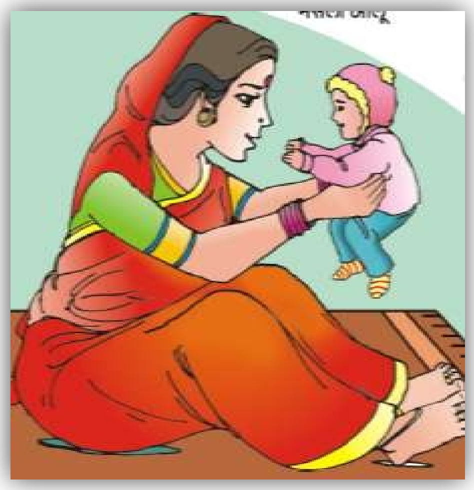
پہلے تین برسوں میں بچے میں فروغ کے سنگ میل

فروغ کے سنگ میل

- بچے کے فروغ کو اس کے فروغ کے سنگ میل کے ذریعے ناپا جا سکتا ہے۔
- فروغ کے سنگ میل کی بچے میں ایسی نشانیاں ظاہر ہوتی ہیں جن سے ہمیں پتہ چلتا ہے کہ بچہ بڑا ہو رہا ہے، فروغ پا رہا ہے۔
- ہر بچہ اپنی الگ رفتار سے اس سنگ میل تک پہنچتا ہے۔
- یہ سنگ میل پوری طرح طے شدہ نہیں ہیں لیکن عام طور پر سبھی بچے تقریباً ایک ہی عمر میں ان سنگ میل تک پہنچ جاتے ہیں۔
- کسی ایک سنگ میل پر پہنچنے میں 3-2 مہینے کی تاخیر ہو تو بچے کیلئے طبّی صلاح اور اس کے فروغ سے متعلق تجزیہ کرانا ضروری ہے۔

فروغ کے سنگ میل کیلئے مشورے



عمر	آپ کیا کر سکتے ہیں	بچے کیا کر سکتے ہیں
0-3 مہینے تک	* اپنے بچے کو دیکھ کر مسکرائیں، بچے کی آنکھوں میں دیکھیں اور اس سے باتیں کریں۔ * بچے کو دیکھنے، سننے اور محسوس کرنے سے آشنا کرائیں۔	* جواب میں مسکراتا ہے * ربن وغیرہ پکڑنے کی کوشش کرتا ہے * آوازیں نکالنے کی کوشش کرتا ہے
3-6 مہینے تک	* خوبصورت اور رنگین چیزیں دکھائیں تا کہ بچہ ان کو پکڑنے کی کوشش کرے۔ * بچے سے باتیں کریں اور اس کی آواز کا جواب دیں، بچے سے اشاروں اور مختلف آوازیں نکال کر باتیں کریں۔	* جب آپ کھڑا کریں تو سیدھا کھڑا ہو * آواز کی طرف متوجہ ہو * کسی چیز کو دیکھ کر اس کی طرف لپکے
تقریباً 9 مہینے	* اپنے بچے کو صاف ستھری اور محفوظ چیزیں پکڑائیں تا کہ وہ ان سے کھیلیں اور ان سے آوازیں نکال سکیں۔ * جھولا جھلانے جیسے کھیل کھلائیں * بچے کو چیزوں کا اور لوگوں کا نام بتائیں	* بچے کو بیٹھنا سکھائیں * انگلی پکڑ کر اٹھائیں، کھڑا کریں * کسی سہارے کے بغیر بٹھائیں
تقریباً ایک سال		* کسی سہارے کے بغیر کھڑا ہونا * ہاتھ ہلانا * ماما/ پاپا کہنا
تقریباً $1\frac{1}{2}$	* بچے کو چیزیں دیں تا کہ انہیں اٹھا کر رکھیں اور نکالیں * بچے سے بہت آسان سے سوال پوچھیں اور بچہ بولنے کی کوشش کرے تو اس کا جواب دیں۔	* اپنی خواہش کا اظہار کرتا ہے * ایک کپ میں 3 گولیاں رکھ سکتا ہے * اچھی طرح سے چلنے لگتا ہے
تقریباً 2 سال		* کسی سہارے سے ایک پیر پر کھڑا ہونے لگتا ہے * نئے نئے الفاظ بولتا ہے * کام کی نقل کرتا ہے
تقریباً $2\frac{1}{2}$	* اپنے بچے کو گننے اور چیزوں کا مقابلہ کرنا سیکھیں، بچے کو آسان سے کھلونے فراہم کریں۔ * اپنے بچے کی بولنے کی ہمت افزائی کریں اور بچے کے سوالوں کا جواب دین۔ اپنے بچے کو کہانیاں اور گیت وغیرہ سکھائیں۔	* جسم کے حصوں کی نشاندہی کرنے لگتا ہے * اپنے ہاتھ سے کھانے کی کوشش کرتا ہے * کم از کم ایک رنگ کا صحیح نام بتانے لگتا ہے
تقریباً 3 سال		* نقل کرنے لگتا ہے اور سیدھی لکیریں کھینچتا ہے * خود اپنے ہاتھ دھونے لگتا ہے * چار میں سے 3 چیزوں کے نام بتا سکتا ہے