



ਸਤਕਿਰਪੇਗ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਅਤੇ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਕਰਨ ਵਾਲੀ,

ਹਰੇਕ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਵਕੀਸ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਉਮਰ ਦੀ ਸੀਮਾਵਾਂ ਤੋਂ ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮੀਲਪੱਥਰਾਂ ਤੱਕ ਪੁੱਜਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਦੇ ਤੱਕ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਕੀਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਬਾਲ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਇਹ ਟੂਲ ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਕੀਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਧਦੇ-ਫੁੱਲਦੇ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਇਸ ਵੱਧ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੱਦ ਕਰਕੇ ਆਨੰਦ ਮਾਣੋ!

ਜਨਮ ਤੋਂ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ

### ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ...

- ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਸਰਿ ਨੂੰ ਮੋੜ ਕੇ ਹਰਕਤਾਂ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਪੇਟ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਪੰਠ ਤੱਕ ਘੁੰਮ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਉੱਚੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਂ ਕਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਨਾ ਦੇਖਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜਨ ਜਾਂ ਕਸਿ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੋਂ ਬਰੇਕ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਣ 'ਤੇ ਰੋ ਵੀ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ।
- ਮੁਸਕਰਾਉਦਾ/ਮੁਸਕਰਾਉਦੀ ਅਤੇ ਹੱਸਦਾ/ਹੱਸਦੀ ਹਾਂ
- ਕਸਿ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣ ਲਈ ਰੋਦਾ/ਰੋਦੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਭੁੱਖਾ, ਦੁੱਖੀ ਜਾਂ ਗੱਲਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ/ਜਾਂਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵੱਧ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਾਉਣੀਆਂ ਪਸੰਦ ਹਨ
- ਕਸਿ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੱਥ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਹੱਥ ਵੱਧ ਘੁੰਮਾਉਦਾ/ਘੁੰਮਾਉਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੇ ਪੇਟ 'ਤੇ ਪੈ ਕੇ, ਆਪਣਾ ਸਰਿ ਚੁੱਕਦਾ/ਚੁੱਕਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਮਾਰਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਬਾਹਾਂ ਨੂੰ ਹਲਿਆਉਦਾ ਹਾਂ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੀਦ ਲੈਂਦਾ/ਲੈਂਦੀ ਹਾਂ
- ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦਾ/ਕੱਢਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕੀ ਆਹ ਅਤੇ ਓਹ
- ਗੁਰਗਲ ਅਤੇ ਗੁਟਕੁੰ
- ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ/ਖੇਡਦੀ ਹਾਂ
- ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਮਲਿਆ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ

### ਮੇਰੇ ਵਕੀਸ ਵੱਧ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ...

- ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਮੇਰੀ ਪੰਠ ਥਪਥਪਾਓ, ਮੈਨੂੰ ਫੜੋ/ਹਲਿਆਉ/ਚਲਾਓ, ਜਾਂ ਕੋਮਲ ਆਵਾਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਉੱਚੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਮੈਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖੋ
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਵਾਸਤੇ ਗਾਓ
- ਅੱਖਾਂ ਮਲਿਆਓ, ਅਤੇ ਮੁਸਕਰਾਓ
- ਮੇਰੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੋ ਕਿ ਠੋਸ ਭੋਜਨ ਕਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨਾਲ ਸਾਹ ਘੁੱਟਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਫਾਰਮੂਲਾ ਜਾਂ ਮਾਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਅਜੇ ਵੀ ਮੇਰੀ ਪਹਿਲੀ ਪਸੰਦ ਹਨ
- ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਮੇਰਾ ਡਾਇਪਰ ਗੱਲਿਆ ਜਾਂ ਗੰਦਾ ਹੋਵੇ, ਇਸਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿਓ
- ਮੈਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖਡਿੱਟੇ ਦੇਵੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰਬੜ ਦੀਆਂ ਰੀਗਾਂ, ਰੈਟਲਸ ਜਾਂ ਕੋਮਲ ਚੀਜ਼ਾਂ
- ਮੈਨੂੰ ਉੱਪਰ ਨੂੰ ਹਵਾ ਵੱਧ ਨਾ ਸੁੱਟੋ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਹਲਿਆਓ
- ਮੇਰੇ ਸਰਿ ਨੂੰ ਗੱਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ, ਇਸਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦਿਓ।
- ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਹਲਿਆਓ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਰਿ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫਾਲੋ ਕਰ ਸਕਾਂ

6 ਤੋਂ 12 ਮਹੀਨੇ

### ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ...

- ਬਬਬਬ, ਡਾਡਾ, ਗਾਗਾ, ਜਾਂ ਮਾਮਾ ਵਰਗੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਦਾ/ਕੱਢਦੀ ਹਾਂ
- ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਨਾਲ, ਕੱਪ ਵੱਧਿ ਪੀ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਠੋਸ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਸੌਖਣ ਵੱਧ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਮੈਂ ਕਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਉਦਾ/ਦੁਹਰਾਉਦੀ ਹਾਂ
- ਸਮਝੋ ਕਿ "ਨਹੀ" ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਹਰਕਤਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਦਾ/ਦੁਹਰਾਉਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੇ ਸਰਿ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਰੱਖ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਬਨਿੰ ਸਹਾਰੇ ਤੋਂ ਬੈਠ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਲੈਣ 'ਤੇ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ/ਦਿੰਦੀ ਹਾਂ
- ਪੰਠ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਪੇਟ ਤੱਕ ਰੋਲ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੇ ਪੇਟ 'ਤੇ ਘੁੰਮ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਰੁੜ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਮੇਰੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਅਣਜਾਣ ਲੋਕਾਂ ਵੱਧਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਛਾਣ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਡੱਬੇ ਦੇ ਅੰਦਰ/ਬਾਹਰ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਫੜ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਖੱਚਿ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- "ਬਾਏ-ਬਾਏ" ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹਾਂ

### ਮੇਰੇ ਵਕੀਸ ਵੱਧ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ...

- ਬੱਚੇ ਦੇ ਹਸਿਾਬ ਨਾਲ ਘਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਓ (ਬਜਿਲੀ ਦੀਆਂ ਸਾਕਟਾਂ, ਕੋਰਡਜ਼ ਨੂੰ ਢੱਕਣਾ, ਦਵਾਈਆਂ, ਰਸਾਇਣਾ, ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ)। ਜ਼ਰੂਰਿ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ ਨੰਬਰ ਸੇਵ ਕਰੋ : **1-800-222-1222**
- ਮੇਰੀਆਂ ਬਾਹਾਂ ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਹਲਿਆਉਣ ਵਾਸਤੇ ਮੈਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰਾ ਦਿਓ
- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਚੱਲਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਵੋ
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਗੋਮਾਂ ਖੇਡੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਪੈਟ-ਏ-ਕੋਕ" ਅਤੇ "ਪੀਕ-ਆ-ਬੂ"
- ਵੱਡੀਆਂ, ਰੰਗੀਨ ਫੋਟੋਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਤਿਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹੋ
- ਮੈਨੂੰ ਵੱਧ-ਵੱਧ ਟੈਕਸਟ ਵਾਲੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖਡਿੱਟੇ ਦੇਵੋ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਦੰਦੀ ਵੱਧ ਸਕਾਂ, ਵਜਾ ਸਕਾਂ, ਹਲਿਆ ਸਕਾਂ, ਫੁਹ ਸਕਾਂ ਜਾਂ ਸੁੱਟ ਸਕਾਂ
- ਰਾਤ ਨੂੰ, ਮੇਰੇ ਮਨਪਸੰਦ ਕੰਬਲ, ਸੰਗੀਤ, ਜਾਂ ਰੂੰ ਨਾਲ ਭਰੇ ਜਾਨਵਰ ਨਾਲ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਵੱਧਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ
- ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੈਂ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਉਦਾ/ਦਿਖਾਉਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਪਸੰਦ/ਨਾਪਸੰਦ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਦੁਆਰਾ ਕੱਢੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਸਰਿਰ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਦੇ ਹਸਿਾਬ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦਿਓ।

ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ...

- ਕਸਿ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਕੇ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਬਾਲ ਕੱਥੇ ਹੈ?"
- ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਦਾ/ਰੱਖਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਨਖ਼ਰੇਬਾਜ਼ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੀਆਂ ਉਗਲੀਆਂ ਨਾਲ ਖਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਬਿਨਾਂ ਸਹਾਰੇ ਤੁਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਪਰ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਰੁੜ੍ਹ ਜਾਂ ਕਰੂਜ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਉਹ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕੀਤੇ ਹੋਣ
- ਮੈਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਕੱਢ ਵੱਚਿ ਪੀ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਪਰ ਮੈਂ ਉਸਨੂੰ ਡੋਲ੍ਹ ਵੀ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਤੁਹਾਡੀ ਰੀਸ ਲਗਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋਣ ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਇੱਕ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਦੂਜੀ ਦੇ ਉੱਪਰ ਚੁਣਿ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਧਿਆਨ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਨਰਿਸ਼ ਹੋਣ 'ਤੇ ਰੋਣਾ, ਮਾਰਨਾ ਜਾਂ ਗੁੱਸੇ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਸਧਾਰਨ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਂ ਕਤਿਬ ਦਾ ਪੰਨਾ ਬਦਲ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- 10-15 ਸ਼ਬਦ ਕਹਿ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ

ਮੇਰੇ ਵਕਿਸ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ...

- ਮੈਨੂੰ ਵਕਿਲਪ ਦੇਵੇ
- ਮੈਨੂੰ ਪਾਣੀ, ਮਾਂ ਦਾ ਦੁੱਧ, ਜਾਂ ਦੁੱਧ ਦੇਵੇ
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਸੈਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਕ੍ਰੀਨ ਦੇਖਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੀਮਤਿ ਕਰੋ
- ਮੇਰੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਬੋਲੋ
- ਆਪਣੇ-ਆਪ ਖਾਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਛੋਟੇ, ਨਰਮ ਟੁਕੜੇ ਦਿਓ
- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਨਰਿਸ਼ ਹੋਵਾਂ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਵੋ। ਚਹਿਰੇ ਦੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਨਾਲ ਸਮਝਾਓ
- ਮੇਰੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਕਤਿਬਾਂ, ਕਵਤਿਬਾਂ, ਗੀਤ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੁਹਰਾਓ
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਮਹਸ਼ਿਸ਼, ਸੁਣਾਈ, ਦਖਿਈ ਦੁੱਦਾ ਹੈ, ਮੈਂ ਕੀ ਸੁੰਘ ਅਤੇ ਕਸਿ ਦਾ ਸੁਆਦ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਚੁੱਕਣ, ਚੜ੍ਹਨ, ਖੱਚਣ ਅਤੇ ਧੱਕਾ ਦੇਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਵੋ
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਲੁਕਣ-ਮੀਟੀ ਅਤੇ ਉਗਲੀਆਂ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਇਟਸੀ ਬਟਿਸੀ ਸਪਾਈਡਰ(Itsy Bitsy Spider)"
- ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਮਹਿਨਤ ਕਰਦੇ ਹੋ!"



ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ...

- ਚਮਚੇ ਅਤੇ ਫੋਰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਉਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਮੇਰੇ 'ਤੇ ਫੋਕਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਮੈਂ," "ਮੈਂ" ਅਤੇ "ਮੇਰਾ"
- 15-50 ਸ਼ਬਦ ਬੋਲ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਬਾਲ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਮਾਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਦੋ-ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਵਾਕ ਕਹਿ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਮੈਨੂੰ ਫੜੋ!"
- ਵਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਅਤੇ ਉਤਾਰਨ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਲੋਂ ਕੱਢੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਕਤਿਬ ਵੱਚਿ ਸਧਾਰਨ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੱਸਣ ਅਤੇ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹ ਅਤੇ ਉੱਤਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਚੜ੍ਹਨਾ, ਛਾਲ ਮਾਰਨੀ, ਦੌੜਨਾ ਅਤੇ ਚੱਲਨਾ ਸੱਖਿ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਸੁਆਦਿ ਸੁਆਦਿ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਨਾ ਕਰਾਂ
- ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸੰਗੀਤ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ

ਮੇਰੇ ਵਕਿਸ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ...

- ਲਖਿਣ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਮੈਨੂੰ ਲਈ ਵੱਡੇ ਕ੍ਰੇਓਨਸ ਦਿਓ
- ਮੇਰੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵੱਚਿ ਦੱਸਣ ਲਈ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ
- ਮੈਨੂੰ ਸਰਲ ਵਕਿਲਪ ਦੇਵੋ। "ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਪੈਟ ਜਾਂ ਸ਼ਾਰਟਸ ਪਹਿਨਣਾ ਚਾਹੋਗੇ?"
- ਚਮਚੇ ਨਾਲ ਖਾਣ ਅਤੇ ਪਾਈਪ ਨਾਲ ਪੀਣ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ
- ਮੇਰੇ ਉੱਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ ਕਉਕਿ ਮੈਂ ਭਟਕ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਖਡਿੱਣੇ ਦਿਓ ਜੋ ਮੈਂ ਡੋਲ੍ਹ ਸਕਾਂ, ਕੱਢ ਸਕਾਂ, ਨਚਿੜ ਸਕਾਂ ਅਤੇ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੇ ਉੱਪਰ ਚੁਣਿ ਸਕਾਂ
- ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਘੁੰਮਣ ਲਈ ਮੇਰੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਏਰੀਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ
- ਮੈਨੂੰ ਸਮਝੋ ਅਤੇ ਫੋਟੋਆਂ ਵੱਚਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੱਭਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਵੋ
- ਮੇਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ 'ਚ ਵਾਧਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰ ਰਹਿ/ਰਹੀ ਹਾਂ। ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ: "ਤੁਸੀਂ ਵੱਡੀ ਹਰੀ ਬਾਲ ਨੂੰ ਘੁੰਮਾ ਰਹੇ ਹੋ"
- ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਖਡਿੱਣੇ ਦਿਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮੈਂ "ਨਾਟਕ" ਖੇਡ ਸਕਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਤਾਰ ਵਾਲਾ ਟੈਲੀਫੋਨ
- ਮੈਨੂੰ ਭਰਪੂਰ ਨੀਂਦ ਲੈਣ ਦੇਵੋ (ਦਿਨ ਵੱਚਿ 11-14 ਘੰਟੇ ਝਪਕੀ ਸਮੇਤ)

ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ...

- ਹਰ ਪੌੜੀ ਲਈ ਇੱਕ ਪੈਰ (ਦੋਵੇਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ) ਵਰਤ ਕੇ ਪੌੜੀਆਂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਚੜ੍ਹ/ਉੱਤਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਇੱਕ ਹੱਥ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖ ਵਰਤਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਲਗਭਗ 50-300 ਸ਼ਬਦ ਬੋਲ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਪਸ਼ਟ ਉਚਾਰਣ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- "ਕਉ?" ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਵਰਤ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਤਿੰਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਲੇ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਮੈਂ ਮੈਨੂੰ ਫੜੋ!"
- ਮੈਂ ਨਰਿਸ਼ ਹੋਣ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਗੁੱਸੇ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਦੱਸਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਦਲਿਚਸਪੀ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਚਿ ਦਲਿਚਸਪੀ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਸੁਕਲ ਅਤੇ ਰੰਗ ਦੁਆਰਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਮਲਿਆ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ



ਮੇਰੇ ਵਕੀਸ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ...

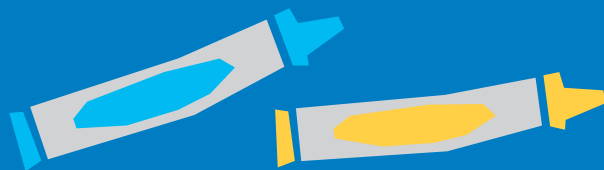
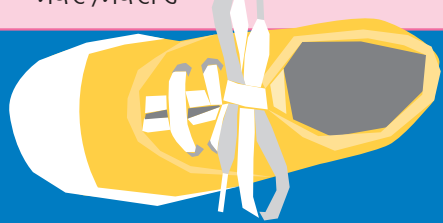
- ਮੇਰੇ ਲਈ ਵਰਣਮਾਲਾ ਦੇ ਗੀਤ ਗਾਓ ਅਤੇ ਰੰਗਾਂ ਅਤੇ ਆਕਾਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਤਿਬਾਂ ਪੜ੍ਹਾਓ
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਬਾਲ ਨੂੰ ਕੱਚਿ ਮਾਰੋ ਅਤੇ ਸੁੱਟੋ
- ਮੇਰੀ ਕਮੀਜ਼ ਦੇ ਬਟਨ ਵਰਗੇ ਕੰਮ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ
- ਮੈਨੂੰ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਦਓ
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਗਾਓ
- ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਖੇਡਦਾ/ਖੇਡਦੀ ਹੋਵਾਂ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ?"
- ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਮੇਰੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਮੈਂ ਨਾ ਛੂਹਾਂ
- ਮੈਨੂੰ ਖੇਡਣ ਲਈ ਚਾਰ-ਟੁਕੜੇ ਵਾਲੀਆਂ ਪਹੇਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤਕ ਸਾਜ਼ ਦਓ
- ਮੇਰੇ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਦੇਖੋ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਖਾਣ ਵੱਚਿ ਕੀ ਪਸੰਦ ਅਤੇ ਕੀ ਨਾਪਸੰਦ ਹੈ। ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਪਰ ਚੁੱਕੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਖਡਿੰਟਾ ਕਸਿਨੇ ਦੱਤਾ?"
- ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਮਣਕੇ (1-1/2" ਚੌੜੀ) ਦਓ। ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੇਰੀ ਨਗਿਰਾਨੀ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਮਣਕਿਆਂ ਨੂੰ ਨਗਿਲ ਨਾ ਜਾਵਾਂ

ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ...

- ਆਪਣੇ-ਆਪ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨਾ, ਕੱਪੜੇ ਉਤਾਰਨਾ ਅਤੇ ਖਾਣਾ
- ਮੈਂ ਸਧਾਰਨ ਗੀਤ ਗਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਰਹਿ ਕੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਸਧਾਰਨ ਜਗਿਸਾ ਪਹੇਲੀਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਦਖਿਵਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਮਨਘੜਤ ਦੇਸਤ ਦਾ ਹੋਣਾ
- ਇੱਕੋ ਜਹਿ/ਵੱਖਰੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਚਿਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਸੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੇ-ਆਪ ਹੱਥ ਧੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਚੱਕਰ ਜਾਂ ਵਰਗ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੈਂ ਵੀ ਉਸਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਛੇ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਉੱਪਰ ਚਿਣ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਇੱਕ ਪੈਰ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਂ ਬੋਲਣ ਸਮੇਂ ਕੁਝ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਉਲਝਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਟਰਾਈਸਾਈਕਲ ਦੇ ਪੈਡਲ ਮਾਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਪੰਜ ਤੋਂ ਛੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਐਕਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ (ਕਰਿਆਵਾਂ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ

ਮੇਰੇ ਵਕੀਸ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ...

- ਮੈਨੂੰ ਡਰਾਇੰਗ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਹੱਲਾਮੇਰੀ ਦੇਵੋ
- ਮੈਨੂੰ ਚੋਣਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਕੁਝ ਫੈਸਲੇ ਲੈ ਸਕਾਂ
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਉਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਮੈਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਾਂ
- ਨਵੇਂ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨਾਲ, ਮੈਨੂੰ ਦੱਸ ਕੇ ਤਿਆਰ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਮੈਨੂੰ ਚਾਰ ਜਾਂ ਪੰਜ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨਾਲ ਜਗਿਸਾ ਵਾਲੀਆਂ ਪਹੇਲੀਆਂ ਦਓ
- ਮੈਨੂੰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਝਗੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਲਝਾਉਣਾ ਜਾਂ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਦੇਵੇ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਪਵੇ
- ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਬਾਲ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਉਛਾਲ ਕੇ ਫੜੋ
- ਮੈਨੂੰ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਜਦੋਂ ਵੀ ਮੈਂ ਬਲੱਟ/ਪਲਾਸਟਿਕ ਕੈਚੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕਾਗਜ਼ ਕੱਟਾਂ
- ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਮੈਨੂੰ ਸਖਿਓ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਕੇ ਸੁਣਾਓ
- ਮੇਰੇ ਖੇਡਣ, ਖਾਣੇ ਅਤੇ ਸੌਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਨਗਿਰਾਰਤ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ
- ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਓ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਮਲਿਆ ਅਤੇ ਗਣਿ ਸਕਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਲਾਕ, ਕੱਪ ਅਤੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਚਮਚੇ



# 4 ਤੋਂ 5 ਸਾਲ

## ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ...

- ਪੰਜ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਵਾਕਾਂ ਵੱਚਿ ਬੋਲ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਜੁਆਇਦਾਤਰ ਰੰਗਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ/ਜਾਂਦੀ ਹਾਂ
- ਸਧਾਰਨ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੇਬਲ ਸੈੱਟ ਕਰਨ ਆਦਿ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਨਾ
- ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਤਕਿਣ ਜਾਂ ਡਾਇਮੰਡ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਂ ਵੀ ਤਕਿਣ ਜਾਂ ਡਾਇਮੰਡ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਤੁਹਾਡੀ ਪੁਰਤੀਕਰਿਆ ਦੇਖਣ ਵਾਸਤੇ ਉਹ ਸ਼ਬਦ ਕਹਿ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਸੰਦ ਨਾ ਹੋਣ
- ਛਾਲ ਮਾਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਡ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਮੈਨੂੰ ਐਫ(f), ਐਲ(l), ਆਰ(r), ਐਸ(s), ਵੀ(v), ਜਾਂ ਜੇਡ(z) ਧੁਨੀਆਂ ਕਹਿਣ ਵੱਚਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਕਵਿੱ, ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕੱਥੇ ਵਰਗੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣੇ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਅੱਖਾਂ, ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਨੱਕ ਨਾਲ ਚਹਿਰਾ ਬਣਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਮਲਿਆਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਅੱਖਰ ਲਿਖਣੇ ਸੱਖਿ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਝੂਲੇ 'ਤੇ ਝੂਟੇ ਦੇ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਕੈਚੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ

## ਮੇਰੇ ਵਕਿਅਸ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ...

- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨ ਜਾਂ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਕੰਘੀ ਕਰਨ ਦੱਚਿ
- ਅਜਹਿ ਗੀਤ ਗਾਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਸਰਿ, ਮੋਢੇ, ਗੋਡੇ ਅਤੇ ਪੈਰ ਦੀਆਂ ਉਗਲਾਂ" ਵੱਚਿ ਹਰਕਤ ਹੋਵੇ
- ਸੱਚਾਈ ਤੋਂ ਕਲਪਨਾ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੋ
- ਕਰਿਆਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਖੇਡਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਨਰਿਧਾਰਤਿ ਕਰੋ
- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਲਈ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਵੋ
- ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਹੱਥ ਧੋਣੇ ਅਤੇ ਸੁਕਾਉਣੇ ਸਖਿਓ
- ਮੈਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਦੱਚਿ। ਕੀ ਮੈਂ ਪੰਜ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਸਕੀਟਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਪੈਰ 'ਤੇ ਸੰਤੁਲਨ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?
- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਸੱਖਿਣ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈਣ ਦੱਚਿ, ਐਵੇਂ ਕਰਕੇ ਮੈਂ ਬਹੁਤਾ ਨਰਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਵਾਂਗਾ/ਹੋਵਾਂਗੀ
- ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦੱਚਿ
- ਮੈਨੂੰ ਤੱਥ ਸਖਿਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੇਰਾ ਪਤਾ, ਜਨਮ ਮਹੀਨਾ, ਪਹਲਿ/ਆਖਰੀ ਨਾਮ, ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਨਾਮ, ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ
- ਕਾਫ਼ੀ ਨੀਦ ਲੈਣ ਲਈ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਵੋ (ਦਨਿ ਵੱਚਿ 10-13 ਘੰਟੇ, ਝਪਕੀ ਸਮੇਤ)

# 5 ਤੋਂ 6 ਸਾਲ

## ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ...

- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਭਵੱਖਿ ਵੱਚਿ ਵਾਪਰ ਰਹੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਜਾਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਲਝਣ ਵੱਚਿ ਪੈ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- 100 ਤੱਕ ਗਣਿ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਸਮਝ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਕਤਿਬਾਂ ਖੱਬੇ ਤੋਂ ਸੱਜੇ ਅਤੇ ਉੱਪਰ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਪੜ੍ਹੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਡਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਨੇਰੇ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਗਰਜ਼ਾਂ ਦਾ
- ਖੱਬੇ ਅਤੇ ਸੱਜੇ ਵਚਿਕਾਰ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਬਾਲ ਨੂੰ ਫੜਨਾ, ਰੱਸੀ 'ਤੇ ਛਾਲ ਮਾਰਨੀ, ਰੱਸੀ ਟੱਪਣੀ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੜ੍ਹਨ ਵਰਗੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਸਾਈਕਲ ਚਲਾ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਮੈਨੂੰ ਚੱਕਰ ਨਾ ਆ ਜਾਵੇ, ਬਾਜੀ ਪਾਉਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਲ(l) ਜਾਂ ਥ(th) ਧੁਨੀ ਕਹਿਣ ਵੱਚਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਮੈਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪੁਰਤੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ
- ਕੁਝ ਗਲਤੀਆਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਲਖਿ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ



## ਮੇਰੇ ਵਕਿਅਸ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ...

- ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਦੱਚਿ
- "ਲੀਡਰ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ" ਅਤੇ "ਸਾਈਮਨ ਸੇਜ਼" ਵਰਗੀਆਂ ਗੇਮਾਂ ਖੇਡੋ
- ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੀਤਿਆ ਕੱਲ੍ਹ, ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਕੱਲ੍ਹ ਅਤੇ ਅੱਜ
- ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਜੁੱਤੀਆਂ ਦੇ ਤਸਮੇ ਬੰਨ੍ਹਣੇ ਸਖਿਓ
- ਮੈਨੂੰ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੱਚਿ ਜਹਿਨਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਅੱਡ ਕਰਕੇ ਵਾਪਸ ਫਰਿ ਤੋਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰ ਸਕਾਂ
- ਮੇਰੇ ਯਤਨਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਵੋ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਪੁਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰੋ
- ਮੈਨੂੰ 10-15 ਟੁਕੜਿਆਂ ਨਾਲ ਪਹੇਲੀਆਂ ਦੱਚਿ
- ਮੇਰਾ ਸਕ੍ਰੀਨ ਦੇਖਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੀਮਤਿ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਸਭ ਦੇ ਦਨਿ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਖਾਣਾ ਖਾਓ
- ਮੈਨੂੰ ਕਵਿੱ ਮਹਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਜਹਿ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦੇਵੋ
- ਮੈਨੂੰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੈਂ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਾਂ
- ਲੋਕਲ ਅਜਾਇਬ ਘਰ, ਐਕੁਏਰੀਅਮ ਜਾਂ ਪਾਰਕਾਂ 'ਤੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਓ
- ਮੇਰੀਆਂ ਦਲਿਚਸਪੀਆਂ ਅਤੇ ਚੀਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਕਰੋ
- ਮੈਨੂੰ ਸੀਮਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਖਿਓ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੱਕ ਸਹੀ ਅਤੇ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਛੋਹਣ ਵੱਚਿ ਅੰਤਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਪਹੇਸ਼ਾਨ ਹੋਣ 'ਤੇ "ਨਹੀ" ਕਹਿਣ ਲਈ ਬੋਲਣ ਦਾ ਹੋਸਲਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਵਸਿਵਾਸ ਰੱਖਣਾ)



ਹਾਲਾਂਕਿ ਅਸੀਂ ਮੌਜੂਦਾ ਅਤੇ ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੁਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਕੁਝ ਬਦਲਾਅ ਇਸ ਟੂਲ ਦੀ ਛਪਾਈ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੱਚਿ ਹੋਵੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।