Washington's యొక్క తొలి జోక్య సేవలు ఒక సమన్వయ ప్రయత్నంగా Department of Children, Youth & Families (పిల్లలు, యువత మరియు కుటుంబాల విభాగము), Office of Superintendent of Public Instruction (ఆఫీస్ ఆఫ్ సూపరింటెండెంట్ ఆఫ్ పబ్లిక్ ఇన్‌స్ట్రక్షన్), Department of Social and Health Services (డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ సోషల్ అండ్ హెల్త్ సర్వీసెస్), Department of Health (డిపార్ట్మెంట్ ఆఫ్ హెల్త్) మరియు Department of Services for the Blind (డిపార్ట్ మెంట్ ఆఫ్ సర్వీసెస్ ఫర్ ద బ్లైండ్) చేత మద్దతు ఇవ్వబడుతోంది.

సంప్రదించండి:

The Washington State Department of Children, Youth & Families Early Support for Infants and Toddlers Program (వాషింగ్టన్ స్టేట్ డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ చిల్డ్రెన్, యూత్ మరియు ఫ్యామిలీస్ ఎర్లీ సపోర్ట్ ఫర్ ఇన్‌ఫాంట్స్ అండ్ టాడలర్స్ ప్రోగ్రామ్)

PO Box 40970
Olympia, Washington
98504-0970

esit@dcyf.wa.gov

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

Help Me Grow Washington (ఎదగడానికి నాకు సహాయం చేయండి వాషింగ్టన్)
ఫోను: 1-800-322-2588
www.parenthelp123.org

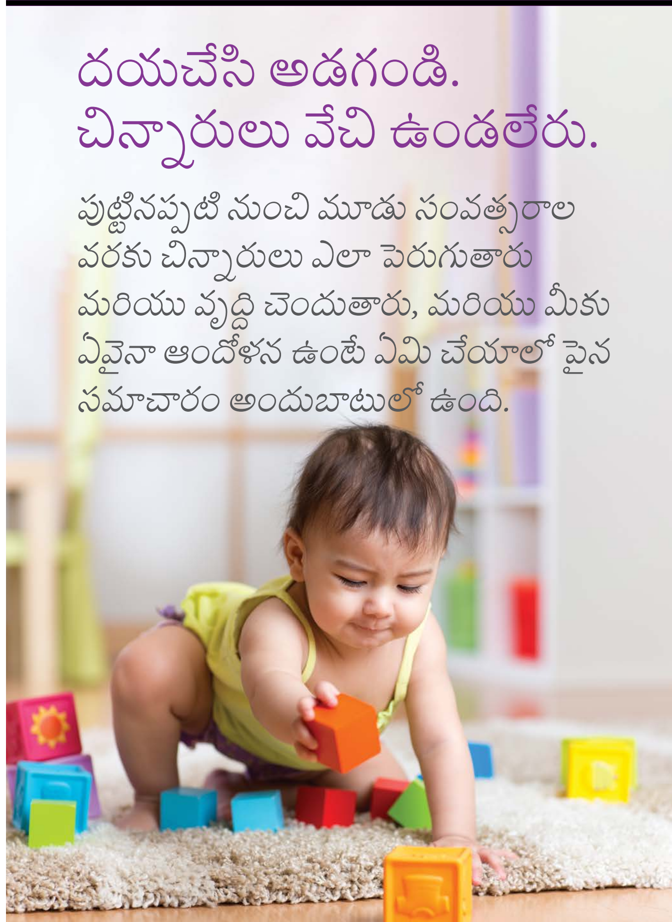
DCYF వివక్షతను చూపించదు మరియు ఏదైనాశారీరక, గ్రహ్యక లేదామానసిక వైకల్యం ఉనికిలేదావెటరన్ స్థయి, వయస్సు, లైంగిక దృక్పథం, జాతీయ జననం, వైవాహిత స్థితి, ఆచారం, మతం, లింగం, రంగు, జాతీయ జననంతోసంబంధం లేకుండాఅందరు వ్యక్తుల కోసం తన కల్యక్రమాలకు సమాన ప్రాప్యతను అందిస్తుంది.

మీఈ ప్రచురణ యొక్క ఉచిత కపీలు ప్రత్యామ్నాయ ఫల్మట్ లేదాభషలోకవాలనుకుంటే, దయచేసిDCYF Constituent Relations (DCYF కౌన్స్టియెంట్ రిలేషన్స్) ను 1-800-723-4831 వద్ద సంప్రదించండిలేదా **communications@dcyf.wa.gov** *కి ఇమెయిల్ చేయండి.*

DCYF PUBLICATION FS_0032 | DEL 11-003 TE (07-2023) Telugu

దయచేసి అడగండి. చిన్నారులు వేచి ఉండలేరు.

పుట్టినప్పటి నుంచి మూడు సంవత్సరాల వరకు చిన్నారులు ఎలా పెరుగుతారు మరియు వృద్ధి చెందుతారు, మరియు మీకు ఏవైనా ఆందోళన ఉంటే ఏమి చేయాలో పైన సమాచారం అందుబాటులో ఉంది.



Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

మీ చిన్నారి జీవితంలో ఒక తల్లిదండ్రిగా మీరు అత్యంత ముఖ్యమైన వ్యక్తిగా ఉన్నారు.

చిన్నారులు వారి తొలి మూడు సంవత్సరాల సమయంలో వేగంగా పెరుగుతూ, మారుతుంటారు. మీ చిన్నారి ఎలా వృద్ధి చెందుతున్నారో ఆలోచించండి. మీ చిన్నారి గురించి మీకే బాగా తెలుసు. మీ చిన్నారి ఎప్పుడు ఎలా నవ్వుతారు, కూర్చుంటారు, నడుస్తారు, మాట్లాడుతారు లేదా ఒక కప్‌ను ఎలా పట్టుకుంటారు వంటి వాటిని మీరు గమనిస్తారు. మీ చిన్నారి అనేక అభివృద్ధి దశల గుండా ఎలా పెరుగుతున్నారో మీరు చూస్తున్నారు. చిన్నారి వృద్ధిలో జాప్యం ఉంటే, రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా సేవలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. **Washington State Early Support for Infants and Toddlers program (Washington స్టేట్ శిశువులు మరియు పసిబిడ్డల కోసం తొలి మద్దతు)** వారికి అవసరమైన సేవలను పొందడంలో కుటుంబాలకు సహాయపడడానికి రాష్ట్రవ్యాప్త ప్రయత్నాన్ని సమన్వయపరుస్తుంది.

నా చిన్నారి యొక్క అభివృద్ధి గురించి నాకు ప్రశ్నలు ఉంటే ఏమి చేయాలి?

Help Me Grow Washington (Washington ఎదగడానికి నాకు సహాయం చేయండి) కి **1-800-322-2588** వద్ద మీ ప్రాంతంలోని Family Resources Coordinator (కుటుంబ వనరుల సమన్వయకర్త) (FRC) కోసం కాల్ చేయండి. ప్రతి కౌంటీ లేదా జియోగ్రాఫిక్ ప్రాంతంలో FRCలు ఉన్నారు. మీ చిన్నారి అవసరం అయ్యే తొలి జోక్య సేవలు పొందడానికి వారు సహాయపడతారు. మీరు మీ స్థానిక ఆరోగ్య విభాగం లేదా స్కూల్ డిస్ట్రిక్ట్‌కు కాల్ కూడా చేయవచ్చు.

మీ ఆందోళనల గురించి మీ ఆరోగ్య సంరక్షణ ప్రొవైడర్‌తో మాట్లాడండి. వారు ఒక స్క్రీనింగ్ లేదా ఇతర వనరులను అందించవచ్చు. మీకు ఆరోగ్య బీమా లేకపోతే మరియు మరింత సమాచారం లేదా సహాయం కావాలనుకుంటే ఎగువ జాబితా చేయబడిన నంబర్‌లో **Help Me Grow Washington (Washington ఎదగడానికి నాకు సహాయం చేయండి)**కి కాల్ చేయండి. మీరు Early Support for Infants and Toddlers (శిశువులు మరియు పసిబిడ్డల కోసం ప్రారంభ మద్దతు) వెబ్సైట్ నుండి మరింత సమాచారాన్ని కూడా పొందవచ్చు: **www.dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit**.

దృష్టి
మీ చిన్నారికి ఇది ఉందా...

- ☐ కంటిలోకి చూడండి (మీ కళ్లవైపు చూడండి)
- ☐ వారి కళ్లతో కదులుతున్న వస్తువును అనుసరించండి
- ☐ వస్తువులను తరచూ గుద్దుకోకుండా నడవండి లేదా ప్రాకండి
- ☐ రెండు కళ్లు ఉపయోగించి ప్రజలు మరియు వస్తువులను చూడండి
- ☐ సాధారణ దూరంలో వస్తువులను పట్టుకోండి (6 నెలల తరువాత)
- ☐ నీడలలో లేదా భిన్నంగా కనిపించే ప్రాంతాలలో నడవండి లేదా ప్రాకండి (కార్పెట్, టైల్)
- ☐ కళ్లు తిప్పకుండా లేదా వాల్చకుండా ప్రజలు మరియు వస్తువులను చూడండి (9 నెలల తరువాత)
- ☐ స్పష్టంగా ఉన్న కళ్లను కలిగి ఉండండి, ఎరుపు లేదా తడి ఉన్నవి కాదు

వినికిడి
మీ చిన్నారికి ఇది ఉందా...

- ☐ ఇంటి ధ్వనుల పట్ల అవగాహన చూపండి (టెలీఫోన్, తలుపు తట్టడం, టెలీవిజన్)
- ☐ మరీ పెద్దగా లేదా మృదువుగా కాని స్వరం వాడండి
- ☐ శబ్దం చేసే బొమ్మలతో ఆడండి (ర్యాటెల్స్, బెల్స్)
- ☐ శబ్దాలను అనుకరించండి (1 సంవత్సరం తరువాత)
- ☐ రెండు సంవత్సరాల తరువాత ("ఎస్" లేదా "ఇంగ్") తో ముగిసే కొన్ని పదాలను వాడండి
- ☐ నోటి మార్గదర్శకాలను అనుసరించండి
- ☐ టెలీవిజన్ లేదా రేడియోలో ఓ మాదిరి వ్యాల్యూమ్‌ను నిర్వహించండి
- ☐ కష్టం లేకుండా కథలు, రికార్డులు, లేదా టెలీవిజన్‌ను వినండి
- ☐ (2-1/2 సంవత్సరాల కన్నా పెద్దవారు అయితే) ఎక్కువమంది అర్థం చేసుకొనే వాటిని మాట్లాడండి
- ☐ మరొక గది నుంచి పిలిచినప్పుడు మీ దగ్గరకి రావడం (2 సంవత్సరాల తరువాత)

పుట్టుక నుంచి మూడు వరకు - పెరుగుదల మరియు అభివృద్ధి

పుట్టుక - 3 నెలలు
మీ చిన్నారికి ఇది ఉందా...

- ☐ వారు పొట్టపై ఉన్నప్పుడు వారి తల మరియు ఛాతిని పైకి ఎత్తడం
- ☐ వారి చేతులు మరియు కాళ్లను తేలికగా కదిలించడం
- ☐ వారి తలను అటుఇటు తిప్పడం ద్వారా వారి కదలికలను అనుసరించడం
- ☐ సీసా లేదా రొమ్మును తేలికగా తీసుకొని, చక్కగా చీకడం
- ☐ ఆకస్మిక ధ్వనులకు నివ్వెరపోవడం లేదా ఏడవడం
- ☐ మీవైపు చూడడం, మీ మొహం చూడడం
- ☐ జలజల లేదా కుకూ శబ్దాలు చేయడం
- ☐ మీ నవ్వు లేదా మాటకు స్పందనగా నవ్వడం
- ☐ సుఖంగా ఉన్నప్పుడు తేలికగా ఉండడం

3 - 6 నెలలు
మీ చిన్నారికి ఇది ఉందా...

- ☐ వెల్లికిలా పడుకున్నప్పుడు వారి పాదంతో ఆడడం
- ☐ చేతులతో వారి పొట్టపై పడుకున్నప్పుడు వారి బరువుతో వారి తల మరియు ఛాతిని ఎత్తడం
- ☐ మద్దతు లేకుండా వారి తలను నిటారుగా, స్థిరంగా ఉంచడం
- ☐ పొట్టపై పడుకొని ఇటు తిరిగి మళ్లీ పొట్టపై దొర్లడం
- ☐ వారి స్వంత చేతులతో వాటిని కలిపి తాకుతూ ఆడుకోవడం
- ☐ బొమ్మ కోసం వెళ్లడం
- ☐ అందుబాటులో ఉంచిన బొమ్మను తీసుకోవడం
- ☐ శబ్దాల వైపుగా వారి తల తిప్పడం
- ☐ అనేకమైన భిన్నమైన శబ్దాలు చేయడం
- ☐ పెద్దగా నవ్వడం
- ☐ ఇష్టం లేదా అయిష్టాన్ని చూపించడానికి ప్రయత్నించడం

6 - 12 నెలలు
మీ చిన్నారికి ఇది ఉందా...

- ☐ కొంత సహాయంతో నిలబడడానికి వారిని కూడగట్టుకోవడం
- ☐ బొమ్మలతో ఆడుతున్నప్పుడు సహాయం లేకుండా కూచోవడం
- ☐ ఒక చేతి నుంచి మరొక చేతికి వస్తువులను మార్చుకోవడం
- ☐ వారికి వారుగా వేలిని చీకడం
- ☐ బైబై అని ఊపుతూ అనుకరించడం
- ☐ కదలికలు మరియు శబ్దాలతో వారి అవసరాలను మీకు తెలియచెప్పడం
- ☐ మాట్లాడే శబ్దాలను కాపీ చేయడం ("బా-బా", "గా-గా")
- ☐ పెద్దవారితో ఆడుతున్నప్పుడు వంతులు తీసుకోవడంఒ (చర్యలు, శబ్దాలు, లేదా ముఖ కవళికలు)
- ☐ ఒక తేలిక ప్రశ్నను వారు అర్థం చేసుకున్నట్లు మీకు తెలియపరచడం ("నీకు ఇంకా కావాలా?")
- ☐ కొత్తవారి నుంచి తల్లిదండ్రులను తెలుసుకోవడం

12 - 18 నెలలు
మీ చిన్నారికి ఇది ఉందా...

- ☐ ఒక్కరే నడవడం
- ☐ చిన్న వస్తువులను అందుకోవడం (రైజిన్ సైజ్)
- ☐ పాత్రల నుంచి వస్తువులను తీసుకోవడం మరియు లోపల పెట్టడం
- ☐ ఒక వస్తువును మరొక దానిపై ఉంచడం
- ☐ స్పూన్‌తో వారికిగా తినడం
- ☐ "మామా" లేదా "దాదా" కి అదనంగా రెండు లేదా మూడు వేరే పదాలు చెప్పడం
- ☐ పదాలు ఉపయోగించి వస్తువులను అడగడం
- ☐ కప్ నుంచి కొంత కారుతున్నా పట్టుకొని తాగడం (Washington ఎదగడానికి నాకు సహాయం చేయండి)
- ☐ పేరు చెప్పినప్పుడు అనేక విషయాలు లేదా బొమ్మలను చూపించడం

18 నెలలు - 2 సంవత్సరాలు
మీ చిన్నారికి ఇది ఉందా...

- ☐ వారి చేతితో పట్టుకొని మెట్లు పైకి ఎక్కడం మరియు దిగడం
- ☐ గీయడం (Washington ఎదగడానికి నాకు సహాయం చేయండి)
- ☐ సంగీతానికి అనుగుణంగా వారి శరీరాన్ని కదిలించడం
- ☐ రెండు పదాలను కలిపి చెప్పడం("ఎక్కువ జ్యూస్")
- ☐ ప్రశ్నలు అడగడం ప్రారంభించడం, ("జ్యూస్?", "బై-బై?")
- ☐ కొరుకుతూ వారికి వారుగా శ్యాండ్‌విచ్ తినడం
- ☐ సాక్సులు మరియు షూలను తీసేయడం
- ☐ పెద్దవారితో కలిసి కథల పుస్తకం బొమ్మలు చూడడం (Washington ఎదగడానికి నాకు సహాయం చేయండి)
- ☐ బొమ్మల మధ్యలో తేలిక ఎంపికలు చేయడం (పజిల్స్ లేదా ట్రక్కులు)
- ☐ మరొక చిన్నారి ఆటను కాపీ కొట్టడం(ఇసుక పోయడం, బాల్ విసరడం)

2 - 3 సంవత్సరాలు
మీ చిన్నారికి ఇది ఉందా...

- ☐ చక్కగా నడవడం, పరిగెత్తడం, ఎక్కడం మరియు కూర్చోవడం
- ☐ 3 లేదా ఎక్కువ వస్తువులను పట్టుకోవడం (Washington ఎదగడానికి నాకు సహాయం చేయండి)
- ☐ వారికిగా వారు స్పూన్ మరియు కప్‌ను ఉపయోగిడం
- ☐ రెండు దశల ఆదేశాలను అనుసరించడం ("పుస్తకం తీసుకో మరియు దాన్ని టేబుల్ పై పెట్టు")
- ☐ వారి అయిదు లేదా ఆరు శరీర భాగాల పేర్లు చెప్పడం
- ☐ తేలికపాటి సంభాషణలో పాల్గొనడం
- ☐ "ఏమిటి" మరియు "ఏమి చేయాలి" వంటి తేలిక ప్రశ్నలకు సమాధానం ఇవ్వడం ("భోజనానికి ఏమి కావాలి")
- ☐ వస్తువుల ఉపయోగం గురించి చెప్పినప్పుడు వాటిని చూపించడం ("మీరు దేనితో తాగుతారు?") (Washington ఎదగడానికి నాకు సహాయం చేయండి)
- ☐ తేలిక పనులకు సహాయపడడం (బొమ్మలు తీసుకోవడం)
- ☐ 2-3 పదాలు ఉన్న వాక్యాలను క్రమబద్దంగా వాడడం

"నా చిన్నారి సహాయంతో మెరుగుపడుతున్నాడు మరియు నేను అతనితో నేర్చుకోగలుతున్నాను."

*మీ చిన్నారి అభివృద్ధి గురించి మీకు ఏవైనా ఆందోళనలు ఉంటే, **Help Me Grow Washington** (ఎదగడానికి నాకు సహాయం చేయండి వాషింగ్టన్)కి **1-800-322-2588** వద్ద కాల్ చేయండి.*