

به عنوان والدین شما مهمترین فرد در زندگی اولاد تان هستید.

کودکان در سه سال اول زندگی به سرعت رشد و تغییر میکنند. به اولاد تان و نحوه رشد او فکر کنید. شما اولاد تان را بهتر میشناسید. شما متوجه چیزهای میشوید؛ مانند اینکه چگونه و چه زمانی طفل تان لبخند میزند، مینشیند، راه میرود، صحبت میکند یا یک پیاله را در دست میگیرد. آنچه مشاهده میکنید این است که فرزند شما چگونه در مراحل مختلف رشد، رشد میکند. وقتیکه یک طفل در رشد خود تاخیر دارد، خدمات در سراسر ایالت قابل دسترس است.

The Washington State Early Support for Infants and Toddlers program (پروگرام حمایت زود ایالت واشنگتن از نوزادان و کودکان نوپا) یک تلاش سراسری را برای کمک به خانواده ها برای دریافت خدمات مورد نیاز هماهنگ میکند.

اگر در مورد رشد طفل خود سؤال داشته باشم، باید چه کنم؟

در منطقه خود با **Help Me Grow Washington** (ما سره د واشنگتن په وده کې مرسته وکړئ) با شماره **1-800-322-2588** برای نام Family Resources Coordinator (هماهنگ کننده منابع خانواده) (FRC) تماس بگیرید. هماننگ کننده گان منابع خانواده در هر ولسوالی یا منطقه جغرافیایی وجود دارد. آنها به شما کمک خواهند کرد تا خدمات مداخله زود هنگام را که ممکن است طفل تان به آن نیاز داشته باشد، دریافت کنید. همچنان میتوانید با بخش صحت محلی یا منطقه مکتب تماس بگیرید.

با ارائه کننده خدمات صحتی خود در مورد نگرانی های خود صحبت کنید. آنها معاینات و آزمایشات را ارائه کرده میتوانند یا منابع دیگری را پیشنهاد کرده میتوانند. اگر بیمه صحتی ندارید و معلومات یا کمک بیشتر میخواهید، با شماره ذکر شده در بالا با **Help Me Grow Washington** (ما سره د واشنگتن په وده کې مرسته وکړئ) تماس بگیرید. همچنان معلومات بیشتر را از وبسایت پشتیبانی زود هنگام برای نوزادان و کودکان نوپا دریافت کنید: www.dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit.



رشد و تکامل کودک خود را در داخل بررسی کنید.

لطفاً برسید. نوزادان صبر کرده نمیتوانند.

در مورد چگونگی رشد و تکامل کودکان از تولد تا سه سالگی و در صورت داشتن نگرانی چه باید کرد معلومات در دسترس است.



Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

خدمات مداخله زود هنگام واشنگتن یک تلاش هماهنگ است که توسط
Department of Children, Youth & Families (وزارت
کودکان، جوانان و خانواده ها)، دفتر مفتش آموزش عامه،
Department of Social & Health Services (اداره سلامتی)
Department of Health and the Department of
Services (اداره خدمات اجتماعی و سلامتی)

تماس:

**The Washington State Department of Children,
Youth & Families Early Support for Infants and
Toddlers Program** (پروگرام حمایت زود هنگام از نوزادان و
کودکان نوپا توسط وزارت کودکان، جوانان و خانواده ها ایالت واشنگتن)

PO Box 40970
Olympia, Washington
98504-0970

esit@dcyf.wa.gov

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

Help Me Grow Washington (ما سره د واشنگتن په وده کې
مرسته وکړئ)
شماره تلفون: 1-800-322-2588
www.parenthelp123.org

DCYF تبعیض قائل نمی شود و دسترسی برابر به برنامه ها و خدمات خود را برای همه افراد بدون در نظر گرفتن نژاد، رنگ، جنسیت، مذهب، عقیده، وضعیت تاهل، منشاء ملی، گرایش جنسی، سن، وضعیت جانبازی، یا حضور هر گونه جسمی، حسی یا ناتوانی ذهنی فراهم می کند.

اگر می خواهید نسخه های رایگان این نشریه را در قالب یا زبان دیگری دریافت کنید، لطفاً با **DCYF Constituent Relations** (روابط تشکیل دهنده DCYF) به شماره **1-800-723-4831** یا ایمیل communications@dcyf.wa.gov تماس بگیرید.

DCYF PUBLICATION FS_0032 | DEL 11-003 DA (07-2023) Dari



بینایی

آیا طفل تان...

- تماس چشم به چشم برقرار کند (به چشم های شما نگاه کند)
- یک جسم متحرک را با چشم های خود دنبال کند
- بدون برخورد مکرر با اشیا راه برود یا بخزد
- با هر دو چشم به افراد و اشیا نگاه کند
- اجسام را در فاصله معمولی نگاه دارد (بعد از 6 ماهگی)
- به آرامی روی سایه ها یا مناطقی که به نظر متفاوت استند (قالین، کاشی) راه برود یا بخزد.
- به افراد و اشیا بدون چشم در هم زدن یا خیره شدن نگاه کند (بعد از 9 ماه)
- چشم های شفاف داشته باشد، چشم های سرخ یا آبکی نداشته باشد

شنیدن

آیا طفل تان...

- نسبت به صداهای خانه (تلیفون، زنگ دروازه، تلویزیون) آگاهی نشان میدهد
- از صدایی استفاده میکند که خیلی بلند یا خیلی ملایم نیست
- با اسباب بازی های که صدا ایجاد میکنند (جغجغه، زنگ) بازی میکند
- تقلید صداها (پس از 1 سال)
- بعد از دو سالگی از برخی از پایان های کلمه ("s" یا "ing") استفاده میکند
- دستورالعمل های کلامی را دنبال میکند
- صدای تلویزیون یا رادیو را در حد متوسط نگاه میدارد
- بدون مشکل به داستان ها، نوار های صوتی یا تلویزیون گوش میدهد
- طوری صحبت میکند که بیشتر مردم فهمیده میتوانند (اگر سن آنها از 2 تا 1/2 سال بیشتر باشد)
- وقتی از دیگر اتاق صدا کنید (بعد از 2 سال) به طرف شما بیاید



تولد- 3 ماهگی

آیا طفل تان...

- وقتی روی شکم است سر و سینه خود را بلند میکند
- دست ها و پاهای خود را به راحتی حرکت دهد
- حرکات خود را با چرخاندن سر آنها به پهلو دنبال کند
- به راحتی یک بوتل یا سینه را بردارد و خوب بمکد
- با صداهای بلند ناگهانی هول میشود یا گریه میکند
- به شما نگاه کند، صورت تانرا را ببیند
- صداهای غرغر را ایجاد کند
- در پاسخ به لیخند یا صحبت شما لیخند بزند
- به راحتی در هنگام آرامش ساکت شود



3-6 ماهگی

آیا طفل تان...

- وقت به پشت خوابیده باشد، با پاهای خود بازی کند
- وقتی روی شکم است، سر و سینه شان را با وزنه روی دستها بلند کند
- سر خود را صاف و ثابت و بدون تکیه گاه حفظ کند
- از شکم به پشت و پشت به شکم بچرخد
- با دست زدن به هم با دستان خود بازی کند
- خود را به یک بازیچه برساند
- یک بازیچه را که در دسترس است بردارد
- سر خود را به سمت صداها بچرخاند
- صداهای مختلف زیادی تولید کند
- بلند خنده کند
- سعی کند که دوست داشتن و دوست نداشتن را نشان دهد



6-12 ماهگی

آیا طفل تان...

- با کمک خود را به ایستادن بکشاند
- هنگام بازی با بازیچه ها بدون کمک بنشیند
- اشیا را از یک دست به دست دیگر انتقال دهد
- به خودش غذای انگشتی بدهد
- از تکان دادن خداحافظی تقلید کند
- نیازهای خود را با حرکات و صداها به شما بفهماند
- صداهای گفتار را کاپی کند ("ba-ba", "ga-ga")
- هنگام بازی با بزرگسالان (اعمال، صداها یا حالات چهره) به نوبت بپردازد.
- به شما بفهماند که آنها یک سوال ساده را درک میکنند ("آیا بیشتر می خواهید؟")
- پدر و مادر خود را از بیگانگان تشخیص دهد



12-18 ماهگی

آیا طفل تان...

- تنها قدم میزند
- اشیا کوچک را بردارد (به اندازه کشمش)
- اشیا را داخل ظروف قرار دهد و از ظروف بیرون کند
- یک چیز را روی دیگری قرار دهد
- با قاشق به خودش غذا بدهد
- علاوه بر "مادر" یا "دادا" دو یا سه کلمه مختلف بگوید.
- چیزهای را با استفاده از کلمات بخواهد
- با کمی ریخته شدن یک پیاله را بگیرد و بنوشد
- هنگام نامگذاری به چندین چیز یا تصویر اشاره کند



18 ماهگی - 2 سالگی

آیا طفل تان...

- با دست نگر داشتن در زینه ها بالا و پایین برود
- خط خطی کردن
- بدن خود را به موقع به سمت موسیقی حرکت دهد
- دو کلمه را کنار هم قرار دهد ("جوس بیشتر")
- شروع به پرسیدن سوال کند ("آب میوه؟"، "بای خداحافظ؟")
- به خودش یک ساندویچ غذا بدهد و لقمه بگیرد
- جوراب ها و بوت های خود را بکشد
- همراه با یک بزرگسال به تصاویر کتاب های قصه ببیند
- بین بازیچه ها (چیستان یا موتر) انتخاب های ساده را بکند.
- بازی های دیگر طفل را کاپی کند (ریختن ریگ، پرتاب توپ)



2-3 سالگی

آیا طفل تان...

- خوب راه برود، بدود، ایستاده شود، قدم بردارد و قوز کند
- 3 یا بیشتر چیز را جمع کند
- از قاشق و پیاله خودشان استفاده کند
- دستورالعمل های دو مرحله ای را دنبال کند ("کتاب را بگیرد و روی میز بگذارد")
- پنج تا شش عضو بدن خود را نام ببرد
- در گفتگوی ساده شرکت کند
- به سؤالات ساده «چی» و «چه کاری» پاسخ دهد («برای نان چاشت چه می خواهید؟»)
- هنگامی که به اشیا یا مورد استعمال گفته شود، آنها را نشان دهد یا نام ببرد ("با چه چیزی می نوشید؟")
- در انجام کارهای ساده کمک کند (برداشتن بازیچه ها)
- به طور منظم از جملات 2-3 کلمه ای استفاده کند

"فرزندم با همه کمک ها در حال پیشرفت است و من میتوانم با او یاد بگیرم."



اگر در مورد رشد فرزندتان نگرانی دارید، با شماره 2588-800-322-1-800-322-2588 به Help Me Grow Washington (ما سره د واشنگتن په وده کې مرسته وکړئ) تماس بگیرید.