

# আপনার বাচ্চার বয়স যখন 2 বছর



আপনার বাচ্চা কীভাবে খেলাধুলা করছে, শিখছে, কথা বলছে এবং ব্যবহার করছে তা থেকে আপনার শিশুর বিকাশের বিষয়ে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিত পাওয়া যায়। অধিকাংশ শিশু একটি নির্দিষ্ট বয়সে পৌঁছানোর পরেই বিকাশের পথ ধরতে পারে।

আপনার বাচ্চা দুই বছরের মধ্যে কতটা বেড়ে উঠেছে তা দেখুন। এটি নিজের সঙ্গে করে নিয়ে যান এবং প্রতি সাক্ষাতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে আপনার শিশু বেড়ে ওঠার কোন পর্যায়ে পৌঁছেছে এবং এখন কী প্রত্যাশা করা যায় সেই নিয়ে কথা বলে নিন।

## এই বয়সে অধিকাংশ শিশু কী করে:

### সামাজিক/আবেগজনিত

- অন্যদের নকল করে, বিশেষ করে প্রাপ্ত বয়স্ক এবং বড় বয়সের বাচ্চাদের
- অন্য শিশুদের সঙ্গে থাকার সময়ে দারুণ আনন্দ পায়
- বেশি বেশি ভাবে স্বাধীন হওয়ার পরিচয় রাখে
- কথার অবাধ্য হয় (কিছু করতে মানা করা হলে সেটাই করে)
- মূলত অন্যান্য বাচ্চাদের সঙ্গেই খেলা করে, তবে আরো বাচ্চাদের সঙ্গে নিতে শুরু করছে, যেমন ধরাধরি খেলায়

### ভাষা/যোগাযোগ

- নাম করে বলা হলে সেই সমস্ত জিনিস বা ছবির দিকে আঙুল দিয়ে দেখায়
- পরিচিতি মানুষজন এবং শরীরের অংশগুলির নাম জানে
- 2 থেকে 4 শব্দের বাক্য বলে
- সহজ সাধারণ নির্দেশ মেনে চলে
- অন্যদের মধ্যে হওয়া কথাবার্তা শুনে তা বলে
- বইতে থাকা কোনো কিছু আঙুল দিয়ে দেখায়

### জ্ঞান বিষয়ক (শিক্ষা, চিন্তাভাবনা, সমস্যার সমাধান)

- দুই বা তিনটি আবরণের ভিতরে লুকানো থাকলেও সেই জিনিস খুঁজে নিতে পারে
- আকার এবং রঙ বাছাই করতে শেখে
- পরিচিতি বইগুলি থেকে বাক্য এবং ছড়া শিখে নেয়
- সহজ সরল মিছেমিছি খেলা খেলে
- 4 বা তার বেশি ব্লক দিয়ে টাওয়ার বানায়
- এক হাত অন্য হাতের থেকে বেশি ব্যবহার করতে পারে
- দুই ধাপের নির্দেশ অনুসরণ করে যেমন “তোমার জুতো উঠিয়ে নাও এবং তাদের আলমারিতে রেখে দাও।”
- কোনো ছবি বইতে থাকা জিনিসগুলির নাম বলতে পারে যেমন বিড়াল, পাখি বা কুকুর

### চলাফেরা/শারীরিক বিকাশ

- পায়ের চেটোর উপরে ভর দিয়ে দাঁড়াতে পারে
- বলে লাথি মারতে পারে
- দৌড়াতে শুরু করে
- সাহায্য না নিয়েই আসবাবের উপরে উঠতে পারে এবং সেখান থেকে নামতে পারে
- ধরে ধরে সিঁড়ি বেয়ে উঠতে এবং নামতে পারে
- মাথার উপরে দিয়ে বল ছুড়তে পারে
- সরল রেখা এবং বৃত্ত নিজে বানাতে পারে বা দেখে দেখে বানাতে পারে

## আপনার শিশুর মধ্যে এই সমস্ত বিষয় দেখা গেলে শুরুতেই আপনার শিশুর ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিন:

- 2-শব্দের কথা বলে না (উদাহরণস্বরূপ, “দুধ খাও”)
- সাধারণ জিনিসের কী কাজ তা জানে না যেমন, ব্রাশ, ফোন, কাঁটা চামচ বা চামচ
- কোনো কাজ এবং শব্দের নকল করে না
- সহজ সরল আদেশও মানে না
- সোজা ভাবে হাঁটে না
- শেখা কোনো কিছুকে ভুলে যায়

বিকাশ সম্পর্কিত এই সমস্ত লক্ষণ প্রকাশে দেরী হলে, আপনার শিশুর ডাক্তার বা নার্সকে তা জানান এবং শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার জন্য **311 নম্বরে কল করুন।**

American Academy of Pediatrics (আমেরিকান অ্যাকাডেমি অফ পিডিয়াট্রিক্স) 24-মাসের সাক্ষাতে শিশুদের সাধারণ বিকাশের এবং মানসিক ব্যাধির দিকগুলি খতিয়ে দেখে নেওয়ার সুপারিশ করে। আপনার শিশুর বিকাশের সবদিক খতিয়ে দেখার বিষয়ে আপনার শিশুর ডাক্তারকে জিজ্ঞাসা করুন।

Centers for Disease Control and Prevention, Learn the Signs (রোগ নিয়ন্ত্রণ এবং নিরাময় কেন্দ্র, লক্ষণ বুঝতে পারা) এর তরফ থেকে বিষয়বস্তু দেওয়া হয়েছে। শুরুতেই ব্যবস্থা নেওয়ার প্রোগ্রাম (Act Early Program) আরো বিস্তারিত ভাবে জানতে [www.cdc.gov/ActEarly](http://www.cdc.gov/ActEarly) দেখুন।

শারীরিক ভাবে বেড়ে ওঠার মধ্যেই আপনার বাচ্চার বেড়ে ওঠা সীমাবদ্ধ নয়

বিকাশের বিষয়ে আরো বেশি করে জানতে [nyc.gov](http://nyc.gov) দেখুন এবং “Child Development” অনুসন্ধান করুন

**NYC**  
Health

Bengali