

شما به عنوان ولی، مهم‌ترین شخص در زندگی کودکان هستید.

کودکان در سه سال اول زندگی رشد و تغییرات سریعی را تجربه می‌کنند. به کودکان و نحوه رشد او فکر کنید. شما از همه بهتر کودکان را می‌شناسید. متوجه چیزهایی مثل حالت و زمان لبخند زدن کودکان، نشستن او، راه رفتنش، صحبت کردنش، و گرفتن فنجان می‌شوید. آنچه می‌بینید نحوه رشد کودکان در مراحل مختلف رشد است. برای زمانی که کودکی در فرآیند رشدش تأخیر دارند، خدماتی در سراسر ایالت قابل دسترس است. برنامه **Early Support for Infants and Toddlers** (پشتیبانی اولیه برای نوزادان و نوپایان) ایالت **Washington** هماهنگی لازم را برای اقدامی در سطح ایالت جهت کمک به خانواده‌ها در دریافت خدمات مورد نیازشان هماهنگ می‌کند.

اگر در مورد رشد کودکم سؤالی داشتم چکار کنم؟

برای اطلاع از نام **FRC Family Resources Coordinator** (هماهنگ‌کننده منابع خانواده) در منطقه خود، با **Help Me Grow Washington** به شماره 1-800-322-2588 تماس بگیرید. **FRC** ها در هر کانتی یا منطقه جغرافیایی موجود می‌باشند. آنها به شما کمک می‌کنند خدمات مداخله زودهنگام را که شاید مورد نیاز کودکان باشد دریافت کنید. همچنین می‌توانید با اداره بهداشت یا ناحیه آموزشی محل تماس بگیرید.

در مورد نگرانی‌های خود با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی‌تان صحبت کنید. او می‌تواند غربالگری ارائه دهد یا منابع دیگری پیشنهاد دهد. اگر بیمه درمانی ندارید و اطلاعات یا راهنمایی بیشتری می‌خواهید، با **Help Me Grow Washington** به شماره ذکر شده در بالا تماس بگیرید. همچنین می‌توانید اطلاعات بیشتری از وبسایت **Early Support for Infants and Toddlers** (پشتیبانی اولیه برای نوزادان و نوپایان) دریافت کنید: www.dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit.



رشد و پرورش کودک خود را در داخل بررسی کنید.

لطفاً بپرسید.

نوزادها نمی‌توانند منتظر بمانند.

اطلاعاتی موجود است که درباره نحوه رشد و بزرگ شدن کودکان از لحظه تولد تا سه سالگی و اقدامی که در مواقع داشتن نگرانی باید انجام دهید آگاهی می‌رساند.



Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

خدمات مداخله زودهنگام Washington یک اقدام هماهنگ با پستوانه Department of Children, Youth & Families (اداره کودکان، نوجوانان و خانواده‌ها)، Office of Superintendent of Public Instruction (دفتر نظارت بر آموزش عمومی)، Department of Social and Health Services (اداره خدمات اجتماعی و بهداشتی)، Department of Health (اداره بهداشت) و Department of Services for the Blind (اداره خدمات نابینایان) است.

با ما تماس بگیرید:

The Washington State Department of Children, Youth & Families Early Support for Infants and Toddlers Program (برنامه «پشتیبانی اولیه برای نوزادان و نوپایان» از اداره کودکان، نوجوانان و خانواده‌ها در ایالت **Washington**)

PO Box 40970
Olympia, Washington
98504-0970

esit@dcyf.wa.gov

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

Help Me Grow Washington

تلفن: 1-800-322-2588

www.parenthelp123.org

DCYF تبعیض قائل نمی‌شود و صرف‌نظر از نژاد، رنگ پوست، جنسیت، دین، مذهب، وضعیت تأهل، ملیت اصلی، گرایش جنسی، سن، وضعیت کهنه‌سربازی یا وجود ناتوانی جسمی، حسی یا ذهنی برای همه افراد دسترسی برابر به برنامه‌ها و خدماتش فراهم می‌کند.

چنانچه نسخه‌هایی رایگان از این نشریه را در قالب یا زبانی دیگر می‌خواهید، لطفاً با بخش **DCYF Constituent Relations** (روابط سازنده **DCYF**) به شماره 1-800-723-4831 تماس بگیرید یا به آدرس communications@dcyf.wa.gov ایمیل بفرستید.

DCYF PUBLICATION FS_0032 | DEL 11-003 FA (07-2023) Farsi



بینایی

آیا کودک شما...

- تماس چشمی برقرار می‌کند (به چشمان شما نگاه می‌کند)
- با چشم‌هایش شیء متحرک را دنبال می‌کند
- بدون برخورد مداوم با اشیاء راه می‌رود یا چهار دست و پا می‌رود
- با هر دو چشمش به افراد و اشیاء نگاه می‌کند
- اشیاء را با فاصله عادی نگه می‌دارد (پس از 6 ماهگی)
- در سایه‌ها یا محل‌هایی که ظاهر متفاوتی دارند (فرش، کاشی) به راحتی راه می‌رود یا چهار دست و پا می‌رود
- به افراد و اشیاء بدون انحراف چشم یا لوچی چشم نگاه می‌کند (پس از 9 ماهگی)
- چشم‌هایی شفاف دارد، بدون اینکه قرمز و خیس باشد

شنوایی

آیا کودک شما...

- به سروصداهای خانه واکنش نشان می‌دهد (تلفن، کوبش در، تلویزیون)
- صدایی دارد که نه خیلی بلند است و نه خیلی ملایم
- با اسباب‌بازی‌هایی که سروصدا دارد (جرینگ‌جرینگ یا صدای زنگ) بازی می‌کند.
- صداها را تقلید می‌کند (پس از 1 سال)
- از برخی پسوندها و پیشوندهای کلمات («ها» و «می») پس از دوسالگی استفاده می‌کند
- از دستورهایی فعل‌دار پیروی می‌کند
- صدای تلویزیون یا رادیو را در سطح متعادل حفظ می‌کند
- به داستان‌ها، صداها، ضبط‌شده یا تلویزیون بدون مشکل گوش می‌دهد
- طوری صحبت می‌کند که اکثر افراد متوجه می‌شوند (اگر سنش بالای دو و نیم سال است)
- هنگامی که از اتاق دیگری صدایش بزنید، به سمت شما می‌آید (پس از دو سالگی)



تولد تا سه ماهگی

آیا کودک شما...

- زمانی که رو به شکم خوابیده است سر و سینه‌اش را بلند می‌کند
- دست‌ها و پاهایش را به آسانی حرکت می‌دهد
- با گرداندن سرش به اطراف حرکت‌های شما را دنبال می‌کند
- به آسانی بطری یا سینه را می‌گیرد و می‌مکد
- با سروصداهای ناگهانی وحشت می‌کند یا گریه می‌کند
- به شما نگاه می‌کند، صورتتان را تماشا می‌کند
- صداها، غان و غون و زمزمه در می‌آورد
- در واکنش به لبخند یا صحبت کردن شما لبخند می‌زند
- هنگامی که راحت باشد به آسانی ساکت می‌شود



سه تا شش ماهگی

آیا کودک شما...

- هنگامی که به پشت دراز می‌کشد با پاهایش بازی می‌کند
- زمانی که روی شکمش می‌خوابد سر و سینه‌اش را بلند می‌کند طوری که وزنش روی دستانش باشد
- سرش را بدون تکیه راست و ثابت نگه می‌دارد
- از شکم به پشت و از پشت به شکم غلت می‌خورد
- با لمس کردن دست‌هایش به یکدیگر با آنها بازی می‌کند
- به سمت اسباب‌بازی می‌رود
- اسباب‌بازی‌هایی که در دسترسش هست را برمی‌دارد
- سرش را به سمت صداها برمی‌گرداند
- صدهای مختلف بسیاری درمی‌آورد
- با صدای بلند می‌خندد
- سعی می‌کنند چیزهایی که دوست دارد و دوست ندارد را نشان دهد



6 تا 12 ماهگی

آیا کودک شما...

- خودش را بالا می‌کشد تا با گرفتن کمک بایستد
- حین بازی کردن با اسباب‌بازی‌ها، بدون کمک می‌نشیند
- اشیاء را بدون کمک از یک دست به دست دیگر انتقال می‌دهد
- غذای انگشتی را خودش می‌خورد
- تکان دادن دست به نشانه خداحافظی را تقلید می‌کند
- با حرکت‌ها و صداها نیازهایش را به شما اطلاع می‌دهد
- صداها، کلامی («بابا»، «قاقا») را تکرار می‌کند
- موقع بازی با بزرگترها، به نوبت بازی می‌کند (برای عمل‌ها، صداها یا حالات چهره)
- شما را آگاه می‌کند که سؤال‌های ساده را می‌فهمد («بازم می‌خواهی؟»)
- والدین را از غریبه‌ها تشخیص می‌دهد



12 تا 18 ماهگی

هل طفلك...

- به تنهایی راه می‌رود
- اشیاء کوچک (به اندازه کشمش) را برمی‌دارد
- اشیاء را داخل ظروف می‌گذارد و بیرون می‌ریزد
- یک شیء را روی شیء دیگر قرار می‌دهد
- خودش با قاشق غذا می‌خورد
- دو یا سه لغت متفاوت علاوه بر «مامان» یا «بابا» می‌گوید
- با استفاده از کلمات چیزی درخواست می‌کند
- فنجان را نگه می‌دارد و از آن می‌نوشد، و البته کمی می‌ریزد
- به اشیاء یا تصاویری که نام برده می‌شود اشاره می‌کند



18 ماهگی تا دو سالگی

آیا کودک شما...

- اگر دست‌هایش را بگیرید، می‌تواند از پله بالا و پایین برود
- روی کاغذ خط‌خطی می‌کند
- بدنش را هماهنگ با موسیقی حرکت می‌دهد
- دو لغت را با یکدیگر می‌آورد («آمیوه می‌خوام»)
- شروع به سؤال پرسیدن می‌کند، «آمیوه؟»، «خداحافظ؟»
- خودش ساندویچ می‌خورد، و گاز می‌زند
- جوراب و کفش را درمی‌آورد
- به تصاویر کتاب داستان همراه یک بزرگتر نگاه می‌کند
- از میان اسباب‌بازی‌ها انتخاب‌های ساده می‌کند (پازل یا کامیون)
- از بازی یک کودک دیگر تقلید می‌کند (شن ریختن، پرت کردن توپ)



دو تا سه سالگی

آیا کودک شما...

- خوب راه می‌رود، می‌دود، می‌ایستد، جلو می‌آید و می‌نشیند
- سه شیء یا تعداد بیشتری از اشیاء را روی هم قرار می‌دهد
- خودش از قاشق و فنجان استفاده می‌کند
- از فرمان‌های دومرحله‌ای پیروی می‌کند («کتاب را بردار و روی میز بگذار»)
- پنج یا شش عضو از بدن خود را نام می‌برد
- در مکالمات ساده شرکت می‌کند
- به سؤالات ساده «چی» و «چه چیز» پاسخ می‌دهد («برای ناهار چی می‌خواهی؟»)
- هنگامی که نوع استفاده از شیئی به او گفته می‌شود، به آن اشاره می‌کند یا اسم آن را می‌گوید («با چه وسیله‌ای آب می‌خوری؟»)
- در کارهای ساده کمک می‌کند (بلند کردن اسباب‌بازی‌ها)
- از جملات دو تا سه کلمه‌ای به‌مراتب استفاده می‌کند



«کودکم با تمام کمک‌هایی که می‌گیرد درحال پیشرفت است و من قادرم همراه او یاد بگیرم.»

اگر نگران رشد کودک خود هستید، با **Help Me Grow Washington** به شماره **1-800-322-2588** تماس بگیرید.