

Washington ਦੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਸੇਵਾਵਾਂ Department of Children, Youth & Families (ਬੱਚਿਆਂ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਵਿਭਾਗ), Office of Superintendent of Public Instruction (ਜਨਤਕ ਸਿੱਖਿਆ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ), Department of Social and Health Services (ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਵਿਭਾਗ), Department of Health (ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ) ਅਤੇ Department of Services for the Blind (ਨੇਤਰਹੀਣਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਵਿਭਾਗ) ਦੁਆਰਾ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਇੱਕ ਤਾਲਮੇਲ ਯਤਨ ਹਨ।

ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

Washington ਸਟੇਟ Department of Children, Youth & Families (ਬੱਚਿਆਂ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਵਿਭਾਗ) Early Support for Infants and Toddlers (ਨਵਜੰਮੇ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

PO Box 40970
Olympia, Washington
98504-0970

esit@dcyf.wa.gov

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

ਹੈਲਪ ਮੀ ਗ੍ਰੇ Washington
Phone: 1-800-322-2588
www.parenthelp123.org

DCYF ਭੇਦਭਾਵ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਸਲ, ਰੰਗ, ਲਿੰਗ, ਧਰਮ, ਨਸਲ, ਵਿਆਹੁਤਾ ਸਥਿਤੀ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੂਲ, ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ, ਉਮਰ, ਬਜ਼ੁਰਗ ਦੀ ਸਥਿਤੀ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸਰੀਰਕ, ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ, ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਪੰਗਤਾ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਬਰਾਬਰ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਪੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵਿਕਲਪਕ ਫਾਰਮੈਟ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ 1-800-723-4831 'ਤੇ DCYF Constituent Relations (DCYF ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਸਬੰਧ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ communications@dcyf.wa.gov 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੁੱਛੋ। ਬੱਚੇ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਕਿ ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚੇ ਕਿਵੇਂ ਵਧਦੇ ਅਤੇ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।



 Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

ਇੱਕ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਵਜੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ।

ਆਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਦੇ ਅਤੇ ਬਦਲਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਬੈਠਦਾ ਹੈ, ਤੁਰਦਾ ਹੈ, ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੱਪ ਫੜਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹੋ ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਵੇਂ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੂਰੇ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। **Washington ਸਟੇਟ Early Support for Infants and Toddlers (ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਹਾਇਤਾ) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ** ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਰਾਜਵਿਆਪੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦਾ ਤਾਲਮੇਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਮੇਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ Family Resources Coordinator (ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਰੋਤ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, FRC) ਦੇ ਨਾਮ ਲਈ **1-800-322-2588** 'ਤੇ ਹੈਲਪ ਮੀ ਗ੍ਰੇ **Washington** ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਹਰੇਕ ਕਾਉਂਟੀ ਜਾਂ ਭੂਗੋਲਿਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ FRC ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਨੂੰ ਵੀ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਰੋਤਾਂ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉੱਪਰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਹੈਲਪ ਮੀ ਗ੍ਰੇ **Washington** ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ Early Support for Infants and Toddlers (ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਹਾਇਤਾ) ਦੀ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: www.dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit.



ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਦੇਖੋ।





ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਕਰਦਾ ਹੈ..

- ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵੱਲ ਦੇਖ ਕੇ)
- ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਚਲਦੀ ਵਸਤੂ ਵੱਲ ਵੇਖਦਾ ਹੈ
- ਵਸਤੂਆਂ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਟਕਰਾਏ ਬਿਨਾਂ ਤੁਰਦਾ ਜਾਂ ਰਿੜਦਾ ਹੈ
- ਦੋਨਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦਾ ਹੈ
- ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਆਮ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਫੜਦਾ ਹੈ (6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ)
- ਪਰਛਾਵੇਂ ਜਾਂ ਵੱਖੇ-ਵੱਖਰੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ (ਕਾਰਪੇਟ, ਟਾਈਲ) ਵਿੱਚ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਚੱਲਦਾ ਜਾਂ ਰਿੜਦਾ ਹੈ
- ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਬਿਨਾਂ ਨਜ਼ਰ ਮਿਲਾਏ ਜਾਂ ਤਿਰਛੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਦੇਖਦਾ ਹੈ (9 ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ)
- ਅਜਿਹੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਸਾਫ਼ ਹੋਣ, ਲਾਲ ਜਾਂ ਪਾਈ ਵਰਗੇ ਵਾਲੀਆਂ ਨਾ ਹੋਣ

ਸੁਣਨਾ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਕਰਦਾ ਹੈ..

- ਘਰ ਦੇ ਸ਼ੋਰਾਂ (ਟੈਲੀਫੋਨ, ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਦਸਤਕ, ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ) ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਅਜਿਹੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਬਹੁਤ ਉੱਚੀ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਹੌਲੀ ਨਾ ਹੋਵੇ
- ਹੌਲੀ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ (ਰੈਟਲਜ਼, ਘੰਟੀਆਂ) ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ ਹੈ
- ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦਾ ਹੈ (1 ਸਾਲ ਬਾਅਦ)
- ਦੋ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅੰਤ 'ਤੇ ("s" ਜਾਂ "ing") ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਜੁਬਾਨੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਜਾਂ ਰੇਡੀਓ 'ਤੇ ਮੱਧਮ ਆਵਾਜ਼ ਰੱਖਦਾ ਹੈ
- ਕਹਾਣੀਆਂ, ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਜਾਂ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦੇ ਸੁਣਦਾ ਹੈ
- ਬੋਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਸਮਝ ਸਕਣ (ਜੇ 2-1/2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦਾ ਹੈ)
- ਦੂਜੇ ਕਮਰੇ ਤੋਂ ਬੁਲਾਉਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ (2 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ)

ਜਨਮ ਤੋਂ ਤਿੰਨ – ਵਾਧਾ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ



ਜਨਮ-3 ਮਹੀਨੇ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਕਰਦਾ ਹੈ..

- ਆਪਣੇ ਪੇਟ ਦੇ ਭਾਰ ਲੇਟੇ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸਿਰ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੀਆਂ ਬਾਹਾਂ ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਹਿਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਆਸੇ ਪਾਸੇ ਘੁੰਮਾ ਕੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਫਾਲੋ ਕਰਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਬੋਤਲ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਤੋਂ ਦੁੱਧ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੁੰਘਦਾ ਹੈ
- ਅਚਾਨਕ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ 'ਤੇ ਹੈਰਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਰੌਂਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਚਿਹਰਾ ਵੇਖਦਾ ਹੈ
- ਗੁਰਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਜਾਂ ਗੱਲ ਦੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ



3-6 ਮਹੀਨੇ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਕਰਦਾ ਹੈ..

- ਜਦੋਂ ਆਪਣੀ ਪਿੱਠ ਦੇ ਭਾਰ ਲੇਟਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪੈਰਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਪੇਟ ਦੇ ਭਾਰ ਲੇਟੇ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸਿਰ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਹੱਥਾਂ 'ਤੇ ਭਾਰ ਨਾਲ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ
- ਬਿਨਾਂ ਸਹਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਅਤੇ ਸਥਿਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ
- ਪੇਟ ਤੋਂ ਪਿੱਠ ਅਤੇ ਪਿੱਠ ਤੋਂ ਪੇਟ ਤੱਕ ਰੋਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਛੂਹ ਕੇ ਖੇਡਦਾ ਹੈ
- ਇੱਕ ਖਿਡੌਣੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖਿਆ ਇੱਕ ਖਿਡੌਣਾ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਮੋੜਦਾ ਹੈ
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦਾ ਹੈ
- ਉੱਚੀ-ਉੱਚੀ ਹੱਸਦਾ ਹੈ
- ਪਸੰਦ ਅਤੇ ਨਾਪਸੰਦ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ



6-12 ਮਹੀਨੇ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਕਰਦਾ ਹੈ..

- ਕਿਸੇ ਸਹਾਰੇ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਲਈ ਖੁਦ ਨੂੰ ਖਿੱਚਦਾ ਹੈ
- ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ ਬਿਨਾਂ ਸਹਾਰੇ ਤੋਂ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੱਥ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਫਿੰਗਰ ਭੋਜਨ ਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਅਲਵਿਦਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਹੱਥ ਹਿਲਾਉਣ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰਕਤਾਂ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ
- ਬੋਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਾਪੀ ਕਰਦਾ ਹੈ (“ਬਾ-ਬਾ”, “ਗਾ-ਗਾ”)
- ਬਾਲਗ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਲੈਂਦਾ ਹੈ (ਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਆਵਾਜ਼ਾਂ, ਜਾਂ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ)
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਸਧਾਰਨ ਸਵਾਲ (“ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਹੋਰ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?”) ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ
- ਅਜਨਬੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ



12-18 ਮਹੀਨੇ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਕਰਦਾ ਹੈ..

- ਇੱਕਲਾ ਤੁਰਦਾ ਹੈ
- ਛੋਟੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ (ਕਿਸਮਿਸ਼ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੀਆਂ) ਨੂੰ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ
- ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਸਤੂਆਂ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਡੰਪ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਇੱਕ ਵਸਤੂ ਨੂੰ ਦੂਜੀ ਦੇ ਉੱਪਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਚਮਚੇ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ
- “ਮਾਮਾ” ਜਾਂ “ਦਾਦਾ” ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਵੱਖਰੇ ਸ਼ਬਦ ਬੋਲਦਾ ਹੈ
- ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ
- ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਛਲਕ ਦੇ ਨਾਲ ਕੱਪ ਨੂੰ ਫੜਦਾ ਅਤੇ ਪੀਂਦਾ ਹੈ
- ਨਾਮ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ



18 ਮਹੀਨੇ-2 ਸਾਲ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਕਰਦਾ ਹੈ..

- ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਫੜ ਕੇ ਪੌੜੀਆਂ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਉਤਰਦਾ ਹੈ
- ਘਿਸੜਦਾ ਹੈ
- ਸੰਗੀਤ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਦੋ ਸ਼ਬਦ ਇਕੱਠੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ (“ਹੋਰ ਜੂਸ”)
- ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ, (“ਜੂਸ?”, “ਅਲਵਿਦਾ?”)
- ਚੱਕ ਮਾਰ ਕੇ, ਖੁਦ ਨੂੰ ਸੈਂਡਵਿਚ ਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਜੁਰਾਬਾਂ ਅਤੇ ਜੁੱਤੇ ਉਤਾਰਦਾ ਹੈ
- ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਨਾਲ ਕਹਾਣੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇਖਦਾ ਹੈ
- ਖਿਡੌਣਿਆਂ (ਪਹੋਲੀਆਂ ਜਾਂ ਟਰੱਕ) ਵਿਚਕਾਰ ਸਧਾਰਨ ਚੋਣ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਖੇਡ ਨਕਲ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਰੇਤ ਸੁੱਟਣਾ, ਗੇਂਦ ਸੁੱਟਣਾ)



2-3 ਸਾਲ

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਕਰਦਾ ਹੈ..

- ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਰਦਾ ਹੈ, ਦੌੜਦਾ ਹੈ, ਰੁਕਦਾ ਹੈ, ਕਦਮ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਥੱਲੇ ਬੈਠਦਾ ਹੈ
- 3 ਜਾਂ ਵੱਧ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਸਟੈਕ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਚੱਮਚ ਅਤੇ ਕੱਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਖੁਦ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਦੋ-ਕਦਮ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ (“ਕਿਤਾਬ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਮੇਜ਼ 'ਤੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ”)
- ਆਪਣੇ ਦੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਪੰਜ ਤੋਂ ਛੇ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸਦਾ ਹੈ
- ਸਾਧਾਰਨ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ
- “ਕੀ” ਅਤੇ “ਕੀ ਕਰਦਾ ਹੈ” ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਸਾਧਾਰਨ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ (“ਤੁਸੀਂ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਲਈ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?”)
- ਵਸਤੂਆਂ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (“ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਪੀਂਦੇ ਹੋ?”)
- ਸਾਧਾਰਨ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਖਿਡੌਣੇ ਚੁੱਕਣਾ)
- ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ 2-3 ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ



“ਸਭ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਉਸਦੇ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹਾਂ।”

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਹੈਲਪ ਮੀ ਗ੍ਰੋ
Washington ਨੂੰ 1-800-322-2588 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।