ካብ ውልደት ክሳብ 6 ወርሒ - ዕቤትን ምዕባለን

በጃኹም ሕተቱ። ህፃናት ክፅበዩ ኣይክእሉን እዮም።

Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

እንታይ

እቲ ሰንጠረዥ ንወለዲ ዝተጻሕፈ እኳ እንተኾነ፣ ዝኾነ ኣንኣሽቱ ቆልዑ ዝፈልጥ ወይ ዝሰርሕ ሰብ ግን ሓጋዚ ኮይኑ ክረኽቦ እዩ።

ንምንታይ

እዚ ቅድመ-ምርመራ ሰንጠረዥ ኣብ ምርኣይ፣ ምስማዕን ምዕ-ባለን ሓደ ህጻን ክህልዉ ዝኽእሉ ጸገማት ንምልላይ ዝሕግዘኩም ቅልጡፍ መንገዲ እዩ። እቲ ሰንጠረዥ ንብምሉኡ እቲ ህጻን ክትጥምትዎ ክሕግዘኩም እዩ። ዕብየት ናይቲ ህጻን ኣብ መዳያት ኣተሓሳስባ፣ ማሕበራዊ ክእለታት፣ ምስማዕ፣ ምዝራብን ምንቅስቓሳትን ክትከታተሉ ኢኹም። ገለ ናይ ምንቅስቓስ ክእለታት ኣንኣሽቱ ጭዋዳታት (ከም ኣጻብዕቲ) ይጥቀሙ፣ ገለ ድማ ዓበይቲ ጭዋዳታት (ከም እግሪ) ይጥቀሙ። ኣብ ነፍሲ ወከፍ ዕድመ ዝርከቡ ህጻናት ምርኣይን ምስማዕን ምክትታል ኣገዳሲ እዩ።

ጠቓሚ! እዚ ሰንጠረዥ እዚ ንምርኣይ፣ ምስማዕን ምዕባለን ውላድኩም ክትከታተሉ ዝሕግዘኩም ቅልጡፍ መንገዲ ኮይኑ፣ ንዕብየታዊ ፈተና፣ ገምጋም ወይ ግምገማ ክኸውን ዝዓለመ ኣይኮነን።

ከመይ

ነፍሲ ወከፍ ክፍሊ ዕድመ መብዛሕትኦም ህጻናት ኣብ መንጎ ቀዳማይ ዕድመን ካልኣይን ዕድመ ኣብ ገለ እዋን ክገብርዎ ዝኽእሉ ንጥፈታት ኣብቲ ክፍሊ ይዝርዝር። ንኣብነት፣ ኣብ 12 ኣዋርሕ መብዛሕትኦም ህጻናት ኣብቲ ካብ 6 ክሳብ 12 ኣዋርሕ ዝብል ክፍሊ ዝተዘርዘሩ ኩሎም ንጥፈታት ክገብሩ ክኽእሉ እዮም። ይኹን እምበር፣ መብዛሕትኦም ህጻናት ኣብ 6 ወርሒ ነዚ ኩሉ ንጥፈታት ክገብሩ ኣይክእሉን እዮም። ኣብ ነፍሲ ወከፍ ክፍሊ ዕድመ እውን ከምኡ። ስለዚ፣ ኣብ መጀመርታ ደረጃ ዕድመ ዝርከብ ህጻን ኩሉ እቲ ንጥፈታት ክገብር እንተዘይክኢሉ ብዙሕ ኣይትጨነቑ። ህጻናት ብዝተፈላለዩ ደረጃታት ስለ ዝዓብዩ፣ ሓደ ህጻን ኣብ ሓደ ዕማም ድሕሪት ስለ ዝመስል ጥራይ ኣይትሰንብዱ።

ኣብ ትሕቲ ዕድመ ናይቲ ህጻንን ኣብ ትሕቲ ምርኣይን ምስማዕን ዝተዘርዘሩ ንጥፈታት ኣንብቡ። እቲ ህጻን ክጻወት ከሎ ተዓዘቡን ስምዑን። እቲ ህጻን ነቶም ንጥፈታት ክገብሮም ይኽእል ድዩ? እቲ ህጻን ንነፍሲ ወከፍ ንጥፈት ዘድሊ ግዜ፣ ቦታን ንዋትን ክህልዎ ኣገዳሲ እዩ። ንኣብነት፣ ነቲ ህጻን ወረቐትን እርሳስ ወይ ቀለምን እንተዘይሂብክምዎ፣ እቲ ህጻን ገጽ ክትስእል ኣይትኽእልን ኣይትበሉ።

ንሓደ ህጻን ንብዙሓት መዓልታት ክትከታተልዎን ክትሰምዕዎን ትደልዩ ትኾኑ፣ ነቲ ሰንጠረዥ ተጠቂምኩም ዝኾነ ክህልወኩም ዝኽእል ስክፍታታት ኣስተብህሉ። ሓደ ኣብ ላዕለዋይ ደረጃ ዕድመ ዝርከብ ህጻን ኩሉ ንጥፈታት ክገብር እንተዘይክኢሉ፣ ስድራቤታት ትዕዝብቶም ምስ ሓደ ንዕብየት ናይቲ ህጻን ብደቂቕ ክዕዘብ ዝኽእል በዓል ሞያ ከካፍሉ ይኽእሉ።

መዓዝ

ነቲ ህጻን እናተጻወተ ከሎ ተዓዘብዎን ስምዕዎን። እቲ ህጻን መብዛሕትኡ ግዜ ከመይ ከም ዝመስል ኢኹም ትደልዩ ዘለኹም። እቲ ህጻን ኣብ ዝሓመመሉ፣ **ዝደኸመሉ ወይ ኣብ ዝቐጥዓሉ እዋን ነዚ ሰንጠረዥ ኣይትጠቐምሉ።**

ቀጺሉ እንታይ

ብዛዕባ ምዕባለ ሓደ ህጻን ስክፍታ እንተሃልይኩም፣ ናብቲ ኣብ ካልእ ሸነኽ ናይዚ ሕታም ተዘርዚሩ ዘሎ ቁጽሪ Washington Help Me Grow (ንኽዓቢ ሓግዙኒ) ብስም ናይቲ ኣብ ከባቢኹም ዝርከብ መሪሕ Family Resources Coordinator (ኣተሓባባሪ ጸጋታት ስድራቤት፣ FRC) ክትድውሉ ትኽእሉ ኢኹም። ከምኡ'ውን፣ ሓኪም ናይቲ ህጻን፣ ክፍሊ ጥዕና ወይ ኣውራጃ ቤት ትምህርቲ ንስድራቤታት ክሕግዝ ይኽእል እዩ፣ ኣብ ቀረባኹም ዝርከብ ትካል ድማ ትረኽቡ፣ እዚ ድማ ዝያዳ ምሉእ ምርመራ ናይቲ ህጻን ምዕባለ፣ ምርኣይን/ወይ ምስማዕን ክገብር ይኽእል።

ምርኣይ

ውሉድካ...

- ☐ ዓይኒ ይጥምት (ኣዒንትኻ ይጥምት)
- ☐ ንሓደ ዝንቀሳቐስ ነገር ብኣዒንቶም ይስዕቡ
- ☐ ብተደጋጋሚ ምስ ነገራት ከይተጋጨኻ ምጉዓዝ ወይ ምሕንባስ
- ☐ ብኽልቲኡ ኣዒንቱ ገይሩ ንሰባትን ንነገራትን ይርኢ
- ☐ ንነገራት ኣብ ንቡር ርሕቐት ይሕዞ (ድሕሪ 6 ወርሒ)
- ☐ ኣብ ጽላሎት ወይ ፍልይ ዝበለ ዚመስል ቦታታት ብዘይ ገለ ጸገም ይጎዓዝ ወይ ይንቀሳቐስ ድዩ (ምንፃፍ፣ ክዳን)
- ☐ ኣዒንቱ ኽይሰገረ ወይ ከይጠዋወየ ንሰባትን ንነገራትን ይርኢ (ድሕሪ 9 ወርሒ)
- ☐ ጽሩይ ደኣ እምበር ቀይሕ ወይ ማይ ዘይብሉ ኣዒንቲ ኣለዎ

ምስማዕ

ውሉድካ...

- ☐ ብዛዕባ ጫውጫውታ ቤት (ቴሌፎን፣ ማዕፆ ኳሕኳሕ፣ ቴለቪዥን) ይፈልጥ
- ☐ እምብዛ ዓው ዝበለ ወይ እምብዛ ልስሉስ ዘይኮነ ድምጺ ይጥቀም
- ☐ ጫውጫው ብዝብል መጻወቲታት ይጻወት
- ☐ ድምፂ ይቀድሕ (ድሕሪ 1 ዓመት)
- ☐ ድሕሪ ኽልተ ዓመት ዝተወሰነ መወዳእታ ቓላት ይጥቀም
- ☐ ብኣፍ ንዝተውሃበ መምርሒታት ይስዕበ
- ☐ ኣብ ቴሌቪዥን ወይ ሬድዮ መጠኑ ዝሓለወ ድምጺ ኽም ዘለዎ ይገብር
- ☐ ዛንታታት፣ ቅዳሓት ወይ ቴሌቪዥን ብዘይ ጸገም ይስመዕ
- ☐ መብዛሕትኦም ሰባት ምእንቲ ክርድእዎ ኢሉ ዝዛረብ (ካብ 2-1/2 ዓመት ዝዓቢ እንተ ኾይኑ)
- ☐ ኻብ ካልእ ክፍሊ ክጽዋዕ ከሎ (ድሕሪ 2 ዓመት) ናባኻ ይመጽእ

ካብ ውልደት ክሳብ 6 ወርሒ - ዕቤትን ምዕባለን

በጃኹም ሕተቱ። ህፃናት ክፅበዩ ኣይክእሉን እዮም።

Washington State Department of CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

ን ወለዲ፡-

ከም ወላዲ መጠን ኣብ ህይወት ውላድኩም እቲ ኣገዳሲ ሰብ ኢኹም። ንውላድኩም ኣፀቢቕኩም ትፈልጥዎ ኢኹም። ብዛዕባ ምዕባለ ውላድኩም ስክፍታ እንተሃልይኩም፣ ገምጋም ክትሓቱ ትኽእሉ ኢኹም። ዝኾነ ሕቶ ወይ ስክፍታ እንተሃልዩኩም ሕተቱ። Washington Help Me Grow (ንኽዓቢ ሓግዙኒ) ብስም ናይ ሓደ ኣብቲ ከባቢ ዝርከብ Family Resources Coordinator (ኣተሓባባሪ ጸጋታት ስድራቤት፣ FRC) ክሕግዘኩም ዝኽእል ደውሉ።

ን ወሃብቲ፡-

ህጻናት ብዝተፈላለዩ መንገድታት ይዓብዩን ይምዕብሉን። በጃኹም ፈትኑን ምስ ስድራቤታት ብዛዕባ ምዕባለ ውላዶም ብቐጻሊ ኣዘራርቡን። ውላዶም እንታይ ሓድሽ ክእለት ከም ዝተማሀረ፣ እንታይ ዓይነት ስክፍታታት ክህልዎም ከም ዝኽእል ሕተትዎምን ናይ ገዛእ ርእስኹም ትዕዝብቲ ኣካፍልዎምን። ስድራቤታት ስክፍታ እንተሃልይዎም፣ ናብ ቁጽሪ Washington ንኽዓቢ ሓግዙኒ ብምድዋል ዝያዳ ሓበሬታን ሓገዝን ከም ዝረኽቡ ኣፍልጡ። ነታ ስድራቤት ናብቲ ኣብ ከባቢኦም ዝርከብ Family Resources Coordinator (ኣተሓባባሪ ጸጋታት ስድራቤት፣ FRC) ናይቲ ከባቢ ክውከሱ እዮም። ብተወሰኺ ስምን ቁጽሪ ቴሌፎንን FRC ንምርካብ ናብ Washington Help Me Grow (ንኽዓቢ ሓግዙኒ) ትድውሉን ነዚ ሓበሬታ ብቐጥታ ምስ ስድራቤት ከተካፍሉን ትኽእሉ ኢኹም።

ውልደት - 3 ወርሒ *ውላድኩም...*

- ☐ ብኸብዱ ኽሎ ርእሱን ኣፍ ልቡን የልዕል
- ☐ ኣእዳዉን ኣእጋሩን ብቐሊሉ የንቀሳቕስ
- ☐ ርእሱ ናብ ጐድኑ ብምጥዋይ ንምንቅስቓሳትካ ይስዕቦ
- ☐ ብቐሊሉ ጥርሙዝ ወይ ጡብ ወሲዱ ጽቡቕ ገይሩ ይጠብዎ
- ☐ ብሃንደበት ብርቱዕ ድምጺ ይጭድር ወይ ይበኪ
- ☐ ይጥምተኩም፣ ገጽኩም ይጥንቀቕ
- ☐ ዘሕርቕ ወይ ዘስደምም ድምጺ የስምዓኩም
- ☐ ፍሽኽ ከም ዝብለካ ወይ ከም እትዛረብ ይገብር
- ☐ ክጸናናዕ ከሎ ብቐሊሉ ስቕ ይብል

3 - 6 ወርሒ *ውላድኩም...*

- ☐ ብዝባኑ ኸሎ ብኣእጋሩ ይጻወት
- ☐ ብኸብዱ ኽሎ ክብደቱ ኣብ ኣእዳዉ ሒዙ ርእሱን ኣፍ ልቡን የልዕል
- ☐ ንርእሱ ቅኑዕን ጽኑዕን ገይሩ ብዘይ ሕጋዚ ይሕዛ
- ☐ ካብ ኸብዱ ናብ ሕቑኡ ይምለስ
- ☐ ብሓደ ብምትንካፍ ብኣእዳዉ ይጻወት
- ☐ መጻወቲ ኸም ዝደሊ ይገብሮ
- ☐ ኺበጽሖ እትኽእል መጻወቲ ኣልዒሉ
- ☐ ርእሱ ናብ ድምጺ ይመልስ
- ☐ ዝተፈላለየ ድምጺ የስምዓካ
- ☐ ዓው ኢሉ ይስሕቕ
- ☐ ዝፈትዎን ዝጸልኦን ነገራት ከርኢ ይፍትን

6 - 12 ወርሒ *ውላድኩም...*

- ☐ ብገለ ሓገዝ ንነብሶም ናብ ሓደ ኮፍ መበሊ ይስሓቡ
- ☐ መጻወቲ ክጻወት ከሎ ብዘይ ሓገዝ ኮፍ ይብል
- ☐ ንሓደ ነገር ካብ ሓደ ኢድ ናብቲ ኻልእ ኢድ የመሓላልፎ
- ☐ ምግቢ ኣጻብዕቱ ይምገብ
- ☐ እናወዛወዘ ቻው-ቻው ይቐድሕ
- ☐ ዘድልዮ ነገራት ብምንቅስቓስን ብድምጽን ይነግረካ
- ☐ ዘረባ ይቀድሕ ("ባ-ባ" ፣ "ጋ-ጋ")
- ☐ ምስ ዓበይቲ ክጻወት ከሎ በብተራ (ተግባራት ድምጺ ወይ ኣብ ገጽ ዝንበብ መግለጺታት) ይወስድ
- ☐ ቐሊል ሕቶ ኸም ዝተረድኦም ይነግረኩም ("ካብዚ ዝበለጸ ትደልዩ?")
- ☐ ንወለዲ ኻብ ዘይፈልጦም ሰባት ይፈልዮም

12 - 18 ወርሒ *ውላድኩም...*

- ☐ በይኑ ይኸይድ
- ☐ ኣናእሽተይ ነገራት (ዓቐኑ ዝኾነ) የልዕል
- ☐ ኣቕሑ ኣእትዩ ኻብ መትሓዚ ይድርብዮ
- ☐ ንሓደ ነገር ኣብ ልዕሊ ኻልእ የቐምጦ
- ☐ ብማንካ ይምገብ
- ☐ ኣብ ርእሲ እቲ "ማማ" ወይ "ዳዳ" ኽልተ ወይ ሰለስተ ዝተፈላለየ ቓላት ይዛረብ
- ☐ ብቓላት ገይሩ ነገራት ይሓትት
- ☐ ኻብ ጽዋእ ይሕዘን ይሰትን
- ☐ ስም ክወሃቦ ኸሎ ዝተፈላለየ ነገራት ወይ ስእልታት ይሕብር

18 ወርሒ-2 ዓመት *ውላድኩም...*

- ☐ ብኢዱ ሒዙ ናብ መደያይቦ ይድይብን ይወርድን
- ☐ ስክሪብል ይገብር
- ☐ ንኣካላቱ ብእዋኑ ናብ ሙዚቃ ኸም ዘግዕዞ ይገብር ዶ
- ☐ ኽልተ ቓላት ብሓደ የጣምር ("ዝያዳ ጽማቕ")
- ☐ ውሉድካ ሕቶታት ክሓትት ጀሚሩ ("ጽማቕ" ፣ "ቻው-ቻው")
- ☐ እናነኸሰ ንገዛእ ርእሱ ሳንድዊች ይምገብ
- ☐ ካልስን ጫማን የውጽእ
- ☐ ምስ ሓደ ዓብዪ ሰብ ዝተሳእለ ስእልታት መጽሓፍ ታሪኽ ይርኢ
- ☐ ካብ መጻወቲታት (ግድል ወይ ዓበይቲ ማካይን) ቀሊል ምርጫ ይገብር
- ☐ ናይ ካልእ ህጻን ጸወታ ይቀድሕ (ሑጻ ብምፍሳስ ኩዕሶ ብምድርባይ)

2-3 ዓመት *ውላድኩም...*

- ☐ ጽቡቕ ጌርካ ምጉዓዝ፣ ምጉያይ፣ ደው ምባል፣ ምድያብ፣ ንቑልቁል ድማ ኮፍ ምባል
- ☐ 3 ወይ ካብኡ ንላዕሊ ነገራት ይእክብ
- ☐ ነታ ማንካ ኾነ ነታ ጽዋእ ንበይኑ ይጥቀመላ
- ☐ ኽልተ ደረጃ ዘለዎ መምርሒታት ይስዕብ ("ነታ መጽሓፍ ወሲድካ ኣብ ሰደቓ ኣቐምጣ")
- ☐ ኻብ ሓሙሽተ ኽሳዕ ሽዱሽተ ኽፍሊ ኣካላቱ ስም ይጽውዕ
- ☐ ኣብ ቀሊል ዕላል ይካፈል
- ☐ ውሉድካ "እንታይ" ከምኡውን "እንታይ እዩ ዝገብር" ዝብል ቀሊል ሕቶታት ይምልስ ("ንምሳሕ እንታይ ትደሊ?")
- ☐ ንኣጠቓቕማኡ ኽንገረሉ ኸሎ ናብ ሓደ ነገር ይሕብር ድዩ ወይስ ስም ይህብ ("ብምንታይ ትሰቲ? ")
- ☐ ቐሊል ዕዮ ኽዓየ ኸሎ ይሕግዝ (መጻወቲታት ምልዓል)
- ☐ 2-3 ምሉእ ሓሳባት ኣዘውቲሩ ይጥቀም

3 - 4 ዓመት *ውላድኩም...*

- ☐ ይዘልል፣ ይጎዩ፣ ይድርብይ፣ ይድይብ፣ ጽቡቕ ሚዛኑ ይሕሉ
- ☐ ብክራዮን ተጠቒምካ ዓንኬላት፣ መስመራትን መስቀላትን ምስኣል ይኽእል
- ☐ ጸወታ ንምምሳል መጻወቲን ካልእ ንብረትን ይጥቀም
- ☐ ስእላዊ መጻሕፍትን ምንባብን የስተማቕር
- ☐ ነገራት ኣበይ ከምዘለዉ ዝሕብሩ ቃላት ይርዳእ (ድሕሪት፣ ኣብ ትሕቲ፣ ኣብ ልዕሊ)
- ☐ ብቐሊሉ ዝርዳእ ዘረባ ይጥቀም
- ☐ ብዙሕ "ስለምንታይ"ን "እንታይ"ን ዝብሉ ሕቶታት ይሓትት
- ☐ ምስ ካልኦት ቆልዑ ምጽዋት የስተማቕር
- ☐ ገለ ግዜ ተርኡ ይጽበ
- ☐ ቀለልቲ "ኣበይ"ን "መን"ን ዝብሉ ሕቶታት ይምልስ

4 - 5 ዓመት *ውላድኩም...*

- ☐ ምውዳቕ፣ ሳዕስዒት ወይ ካልእ ዓበይቲ ጨዋዳታት ዝጥቀሙ ጸወታታት ይጻወት(ከም እግሪ)
- ☐ ብሓደ እግሩ ይዘልል
- ☐ ገጽ ዝመስል ገጽ ይስእል
- ☐ ብቑሩብ ሓገዝ ክዳኑ ይኸደን
- ☐ "እንታይ፣ ኣበይ፣ መንን ስለምንታይን" ተጠቒሙ ሕቶታት ይሓትት
- ☐ ዝበዝሕ ድምጺ ዘረባ ብንጹር ይብል ብዘይካ "s, z, th, and r"
- ☐ ዓቐንን ቁጽርን ዝርእዩ ቃላት ይጥቀም(ዓብዪ፣ ብዙሕ)
- ☐ ቀዳማይን መወዳእታን ስሞም ይብል
- ☐ ምስ ተመሳሳሊ ዕድመ ዘለዎም ህጻናት ምጽዋት የስተማቕር

5 - 6 ዓመት *ውላድኩም...*

- ☐ ኩዕሶ ምሓዝ፣ ምድርባይ፣ ምህራም የስተማቕር
- ☐ ዓበይቲ ናይ ጨዋዳ ጸወታታት ክጻወት ከሎ ጽቡቕ ሚዛን ይህልዎ (ታግ፣ ቱምብሊንግ፣ ቤዝቦል)
- ☐ ብመቑረጺ ምቑራጽ የስተማቕር
- ☐ ምኽዳን ባዕልኻ ሓዊሱ ቁልፊ ምግባር፣ ስናፒንግን ዚፕ ምግባርን
- ☐ ቃላት ኣብ ምጽሓፍ ተገዳስነት የርኢ
- ☐ ከምቲ ስድራቤት ዝዛረቦ ዘረባ (ተመሳሳሊ ዓይነት ቃላትን ሓረጋትን ይጥቀም)
- ☐ በቲ ዝተዋህበ ቅደም ተኸተል ሰለስተ ደረጃታት ዘለዎ መምርሒታት ይኽተል ("ነታ ኩዕሶ ኣምጺእካ ኣብ ሳንዱቕ መጻወቲ ኣእቲኻ ናብ መኣዲ ምጻእ")
- ☐ ምሉእ ስሙ፣ ዕድሚኡን ጾትኡን ይብል
- ☐ ምስ ካልኦት ህጻናት ዝተወደበ ጸወታታት ምጽዋት የስተማቕር (ሳይሞን ይብል፣ ታግ)

ርክብ፡-

ፕሮግራም ግዝኣት Washington Department of Children, Youth, and Families (ክፍሊ ህጻናት፣ መንእሰያትን ስድራቤታትን፣ DCYF) Early Support for Infants and Toddlers (ብኣግኡ ሓገዝ ንዕሸላትን ህጻናትን)

PO Box 40970
Olympia, Washington
98504-0970

esit@dcyf.wa.gov

www.dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit

Washington Help Me Grow (ንኽዓቢ ሓግዙኒ)
ስልኪ፡- 1-800-322-2588

DCYF ዓሌት፣ ሕብሪ፣ ጾታ፣ ሃይማኖት፣ እምነት፣ ኩነታት ሓዳር፣ ሃገራዊ መበቆል፣ ጾታዊ ዝንባለ፣ ዕድመ፣ ኩነታት ተጋዳላይ፣ ወይ ህላወ ዝኾነ ኣካላዊ፣ ህዋሳዊ፣ ወይ ናይ ኣእምሮ ስንክልና ብዘይምግዳስ ንኹሎም ሰባት ኣድልዎ ኣይገብርን ከምኡ'ውን ኣብ ፕሮግራሙን ኣገልግሎታቱን ማዕረ ተበጻሕነት ይህብ።

ናይዚ ሕታም ብነጻ ቅዳሓት ብኣማራጺ ቅርጺ ወይ ቋንቋ ምስ እትደልዩ፣ በጃኹም ን DCYF Constituent Relations (ርክባት ቅዋማት DCYF) ብስልኪ ቁጽሪ 1-800-723-4831 ወይ ብኢሜይል ተወከሱ **communications@dcyf.wa.gov**.

DCYF PUBLICATION FS_0030 | DEL 11-002 TI (07-2023) Tigrinya