇਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ।

ਸਹਾਇਕ ਤਕਨੋਲੋਜੀ ਜਿਵੇ ਕਿ ਸਮਾਰਟ ਫ਼ੋਨਾਂ, (smart phones), ਲਾਪਟੌਪਾਂ (laptops) ਅਤੇ ਟਾਬਲੱਟ ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ (tablet computers) ਨੇ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਅਸਰਦਾਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਹੈ।

## ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਡਿਸਲੈਕਸਿਕ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ?

ਤਰੱਕੀ ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲ ਹੁਣ ਜਲਦੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਆਸਾਨ ਟੈਸਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਡਿਸਲੈਕਸੀਆ ਹੋਣ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਹੋਣ ਅਤੇ ਤਰੱਕੀ ਚੰਗੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ, ਤਾਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਅਧਿਆਪਕ ਜਾਂ ਵਿੱਦਿਅਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ (educational psychologist) ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਮੁਲਾਂਕਣ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀਆਂ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਵੀ ਪੇਸ਼ ਕਰੇਗਾ।