



SWYC: 2 months

1 months, 0 days to 3 months, 31 days

Child's Name / बच्चाको नाम

Birth Date / जन्म मिति

Today's Date / आजको मिति

DEVELOPMENTAL MILESTONES/उभेलोप्मेतल माईलस्टोन्स

यी प्रश्नहरू तपाईंको बच्चाको विकासका बारेमा हुन् । तपाईंको बच्चाले यी कुराहरू कति सम्म गर्न सक्छ , कृपया हामीलाई बताउनुहोस् । यदि तपाईंको बच्चाले अब केहि कुरा गर्दैन भने , पहिले कति गथर्यो भन्ने बुझाउने उत्तर दिनुहोस् । कृपया सबै प्रश्नको उत्तर अवश्य दिनुहोस् ।

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 आफू खुसी छु भनेर तपाईंलाई िहा तदन आवाज तनकाल्छ (Makes sounds that let you know he or she is happy or upset)	अहिलेसम्म उचाल्दैन 0	केहिमात्रामा उचाल्छ 1	मज्जले उचाल्छ 2
2 तपाईंलाई देख्दा खुसी हुन्छ (Seems happy to see you)	अहिले सम्म आउँदैन 0	केहिमात्रामा आउँछ 1	मज्जले आउँछ 2
3 आफ्नो आँखाले गततशील खेलौनालाई पछ्याउँछ (Follows a moving toy with his or her eyes)	अहिले सम्म खाँदैन 0	केहिमात्रामा खान्छ 1	मज्जले खान्छ 2
4 को बोल्दैछ भनेर पत्ता लगाउन टाउको घुमाउँछ (Turns head to find the person who is talking)	अहिले सम्म उठ्दैन 0	केहिमात्रामा उठ्छ 1	मज्जले उठ्छ 2
5 बस्ने आसनमा उठाउँदा टाउको स्थिर राख्छ (Holds head steady when being pulled up to a sitting position)	अहिले सम्म खेल्दैन 0	केहिमात्रामा खेल्छ 1	मज्जले खेल्छ 2
6 दुवै हातसँगै ल्याउँछ (Brings hands together)	अहिले सम्म बोलाउँदैन 0	केहिमात्रामा बोलाउँछ 1	मज्जले बोलाउँछ 2
7 हाँथ्छ (Laughs)	अहिले सम्म हेर्दैन 0	केहिमात्रामा हेर्छ 1	मज्जले हेर्छ 2
8 बस्ने आसनमा राख्दा टाउको स्थिर राख्छ (Keeps head steady when held in a sitting position)	अहिले सम्म 0	केहिमात्रामा 1	मज्जले गर्छ 2
9 "ग," "म," र "बा" जस्ता ध्वनहरू तनकाल्छ (Makes sounds like "ga," "ma," and "ba")	अहिले सम्म हिंड्दैन 0	केहिमात्रामा हिंड्छ 1	मज्जले हिंड्छ 2
10 तपाईंले उसको नाम बोलाउँदा हल्छ मान्दैन	अहिले सम्म मान्दैन	केहिमात्रामा मान्छ	मज्जले मान्छ

(Looks when you call his or her name)	0	1	2
---------------------------------------	---	---	---

BABY PEDIATRIC SYMPTOM CHECKLIST (BPSC)/बेबी पेडियाट्रिक सिमटम चेकलिस्ट (बिपीएससी)

यी प्रश्नहरू तपाईंको बच्चाको व्यवहारका बारेमा हुन् । एकै उमेरका अरु बच्चाहरूको तुलनामा यी प्रत्येक विवरण तपाईंको बच्चामा कतिको लाग्नु हुन्छ , हामीलाई भन्नुहोस् ।

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	एकै उमेरका अरु बच्चाहरूको तुलनामा	Not at all (0)	Somewhat (1)	Very Much (2)
1	के तपाईंको बच्चालाई नया मान्छे (उसले पहिले नभेटेको मान्छे) संग रहन कठिन हुन्छ ? <i>Does your child have a hard time being with new people?</i>	हुदैन	केहिमात्रामा हुन्छ	धेरै कठिन हुन्छ
2	के तपाईंको बच्चालाई नया ठाउँमा गाह्रो हुन्छ ? <i>Does your child have a hard time in new places?</i>	हुदैन	केहिमात्रामा हुन्छ	धेरै गाह्रो हुन्छ
3	के तपाईंको बच्चालाई परिवर्तनसंग गाह्रो हुन्छ ? <i>Does your child have a hard time with change?</i>	हुदैन	केहिमात्रामा हुन्छ	धेरै गाह्रो हुन्छ
4	के तपाईंको बच्चा अरुले बोक्दा झन्झट मान्छ ? <i>Does your child mind being held by other people?</i>	मान्दैन	केहिमात्रामा मान्छ	धेरै झन्झट मान्छ
5	के तपाईंको बच्चा धेरै रुन्छ ? <i>Does your child cry a lot?</i>	रुदैन	केहिमात्रामा रुन्छ	धेरै रुन्छ
6	के तपाईंको बच्चालाई शान्त हुन गाह्रो हुन्छ ? <i>Does your child have a hard time calming down?</i>	हुदैन	केहिमात्रामा हुन्छ	धेरै गाह्रो हुन्छ
7	के तपाईंको बच्चा झगडालु छ ? <i>Is your child fussy or irritable?</i>	छैन	केहिमात्रामा छ	धेरै झगडालु छ
8	के तपाईंको बच्चालाई फकाउन गाह्रो हुन्छ ? <i>Is it hard to comfort your child?</i>	हुदैन	केहिमात्रामा हुन्छ	धेरै गाह्रो हुन्छ
Section 2	एकै उमेरका अरु बच्चाहरूको तुलनामा			
Section 3	एकै उमेरका अरु बच्चाहरूको तुलनामा			

9	के तपाईंको बच्चालाई समय तालिका या दैनिक कार्यतालिकामा राख्न गाह्रो हुन्छ ? <i>Is it hard to keep your child on a schedule or routine?</i>	हुदैन 0	केहिमात्रामा हुन्छ 1	धेरै गाह्रो हुन्छ 2
10	के तपाईंको बच्चालाई सुताउन गाह्रो हुन्छ ? <i>Is it hard to put your child to sleep?</i>	हुदैन 0	केहिमात्रामा हुन्छ 1	धेरै गाह्रो हुन्छ 2
11	के तपाईंलाई तपाईंको बच्चाका कारण पर्याप्त निन्द्रा पुर्याउन गाह्रो हुन्छ ? <i>Is it hard to get enough sleep because of your child?</i>	हुदैन 0	केहिमात्रामा हुन्छ 1	धेरै गाह्रो हुन्छ 2
12	के तपाईंको बच्चालाई निदाईरहन गाह्रो हुन्छ ? <i>Does your child have trouble staying asleep?</i>	हुदैन 0	केहिमात्रामा हुन्छ 1	धेरै गाह्रो हुन्छ 2

PARENT'S CONCERNS/प्यारेंट्स कनसर्न्स

	Not at all	Somewhat	Very Much
1 के तपाईंलाई आफ्नो बच्चाको सिकाई या बिकासका बारेमा कुनै चिन्ता छ ? <i>Do you have any concerns about your child's learning or development?</i>	छैन Y	केहिमात्रामा छ Y	धेरै छ Y
2 के तपाईंलाई आफ्नो बच्चाको व्यवहारका बारेमा केहि चिन्ता छ? <i>Do you have any concerns about your child's behavior?</i>	छैन Y	केहिमात्रामा छ Y	धेरै छ Y

FAMILY QUESTIONS/फेमिली कोइस्तन्स

	Yes	No
1. तपाईंक बच्चासबसने कोहीले सुतीजन्य पर्द तक्सेवन गनुतहुन्छ? <i>Does anyone who lives with your child smoke tobacco?</i>	गर्छ Y	गर्दैन N
2 गत वर्ष , के तपाईंले कहिल्यै चाहेको भन्दा बढी रक्सि पिउनु भयो या लागु पदार्थको प्रयोग गर्नु भयो ? <i>In the last year, have you ever drunk alcohol or used drugs more than you meant to?</i>	गरें Y	गरिना N
3 के तपाईंले गतवर्ष तपाईंको रक्सि या लागुपदार्थको प्रयोग घटाउन चाहनु भयो या घटाउन आवश्यक ठान्नु भयो ? <i>Have you felt you wanted or needed to cut down on your drinking or drug use in the last year?</i>	ठान्ने Y	ठाँनिन N
4 परिवारका सदस्यको पियाई या लागुपदार्थको प्रयोगले तपाईंको बच्चामा नराम्रो असर परेको छ ? <i>Has a family member's drinking or drug use ever had a bad effect on your child?</i>	छ Y	छैन N

5	विगतको 12 महिनामा हामी खानेकुरा किन्नको लागि पैसा पाउनुभन्थि अगाडि नै हामी खानेकुरा सकिन्छ कि भनेर चिन्तित थियौं।	कहिल्यै पनि आएन	कहिलेकाही	अ, प्रायः जसो
	Within the 12 past months, we worried whether our food would run out before we got money to buy more.	Never True	Sometimes True	Often True

6	समग्रमा तपाईंको जीवन साथी (रीमान / रीमती) सगको सम्बन्धलाई कसरी वर्णन गर्नु हुन्छ ?	तनावरहित	केहि तनाव	तनावपूर्ण	ममा लागु हुँदैन
	In general, how would you describe your relationship with your spouse/partner?	No tension	Some tension	A lot of tension	Not Applicable
		Y	Y	Y	Y

7	केतपाईं र तपाईंको जीवन साथी ववादको समाधान गर्नु हुन्छ ?	बिना कठिनाई	केहि कठिनाईसहि	धेरै कठिनाईसहित	ममा लागु हुँदैन
	Do you and your partner work out arguments with:	No difficulty	Some Difficulty	Great Difficulty	Not Applicable
		Y	Y	Y	Y

8	विगतको हप्ताको अवधिमा, तपाईं वा परिवारका अन्य सदस्यहरूले कति गिनि तपाईंको बच्चालाई बुझ्नुभयो?								
	During the past week, how many days did you or other family members read to your child?	0	1	2	3	4	5	6	7

नवजात शिशुमा हुने भावानात्मक परिवर्तनहरू

(Emotional Changes with a New Baby**)

तपाईंको परिवारमा नवजात शिशु भएको हुनाले, हामीले तपाईंले अहिले कस्तो महसुस गर्नुहुन्छ जान्न चाहन्छौं। कृपया तपाईंले अहिले कस्तो अनुभव गर्नुभएको छ भन्ने मातृत्वभरि पछिल्लो 7 निम्ति कस्तो अनुभव गर्नुभएको छ भन्ने कुराको निकट उत्तरमा चिह्न लगाउनुहोस्।

Since you have a new baby in your family, we would like to know how you are feeling now. Please check the answer that comes closest to how you have felt IN THE PAST 7 DAYS, not just how you feel today.

१. मैले जीवनका रमाइला अणहरूलाई बुझ्न र त्यसमाथि हाँस्न सकेँ				1 I have been able to laugh and see the funny side of things In the past seven days...			
0 आफूले बुझ्न र हाँस्न सकेँ	1 अहिले त्यति गर्न सकिँन	2 पक्कै त्यति गर्न सकिँन	3 कहिल्यै पनि बुझ्न र हाँस्न सकिँन				
As much as I always could	Not quite so much now	Definitely not so much now	Not at all				
२. मैले आशावादी भएर भविष्यलाई हेरेँ ।				2 I have looked forward with enjoyment to things			
0 पहिले कहिल्यै पनि नहेरेँ भैं	1 पहिले भन्दा अलि कम	2 पहिले भन्दा पक्कै कम	3 कहिल्यै पनि हेरेँन				
As much as I ever did	Rather less than I used to	Definitely less than I used to	Hardly at all				
३. काम विग्रमा मैले आफूलाई अनावश्यक रूपले दोषी ठहर्‍याएँ ।				3* I have blamed myself unnecessarily when things went wrong			
3 अ, धेरै जसो	2 अ, कहिलेकाँही	1 कुनै बेला मात्र	0 कहिल्यै पनि दोषी ठहर्‍याइन				
Yes, most of the time	Yes, some of the time	Not very often	No, never				
४. बिना कारण म चिन्तित भइरहेको छु				4 I have been anxious or worried for no good reason			
0 कहिल्यै पनि भएका छैन	1 धेरै नै कम	2 अ, कहिलेकाँही	3 अ, प्रायः जसो				
No, not at all	Hardly ever	Yes, sometimes	Yes, very often				
५. बिना कारण म डराएँ वा अस्तिर्ण				5* I have felt scared or panicky for no good reason			
3 अ, प्रायः धेरै जसो बेला	2 अ, कहिलेकाँही	1 अह, त्यति डराइन	0 अह, कहिल्यै पनि डराइन				
Yes, quite a lot	Yes, sometimes	No, not much	No, not at all				
६. म धेरै जसो झन्झटमा फसेको छु				6* Things have been getting on top of me			
अ, धेरै जसो झन्झटबाट मुक्त हुन सकिँन	अ, कहिलेकाँही म झन्झटबाट मुक्त हुन सकिँन	प्रायः जसो म झन्झटबाट मुक्त हुन सकेँ	हो, सधैं भैं म झन्झटबाट मुक्त हुन सकेँ				
3 Yes, most of the time I haven't been able to cope at all	2 Yes, sometimes I haven't been coping as well as usual	1 No, most of the time I have coped quite well	0 No, I have been coping as well as ever				
७. म यति दुःखी छु कि मलाई निद्रा लाग्दैन				7* I have been so unhappy that I have had difficulty sleeping			
3 अ, धेरै जसो	2 अ, कहिलेकाँही	1 कुनै बेला मात्र	0 कहिल्यै पनि लाग्दैन				
Yes, most of the time	Yes, sometimes	Not very often	No, not at all				
८. मलाई विरक्त लागेको छ				8* I have felt sad or miserable			
3 अ, धेरै जसो बेला	2 अ, प्रायः जसो	1 कहिलेकाँही मात्र	0 कहिल्यै पनि लागेको छैन				
Yes, most of the time	Yes, quite often	Not very often	No, not at all				
९. म यति दुःखी छु कि जस कारण सधैं रोइरहेको छु				9* I have been so unhappy that I have been crying			
3 अ, धेरै जसो	2 अ, प्रायः जसो	1 कहिलेकाँही मात्र	होइन, कहिल्यै पनि रोएको छैन				
Yes, most of the time	Yes, quite often	Only occasionally	No, never				
१०. आफूलाई नोक्सान पार्ने विचार मनमा आएको छ ।				10* The thought of harming myself has occurred to me			
3 अ, प्रायः जसो	2 कहिलेकाँही	1 कुनै बेला मात्र	0 कहिल्यै पनि आएन				
Yes, quite often	Sometimes	Hardly ever	Never				

**© 1987 The Royal College of Psychiatrists. 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)