



SWYC: 4 months

4 months, 0 days to 5 months, 31days

Child's Name/ကလေးအမည်။ ။

Birth Date/မွေးသက္ကရာဇ်။ ။

Today's Date/ယနေ့နေ့စွဲ။ ။

BURMESE
Translated 07/2017
updated 01/2018

DEVELOPMENTAL MILESTONES (ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ မှတ်ကျောက်တိုင်များ)

ဒီမေးခွန်းတွေဟာ သင့်ကလေးရဲ့ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှုအကြောင်းတွေပဲဖြစ်ပါတယ်။ ကျေးဇူးပြုပြီး တော့သင့်ကလေးဟာ ဒီမေးခွန်းမှာဖော်ပြထားတဲ့ အရာတစ်ခုချင်းစီတွေကို ဘယ်လောက်အတိုင်းအတာအထိလုပ်နိုင်တယ်ဆိုတာကို ပြောပြပေးပါ။ အကယ်၍ သင့်ကလေးဟာ ဒီအချက်တွေထဲက တစ်စုံတစ်ခုကို မလုပ်တော့ဘူးဆိုရင်လဲ ဟိုအရင် တုန်းက ဘယ်လောက်အတိုင်းအတာအထိလုပ်ခဲ့ဖူးတယ်ဆိုတာကို ရွေးပြီးတော့ဖြေပေးပါ။ ကျေးဇူးပြုပြီး မေးခွန်းအားလုံးကိုဖြေဆိုပါ။

These questions are about your child's development. Please tell us how much your child is doing each of these things. If your child doesn't do something any more, choose the answer that describes how much he or she used to do it. Please be sure to answer ALL the questions.

	Not Yet (0)	Somewhat (1)	Very Much (2)
1 ထိုင်နေသည့် အနေအထားတစ်ခုရောက်အောင် ဆွဲထူသည့်အခါ ခေါင်းကို ငြိမ်အောင် ထိန်းထားသည် (Holds head steady when being pulled up to a sitting position)	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②
2 လ နှစ်ဘ နှစ် ခို ဆုပ် ဝိုင်ထားသည် (Brings hands together)	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②
3 ရယ်သည် (Laughs)	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②
4 ထိုင်နေသည့် အနေအထားဖြင့် ချိထားချိန်တွင် ခေါင်းငြိမ်သည် (Keeps head steady when held in a sitting position)	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②
5 "ဂါ" "မာ" နှင့် "ဘ" ဟူသော အသံပြုသည် (Makes sounds like "ga," "ma," or "ba")	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②
6 သူ သို့မဟုတ် သူမအမည်ခေါ်သည့်အခါတွင် ကြည့်သည် (Looks when you call his or her name)	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②
7 လှိမ့်သည် (Rolls over)	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②
8 အရပ် ဝို လ နှစ်ဘ နှစ် မှ တစ်ဘ နှစ် သို့ ပြောင်းသည် (Passes a toy from one hand to the other)	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②
9 ဝမ်းနည်းနေချိန်တွင် သင် သို့မဟုတ် အခြား ပြုစုသူတစ်ဦး ဝို ရှာသည် (Looks for you or another caregiver when upset)	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②

10	အရာဝတ္ထုနှစ်ခု ဝို ဝိုင်းထားပြီး တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ထုရို ဧသည် (Holds two objects and bangs them together)	မလုပ်သေးပါ ①	တစ်ခါတစ်ရံ ①	အလွန် ②
----	--	-----------------	-----------------	------------

BABY PEDIATRIC SYMPTOM CHECKLIST (BPSC) (ကလေးငယ်များ၏ ကျန်းမာရေးဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ လက္ခဏာများ စစ်ဆေးချက်)

ဤမေးခွန်းများသည် သင့်ကလေး၏ အမူအကျင့်များအကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အခြားရွယ်တူကလေးများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပြီး အကြောင်းအရာတစ်ခုစီတိုင်းဟာ သင့်ကလေးနဲ့ ဘယ်လောက်အထိကိုက်ညီမှုရှိသလဲဆိုတာကို ပြောပြပါ။
These questions are about your child's behavior. Think about what you would expect of other children the same age, and tell us how much each statement applies to your child.

Section 1	ရွယ်တူအခြားကလေးများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက	Not at all (0)	Somewhat (1)	Very Much (2)
1	သင့်ကလေးသည် သူတစ်ခါမှမတွေ့ဖူးသေးတဲ့ သူတွေနဲ့ တွေ့တဲ့အခါ အနေရခက်ပါသလား။ <i>Does your child have a hard time being with new people?</i>	လုံးဝမခက်ပါ။ ①	အနည်းငယ် ①	အများကြီး ②
2	သင့်ကလေးသည် နေရာသစ်များတွင် အနေရခက်ပါသလား။ <i>Does your child have a hard time in new places?</i>	လုံးဝမခက်ပါ။ ①	အနည်းငယ် ①	အများကြီး ②
3	သင့်ကလေးသည် အပြောင်းအလဲများနှင့် ကြုံ တွေ့သည့်အခါ အခက်အခဲ ဖြစ်သလား။ <i>Does your child have a hard time with change?</i>	လုံးဝမခက်ပါ။ ①	အနည်းငယ် ①	အများကြီး ②
4	သင့်ကလေးသည် အခြားသူများချီသည်အခါ စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်သလား။ <i>Does your child mind being held by other people?</i>	လုံးဝမဖြစ်ပါ။ ①	အနည်းငယ် ①	အများကြီး ②
Section 2	ရွယ်တူအခြားကလေးများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက			
5	သင့်ကလေးအရမ်းငိုသလား။ <i>Does your child cry a lot?</i>	လုံးဝမငိုပါ။ ①	အနည်းငယ် ①	အများကြီး ②
6	သင့်ကလေးသည် စိတ်ပြေဖို့ခက်ခဲပါသလား။ <i>Does your child have a hard time calming down?</i>	လုံးဝမခက်ပါ။ ①	အနည်းငယ် ①	အများကြီး ②
7	သင့်ကလေးသည် ရှိကျပြီး စိတ်အလိုမကျဖြစ်လွယ်သလား။ <i>Is your child fussy or irritable?</i>	လုံးဝမဖြစ်ပါ။ ①	အနည်းငယ် ①	အများကြီး ②

8	သင့်ကလေးသည် ချော့မော့နှစ်သိမ့်ဖို့ ခက်ခဲပါသလား။ <i>Is it hard to comfort your child?</i>	လုံးဝမခက်ပါ။ ①	အနည်းငယ်ခက်သည်။ ①	အလွန်ခက်သည်။ ②
Section 3 ရွယ်တူအခြားကလေးများနှင့်နှိုင်းယှဉ်ပါက				
9	သင့်ကလေးသည် အချိန်ဇယားအတိုင်း(သို့မဟုတ်) လုပ်နေကျအတိုင်း ထားရန်ခက်ခဲပါသလား။ <i>Is it hard to keep your child on a schedule or routine?</i>	လုံးဝမခက်ပါ။ ①	အနည်းငယ်ခက်သည်။ ①	အလွန်ခက်သည်။ ②
10	သင့်ကလေးကိုသိပ်ရတာ(ပေးအိပ်ရတာ)ခက်ခဲမှုရှိပါသလား။ <i>Is it hard to put your child to sleep?</i>	လုံးဝမခက်ပါ။ ①	အနည်းငယ်ခက်သည်။ ①	အလွန်ခက်သည်။ ②
11	သင့်ကလေးကြောင့် သင်အိပ်ရေးဝရန် ခက်ခဲပါသလား။ <i>Is it hard to get enough sleep because of your child?</i>	လုံးဝမခက်ပါ။ ①	အနည်းငယ်ခက်သည်။ ①	အလွန်ခက်သည်။ ②
12	သင့်ကလေးသည် နှစ်နှစ်ဖြို ကြံ့ ကြံ့ အိပ်ပျော်ဖို့ အခက်အခဲ ရှိပါသလား။ <i>Does your child have trouble staying asleep?</i>	လုံးဝမရှိပါ။ ①	အနည်းငယ် ①	အများကြီး ②

PARENT'S CONCERNS (မိဘ၏စိုးထိတ်မှုပုံစံများ)				
		Not at all လုံးဝမရှိပါ။	Somewhat တချို့တလေရှိသည်။	Very much အများကြီးရှိသည်။
1	သင့်ကလေး၏လေ့လာသင်ယူမှု သို့မဟုတ် ဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် သင်စိုးရိမ်မှု တစ်ခုခုများ ရှိပါသလား။ <i>Do you have any concerns about your child's learning or development?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	သင့်ကလေးရဲ့ အမူအကျင့်နှင့်ပတ်သက်ပြီး သင်စိုးရိမ်မှုတစ်ခုခုများ ရှိပါသလား။ <i>Do you have any concerns about your child's behavior?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

FAMILY QUESTIONS (အိမ်ထောင်စုဆိုင်ရာမေးခွန်းများ)				
		Yes ဘောက်သည်။	No မဘောက်ပါ။	
1	သင့်ကလေးနဲ့အတူနေထိုင်သူများထဲတွင် ဝေးဆေးလိပ်ပေးသောကြွေ တစ်ခုတည်း ရှိပါသလား။ <i>Does anyone who lives with your child smoke tobacco?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
2	ပြီးခဲ့တဲ့နှစ်တုန်းက အရက်သောက်ခြင်း သို့မဟုတ် မူးယစ်ဆေးသုံးစွဲခြင်းများကို သင်လုပ်ချင်တာထက်ပိုပြီး သုံးစွဲခဲ့ဖူးပါသလား။ <i>In the last year, have you ever drunk alcohol or used drugs more than you meant to?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
3	ပြီးခဲ့တဲ့နှစ်တုန်းက သင်၏ အရက်သောက်သုံးခြင်း သို့မဟုတ် မူးယစ်ဆေးသုံးစွဲခြင်းကို လျော့ပစ်ဖို့လိုသည် သို့မဟုတ် လျော့ပစ်ချင်သည်ဟု သင်ခံစားမိပါသလား။ <i>Have you felt you wanted or needed to cut down on your drinking or drug use in the last year?</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

<p>4 မိသားစုဝင်တစ်ဦး၏အရက်သောက်ခြင်း သို့မဟုတ် မူးယစ်ဆေးသုံးစွဲခြင်းများသည် သင့်ကလေးအပေါ်တွင်ဆိုးကျိုးများ ဖြစ်စေပါသလား။</p>	<p>ဖြစ်စေသည်။</p>	<p>မဖြစ်စေပါ။</p>						
<p><i>Has a family member's drinking or drug use ever had a bad effect on your child?</i></p>	<p>Y</p>	<p>N</p>						
<p>Never true လုံးဝမဖြစ်ပါ။</p> <p>Sometimes true တခါတရံ။</p> <p>Often true ဟုတ်ကဲ့၊ မကြာခဏဘဲ။</p>								
<p>5 ကြီးပြင်းပျံ့နှံ့သည့် လွန်ခဲ့သော 12 လ အတွင်း၌ နောက်ထပ်ကိစ္စအစာအဖွဲ့အစည်းအစာအဖွဲ့ ဝေငြိမရရှိမီ အစားအစာအစား ကုန်ပစ္စည်းများ ဝယ်ယူရန် ဝန်ခံရပါသလား။</p>								
<p><i>Within the past 12 months, we worried whether our food would run out before we got money to buy more.</i></p>	<p><input type="radio"/></p>	<p><input type="radio"/></p>	<p><input type="radio"/></p>					
<p>6 သင့်နှင့်သင့်အိမ်ထောင်ဖက်/လက်တွဲဖက်တို့ရဲ့ဆက်ဆံရေးကို အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် ဘယ်လိုဖော်ပြမလဲ။</p> <p><i>In general, how would you describe your relationship with your spouse/partner?</i></p>	<p>No tension တင်းမာမှုမရှိပါ။</p>	<p>Some tension တင်းမာမှုအချို့ရှိသည်။</p>	<p>A lot of tension တင်းမာမှုများလွန်းသည်။</p>	<p>Not Applicable မိမိနှင့်မသက်ဆိုင်ပါ။</p>				
<p>7 သင့်နှင့်သင့်အိမ်ထောင်ဖက်တို့ အငြင်းပွားမှုများကို ဖြေရှင်းရာတွင်...</p> <p><i>Do you and your partner work out arguments with:</i></p>	<p>အခက်အခဲမရှိပါ။</p>	<p>အခက်အခဲအချို့ရှိသည်။</p>	<p>အခက်အခဲအများကြီးရှိသည်။</p>	<p>မိမိနှင့်မသက်ဆိုင်ပါ။</p>				
<p>8 လွန်ခဲ့သော အပတ်တော်ကြော့ သို့မဟုတ် သင့်မိသားစုဝင်များသည် သင့်ကလေးအား ရက်ပေါင်းမည့် စာဖတ်ပေးပါသနည်း။</p> <p><i>During the past week, how many days did you or other family members read to your child?</i></p>	<p>0</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>	<p>4</p>	<p>5</p>	<p>6</p>	<p>7</p>

Translations for Developmental Milestones prepared by the TEAM UP for Children initiative, with funding from the Smith Family Foundation.

© 2010, Tufts Medical Center, All rights reserved.

English version 1.07

နောက္ကပ္ပေလးယု တုယောက္ကပ္ပဲ စိတ္တစားမးဆိုဗြာ ဝေဟဂုလဲမးမာ (Emotional Changes with a New Baby)**

သုအိတ္တေ နောက္ကပ္ပ ကေလးယုတုယောက္ကပ္ပ ရိလာစပီဝေစွဗြာ သုဇာ ခ်းခက္ကတး မညိ ဝသညိ ကုတြုပွဲ ယခု သိရိလိပါသည။ သုဇာ ယေနူခ်းခက္ကတး သာမက လွန္းဝေသာ 7 ရက္ကတြုပွဲ သုဇာခ်းမး ဝုငု အနီးစပွဲဝုးရိသည ဝအေဝေတစွိ အမတုရေးဝေစုပေးပါ။

In the past seven days...

1	၁။ ရီမောစရာများရှိခဲ့ရင်၊ ရီနိုင်ခဲ့တယ် - <i>I have been able to laugh and see the funny side of things</i>						
0	အရင်ကအတိုင်း ရီမောနိုင်ပါတယ်။ <i>As much as I always could</i>	1	အခု အရင်ကလောက် မရီနိုင်တော့ဘူး။ <i>Not quite so much now</i>	2	သေချာပေါက် အရင်ကလောက် မရီနိုင်တော့ဘူး။ <i>Definitely not so much now</i>	3	လုံးဝ မရီနိုင်တော့ဘူး။ <i>Not at all</i>
2	၂။ ပျော်ရွှင်စရာများ လုပ်ဆောင်ရန်၊ မြော်လင့်နေတတ်တယ် - <i>I have looked forward with enjoyment to things</i>						
0	အရင်က ပုံစံအတိုင်းဘဲ <i>As much as I ever did</i>	1	အရင်ကထက်တော့ နည်းသွားတယ်။ <i>Rather less than I used to</i>	2	အရင်ကထက် သေချာပေါက် နည်းသွားပြီ။ <i>Definitely less than I used to</i>	3	မရှိသလောက်ဘဲ။ <i>Hardly at all</i>
3*	၃။ အဆင်မပြေ ဖြစ်သွားတာတွေအတွက်၊ ကိုယ့်ကိုကိုယ် အပြစ်တင်မိတယ် - <i>I have blamed myself unnecessarily when things went wrong</i>						
3	ဟုတ်ကဲ့၊ အမြဲလိုလိုဘဲ။ <i>Yes, most of the time</i>	2	ဟုတ်ကဲ့၊ တခါတရံပါဘဲ။ <i>Yes, some of the time</i>	1	လုပ်ခဲပါတယ်။ <i>Not very often</i>	0	တစ်ခါမှ မဖြစ်ပါဘူး။ <i>No, never</i>
4	၄။ အကြောင်းမရှိဘဲ၊ ပူပန်စိုးရိမ်နေမိတယ် - <i>I have been anxious or worried for no good reason</i>						
0	လုံးဝမဖြစ်ပါဘူး။ <i>No, not at all</i>	1	မဖြစ်သလောက်ပါဘဲ။ <i>Hardly ever</i>	2	တခါတရံ ဖြစ်ပါတယ်။ <i>Yes, sometimes</i>	3	တော်တော်များများဖြစ်ပါတယ်။ <i>Yes, very often</i>
5*	၅။ လုံလောက်တဲ့ အကြောင်းမရှိဘဲ၊ ကြောက်လန့်တုန်လှုပ်စိတ်တွေ ဖြစ်နေမိတယ် - <i>I have felt scared or panicky for no good reason</i>						
3	တော်တော်များများဘဲ။ <i>Yes, quite a lot</i>	2	တခါတရံ ဖြစ်ပါတယ်။ <i>Yes, sometimes</i>	1	သိပ်မဖြစ်ပါဘူး။ <i>No, not much</i>	0	လုံးဝမဖြစ်ပါဘူး။ <i>No, not at all</i>
6*	၆။ ဘာဘဲလုပ်လုပ် မပြီးစီးနိုင်ဘူး - <i>Things have been getting on top of me</i>						
3	ဟုတ်ကဲ့၊ မနိုင်မနင်းဖြစ်တဲ့စိတ် အတော်များနေပါတယ်။ <i>Yes, most of the time I haven't been able to cope at all</i>	2	ဟုတ်ကဲ့၊ အရင်တုန်းကလိုမျိုး နိုင်နိုင်နင်းနင်း မရှိလှဘူး။ <i>Yes, sometimes I haven't been coping as well as usual</i>	1	များသောအားဖြင့် နိုင်နိုင်နင်းနင်း ရှိပါတယ်။ <i>No, most of the time I have coped quite well</i>	0	အရင်အတိုင်း နိုင်နိုင်နင်းနင်းပါ။ <i>No, I have been coping as well as ever</i>
7*	၇။ ကျွန်မမှာ စိတ်မချမ်းမသာဖြစ်လွန်းလို့၊ ကောင်းကောင်းအိပ်လို့မရဘူး - <i>I have been so unhappy that I have had difficulty sleeping</i>						
3	ဟုတ်ကဲ့၊ အမြဲလိုလိုဘဲ။ <i>Yes, most of the time</i>	2	ဟုတ်ကဲ့၊ မကြာခဏဘဲ။ <i>Yes, sometimes</i>	1	သိပ်မဖြစ်လှဘူး။ <i>Not very often</i>	0	လုံးဝမဖြစ်ပါဘူး။ <i>No, not at all</i>
8*	၈။ ဝမ်းနည်း/စိတ်ဆင်းရဲဖြစ်နေခဲ့တယ် - <i>I have felt sad or miserable</i>						
3	အမြဲလိုလိုဘဲ။ <i>Yes, most of the time</i>	2	မကြာခဏဘဲ။ <i>Yes, quite often</i>	1	သိပ်မဖြစ်လှဘူး။ <i>Not very often</i>	0	လုံးဝမဖြစ်ပါဘူး။ <i>No, not at all</i>
9*	၉။ ကျွန်မမှာ စိတ်မချမ်းမသာဖြစ်လွန်းလို့ ငိုနေမိတယ် - <i>I have been so unhappy that I have been crying</i>						
3	အမြဲလိုလိုဘဲ။ <i>Yes, most of the time</i>	2	မကြာခဏဘဲ။ <i>Yes, quite often</i>	1	သိပ်မဖြစ်လှဘူး။ <i>Only occasionally</i>	0	လုံးဝမဖြစ်ပါဘူး။ <i>No, never</i>
10*	၁၀။ ကိုယ့်ကိုကိုယ် အန္တရာယ်ပြုဖို့ စိတ်ကူးမိခဲ့တယ် - <i>The thought of harming myself has occurred to me</i>						
3	ဟုတ်ကဲ့၊ မကြာခဏဘဲ။ <i>Yes, quite often</i>	2	တခါတရံ။ <i>Sometimes</i>	1	မဖြစ်သလောက်ဘဲ။ <i>Hardly ever</i>	0	လုံးဝမဖြစ်ပါ။ <i>Never</i>

**© 1987 The Royal College of Psychiatrists. Translated from Cox, J.L., Holden, J.M., & Sagovsky, R. (1987). Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. British Journal of Psychiatry, 150, 782-786. Written permission must be obtained from the Royal College of Psychiatrists for copying and distribution to others or for republication (in print, online or by any other medium)