ਮੈਂ ਘਰ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ?

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਗੱਲ ਕਰੋ . ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਵਾਲੇ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਵਿਚਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਦੁਰਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਰਹੋ I
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ I
- ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨਗੇ I
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦੁਭਾਸ਼ੀ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ I
- ਦੋਭਾਸ਼ੀ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਪੁਬਲਿਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿਚੋਂ ਜਿਆਦਾਤਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ I
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਵਾਲ ਪੁਛੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ,ਇਹ ਕੀ ਹੈ ? ਕੌਣ ਹੈ ? ਕਿਥੇ ਹੈ ? ਕਦੋਂ ? ਵਗੈਰਾ I
- ਆਪਣੇ ਬਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਪੁਛੋ ਕਿ ਓਹਨਾ ਦਾ ਦਿਨ ਕਿਵੇਂ ਰਿਹਾ ?
- ਆਪਣੇ ਬਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਓਹਨਾ ਨੇ ਕੀ ਨਵਾਂ ਸਿਖਿਆ , ਕੀ ਨਵਾਂ ਕੀਤਾ ?
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਓਹਨਾ ਦੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਾਂ ਕਰੋ .ਇਸ ਨੂੰ ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਜਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨਾਲ ਲਿੰਕ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਵਿਸ਼ੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਮੇਲ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕਿਵੇਂ ਅਲੱਗ ਹਨ I
- ਵਾਰੀ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੱਚੀ ਪੱਚੀ ਪੰਜਾਹ , ਪੁੱਗਣ , ਸੱਪ ਪੌੜੀ ਵਗੈਰਾ ਖੇਡੋ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ . ਜੇਕਰ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਲਾਸ ਟੀਚਰ ਜਾਂ ਐੱਲ ਟੀਚਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ . ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਖੇਡਾਂ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਵਿਚ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਵੀ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ : ਬੋਲ ਚਾਲ ਲਈ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਦੋ ਸਾਲ ਤੱਕ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਸਿਖਿਆ ਲਈ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਲਈ ਦੱਸ ਸਾਲ ਤੱਕ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਵਿਚਾਰ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਨੀਂਹ ਪੱਥਰ ਹੈ I ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਉਹ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਉੱਪਰ ਨਿਰਭਰ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾ ਨਵੇਂ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਤਰਕ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ I

Resources

- http://www.booktrust.org.uk/programmes/primary/booktime/ - ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਪੜਨ ਦੀ ਗਾਈਡ
http://learnenglishkids.britishcouncil.org/en/
- http://www.dk.com/uk/ - ਵਿਜ਼ੂਅਲ ਸ਼ਬਦਕੋਸ਼
- http://uk.mantralingua.com/- ਕਿਤਾਬਾਂ
- http://www.usborne.com/ - ਪਹਿਲਾ ਸ਼ਬਦ ਕਿਤਾਬਾਂ
- http://www.worldbookonline.com/kids/home - ਅਨੁਵਾਦ ਸਾਹਿਤ ਵਿਸ਼ਵਕੋਸ਼ https://www.overdrive.com/ - ਵਿਭਿਨ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਆਨਲਾਈਨ ਕਿਤਾਬਾਂ- ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਕਾਰਡ ਨਾਲ ਸਾਈਨ ਇਨ ਕਰੋ I https://www.aberdeenshire.gov.uk/libraries/

Acknowledgements

- Learning in 2+languages (2005)
- www.bilingualism-matters.org.uk/
- ਐਡੀਨਬਰਗ ਸ਼ਹਿਰ ਈ ਏ ਐੱਲ ਸੇਵਾ

ਦੋ ਭਾਸ਼ੀ ਬਣੋ !

ਦੋ ਭਾਸ਼ੀ ਬਣਨ ਦੇ ਕੀ ਫ਼ਾਇਦੇ ਹਨ ?

ਦੋ ਭਾਸ਼ੀ ਹੋਣਾ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਮੱਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ :

- ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ , ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਵਿਰਸੇ ਨਾਲ ਲਿੰਕ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ I ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਅਗਲੀ ਪੀੜੀ ਵਿਚ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਪਹਿਚਾਣ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦਾ ਖਾਸ ਜ਼ਰੀਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈI
- ਇਸ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਕੌਸ਼ਲ, ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣਾਂ, ਤਵੱਜੋ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਸੋਚ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ I ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣਾ ਅਤੇ ਵਰਤਣਾ ਨਵੇਕਲੀ ਸੋਚ, ਸਮਸਿਆ ਨਿਵਾਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰ ਸਕਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ I
- ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਹਾਵ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਭਾਸ਼ਾ ਬੱਚਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਸੋ ਇਹ ਖਾਸ ਸਥਾਨ ਰੱਖਦੀ ਹੈ I
- ਭਾਸ਼ਾ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਇਸ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਸਮਝ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖਣਾਂ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ I
- ਇਸ ਨਾਲ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਓਹਨਾ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਲਿਖ, ਪੜ੍ਹ ਜਾਂ ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹੋਣ I

Aberdeenshire COUNCIL Education & Children's Services
English as an Additional Language Service (EAL)

Aberdeenshire EAL Service, New Deer School
New Deer, Turriff AB53 6TB Telephone: 01771 644199

eal.service@aberdeenshire.gov.uk

ਦੋ ਭਾਸ਼ੀ ਹੋਣ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ ?

ਅਸੀਂ ਦੋ ਭਾਸ਼ੀ ਸ਼ਬਦ ਓਹਨਾ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ I

ਮੇਰੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਜਿਆਦਾ ਚੰਗੀ ਨਹੀਂ , ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਬੋਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ?

ਆਪਣੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਜਿਆਦਾ ਸਹੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਤਰਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਚੰਗਾ ਨਮੂਨਾ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ I

ਕੀ ਦੋਭਾਸ਼ੀ ਹੋਣਾ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰੇਗਾ ?

ਸ਼ੁਰੂ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈI ਪ੍ਰੰਤੂ ਸਮੇਂ ਨਾਲ, ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਉਹ ਕਾਮਯਾਬੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨਗੇ ਸਗੋਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਵਿਚ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ੀ ਬੱਚਿਆਂ ਵੀ ਵਧੀਆ ਕਾਰਗਜ਼ਾਰੀ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹਨ I

ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਕਿਵੇਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖੇਗਾ ?

ਉਹ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸੁਣੇਗਾ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੇਗਾ I

ਜੇਕਰ ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ?

ਇਹ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਹਰ ਸਮੇਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਘੁਲਣਾ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ I ਕਦੇ ਕਦੇ ਇਹ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ , ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਵਰਤਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਅੱਗੋਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਉੱਤਰ ਦੇਣ I

ਮੇਰਾ ਬੱਚਾ ਦੋਨੋ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਿਕਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ?

ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਦੋ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ I ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹੋਲੀ ਹੋਲੀ ਦੋਨੋ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਵੇਗਾ I ਜਿਸ ਗਤੀ ਜਾਂ ਉਮਰ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਇਹ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਬਹੁਤ ਅਲੱਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ I ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਈ. ਏ. ਐੱਲ .ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ I

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੋਨੋ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਲਿਖਣ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ?

ਲਿਖਣ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰੌਚਕ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੇ ਅਨੁਰੂਪ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ I ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਕਲਾਸ ਟੀਚਰ ਜਾਂ ਈ. ਏ. ਐੱਲ. ਟੀਚਰ ਅਨੁਕੂਲ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ I ਇਹ ਵੀ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਆਨੰਦ ਵਾਸਤੇ ਪੜ੍ਹੋ - ਕਿਤਾਬਾਂ, ਰਸਾਲੇ, ਕਾਮਿਕਸ, ਵੈਬਸਾਈਟਸ, ਸੀਡਿਸ ਤੋਂ ਸੁਣਨਾ, ਰੇਡੀਓ , ਟੀਵੀ ਅਤੇ ਡੀਵੀਡੀਸ ਦੇਖਣਾ ਵਗੈਰਾ I ਆਪਣੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਤੇ ਜਾਣਾ ਵੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਦਾ ਚੰਗਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ I

ਸਾਡੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਵੱਖਰੀ ਲਿੱਪੀ ਵਿਚ ਹੈ I ਕੀ ਇਸ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਲਝਣ ਹੋਵੇਗੀ ?

ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਲਿਖਣਾ ਸਿੱਖਣਾ , ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਲਿਖਣਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ I ਬੱਚੇ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਦੋ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਲਿੱਪੀਆਂ ਵਿਚ ਲਿਖਣਾ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ I

ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਪੜ੍ਹਨ / ਲਿਖਣ / ਅੱਖਰਾਂ ਵਿਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ. ਕੀ ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਵੀ ਹੋਵੇਗੀ ?

ਕੁਝ ਸਾਖਰਤਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ਾ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਸਥਾਨਾਂਤਰਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ I ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਕੀਤੇ ਕੰਮ ਦੇ ਸਬੂਤ ਭੇਜੋ I ਇਹ ਜਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਉਹ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਹੀ ਹੋਣ I