सामान्य विकास
बाल्यावस्था, बचपन और किशोरावस्था

नैन्सी जी गुएरा, एरियल ए विलियमसन और बीट्रीज़ लुकस-मोलिना

(प्रीति अरुण, निधि चौहान, शिवांगी मेहता, वसीम अहमद , सौम्याश्री मयूर काकू)

Watoto Wema boys enjoying a game in Kenya
(Photo: Dennis Machio-Michezo Afrika)

Nancy G Guerra EdD

Associate Dean for Research, College of Arts and Sciences; University of Delaware, Newark, DE, USA

Conflict of interest: none declared

Ariel A Williamson MA

University of Delaware, Newark, DE, USA

Conflict of interest: none declared

Beatriz Lucas-Molina PhD

La Rioja University, Spain

Conflict of interest: none declared

इस प्रकाशन का उद्देश्य मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में प्रैक्टिस करना या प्रोफेशनल ट्रेनिंग देना है और यह सामान्य लोगों के लिए नहीं है। व्यक्त की गई राय लेखकों की है और ज़रूरी नहीं कि वह संपादक या IACAPAP के विचारों का प्रतिनिधित्व करें। यह प्रकाशन लिखने के समय उपलब्ध वैज्ञानिक प्रमाणों पर आधारित प्रैक्टिस और बेहतर इलाज के बारे में अच्छे से बताना चाहता है जिनका मूल्यांकन लेखकों द्वारा किया गया है और नई रिसर्च के परिणाम के रूप में बदल सकता है। पाठकों को उस देश के, जहाँ वह प्रैक्टिस करते हैं, उस देश के कानूनों और दिशानिर्देशों के अनुसार मरीज़ों में इस ज्ञान को लागू करने की ज़रूरत होती है। हो सकता है कुछ देशों में कुछ दवाएं उपलब्ध ना हों, और क्योंकि सभी खुराकों और उनके अनचाहे प्रभावों के बारे में नहीं बताया गया है इसलिए पाठकों को किसी विशेष दवा की जानकारी के बारे में परामर्श करना चाहिए। आगे की जानकारी के स्रोत के रूप में या मुद्दों को सुलझाने के लिए जुड़े हुई ऑर्गनाइज़ेशन, पब्लिकेशंस और वेबसाइट्स का हवाला दिया जाता है। इसका मतलब यह नहीं है कि लेखक, संपादक या IACAPAP अपने कंटेंट या सिफ़ारिशों का समर्थन करते हैं, जिनका पाठकों द्वारा गंभीरता से आंकलन होना चाहिए। वेबसाइट्स में भी बदलाव आ सकते हैं या उनका अस्तित्व समाप्त हो सकता है।

©IACAPAP 2012. यह क्रिएटिव कॉमन्स एट्रीब्यूशन नॉन-कमर्शियल लाइसेंस के तहत एक ओपन-एक्सेस प्रकाशन है। अगर असली काम का ठीक से हवाला दिया गया हो और उसका उपयोग नॉन-कमर्शियल हो तो बिना पूर्व अनुमति के किसी भी माध्यम में उपयोग, डिस्ट्रीब्यूशन और रीप्रोडक्शन की अनुमति है । इस किताब या अध्याय के बारे में अपने कमेंट्स jmrey@bigpond.net.au.पर भेजें।

Suggested citation: Guerra NG, Williamson AA, Lucas-Molina B. Normal development: Infancy, childhood, and adolescence. In Rey JM (ed), IACAPAP e-Textbook of Child and Adolescent Mental Health. Geneva: International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions 2012.

एक 15 साल की लड़की को अगर रात के खाने के बाद कुछ मीठा खाने को ना मिले तो वो नखरे दिखाना शुरू कर देती है। उसकी माँ का चिंतित होना जायज़ है और वह इसके लिए एक मेंटल हेल्थ प्रोफेशनल की मदद लेना चाहती है। लेकिन जब उसका तीन साल का बेटा ऐसा करता है, तो वह यह सोच कर उसे उसके कमरे में भेज देती है कि यह उसका बचपना है, जैसे-जैसे वह बड़ा होगा, ठीक हो जायेगा। माँ शायद सही है - बच्चों और किशोरों के लिए एक जैसे व्यवहार के कई अलग-अलग मतलब हैं। सामान्य विकास की जानकारी के अभाव में वही माँ अपने तीन साल के बच्चे को चिकित्सक के पास या किशोर लड़की को उसके कमरे में भेज सकती है।

माता-पिता को यह ज्ञान अपने अनुभव, दोस्तों, सांस्कृतिक परंपराओं, मैगज़ीन और किताबों, सपोर्ट नेटवर्क, वेबसाइट्स और चैट रूम जैसे कई इलेक्ट्रॉनिक स्रोतों से मिलता है। माता-पिता इस प्रकार के सामान्य और असामान्य व्यवहार को समझने में मदद पाने के लिए गाइडेंस काउंसलर्स, सामाजिक कार्यकर्ताओं, चिकित्सकों और डॉक्टरों पर भी निर्भर रहते हैं। हेल्थ प्रोफ़ेशनल सामान्य वृद्धि और विकास की शैली की तुलना में अक्सर असामान्यता और मनोचिकित्सा की शैली में अधिक निपुण होते हैं। उदाहरण के लिए, मेंटल डिसऑर्डर के लिए डायग्नोस्टिक और स्टेटिसटिकल मैन्युअल (DSM-IV-TR) और संबंधित स्वास्थ्य समस्याओं और बीमारियों की इंटरनेशनल स्टेटिसटिकल क्लासिफिकेशन(ICD), चिकित्सकों को असामान्य मनोवैज्ञानिक विकास के लिए श्रेणियों और मानदंडों का एक संग्रह प्रदान करते हैं। हालांकि, ये प्रणालियां सामान्य विकास के बारे में बहुत कम जानकारी प्रदान करती हैं, जिसका मतलब मनोविकृति का ना होना या उसका विपरीत होना नहीं है।

इस अध्याय का उद्देश्य सामान्य बाल विकास का संक्षेप में अवलोकन देना है, जिसे विशिष्ट चरणों में विशिष्ट फिज़िकल(specific physical), संज्ञानात्मक (cognitive), भाषाई (linguistic), सामाजिक-भावनात्मक (social-emotional), और व्यवहारिक माइलस्टोंस (behavioral milestones) के आधार पर औसत या "समय पर" विकास के रूप में परिभाषित किया गया है। सामान्य विकास पर फोकस करने से यह पता चलता है कि जनसंख्या औसत किस आधार पर है और किन स्पष्ट ऐतिहासिक, सांस्कृतिक और अंतर्राष्ट्रीय बदलावों के होने की संभावना हो सकती है। मरीज़ों के पुराने रिकॉर्ड्स को लेने में चिकित्सकों की मदद करने या इंटेक के डायग्नोस्टिक के काम के साथ औसत विकास की बुनियादी समझ चिकित्सकों के लिए उपयोगी हो सकती है।

यह अध्याय प्रमुख विकासात्मक सिद्धांतों या विषयों की समीक्षा के साथ शुरू होता है, जिसमें स्वभाव या प्रकृति बनाम पालन-पोषण, विकासात्मक समय और कोमलता, नाज़ुक और संवेदनशील अवधियाँ, और संस्कार और सन्दर्भ की भूमिका शामिल है। इस संक्षिप्त परिचय-सम्बन्धी भाग के बाद आगे बचपन से लेकर किशोरावस्था तक की विशेष उम्र में होने वाले संज्ञानात्मक (cognitive), भाषा-संबंधी, सामाजिक, भावनात्मक और व्यवहारिक विकास की समीक्षा की गई है। हालाँकि शारीरिक विकास के क्षेत्र में मानक विकासात्मक उपलब्धि (Normative milestone) को समझना भी बहुत ज़रूरी है, यह आमतौर पर चिकित्सा और स्वास्थ्य के बारे में प्रकाशित किताबों में शामिल होता है और इस अध्याय के दायरे से बाहर है।

सामान्य विकास को समझना

जब सामान्य विकास को परिभाषित कर रहे हों और विकास प्रक्रियाओं और माइल्सटोंस की पहचान कर रहे हों तो ऐसे में सामान्य विकास को समझने के लिए बार-बार होने वाले कई विकासात्मक सिद्धांतों या विषयों को ध्यान में रखना ज़रूरी होता है।

प्रकृति व परिपोषण विवाद (nature- nurture debate): विकास की शुरुआत

विकास पर स्वभाव बनाम पालन-पोषण के प्रभाव के बारे में चर्चा का एक लंबा इतिहास रहा है, जिसे अक्सर "प्रकृति व परिपोषण विवाद" के रूप में उल्लेखित किया जाता है। क्या हमने किसी निश्चित तरीके से जन्म लिया है या हमारा व्यवहार हमारी परवरिश पर निर्भर करता है? नेचर पर फोकस करने से गर्भधारण से लेकर पूर्वनिर्धारित विकासात्मक परिणाम में जींस और बायोलॉजी की भूमिका महत्वपूर्ण होती है। इसके विपरीत, नर्चर पर फोकस करने से परिवार, स्कूल, संगी-साथी, समुदाय और संस्कृति जैसे विभिन्न संदर्भों में होने वाले जीवन के अनुभवों की भूमिका पर ज़ोर रहता है।

बिहेवियर जेनेटिक्स में हाल ही में होने वाली प्रगति में नेचर ओर नर्चर दोनों के संबंधित योगदान के लिए कुछ अच्छे सबूत प्रदान किए हैं। वैज्ञानिक प्रगति की रोशनी में कुछ डिवेलपमेंट थियोरीज़ इस सिद्धांत को या / और के स्वरूप देखती है, लेकिन दोनों की परस्पर क्रिया को महत्व देती है (Berk, 2006) सरल तौर पर कहा जाए तो, विकास चाहे नेचर के कारण हो या नर्चर के कारण यह विभिन्न विशेषताओं और क्षेत्रों के हर एक परिणामों में कितना योगदान देता है, नेचर वर्सेस नर्चर के बारे में विचार करने के बजाय, नेचर ओर नर्चर दोनों पर विचार करना और वह दोनों एक दूसरे पर कैसे प्रभाव डालते हैं ज्यादा सटीक है (Plomin et al, 1995).

नेचर ओर नर्चर के संबंधी योगदान पर एमपीरिकल एविडेंस बहुत हद तक परिवार, जुड़वां, और अडॉप्टेशन स्टडीज के साथ-साथ हाल ही के मौजूदा डीएनए विश्लेषण से आते हैं। व्यवहार की जेनेटिक सतह पर बहुत सारे रिसर्च ने डिसऑर्डर्स या प्रॉब्लम बिहेवियर्स पर फोकस किया है, जिसमें मेंटल रिटारडेशन, स्किज़ोफ्रीनिया, ऑटिज्म, एल्कोहोलिज्म, अग्रेशन और क्रिमिनेलिटी शामिल है। क्रोमोसोमल और ट्राईसोमी 21 (डाउन सिंड्रम) जैसे सिंगल जीन डिसऑर्डर के लिए बायोलॉजी और विकास के बीच एक मजबूत संबंध पाया गया है। ऐसे डिसऑर्डर्स के लिए जेनेटिक योगदान जिसमें कई जींस शामिल होते हैं,उन एस्टीमेट्स को निर्धारित करना ज्यादा कठिन होता है जो अध्ययन में हर जगह बड़े पैमाने पर अलग-अलग पाए जाते हैं। जैसे, एल्कोहोलिज्म के लिए लक्षणों के आधार पर हेरीटेबिलिटी एस्टीमेट्स 0.32 से 0.98 तक की रेंज में पाए गए हैं (McGue, 1994)। किसी भी मामले में पेरेंटिंग स्टाइल्स, सामाजिक आर्थिक स्टेटस, और मानसिक बीमारी पर आसपास का प्रभाव, बिहेवियर डिसऑर्डर्स और अन्य व्यक्तिगत अंतर जैसे एनवायरमेंटल फैक्टर्स का प्रभाव बड़े स्तर पर दिखाई देता है (Meier et al, 2008; Turkheimer et al, 2003; Tuvblad et al, 2006).

हम बच्चों के सामान्य विकास में प्रकृति और पोषण की भूमिका के बारे में क्या जानते हैं? इस काम में से अधिकांश ने दो क्षेत्रों पर फ़ोकस किया है: स्वभाव और बुद्धि। शिशुओं और छोटे बच्चों पर हुए अध्ययन ने उनकी टेंपरामेंटल विशेषताओं की जांच की है, जैसे कि उनकी प्रतिक्रिया देने का तरीका, मूड, अन्तर्मुखत, सामाजिक क्षमता, भावुकता, अटेंशन / परसिस्टेंस और एडेप्टेबिलिटी आदि। क्योंकि टेंपरामेंट को बिहेवियरल टेंडेंसीज़ में स्टेबल और शुरुआत में दिखने वाले व्यक्तिगत अंतर के रूप में परिभाषित किया है इसलिए ऐसा माना जाता है कि इसके बायोलॉजिकल रूट्स मज़बूत होते हैं। व्यवहार अंतर्मुख और सहनशील जैसे स्पष्ट रूप से पहचाने जाने वाले पैटर्न बहुत छोटे शिशुओं में देखे गए हैं, जिससे यह पता चलता है कि बच्चे इन टेंडेंसीज़ के साथ ही पैदा होते हैं। जुड़वां अध्ययन आमतौर पर 0.20 से 0.60 तक की रेंज के हेरीटेबिलिटी एस्टीमेट्स के साथ की इस जेनेटिक योगदान की पुष्टि करते हैं (Saudino, 2005). बुद्धि का भी एक उच्च हेरीटेबिलिटी फैक्टर होता है, जिसका एस्टीमेट आमतौर पर लगभग 0.50 होता है (Plomin et al, 1995); हालांकि, यह सामाजिक आर्थिक स्थिति (Turkheimer et al, 2003) जैसे एनवायरमेंटल अंतरों के अनुसार भिन्न हो सकता है।

लेकिन स्वभाव और बुद्धि दोनों के लिए निष्कर्ष का यह भी मतलब है कि व्यक्तिगत रूप से जो भी अंतर होते हैं उन्हें बच्चे की बायोलॉजिकल जन्म प्रमाण पत्र द्वारा जिम्मेदार नहीं माना जाता है। इनमें से कुछ एनवायरमेंटल प्रभाव संदर्भों के बीच अलग-अलग होते हैं। उदाहरण के लिए, समुदाय संसाधन के संदर्भ में अलग-अलग होते हैं और परिवार विशिष्ट पेरेंटिंग प्रैक्टिस के संदर्भ में अलग-अलग होते हैं।

हालांकि, यह ज़रूर याद रखें कि किसी भी दी गई सेटिंग में एनवायरमेंटल प्रभाव ऐसा हो सकते हैं जिन्हें शेयर (non-shared) नहीं किया जा सकता। उदाहरण के लिए, एक ही परिवार में होते हुए माता-पिता का व्यवहार अपने बच्चों के साथ भिन्न हो सकता है - इसे "नॉन शेयर्ड वातावरण" कहा जाता है।

जैसे कि मेंटल हेल्थ प्रोफेशनल इस पर विचार करते हैं कि उनके चाइल्ड क्लाइंट्स का सामान्य या असामान्य विकास किस हद तक होता है, नेचर और नर्चर के इस जटिल अंतर को पहचानना महत्वपूर्ण है और इस बात को भी कि यह क्लाइंट्स के क्लिनिकल प्रेज़ेनटेशंस में कैसे योगदान देता है। इसके साथ ही, विकास पर बायोलॉजिकल और एनवायरमेंटल प्रभावों के बारे में बच्चों के प्राथमिक देखभाल कर्ताओं को शिक्षित करने से यह धारणा दूर हो सकती है कि बच्चे नेचर या नर्चर की पैदाइश हैं। एक लड़का जो "बिलकुल अपने पिता की तरह है" शायद कुछ जेनेटिक समानताओं के साथ पैदा हुआ हो, लेकिन वह घर और बाहर अपने पिता का जैसा व्यवहार देखता है उसके आधार पर वह भी बिलकुल वैसा ही व्यवहार करता है।

विकासात्मक समय और प्लास्टिसिटी (Developmental timing and plasticity)

विकासात्मक साहित्य में दूसरा बेहद महत्वपूर्ण विषय है नॉर्मेटिव डिवेलपमेंट में सीकूएंसिंग और वेरिएशन। विकास का निरंतर दृष्टिकोण यह मानता है कि मनुष्य क्रमिक प्रक्रिया से बढ़ता और बदलता है, उम्र बढ़ने के साथ-साथ रैखिक प्रकार में अधिक जटिल संज्ञानात्मक (cognitive) भाषाई, सामाजिक -भावनात्मक और बिहेवियरल स्किल्स वैसे ही बढ़ती हैं जैसे धीरे-धीरे पहाड़ पर चड़ना। विभिन्न सिद्धांतों के अनुसार विकास एक आयु/ स्टेज विशेष की तरह होता है। एक स्टेज-स्पेसिफ़िक पैटर्न में क्न्सेप्चुलाइज़ डिवेलपमेंट सिद्धांतों को रोकना लेकिन विकास की किसी एक अवधि के दौरान अपेक्षाकृत कम बदलाव का अनुभव करना, बिलकुल सीड़ी चढ़ने के अनुभव की है।

जैसे प्रकृति बनाम पोषण की बहस प्रकृति और पोषण के दृष्टिकोण की तरफ़ परिवर्तित हो गई, विकास के सिद्धांतों ने डिवेलपमेंट के कंटीन्युअस और डिसकंटीन्यूअस मॉडल्स को तेज़ी से एक साथ मिलाया है। अंतिम परिणाम यह है कि विकास को एक गतिशील प्रक्रिया के रूप में देखा जाता है जो इसके पैटर्न और परिवर्तन की दर के आधार पर कंटीन्युअस और डिसकंटीन्यूअस दोनों विशेषताओं के रूप में हो सकता है। इस प्रकार, सामान्य बाल विकास ऐसे बच्चों से लेकर जिनका शारीरिक, संज्ञानात्मक (cognitive), सामाजिक - भावनात्मक और व्यवहारिक विकास उनके साथियों से पिछड़ा हुआ हो सकता है, उन बच्चों तक हो सकता है जो अपनी उम्र के अधिकांश बच्चों से पहले असामयिक(precocious) हो। अभी भी, अधिकांश बच्चे जो अपने साथियों की तुलना में थोड़ा पहले या बाद में विकसित होते हैं, वे "सामान्य" समय सीमा के अंदर हो सकते हैं।

बच्चे अपनी विकास दर में काफी विविधता (heterogeneity) प्रदर्शित करते हैं, या तो बच्चे एक स्थिर विकास की गति बनाए रखते हैं या डिवेलपमेंटल "बर्स्ट" की तीव्र श्रृंखला के माध्यम से जल्दी मैच्योर हो जाते हैं और इस तरह की भिन्नता विकास की अलग-अलग दरों के साथ विभिन्न विकासात्मक डोमेन के भीतर और उनके बीच होती है, जैसे कि विभिन्न विकासात्मक दर संज्ञानात्मक (cognitive) बनाम सामाजिक-भावनात्मक डोमेन में और विकास के विभिन्न अवधियों में, जैसे कि बचपन (toddlerhood) बनाम किशोरावस्था (Holmbeck et al, 2010)। जैसे, एक बच्चा अगर बचपन के दौरान जल्दी बोलना सीख सकता है तो वह उसी समय के दौरान मोटर कोऑर्डिनेशन विकसित करने में अन्य बच्चों से पीछे रह सकता है। किशोरावस्था के दौरान, दूसरों की तुलना में हाइली एडवांस्ड मोटर कोऑर्डिनेशन का प्रदर्शन करते हुए इस बच्चे की मौखिक क्षमताएँ अपने साथियों के अनुरूप हो सकती हैं।

यह ध्यान में रखना उपयोगी है कि शुरुआती मानसिक या शारीरिक डिसऑर्डर्स को छोड़कर,

Imitation: a quick way of acquiring skills

ज़रूरी नहीं है कि समय के विभिन्न पलों में आदर्श विकास और विचलन में कमी बाद में होने वाले विकास में कमी या देरी को दर्शाती है। इसके बजाय, बच्चे आमतौर पर बढ़ना और बदलना जारी रखते हैं। पूरे जीवनकाल में लक्षण या कौशल को बदला जा सकता है हालांकि वे आम तौर पर छोटी उम्र में विकास के समय अधिक लचीले हैं। प्लास्टिसिटी की यह धारणा सामान्य बाल विकास की एक महत्वपूर्ण विशेषता है।

गंभीर और संवेदनशील अवधियां

विकासात्मक साहित्य (developmental literature) में सबसे प्रसिद्ध केसों में से एक केस उस बच्ची जिनी के बारे में है जो अलमारी में तब तक बंद थी जब तक उसे 13 साल की उम्र में अधिकारियों द्वारा ढूँढा नहीं गया था। हालांकि जिनी गहन हस्तक्षेप का विषय था, वह कभी भी सामान्य संज्ञानात्मक (cognitive), शारीरिक या सामाजिक कौशल हासिल करने में सक्षम नहीं हो पायी थी। जिनी और अन्य जंगली बच्चे, और ऐसे व्यक्ति जो कम उम्र से ही मानव संपर्क से दूर रहे हैं, उनके अध्ययनों से सामान्य विकास के लिए क्रिटिकल पीरियड्स के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी मिली है। एक क्रिटिकल पीरियड अचानक शुरू होकर समाप्त हो जाने वाला वह सीमित समय होता है जिसके दौरान एक विशिष्ट कार्य विकसित होता है। अगर उस समय के दौरान विकास के लिए स्थितियां उपलब्ध नहीं हैं, तो जीवन में आगे चलकर इन कार्यों को विकसित करना बेहद कठिन या असंभव भी हो सकता है। उदाहरण के लिए, जीवन के पहले पांच साल की अवधि भाषा सीखने के लिए विशेष रूप से नाज़ुक समय है। दृष्टि विकसित होने के लिए भी प्रारंभिक वर्ष क्रिटिकल हैं--अनरिपेयर्ड छोड़े गए मोतियाबिंद के साथ जन्म लेने वाले शिशुओं के अध्ययनों में पाया गया है कि जीवन में बाद में मोतियाबिंग निकाल देने के बाद भी उनकी सामान्य दृष्टि विकसित नहीं होती है।

एक सेंसिटिव पीरियड वह समय है जब बच्चों के लिए कुछ कौशल हासिल करना सबसे आसान होता है। यह क्रिटिकल पीरियड के जैसा ही है जिसमें यह समय ऑप्टीमल डिवेलपमेंट का होता है, लेकिन इसे मैक्सिमम सेंसिटिविटी के समय के रूप में समझा गया है जो शुरू होकर धीरे-धीरे समाप्त होता है और रिकवरी के लिए ज़्यादा ज़िम्मेदार है। उदाहरण के लिए, 6 साल की उम्र से पहले दूसरी भाषा सीखना आसान है, लेकिन किसी भी उम्र में यह सीखना असंभव नहीं है (हालांकि ज़्यादातर पुराने लर्नर नेटिव एक्सेंट के साथ नहीं बोलते हैं)। क्रिटिकल और सेंसिटिव पीरियड्स के बीच का अंतर भी बड़ी बहस का विषय रहा है, विशेष रूप से भाषा के क्षेत्र में। यह कभी-कभी धुंधला हो जाता है, विशेष रूप से क्योंकि क्रिटिकल पीरियड्स को उन समय के रूप में परिभाषित किया गया है जब व्यक्ति उत्तेजना की वजह से सबसे "संवेदनशील" होते हैं। क्रिटिकल और सेंसिटिव पीरियड्स को सर्वश्रेष्ठ "विंडोस ऑफ़ ऑपर्चुनिटी" के रूप में समझा जाता है और सकारात्मक विकासात्मक परिणामों को प्रोत्साहित करने के लिए महत्वपूर्ण हैं जिनकी कुछ (और संभवतः केवल) विशेष उम्र के दौरान होने की संभावना है।

क्रिटिकल पीरियड

एक क्रिटिकल पीरियड अचानक शुरू होकर समाप्त हो जाने वाला वह सीमित समय होता है जिसके दौरान एक विशिष्ट कार्य विकसित होता है। अगर उस समय के दौरान विकास के लिए स्थितियां उपलब्ध नहीं हैं, तो जीवन में आगे चलकर इन कार्यों को विकसित करना बेहद कठिन या असंभव भी हो सकता है।

सेंसिटिव पीरियड

एक सेंसिटिव पीरियड वह समय है जब बच्चों के लिए कुछ कौशल हासिल करना सबसे आसान होता है। यह क्रिटिकल पीरियड के जैसा ही है जिसमें यह समय ऑप्टीमल डिवेलपमेंट का होता है, लेकिन इसे मैक्सिमम सेंसिटिविटी के समय के रूप में समझा गया है जो शुरू होकर धीरे-धीरे समाप्त होता है और रिकवरी के लिए ज़दा जिम्मेदार है।

संस्कृति और संदर्भ की भूमिका (The role of culture and context)

सामान्य विकास को केवल उसी संदर्भ और संस्कृति के अंदर समझा जा सकता है जहाँ वह होता है। यह फैक्टर्स सामान्य विकास को प्रभावित कर सकते हैं और इसे बढ़ावा दे सकते हैं या बाधित कर सकते हैं। इस प्रकार, सामान्य विकास का एक अन्य महत्वपूर्ण सिद्धांत यह है कि औसत जनसंख्या दरें ऑन-या-ऑफ़ टाइम डिवेलपमेंट के लिए रेशियल / एथिकल और सांस्कृतिक ग्रुप्स के अंदर और बाहर बड़े पैमाने पर काफी भिन्न हो सकते हैं। वे अन्य प्रासंगिक अंतरों (contextual differences) के अनुसार भी भिन्न हो सकते हैं जिसमें ऐतिहासिक युग, समुदाय सहित, या सामाजिक-आर्थिक स्थिति शामिल है। उदाहरण के लिए, अमेरिका में औपनिवेशिक काल के दौरान, माता-पिता क्रौल करने वाले बच्चों को कुछ असामान्य मानते थे और बच्चों के रेंगने को हर कीमत पर टालना चाहते थे। उस समय के डॉक्टर्स माता-पिता को यह सलाह देते थे कि वह अपने बच्चों को क्रौल करने से बचाने के लिए एक पालने से बाँध दें क्योंकि इस मूवमेंट को जानवरों के रिफ्लेक्ट के रूप में समझा गया था और उसे मानवीय व्यवहार नहीं माना गया था। अब, ज़्यादातर अमेरिकी माता-पिता अपने बच्चों को क्रॉल करते देखकर खुश होते हैं और उन्हें प्रोत्साहित करने की कोशिश करते हैं।

पूरे संदर्भ में कुछ क्षमताओं की नेचर और टाइमिंग भिन्न होने की संभावना कम है, विशेष रूप से भौतिक और संज्ञानात्मक (cognitive) डोमेन में। कौशल और व्यवहार - जैसे कि किलकना

और तुतलाना, बोलने की शुरुआत, या एबस्ट्रेक्ट रीज़निंग का उपयोग करने की क्षमता - एक प्रजाति-विशिष्ट पैटर्न में अधिक विकसित होती है; जिनके संस्कृतियों के भिन्न होने से क्षमताओं के भिन्न होने की संभावना नहीं है। उदाहरण के लिए, भारत, चीन, स्वीडन और पेरू में बच्चे जीवन के दूसरे वर्ष के दौरान बात करना शुरू कर देते हैं, हालांकि सांस्कृतिक अभ्यास भाषा के विकास के सटीक समय को प्रोत्साहित या हतोत्साहित कर सकते हैं। इसी तरह, अगर कोई बच्चा ऐसी संस्कृति में बढ़ता है जो एबस्ट्रेक्ट थिंकिंग को प्रोत्साहित नहीं करता, हालाँकि यह क्षमता किशोरावस्था के दौरान विकसित होती है, लेकिन यह वास्तविक व्यवहार में कभी नहीं बदल सकती। इसका मतलब यह है कि सामान्य विकास को हमेशा एक विशिष्ट संस्कृति या संदर्भ के भीतर समझना चाहिए जो इसकी अभिव्यक्ति को नियंत्रित करता है। हालाँकि, यह फ्रेमवर्क चुनौतियां भी पेश कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, अप्रवासी माता-पिता अक्सर अपने बच्चों से अपने देश में सामान्य व्यवहार के मानकों के अनुरूप होने की उम्मीद करते हैं जबकि बच्चे अपनी नई संस्कृति को आत्मसात करने का प्रयास करते हैं। बच्चों और माता-पिता को मानकों के अनुरूप भी होना चाहिए जिन्हें उनके मूल देश में सामान्य माना जा सकता हो लेकिन यह उनके नए देश में अवैध हो सकता है। इस कारण से चिकित्सकों के लिए यह महत्वपूर्ण है कि वे अपने ग्राहकों के सांस्कृतिक मानदंडों को समझें और यह जानें की वह इस तरह स्वीकृत पद्धति के साथ तालमेल बिठा सकते हैं।

विकास के स्टेज और डोमेन

बाल विकास को निम्न में आयोजित किया जाता है:

- शिशुवस्था: 0 से 2 साल
- टोडलरहुड और प्रीस्कूल: 2 से 5 साल
- बचपन: 6 से 11साल
- किशोरावस्था: 11 से18 साल

निम्नलिखित अनुभाग विकास के विभिन्न डोमेन्स में आयु वर्ग के माइलटोंस के बारे में बताते है। बाल विकास को निम्न में आयोजित किया गया है: शिशुवस्था (0 से 2 साल), टोडलरहुड और प्रीस्कूल (2 से 5 साल), बचपन (6 से 11 साल), किशोरावस्था (11 से 18 साल). हालांकि इस अध्याय में हम उभरते वयस्कता (19 से 29 की उम्र) के दौरान होने वाले विकास पर चर्चा नहीं कर रहे हैं, कई संस्कृतियों में, विशेष रूप से उच्च आय वाले पश्चिमी देशों में, इस पीरियड को किशोरावस्था की निरंतरता माना जाता है जो उस विस्तारित परिवर्तन का हिस्सा है जिससे गुज़र कर वयस्कता में प्रवेश करते हैं। संज्ञानात्मक (cognitive)डिवेलपमेंट आंतरिक मानसिक प्रक्रियाओं में परिवर्तन और विकास पर केंद्रित है, जैसे कि कॉन्क्रीट और ऐब्सट्रैक्ट थिंकिंग और रीज़निंग, प्रॉब्लम-सॉल्विंग, याद रखना और याद करना, योजना बनाना, इमेजिंग और निर्माण आदि। कोगनिटिव डिवेलपमेंट इंटरनल कोगनिटिव स्क्रिप्ट्स या सोच और समझ के पैटर्न के प्रसार के साथ-साथ स्वयं, अन्य, और दुनिया कैसे काम करती है, के बारे में योजना या विश्वासों को संदर्भित करता है। वह माइलस्टोंस जिन्हें भाषाई विकास डोमेन के हिस्से के रूप में वर्गीकृत किया गया है बच्चे के बात-चीत के कौशल, स्पीच पैटर्न विकसित करना, और वाक्य रचना आदि का संदर्भ देते हैं, जिनमें से अधिकांश संज्ञानात्मक (cognitive)डिवेलपमेंट की सीकुएंस से संबंधित है।

सामाजिक-भावनात्मक (social-emotional) डोमेन में दूसरों के साथ संबंधों का विकास और सामाजिक मानदंडों और रीति-रिवाजों को सीखना, साथ ही किसी की भावनाओं को पहचानने, समझने, व्यक्त करने और संशोधित करने की क्षमता में वृद्धि शामिल है। बिहेवियरल माइलटोंस बड़े पैमाने पर बच्चे के आयु-उपयुक्त व्यवहार के विकास को रेफर करता है, जैसे कि नियमों का पालन करना या विचलित व्यवहार को विनियमित करना आदि। शैशवावस्था, टोडलरहुड, बचपन, किशोरावस्था, और सामान्य रूप से विकास करने वाले बच्चे ऐसे विशेष कार्यों और माइलस्टोंस को पार करते हैं जो हर एक संज्ञानात्मक (cognitive), भाषाई, सामाजिक-भावनात्मक और बिहेवियरल डोमेन में विशिष्ट समय पर होते हैं।

शिशुवस्था और अर्ली टोडलरहुड में सामान्य विकास: 0 से 2 साल तक की आयु

जन्म से लेकर दो वर्ष की आयु तक, शिशु और शुरूआती देखभाल करने वाले के बीच बातचीत और लगाव के पैटर्न, संज्ञानात्मक (cognitive), भाषाई, सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक विकास के लिए एक महत्वपूर्ण मुख्य स्रोत हैं। ध्यान देने योग्य विकासात्मक परिवर्तन शैशवावस्था के दौरान तेजी से होते हैं, विशेष रूप से जब जन्मजात निर्भर बच्चे की तुलना दो साल

की उम्र के ऐसे बच्चे से करते है जो शब्दों को जोड़ने, अकेले चलने और उद्देश्य के साथ सामाजिक वातावरण को निर्देशित करने में सक्षम है।

इस कारण से, निम्न सेक्शन में प्रत्येक डोमेन के भीतर माइलस्टोंस को बेहतर ढंग से शैशवावस्था और प्रारंभिक प्रसव काल के दौरान परिवर्तन की सीक्वएन्सिन्ग को रिफ्लेक्ट करने के लिए जन्म की अवधि के अनुसार छह महीने, सात महीने से 1 साल, 13 महीने से 18 महीने और 19 महीने से दो साल के अनुसार आयोजित किया गया है। याद रखें कि यह माइलस्टोंस के विवरण और अस्थायी प्लेसमेंट आम तौर पर सामान्य विकास को दर्शाते हैं, लेकिन वह शिशु जो अपने समान आयु के शिशुओं से थोड़ा पहले या बाद में इन माइलस्टोंस को पूरा कर लेते हैं तो इसे भी सीमा के अंदर सामान्य विकास माना जाता है।

संज्ञानात्मक (cognitive) और भाषाई माइलस्टोंस

जन्म से लेकर छह महीने तक

इस अवधि के दौरान, शिशु की दृष्टि, ध्वनि, स्वाद, स्पर्श और सूंघने का उपयोग शिशु की संज्ञानात्मक (cognitive) और भाषाई विकास के साथ-साथ प्राथमिक देखभाल करने वालों के साथ सामाजिक संपर्क को सुविधाजनक बनाता है। जन्म से लेकर छह महीने तक, शिशुओं की अवधारणात्मक तीक्ष्णता (perceptual acuity) में सुधार होने लगता है, जो बाहरी उत्तेजनाओं के भेदभाव को बढ़ाती है, जैसे कि रंग या आवाज़, साथ ही चेहरे के भाव की पहचान जैसे पैटर्न। अपनी नई दुनिया में आते ही शिशु उत्तेजनाओं की ओर आकर्षित होने लगते हैं और उन चीज़ों की ओर जो उन्हें यह खोजने में मदद करते हैं --रंगीन मोबाइल, घंटी और सीटी की साफ़ आवाज़े और आसानी से अंतर वाले आकार और पैटर्न।

ये अवधारणात्मक परिवर्तन, परिचित लोगों और उत्तेजनाओं के लिए शिशु की बढ़ती प्राथमिकता के साथ मेल खाते हैं। जन्म के समय, अधिकांश बच्चे बिना ज़्यादा नाराज़गी दिखाए कई अलग-अलग वयस्कों द्वारा गोद में लिया जाना सहन करते हैं। हालांकि, छह महीने की उम्र के करीब, जब बच्चों को अपरिचित लोगों या परिवार के सदस्यों द्वारा गोद में लिया जाता है तो वह अक्सर रोने या चिड़चिड़ाने लगते हैं,वह शुरुआत में देखभाल करने वाले की आवाज़, खुशबू और विशेष चेहरे की पहचान विकसित कर लेते हैं, आमतौर पर अधिकांश संस्कृतियों में यह माँ होती है। कुछ अर्थों में, शैशवावस्था के दौरान सामान्य विकासात्मक प्रक्रियाएं यह सुझाव देती हैं कि एक बच्चे के लिए कम उम्र में पालनाघर (छह महीने से पहले) सांप्रदायिक देखभाल व्यवस्था शुरू करना आसान हो सकता है जब तक शिशु ने देखभालकर्ताओं या सेटिंग्स के लिए स्पष्ट प्राथमिकता ना विकसित की हो।

इस अवस्था के दौरान, शिशु चेहरा देख कर बातचीत करने लगते हैं और वयस्क चेहरे के भावों को पहचानने और उनकी नकल करने में सक्षम होते हैं। यह पहचान और नकल आमतौर पर माता-पिता को काफी अच्छा लगता है और माता-पिता और बच्चे के बंधन को और मज़बूत बनाता है जिससे पारस्परिक संपर्क संभव हो जाता है। शिशु की याददाश्त और ध्यान देने वाले कौशल में सुधार होता है, ताकि शिशु कुशलता से कुछ खास लोगों, जगहों या वस्तुओं को याद कर सके और उन पर ध्यान दे सके, जैसे कि बोतल या पसंदीदा खिलौना। संक्षेप में, इन बहुत शुरुआती महीनों के दौरान, शिशु जीवन का ब्लूप्रिंट तैयार कर रहा है—जो परिचित वस्तुओं, लोगों और अनुभवों से भरा हुआ है।

इस स्टेज के दौरान माता-पिता का एक सामान्य चिंता का विषय यह रहता है कि - रात के दौरान, दिन में कई बार, और पेट भरा होने के बावजूद शिशु इतना रोते क्यों हैं। फिर भी बिना बोलने की क्षमता के रोना एक सामान्य बात है और अपनी देखभाल करने वाले को अपनी असुविधा बताने का एक प्रमुख ज़रिया है - शिशु रोते हुए पैदा होते हैं। शिशु मुख्य रूप से बुनियादी जरूरतों, जैसे कि भूख, प्यास या आराम की इच्छा और साथ ही साथ क्रोध या दर्द जैसे नकारात्मक भावनात्मक या शारीरिक अवस्थाओं को व्यक्त करने के लिए भी रोते हैं। और वैसे भी, जैसे-जैसे माता-पिता अपने शिशुओं के साथ अधिक तालमेल बना लेते हैं, वे शिशुओं के रोने के पैटर्न, उनकी इंटेंसिटी और रोने की आवाज़ के आधार पर यह पहचानने लगते हैं कि वे किस कारण से रो रहे हैं। उदाहरण के लिए, साधारण रोना वह रोना है जो भूख के कारण है और जिसमें धीरे-धीरे आवाज़ और लय में तेज़ी आती है। जबकि गुस्से और दर्द की वजह से रोने पर शिशु देर तक रोता है और फिर रुक रुक कर और गहरी सांसे लेकर फिर से रोने लगता है, आमतौर पर ऐसा या तो अचानक या फिर किसी शारीरिक परेशानी की वजह से शुरू

होता है (Hetherington et al, 2006)।

सांस्कृतिक और परिस्थितियों के अंतर के कारण भी शिशुओं के रोने के पैटर्न पर प्रभाव पड़ सकता है। रिपोर्टस के आधार पर पश्चिमी देशों की तुलना में गैर-पश्चिमी देशों के शिशु ज़्यादा शांत प्रवृत्ति के होते हैं (Zeifman,2001). इन समाजों में शिशुओं की देखभाल करने वालों के कामों की जाँच करने से पता चलता है कि गैर-पश्चिमी देशों के माता-पिताओं द्वारा ज़्यादा से ज़्यादा बच्चों को अपने शारीरिक संपर्क में रखना और उन्हें थोड़ी-थोड़ी देर में कुछ ना कुछ खिलाते रहने की आदत के कारण शायद शिशुओं को रोने से रोकती है। गरीबी जैसे पारिस्थितिक तनाव, शिशुओं के घर और भोजन जैसी पालन-पोषण की महत्वपूर्ण ज़रूरतों को प्रभावित कर सकते हैं क्योंकि इससे माता-पिता की प्रतिक्रिया प्रभावित होती है, परिणामस्वरूप शिशु रोते हैं। भोजन, घर, और वित्तीय सुरक्षा की कमी के कारण, माता-पिता के लिए अपने बच्चों का पालन-पोषण संवेदनशील, उत्तरदायी और प्रेरणादायक बनाना कठिन हो सकता है। इसलिए, माता-पिता अपने बच्चों के पालन पोषण करने की भूमिका को किस हद तक प्रभावी ढंग से निभाते हैं यह ना केवल इस बात पर निर्भर करता है कि वे अपने शिशुओं के रोने के सही कारण को कितनी सफलतापूर्वक पहचानने और उस पर कितनी जल्दी प्रतिक्रिया देने की क्षमता रखते हैं बल्कि इस बात पर भी निर्भर करता है कि वे तनावपूर्ण परिस्थितियों में उन्हें किस तरह का समर्थन प्रदान करते हैं। इस कारण से, चिकित्सकों और स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं को विशेष रूप से ऐसे तनावों के बारे में पता होना चाहिए ताकि वे उन माता-पिता को सहारा दे सकें जो नवजात शिशुओं के रोने के कारण पर प्रतिक्रिया करना सीख रहे हैं, ताकि यह परिवार के लिए तनाव का एक अतिरिक्त कारण ना बन सके।

रोना

देखभाल करने वालों को असुविधा जाहिर करने के लिए रोना एक सामान्य और प्राथमिक जरिया है। शिशु भूख, प्यास, या आराम की इच्छा, साथ ही क्रोध या दर्द जैसी बुनियादी जरूरतों को व्यक्त करने के लिए रोते हैं।

अक्सर माता-पिता की राहत के लिए, लगभग दो महीने की उम्र के बच्चे भी धीरे-धीरे आवाज़ें निकालना शुरू कर देते हैं, और चार महीनों तक ऐसे ही बुदबुदाते रहना जारी रखते हैं, जिसमें कुछ व्यंजन युक्त आवाज़ें जुड़ जाती हैं और वह अपनी भाषा को बार-बार दोहराते रहते हैं, उदाहरण के लिए, "बाबा-बाबा।" इस समय भले ही उनका रोना बंद ना हो, लेकिन उनकी आवाज़ें और बुदबुदाने वाले शब्द माता-पिता के लिए सुनने में मज़ेदार और सुखद होते हैं। यह आगे चलकर भाषा विकास के लिए अग्रदूत की तरह भी योगदान देते हैं।

देखभाल करने वाले की आवाज़ को प्राथमिकता देने के अलावा, शिशु भी अपनी मूल भाषा सुनना पसंद करता है और प्राथमिक देखभालकर्ता की तरह एक जैसी चीज़ों या घटनाओं के बारे में बात-चीत करना शुरू कर सकता है. इस प्रक्रिया को जॉइंट अटेंशन कहते हैं (Berk 2006)। शिशु के जन्म के समय, नई माँ उस शिशु के बड़े भाई की तरफ़ इशारा करके शिशु को यह बता सकती है कि, "यह तुम्हारा भाई है!" उस शुरूआती उम्र में शिशु अपने भाई की तरफ़ ध्यान नहीं देगा। जब शिशु छह महीने का होने वाला हो तो माता-पिता के यही वाक्य दोबारा दोहराने पर, शिशु अपने भाई की तरफ़ देख कर कुछ बुदबुदा सकता है, और प्राथमिक देखभाल करने वाले के समान विषय में रुचि दिखा सकता है। देखभाल करने वाले के साथ यह जॉइंट अटेंशन शब्दों के विकास को बढ़ावा दे सकती है और शिशु की बढ़ती और संबंधित संज्ञानात्मक (cognitive) क्षमताओं को भी प्रदर्शित करती है। इस समय माता-पिता विभिन्न वातावरणीय वस्तुओं, लोगों या घटनाओं की तरफ़ इशारा करके शिशु को उनसे जुड़े शब्द बताना शुरू कर सकते हैं, हालाँकि इस स्टेज में, शिशु केवल विजुअल अटेंशन बदलेगा और जॉइंट अटेंशन में संलग्न रहते हुए आवाज़े निकालना या बुदबुदाना जारी रखेगा, कुछ महीनों बाद और टॉडलरहुड के दौरान यह प्रक्रिया अधिक मज़बूत हो जाती है। यह प्रारंभिक विकास के लिए प्राथमिक साधन के रूप में सामाजिक उत्तेजना और बातचीत के महत्व को भी इंगित करता है।

सात महीने से एक साल की आयु तक

जैसे-जैसे वे एक साल की आयु की तरफ़ बढ़ते हैं तो इस अवधि के दौरान शिशु संज्ञानात्मक (cognitive) और भाषाई विकास ज़ाहिर करने के लिए अपनी बढ़ती अवधारणात्मक और संवेदी क्षमताओं का उपयोग जारी रखते हैं। इस समय, शिशुओं की याददाश्त और ध्यान देने के कौशल में सुधार जारी रहता है, हालाँकि इन प्रारंभिक अवस्थाओं में शिशु की याददाश्त स्थिति या व्यक्ति या शिशु की प्रेरणा से परिचित होने से आकस्मिक होती है, उदाहरण के लिए, दूसरों के साथ बातचीत करना या खिलौने से खेलना।

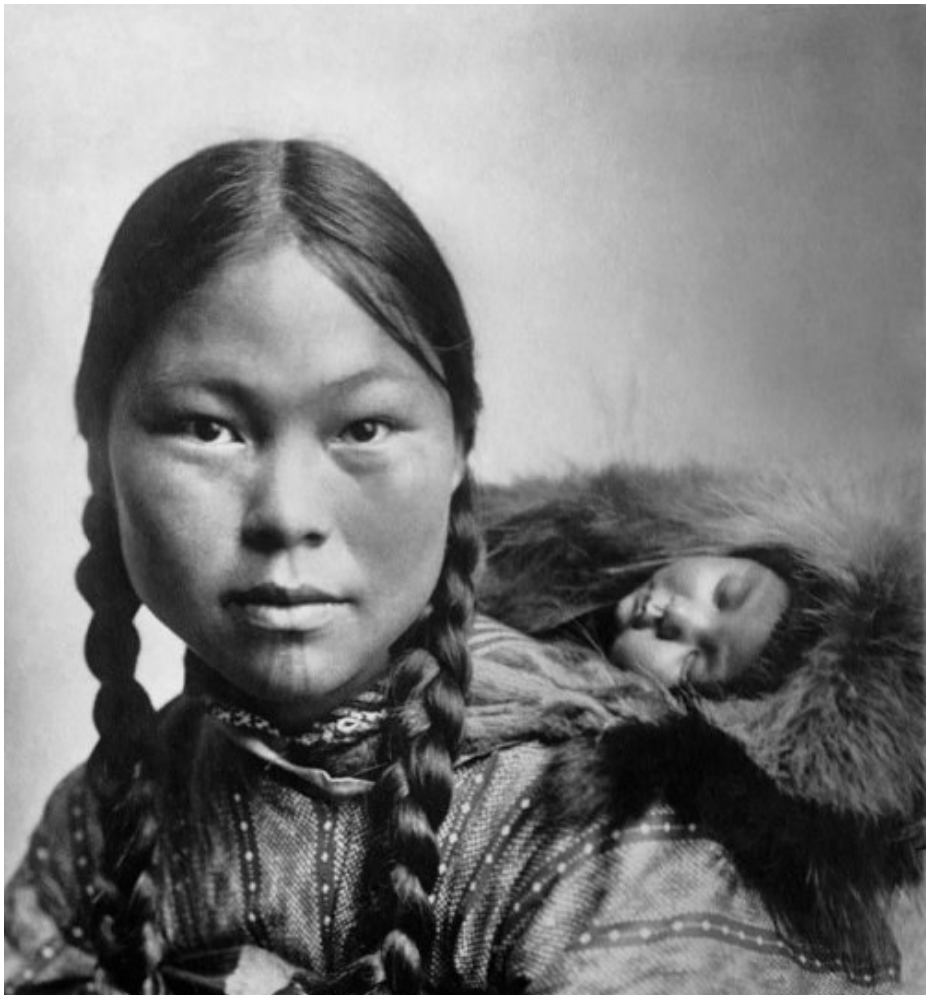
इस विकासात्मक अवधि में वस्तु स्थायित्व (ऑब्जेक्ट पर्मानेंस) एक माइलस्टोन है, एक

समझ कि यह चीज़ें या लोग तब भी मौजूद होते हैं, जब आप इन सबको आसानी से देख या सुन नहीं पाते हैं, यह समझ आठ महीनों की आयु के आसपास उभरने लगती हैं (Piaget, 1954)।

उदाहरण के लिए आप कल्पना कीजिए कि दो उत्सुक माता-पिता अपने तीन महीने की शिशु के साथ फ़र्श पर बैठ कर खेल रहे हैं, और उसे आश्चर्यचकित करने के लिए वह लोकप्रिय जैक-इन-द-बॉक्स नामक खिलौने का उपयोग कर रहे हैं जिसके अंदर गुड़िया छिपी होती है। माता-पिता ध्यान देते हैं कि जब खिलौना दिखाई नहीं देता तो शिशु ऐसी प्रतिक्रिया देता है जैसे वह खिलौना गायब हो गया और खिलौने के वापस सामने आते ही वह डर जाता है। उन्हें लगता है कि या तो उनका बच्चा खिलौने से खेलने में असमर्थ है या फिर उनके बच्चे के साथ कोई समस्या है। असमंजस में पड़ कर वह खिलौने को अलमारी में रख देते हैं। जब उनका बच्चा 8 महीने का होता है तो वे यह कोशिश दोबारा करने का फैसला करते हैं और यह देखकर उन्हें खुशी मिलती है कि उनका शिशु जैक-इन-द-बॉक्स की गुड़िया को ढूंढता है और उसके सामने आने पर खुशी से बुदबुदाने लगता है उसे यह खेल याद रहता है कि इसमें समय-समय पर गुड़िया गायब होती रहती है। यह बच्चा अब देखभाल करने वालों के साथ बारी-बारी से और आँख-मिचोली ,जैसे खेलों को भी खेला करेगा, और किसी खिलौने के खो जाने पर उसे ढूंढेगा, उदाहरण के लिए जैसे किसी खिलौने या चीज को कम्बल या कपड़े के नीचे छुपा दें।

इस स्टेज में, माता-पिता के साथ कुछ बोलने की कोशिश और किसी चीज़ को मांगने का इशारे के साथ संयोजन में विभिन्न आवाज़ो को जोड़-तोड़ कर खेल के माध्यम से बुदबुदाने का उपयोग करते हैं। शिशु को अगर कुछ चाहिए तो वे यह बताने के लिए भी बुदबुदा सकते हैं और आवाज़ निकाल सकते हैं जैसे कि खिलौना या भोजन और 1 वर्ष की उम्र के आसपास चीजों की तरफ़ इशारा करना भी शुरू कर देते हैं जो उनकी इच्छा बताने का दूसरा प्रारूप है। कुछ शिशु अपना पहला शब्द इस अवधि के दौरान या 13 से 18 महीने के चरण के दौरान बोलना शुरू करेंगे। आखिरकार इस पॉइंट पर शिशु अपना खुद का नाम और उस पर प्रतिक्रिया देना सीख जाएंगे। जो शिशु के आसपास रहने वाले लोगों

ऑब्जेक्ट परमानेंस
इस बारे में समझ है कि जब आप चीजें या लोगों को आसानी से देख या सुन नहीं पाते, तब भी वे मौजूद होती हैं। ऑब्जेक्ट परमानेंस आठ महीनों की आयु के आसपास उभरने लगती हैं।



शिशुओं को शुरुआत में देखभाल करने वाले कम से कम किसी एक व्यक्ति के साथ सम्बन्ध विकसित करने की आवश्यकता होती है ताकि उसका सामाजिक और भावनात्मक विकास सामान्य रूप से हो सके। शिशु और उस व्यक्ति के बीच की निकटता इस प्रक्रिया को आसान बना देती है।

Inuit mother and baby

से स्वयं को अलग करने के सामाजिक-भावनात्मक लाभ को दर्शाता है, और विशेष रूप से प्राथमिक देखभाल करने वाले से, हालाँकि यह प्रक्रिया (स्वयं और अन्य बाकी लोगों में अंतर समझना) 13 महीने की उम्र के बाद अधिक स्पष्ट होती है।

13 महीने से 18 महीने की उम्र

इस अवधि के दौरान शिशु अपने पहले वाले संज्ञानात्मक (cognitive) कौशल के प्रदर्शनों की सूची को बढ़ाते हैं। अधिकांश शिशु न केवल सामने नज़र ना आने वाली वस्तुओं और - उनके स्थायित्व की विशेषता की खोज करते हैं - बल्कि एक से अधिक स्थानों में उन वस्तुओं की तलाश करते हुए, जैसे कि सोफ़े के नीचे और अन्य कमरों में ढूंढते हुए उसे लुका छिपी जैसे खेल बनाते हैं।

याददाश्त संग्रहण और पुनर्प्राप्ति में प्रगति जारी रहती है - इस उम्र में शिशु अवलोकन किए गए व्यवहार के समय और अन्य संदर्भों में इस व्यवहार की नकल के बीच बढ़ती देरी के साथ दूसरों की नकल कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, घर पर, एक पिता खिलौने वाले कप को टोपी की तरह सिर पर पहन सकता है। उसी सप्ताह बाद में, डे केयर, घर या किसी रिश्तेदार के यहां, 15 महीने का शिशु खेलने के लिए खिलौने वाला कप मिलने पर वही चीज़ दोहरा सकता है, जो पिता के घर पर किए व्यवहार की नकल का विलंबित परिणाम दिखाता है। इस आयु के शिशु पुराने अनुभवों को याद रखना भी शुरू कर देते हैं और उन्हें उस समय का पता होता है जब वर्तमान परिस्थितियां पिछली घटनाओं या उनकी पहले वाली उम्मीदों के अनुसार नहीं होती हैं। उदाहरण के लिए, एक 13 महीने के शिशु का डायपर बदलते हुए उसकी मां उसे व्यस्त रखने के लिए उसका कोई पसंदीदा मुलायम खिलौने उसे पकड़ा देती है जिसे वह डायपर बदलने के दौरान दबाता रहता है।अगर किसी दिन वह मुलायम खिलौने उपलब्ध ना हो, तो वह शिशु उम्मीद के साथ मां की तरफ देख सकता है और खिलौने को ढूंढते हुए उसकी तरफ हाथ आगे बढ़ा सकता है। शिशु इस दिनचर्या का आदी हो जाता है और वह नोटिस करता है कि यह डायपर बदलने का समय अन्य दिनचर्या से अलग है। शिशु आमतौर पर 12 या 13 महीने में अपना पहला शब्द बोलते हैं, हालाँकि पहला शब्द बोलने की औसत सीमा आठ से 18 महीने के बीच है। बहुत से माता-पिता उम्मीद कर सकते हैं कि उनका बच्चा पहले "मामा" या "डाडा" कहेगा, यह दोनों ही शब्द शुरुआत में बुदबुदाने वाले स्वरों के समान संयोजन हैं। हालाँकि, शिशुओं के पहले शब्द संदर्भ या उन विशेष शब्दों के दोहराने पर आधारित हो सकते हैं, जो देखभाल करने वाला उनके सामने दिन भर बोलता रहता है। एक माँ अपनी नवजात बेटी को खतरे से बचना सिखाना चाहती है और दिन भर उसके सामने "नहीं" बोलती रहती है। दुर्भाग्य से, जब उसकी बेटी ने पहला शब्द "मामा" के बजाय "नहीं" बोला तो वह बहुत निराश हुई - वास्तव में, बेटी ने अपनी माँ को कुछ समय के लिए "नहीं" बुलाना शुरू कर दिया था।

Click on the picture to access a 2-hour roundtable discussion about the development of temperament.

पहला शब्द बोलने के बाद, इस अवधि के दौरान शब्दावली लगभग 200 शब्दों तक बढ़ जाएगी, हालाँकि यह शिशु के विकासात्मक वातावरण के आधार पर पर्याप्त रूप से भिन्न हो सकता है। सामाजिक-आर्थिक स्थिति और सांस्कृतिक पृष्ठभूमि दो महत्वपूर्ण चर हैं जो भाषा के विकास और उसकी सामग्री को प्रभावित कर सकते हैं, उदाहरण के लिए, बच्चे कितने शब्द सीखते हैं और क्या ये शब्द मुख्य रूप से वस्तु आधारित हैं (रेफरेंशियल) या भावबोधक हैं। उदाहरण के लिए, जिस शिशु ने "नहीं" शब्द सीखा था वो अपने माता-पिता के नाम सीख कर उन्हें "मामा" और "डाडा" बुलाने लगा। जबकि मुख्य रूप से संदर्भित शब्दों का उपयोग चीज़ों को नाम देने, भावबोधक भाषा द्वारा लोगों का वर्णन करने, भावनाओं और सामाजिक घटनाओं के लिए किया जाता है। विभिन्न जनसांख्यिकीय या सांस्कृतिक समूहों के बच्चे अन्य व्यक्तिगत विशेषताओं के साथ संयोजन में उनके बाहरी वातावरण के आधार पर, प्रारंभिक विकास के दौरान अधिक संदर्भात्मक या अधिक भावबोधक भाषा का उपयोग कर सकते हैं।

19 महीने से दो साल की आयु

जैसे-जैसे शिशु टोडलरहुड की तरफ़ आगे बढ़ता है, याद्दाश्त, समस्या के समाधान और ध्यान (काम करने के तरीके) के क्षेत्रों में संज्ञानात्मक (cognitive) प्रगति जारी रहती है। इस स्टेज की शुरुआत में, शिशु कार्य योजनाओं को विकसित और संचालित कर सकते हैं, जैसे ब्लॉक्स के साथ एक विशिष्ट प्रकार की संरचना बनाना। जहाँ 10 महीने के बच्चे आमतौर पर एक खेल को बनाए नहीं रख पाते - आमतौर पर खेल के कमरे में कंधे से कंधा मिलाकर बैठते हैं (जिसे समानांतर खेल कहा जाता है) - इस अवस्था में शिशु बातें करते हुए ज़्यादा खेलते हैं। जब 20-महीने के शिशुओं की जोड़ी एक साथ खेलती है, तो वे दिखावा कर सकते हैं या बनावटी खेल खेल सकते हैं। बनावटी खेल का सामान्य विषय रोज़मर्रा के कामों में व्यस्त रहना है जो शिशुओं ने दूसरों को करते हुए देख कर उनका अवलोकन किया है, जैसे कि खाना खाना, खाना बनाना, सोना, या घर के पालतू जानवरों को खाना खिलाना। इस प्रकार का दिखावटी खेल शिशु की अधिक उन्नत कामकाजी स्मृति और नक़ल करने

के कौशल की तरफ़ इशारा करता है - और शायद जीवन का खाका बनाने के लिए एक नया स्थल बन जाता है।

बच्चों के खेलने के विषयों में सांस्कृतिक अंतर को अच्छी तरह से प्रलेखित किया गया है (Rogoff, 2003)। हालांकि अधिकांश बच्चे सफाई या संस्कृति से बाहर के खानों की तैयारी जैसे सामान्य कामों में व्यस्त रहेंगे, उत्तरी अमेरिकन टॉडलर्स बनावटी खेलों में ज़्यादा भाग लेते हैं जिसमें वैक्यूम क्लीनर और डिशवाशर जैसी घरेलू मशीनों का प्रबंधन करना या मोबाइल फोन का उपयोग करना शामिल है। इसके विपरीत, ग्वाटेमाला के मायान बच्चों की मशीनों के साथ कम भागीदारी है, लेकिन कईयों की वयस्क गतिविधियों में भूमिकाएँ हैं, जैसे कोने की दुकान तक किसी काम से जाना, या घरेलू सामान बुनना। संस्कृतियों में खेल की थीम्स में अंतर इस तथ्य को उजागर करता है कि संस्कृतियों और समुदायों के उन कौशलों में काफी भिन्नता हो सकती है जिसे महत्वपूर्ण माना जाता है या जो किसी के घर का सामान्य कौशल हो। इसी तरह, चिकित्सकों को ध्यान देना चाहिए कि जिन माता-पिता को बनावटी खेलों के लाभों के बारे में अधिक जानकारी है वे खेल की थीम्स में जटिलता और विविधता को शुरू करने में अधिक सक्रिय भूमिका निभा सकते हैं। अन्य माता-पिताओं को या तो खेल के बारे में पता नहीं होता हैं या फिर वो बच्चों के खेल की गतिविधियों में शामिल होने के लिए सांस्कृतिक रूप से योग्य नहीं होते हैं। कुल मिलाकर, खेल की थीम और खेल में माता-पिता किस हद तक शामिल हैं, यह हर संस्कृति में भिन्न होती है,और "सामान्य" बनावटी खेल के बारे में धारणा बनाने से पहले इस बात को ध्यान में रखा जाना चाहिए।

इस स्तर पर संज्ञानात्मक (cognitive) लाभ के साथ, यह अवधि भाषाई कौशलों में कई तरह की प्रगतियां लाती है। इस आयु में शिशु दो या दो से अधिक शब्दों को मिलाकर बोलना शुरू कर देते हैं जैसे "नहीं माँ!" या "वो चाहिए", आदि और शिशु की शब्दावली भी काफ़ी विकसित हो जाती है। क्योंकि इस स्तर पर बच्चे शब्द उच्चारण सीख रहे हैं और अभ्यास कर रहे हैं, वे अक्सर एक शब्द के कुछ हिस्सों को व्यंजन के स्वरों के साथ बदल देते हैं जो बोलने में आसान होते हैं या आखिर में बोलने वाले शब्दों को छोड़ देते हैं। डेकेयर में अपने पहले दिन के दौरान, एक शिशु ने दोपहर के भोजन के दौरान "जू" के लिए लगातार पूछा और जब पूर्वस्कूली शिक्षक ने पूछा कि इसका मतलब क्या है तो वह निराश हो गया। जब उस दोपहर को उस शिशु का पिता डे केयर से उसे वापस घर ले जाने के लिए आया तो उसने टीचर्स को घर पर शिशु की दिनचर्या समझाते हुए बताया कि उसका मतलब "जूस" था, जहाँ उसे हर रोज़ लंच में जूस दिया जाता है। स्पैनिश भाषा बोलने वाले देश, जैसे कि मेक्सिको में, एक शिशु शुरू में अपने दादा को स्पेनिश में "कैरामेलोएस्टा" की बजाए "मेलोएटा" बता सकता है (अंग्रेजी में,"कैंडी वहाँ है") क्योंकि उसके दादा ने उसकी कैंडी खेल-खेल में छिपा दी जिसे वह ढूंढने की कोशिश कर रही है। इस शिशु ने शब्दों के कुछ भाग का गलत उच्चारण किया है और कई ध्वनियों को छोड़ दिया है। हालाँकि माता-पिता को यह चिंता हो सकती है कि उनका शिशु पूरे शब्द नहीं बना सकता है। इस प्रकार का शब्द प्रतिस्थापन या उन्हें छोटा करके बोलना इस स्टेज में शिशुओं के लिए विशिष्ट है।

सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक माइलस्टोन

जिस तरह बाहरी वातावरण के अन्वेषण को सुविधाजनक बनाने के लिए शिशु शुरुआत में देखभाल करने वालों पर निर्भर रहते हैं और उनके बड़े होते हुए, शुरूआती देखभाल करने वाले के साथ शिशु के संबंध के संदर्भ में उनके संज्ञानात्मक (cognitive) और भाषाई विकास, और इससे भी ज़्यादा शिशु के सामाजिक भावनात्मक और व्यवहारिक माइलस्टोन को तय किया जाता है। इस अवधि के दौरान देखभाल करने वाले के साथ शिशु का भावनात्मक सम्बन्ध या ममता भरे सम्बन्ध का विकास एक महत्वपूर्ण माइलस्टोन होता है (Ainsworth 1979)। इस सम्बन्ध की ताकत यह बताती है कि दुनिया के बारे में जानने के लिए, संकट के समय उसके पास वापस आने के लिए, और सामाजिक-भावनात्मक विकास की एक रूपरेखा के रूप में शिशु किस हद तक देखभाल करने वाले का उपयोग करता है।

जन्म से लेकर छह महीने तक

इस प्रारंभिक अवस्था में, शिशु अपनी भावनाओं और व्यवहार को विनियमित करना सीख रहे हैं, हालाँकि वे इसमें बहुत अच्छा नहीं कर पाते हैं। खाने और सोने के क्षेत्रों में, स्व-नियमन के हिस्से में नियमित व्यवहार पैटर्न का निर्माण शामिल है, उदाहरण के लिए, ये व्यवहार शिशु के भावनात्मक उत्तेजना और उसके प्रभाव को नियमित करने की हद पर भी प्रभाव डाल सकते हैं। हालाँकि जब तक शिशु एक वर्ष का नहीं हो जाता तब तक वे पूरी रात ठीक से नहीं सोते, शिशु के आठ सप्ताह के होने पर उसके सोने के समय का अनुमान लगाना आसान हो जाता है क्योंकि तब तक शिशु दिन की तुलना में रात में लम्बे समय तक सोने लगते हैं। इस अवधि के दौरान माता-पिता के लिए नियमित गतिविधियाँ

Click on the pictures below to watch developmental theorist Jean Piaget discuss and illustrate his theory about intellectual development (in French and English with subtitles in English).

Part 1 (12:25)

Part 2 (13:05)

Part 3 (11:30)

Part 4 (4:49)

और दिनचर्या स्थापित करना महत्वपूर्ण है—किसी अनियमित गतिविधि की तुलना में उस गतिविधि को सीखने की प्रतीक्षा आसान है जो हर रोज़ एक ही समय पर होती हो।

माता-पिता के लिए सोने की दिनचर्या को स्थापित करना अक्सर बहुत कठिन होता है और यह संस्कृति के हिसाब से काफ़ी भिन्न भी हो सकते हैं। क्या माता-पिता और बच्चों का साथ में सोना उचित है? उन्हें कब तक एक साथ सोना चाहिए? हालाँकि अमेरिका में अधिकाँश शिशु अपने देखभालकर्ता से अलग पालने में सोते हैं, और अन्य संस्कृतियों में माता-पिता इतने छोटे शिशुओं को साथ में सुलाना पसंद करते हैं, जहाँ शिशु एक या अधिक देखभालकर्ता के साथ समान पलंग पर सोता है जहाँ कई बार उसके अन्य भाई-बहन भी होते हैं। कुछ संस्कृतियों में माना जाता है कि शिशु और देखभालकर्ता केसाथ में सोने से उनके बीच का बंधन मज़बूत होगा और यह अनुमान लगाया गया कि अलग सोने पर स्वास्थ्य लाभ होता है। इन सांस्कृतिक विविधताओं के अन्य प्रथाओं में प्रबलित होने की संभावना है - याद रखने वाली महत्वपूर्ण बात यह है कि शिशुओं को दिनचर्या की आवश्यकता होती है, और उपयुक्त दिनचर्या हर संस्कृति में अलग-अलग होती है।

भारत में, बच्चों के लिए अलग सोने का प्रचलन नहीं है, इसलिए बच्चे केवल अपने माता-पिता के साथ ही सोते हैं। हालांकि, बहुत सारे परिवार संयुक्त परिवार में रहते हैं, जिसमें बढ़ते बच्चे अपने दादा-दादी के साथ सोते हैं। हालांकि यह एक ऐसा तथ्य है जिसका सामान्यीकरण करना मुश्किल है क्योंकि परिवार प्रणाली और संरचना में जबरदस्त बदलाव आ चुका है। ऐसे कई कारक हैं जो बच्चों को साथ में सुलाने के लिए ज़िम्मेदार हैं। सांस्कृतिक पहलुओं के अलावा, सामाजिक-आर्थिक कारक भी हैं जो बच्चों के माता-पिता के साथ सोने का समर्थन करते हैं। साथ में सोने को भारत में एक पारंपरिक सांस्कृतिक अभ्यास पाया गया है। भारत में ऐसे अध्ययन किए गए हैं जो बहुत हद तक साथ में सोने का समर्थन करते हैं। भारत में साथ सोना एक पारंपरिक सांस्कृतिक प्रथा है जो 93% बच्चों में देखी गई थी (Bharti et al., 2006). भारती (2017) ने भारत में 97.5% साथ सोने की प्रथा के बारे में बताया था। भारत में ग्रामीण इलाकों में एक कमरे में रहना बहुत आम बात है (Gupta et al, 2016)। बच्चे अपने माता-पिता के साथ तब तक सोते हैं जब तक माता-पिता और बच्चे सहज हैं।

क्या माता-पिता और बच्चों को एक साथ सोना ठीक है?

उन्हें कब तक एक बिस्तर साँझा करना चाहिए?

किसी विशेष संस्कृति में अलग-अलग समय पर सोने और जागने के पैटर्न के बावजूद, इस स्टेज में शिशु के सोने की आदतों और समय का अनुमान लगाना आसान होता है। इसी तरह, जन्म के कुछ महीने तक दिन में पाँच से आठ बार खाना खिलाने से लेकर छह महीने के होने तक दिन में तीन से पाँच बार खिलाने के बदलाव के साथ शिशु की खाने की गतिविधि का अनुमान लगाना और आसान हो जाएगा। जैसे-जैसे शिशुओं के लिए दिनचर्या महत्वपूर्ण होती जाती है, शिशु नए अनुभवों और अपने प्रतिदिन के नियमों की आदतों के कारण आसानी से अभिभूत हो सकते हैं। उदाहरण के लिए कल्पना करें कि एक देखभालकर्ता ने अपने तीन महीने के शिशु के ऊपर एक चमकते रंग का मोबाइल लटका रखा है, जब वह शिशु के सिर के आस-पास वो मोबाइल घुमाती है तो शिशु ख़ुशी से चहचहाता है। कुछ देर तक मुस्कुराने के बाद अचानक शिशु अपना मुँह मोड़ लेता है और देखभालकर्ता के खेल में दिलचस्पी नहीं दिखाता। क्या देखभालकर्ता को परेशान होना चाहिए? क्या उसने कुछ गलत किया? क्या शिशु को कोई समस्या है?

विकास की इस अवस्था में ऐसा व्यवहार सामान्य है। इसे टकटकी लगाना कहा जाता है, और यह ज़रूरत से ज़्यादा उत्तेजना के लिए एक सामान्य प्रतिक्रिया है। इस स्थिति में, शिशु उत्तेजना से मुँह मोड़ लेगा— उदाहरण के लिए, अपनी उत्तेजना को नियंत्रित करने के उपाय के रूप में—अपनी माँ द्वारा खेले जा रहे मोबाइल के खेल से अपना ध्यान हटा लेना। समय के साथ, देखभालकर्ता के साथ उचित और संवेदनशील परस्पर क्रिया के द्वारा, भावनात्मक उत्तेजना के लिए शिशुओं की सहनशीलता और इस उत्तेजना के लिए नियंत्रण बढ़ेगा। देखभालकर्ता के मोबाइल के खेल की आदत बनने के बाद, यह शिशु मोबाइल पर ध्यान देना शुरू कर सकता है और इस खेल को बनाए रखते हुए लम्बे समय तक देखभालकर्ता को अपनी प्रतिक्रिया दे सकता है।

इस अवधि के दौरान शिशु की भावनाओं की सीमा या तो आनंद या असुविधा की द्विभाजित अवस्थाओं से लेकर इन व्यापक श्रेणियों के भीतर विभिन्न भावनात्मक अवस्थाओं के विभेदन तक बढ़ जाती है। शिशु के बाहरी वातावरणीय और/या आंतरिक भावनात्मक स्थिति के लिए, भावनात्मक अभिव्यक्ति अधिक विविध, संगठित और विशिष्ट हो जाती है। इन महीनों के दौरान, शिशु भी आमने-सामने की परस्पर क्रिया के दौरान देखभालकर्ता की भावनाओं से मेल खाना शुरू कर देता है। छह

सप्ताह के होने पर शिशु अन्य व्यक्तियों के चेहरों को देखकर और विशेष रूप से प्राथमिक देखभालकर्ता के चेहरे को देखकर मुस्कुराना शुरू कर देता है। तीन-चार महीने में शिशु हँसना भी शुरू कर देता है, विशेष रूप से अन्य व्यक्तियों को हँसता देखकर या कुछ दिलचस्प, मज़ेदार स्थिति को खोजने पर, जैसे कि देखभालकर्ता द्वारा शिशु का मनोरंजन करने के लिए मज़ाकिया चेहरे बनाने पर। लगभग छह महीने में निराशा और क्रोध जैसी भावनात्मक स्थिति पहचान में आने लगती है, इस अवस्था में उदासी की अवस्था भी उभरने लगती है। उदास महसूस करने पर शिशु आमतौर पर खुद को दूर करने लगता है, हालाँकि रोने के कई अलग कारण हो सकते हैं और कई नकारात्मक भावनात्मक अवस्थाओं के साथ जुड़े हो सकते हैं।

माता-पिता अक्सर यह जानकर आश्चर्यचकित होते हैं कि व्यवहार और संचार के पैटर्न के एक जैविक प्रवृत्ति के रूप में परिभाषित किया गया है कि शिशु (और लोग) स्वभाव में बहुत भिन्न होते हैं (Wachs, 2006)। कल्पना करें कि कई नई माएँ अपने छह महीने के शिशुओं के साथ वीकली प्लेग्रुप में एक साथ बैठी हैं और एक माँ अपने शिशु के सोने और खाने की कई समस्याओं के बारे में बताती है। उसके शिशु के नियमित नींद और खाने के पैटर्न का विकास नहीं हुआ है और वह अक्सर नए खिलौनों या स्थितियों के सामने आने पर रोता है। दूसरी माँ का उल्लेख है कि वह इस बात का बिल्कुल भी अनुभव नहीं है, क्योंकि उसका शिशु पूरी रात सोता है और नई वस्तुओं की खोज करने और नए लोगों से मिलना पसंद करता है। एक तीसरी माँ बोलती है कि उसे नहीं पता उसका बच्चा आगे चलकर जीवन में मिलनसार हो पाएगा या नहीं क्योंकि उस माँ को याद है कि जब वह शिशु थी तो वह भी शर्मीली थी।

तीनों माताओं को आश्चर्य होता है कि इनमें से कौन सा बच्चा सबसे "सामान्य" है। वे सभी हैं! वे सामान्य हैं, बस थोड़े अलग हैं। पहले बच्चे के स्वभाव को कठिन के रूप में वर्गीकृत किया जाएगा, दूसरा आसान और तीसरे को धीरे-धीरे मिलनसार बनने के रूप में वर्गीकृत किया जाएगा। जो बच्चे कठिन स्वभाव का प्रदर्शन करते हैं, वे बाहरी उत्तेजनाओं के प्रति अत्यधिक प्रतिक्रियाशील होते हैं, और अधिक नकारात्मक भावनाओं को व्यक्त करते हैं, जैसे कि क्रोध, भय, या चिंता, और उन भावनात्मक अवस्थाओं को प्रभावी रूप से प्रबंधित या विनियमित करने की संभावना कम होती है। अनियमित नींद और खाने की आदतें भी इस श्रेणी से जुड़ी हैं (Thomas & Chess, 1977)। माना जाता है कि आसान शिशुओं की आदतें नियमित रूप से खाने और सोने की होती हैं और नई स्थितियों या लोगों के लिए अच्छी तरह से अनुकूल हैं; ये शिशु भावनात्मक रूप से कम प्रतिक्रियाशील और अभिव्यक्त करने वाले होते हैं, और भावनाओं और उत्तेजना की स्थिति को नाकारात्मक भावना की प्रबलता के बिना नियंत्रित करते हैं।, धीरे-धीरे मिलनसार बनने वाले शिशु शुरुआत में दूसरों से ज़्यादा शर्मीले दिख सकते हैं, और नई स्थितियों में थोड़ी से नाकारात्मक प्रतिक्रिया दिखा सकते हैं, लेकिन उचित समय पर, दूसरों के प्रति सामाजिक प्रतिक्रिया के पैटर्न और सकारात्मक और अनुकूलनीय विशेषताओं का प्रदर्शन करते हैं। हालाँकि, स्वभाव को अपेक्षाकृत स्थिर और जैविक रूप से प्रभावित विशेषता माना जाता है, जो बाद के सामाजिक-भावनात्मक विकास के बारे में बता सकता है, केवल 60% शिशुओं को स्वभाव श्रेणी में वर्गीकृत किया जा सकता है, और समय के साथ शिशु लक्षण बदल सकते हैं। वास्तव में,बाहरी वातावरण के तत्वों के साथ बातचीत करने के लिए, स्वभाव शैली पाई गई है, जैसे माता के परिवार की जवाबदेही या पारिवारिक अराजकता, विश्वसनीय तौर पर यह बताना कठिन बनती हैं कि शैशवावस्था और टॉडलर हुड में स्वभाव की शैलियाँ बाद के सामाजिक-भावनात्मक विकास से कैसे संबंधित हैं (Essex et al, 2011; Rubin et al, 2002)। याद रखें, कि जिस वातावरण में बच्चे बड़े होते हैं, उन पर उस वातावरण का पूरा प्रभाव पड़ेगा कि बच्चे बड़े होते हुए कैसा व्यवहार करना सीखते हैं - प्रकृति और पोषण हम कौन हैं और हम क्या बनते हैं इसे बनाने के लिए एक साथ जुड़ते हैं।

आँखें चुराना

आँखे चुराना, संदीपन की ओर ना देखना, प्रोत्साहन और उत्तेजना के प्रति एक सामान्य प्रतिक्रिया है और शिशु द्वारा अपनी उत्तेजना को नियंत्रित करने का एक प्रयास है।

इसके अतिरिक्त, क्रॉस-कल्चरल अध्ययनों ने पश्चिमी और गैर-पश्चिमी जनसंख्याओं की तुलना करते समय शिशु के स्वभाव में अंतर दिखाया है (Ahadi & Rothbart, 1993)। उदाहरण के लिए, उत्तर अमेरिकी शिशु आमतौर पर गतिविधि स्तर के उपायों पर उच्च स्कोर करते हैं (तीव्रता और मोटर मूवमेंट्स का बारबार होना), दृष्टिकोण का झुकाव (एक बच्चा किस हद तक नए लोगों, वस्तुओं, या स्थितियों को स्वीकार करता है), और चाइनीज़ शिशुओं की तुलना में सकारात्मक मनोदशा (एक बच्चा किस हद तक सकारात्मक भावनाओं को व्यक्त करता है)। इसके विपरीत, इस क्षेत्र की रिसर्च ने दिखाया है कि चाइनीज़ शिशु औसतन अपने उत्तर अमेरिकी काउन्टर पार्ट्स की तुलना में रोने के दौरान ज़्यादा आसानी से चुप हो जाते हैं।

Photo: Linda Cronin

व्यवहार और संचार के पैटर्न के लिए स्वभाव एक जैविक पूर्वानुकूलता है।

सात महीने से एक साल की आयु

इस अवधि के दौरान सबसे स्पष्ट सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक माइलस्टोंस हैं, ममता के सम्बन्ध का विकास, और अजनबी से सावधान रहने की घटना, और सेपरेशन एंज़ायटी। शिशु-देखभाल करने वाले के बीच का सम्बन्ध शिशु की शुरूआती देखभाल करने वाले के साथ शिशु के बंधन को संदर्भित करता है, और जिस हद तक वह खोज और सुविधा के लिए एक सुरक्षित आधार के रूप में देखभाल करने वाले का उपयोग कर सकता है। शोधकर्ताओं ने शुरू में "स्ट्रेंज सिचुएशन टास्क" नामक संचार की एक श्रृंखला के माध्यम से, क्लासिफाइड अटेचमेंट स्टाइल्स को वर्गीकृत किया, जिसमें शुरूआती देखभाल करने वाले से थोड़ी देर के लिए दूर होना, और एक अपरिचित प्लेरूम में अन्य व्यक्ति के सामने आना होता है (Ainsworth, 1979)।

सुरक्षित अटेचमेंट उन शिशुओं को संदर्भित करता है जो प्राथमिक देखभाल करने वाले की अनुपस्थिति में रोते हैं, लेकिन उनके वापस आ जाने पर उसे खुद को चुप करवाने देते हैं; यह शिशु घुटनों के बल चलते हुए या चलना सीखते हुए उनके पास वापस "जाने के लिए" या नए वातावरण और स्थितियों का अन्वेषण करने के दौरान बार बार नज़रे घुमा कर अपने देखभाल करने वाले को देखते हैं और उन्हें एक सुरक्षित आधार के रूप में भी उपयोग करते हैं। सेपरेशन एंज़ायटी सिक्योर अटेचमेंट का एक खुला संकेत हो सकता है,हालांकि सभी शिशु इस प्रकार के व्यवहार नहीं दिखाते हैं और यह अटेचमेंट क्लासिफ़िकेशन के बिना भी हो सकता है(Berk, 2006)। कई प्राथमिक देखभालकर्ता इस बात पर चिंता व्यक्त करते हैं कि इस उम्र में उनके बच्चे मामूली अलगाव को बर्दाश्त नहीं कर पाते हैं, और देखभाल करने वाले के जाते ही रोना शुरू कर देते हैं, वह चाहे माता-पिता अपने बच्चे को अपरिचित वयस्कों के साथ एक नए डेकेयर सेटिंग में छोड़ कर जा रहे हों या परिवार के परिचित सदस्यों की देखभाल में छोड़ रहे हों। यह उत्सुक व्यवहार लगभग एक वर्ष की आयु में अपने शिखर पर पहुँचता है, साथ में अजनबी से सावधान रहने का व्यवहार, जिसमें अपरिचित लोगों की उपस्थिति में शिशु असुविधा दिखाता है। हालाँकि शिशु की शुरुआती देखभाल करने वाले से रोज़ाना नियमित रूप से दूर रहने का रूटीन विकसित करने के बाद भी सेपरेशन एन्ज़ायटी बनी रह सकती है, उदाहरण के लिए, हर सप्ताह पांच दिन पालना घर जाने के बाद भी यह बर्ताव टॉडलरहुड तक सामान्य है।

असुरक्षित रूप से अटेच हुए शिशु कई श्रेणियों में आते हैं, जिनमें से सभी शिशु-देखभालकर्ता के सम्बन्ध में बाधा को दर्शाते हैं। अवॉयडेंट अटेचमेंट उन शिशुओं की विशेषता है जो देखभाल करने वाले के कमरे से बाहर जाते ही और अजनबियों और देखभाल करने वाले दोनों को समान रूप से अनुत्तरदायी प्रतिक्रिया दिखाते हैं। वह शिशु जिनमें रसिस्टेंट अटेचमेंट होता हैं, वह देखभाल करने वाले के होते हुए भी एक अपरिचित प्लेरूम का अन्वेषण करने में हिचकिचाते हैं, उसके जाते ही वह परेशान और गुस्सा हो जाते हैं और उसके वापस आने पर उसके साथ आक्रामक व्यवहार करते हैं, और उसे खुद को सांत्वना देने में प्रतिरोध जताते हैं। डिसऑर्गनाइज्ड अटेचमेंट, वह श्रेणी है जिसे शुरूआती अटेचमेंट रिसर्च के कई वर्षों के बाद बनाया गया है, यह उन शिशुओं का प्रतिनिधित्व करती है जो उलझन में हैं, विरोधाभासी हैं, या भावनात्मक रूप से अपने व्यवहार में उतावले हैं, साथ ही इन शिशुओं में से कुछ के साथ अलगाव के लक्षण दिखाई दे रहे हैं, (चेहरे पर बिना कोई प्रतिक्रिया के भाव लाए, जम कर बैठना और कोई जवाब ना देना); यह श्रेणी इनसेक्योर अटेचमेंट के सबसे गंभीर रूप को दर्शाती है।

हालांकि एक शिशु और देखभालकर्ता के सम्बन्ध का अच्छा होना महत्वपूर्ण है, लगाव सम्बन्ध और बाद के विकास पर इसका प्रभाव कई व्यक्तिगत और प्रासंगिक कारकों पर निर्भर करता है। इनमें मातृ संवेदनशीलता और जवाबदेही, शिशु का स्वभाव, घर का माहौल, सामाजिक-आर्थिक स्थिति, जातीय/ संजातीय पृष्ठभूमि और शिशु के जीवन में पड़ने वाले अन्य प्रभाव शामिल हैं (Seifer et al, 1996; Wong et al, 2009)।

आवश्यक नहीं है कि जन्म देने वाली माँ प्रारंभिक लगाव (primary attachment) में आती हो; शिशु अन्य महत्वपूर्ण वयस्कों के साथ भी अपना सम्बन्ध बना सकता है, जिसमें पिता, परिवार में शामिल नए सदस्य और पालन-पोषण करने वाले माता-पिता शामिल हैं। लगाव वर्गीकरण (Attachment classifications) बहुत हद तक शिशु के सांस्कृतिक संदर्भ पर निर्भर करता है। लगाव वर्गीकरण और स्ट्रेंज सिचुएशन टास्क संस्कृति से जुड़ी घटनाएं हैं, और हो सकता है कि अन्य संस्कृतियों में शिशु और उसकी देखभाल करने वाले के बीच के लगाव का पर्याप्त वर्णन नहीं कर पाएं। उदाहरण के लिए, अगर एक जापानी शिशु और उसकी माँ को एक स्ट्रेंज सिचुएशन में रखा जाए तो वह अपनी माँ के कमरे से बाहर जाने पर परेशान नहीं दिखता है। जब कोई अजनबी शिशु के साथ खेलने आता है तो वह शिशु कोई प्रतिक्रिया नहीं देता और अकेले खेलने में व्यस्त रहता है। यह पैटर्न उसकी माँ के कमरे में वापस आने तक बना रहता है। क्या इस शिशु को अवॉयडेंट अटेचमेंट पैटर्न के रूप में वर्गीकृत किया जाना चाहिए? यह आवश्यक नहीं है; गैर-पश्चिमी समाज के शिशु उस व्यवहार का प्रदर्शन कर सकते हैं जिसे उत्तर अमेरिकी अवॉयडेंट का नाम देंगे, लेकिन वास्तव में ये पैटर्न अन्य सांस्कृतिक समूहों में आदर्श हैं (Marcus & Kitayama, 1991)। आखिर में, स्वभाव (Temperament) जैसे अटेचमेंट पैटर्न, हमेशा समय के साथ स्थिर नहीं होते हैं और शिशु के स्वभाव, घर के माहौल और वातावरण के संदर्भ में बदलाव के अनुसार बदल सकते हैं।

सामाजिक संदर्भ, जो एक अन्य सामाजिक-भावनात्मक माइलस्टोन है, इसी अवधि के दौरान शुरू होता है। कल्पना करें कि इस उम्र में एक शिशु पार्क में घास पर भाई-बहन और माता-पिता के साथ खेलते समय गिर जाता है। शिशु अपेक्षाकृत नरम सतह पर गिरा है और उसे चोट नहीं लगी है। नवजात शिशु गिरने पर आश्चर्यचकित होता है, और तुरंत देखभाल करने वाले की तरफ़ देखता है, जो मुस्कुराते हुए शिशु से कहता है, "अरे! आप गिर गए।" शिशु इसके जवाब में मुस्कुराता है और खेलना जारी रखता है। यह सहभागिता सामाजिक संदर्भ का संकेत है, जो तब उत्पन्न होती है जब शिशु अस्पष्ट या गंभीर स्थितियों पर प्रतिक्रिया करने से पहले शुरूआती देखभाल करने वाले या अन्य महत्वपूर्ण वयस्कों को देखता है। इस स्थिति का एक और उदाहरण होगा जब शिशु, उसके भाई-बहन, और देखभाल करने वाला पार्क में खेल रहे हों और उनके पास कोई अपरिचित कुत्ता आ जाए। जब शिशु अपने भाई-बहन और माता-पिता को कुत्ते को प्यार से सहलाते हुए देखता है और जब वह उसे कुत्ते के साथ दोस्ती करने के लिए मार्गदर्शन देते हैं, तो शिशु इस स्थिति की प्रकृति को स्पष्ट करने के लिए इन व्यवहारिक और भावनात्मक प्रतिक्रियाओं का उपयोग करेगा और उसके अनुसार जवाब देगा। वैसे तो शिशु अजनबियों और नए जानवरों से सावधान रहेंगे, लेकिन अगर वह देखभाल करने वाले को अजनबी या जानवर की उपस्थिति में सकारात्मक भावनाओं को प्रदर्शित करते हुए देखते हैं, तो उनके भी सकारात्मक रूप से प्रतिक्रिया देने की संभावना अधिक होती है।

इनसेक्योर अटेचमेंट

नवजात शिशुओं और उनकी देखभाल करने वाले के सम्बन्ध के बीच व्यवधान आने पर परिणामस्वरूप उन शिशुओं में इनसेक्योर अटेचमेंट आ सकता है।
यह निम्न के द्वारा दिख सकता है:

- अवॉयडेंट अटेचमेंट, जो देखभाल करने वाले के कमरे से बाहर जाते ही, और अजनबियों और देखभाल करने वाले दोनों को समान रूप से अनुत्तरदायी प्रतिक्रिया दिखाते हैं।
- रसिस्टेंट अटेचमेंट, वह देखभाल करने वाले के होते हुए भी एक अपरिचित प्लेरूम का अन्वेषण करने में हिचकिचाते हैं, उसके जाते ही वह परेशान और गुस्सा हो जाते हैं और उसके वापस आने पर उसके साथ आक्रामक व्यवहार करते हैं, और उसे खुद को सांत्वन देने में प्रतिरोध जताते हैं।
- डिसऑर्गनाइज्ड अटेचमेंट, जिसे शुरूआती अटेचमेंट रिसर्च के कई वर्षों के बाद बनाया गया है, यह उन शिशुओं का प्रतिनिधित्व करती है जो उलझन में हैं, विरोधाभासी हैं, या भावनात्मक रूप से अपने व्यवहार में उतावले हैं, साथ ही इन शिशुओं में से कुछ के साथ अलगाव के लक्षण दिखाई दे रहे हैं, (चेहरे पर बिना कोई प्रतिक्रिया के भाव लाए जम कर बैठना और कोई जवाब ना देना).

सामाजिक संदर्भ भी बच्चों को खोज करने और उनके सामाजिक परिवेश के पहलुओं पर कैसे प्रतिक्रिया दें इसका अनुकरण करने का अवसर दे सकते हैं — दूसरे शब्दों में, सामाजिक संदर्भ संस्कृति-आधारित सामाजिक बारीकियों के बारे में ज्ञान प्राप्त करने के लिए एक आधार प्रदान करता है। उदाहरण के लिए,

ऐसे संदर्भ में जहाँ विभिन्न जातियां सह-अस्तित्व में हैं, एक निचली जाती वाला बच्चा उच्च-जाति के व्यक्तियों की उपस्थिति में शुरूआती देखभाल करने वालों और उच्च जाति के व्यक्तियों के बीच बातचीत देखने से विनम्रता के साथ उनकी तरह बात करना सीख सकता है। इसके अतिरिक्त, अगर यह बच्चा भारत में बड़ा हुआ है, तो वह कम उम्र में ही सामाजिक संदर्भ के माध्यम से खाने के लिए केवल अपने दाहिने हाथ का उपयोग करना सीख सकता है — भारत में माना जाता है कि, दाहिना हाथ "साफ" हाथ है जबकि बायाँ हाथ "गंदा" हाथ है, जिसका उपयोग शौच के बाद स्वयं की सफाई के लिए किया जाता है। समय से पहले दाहिने हाथ के बारे में जानने से उसे उसकी आयु वाले अन्य देशों के बच्चों की तुलना में, दाएं और बाएं हाथ के बारे में जल्दी ज्ञान मिल सकता है, यह दर्शाता है कि सामाजिक संदर्भ संस्कृति-बाध्य सामाजिक बारीकियों के सीखने को कैसे बढ़ावा दे सकते हैं और अतिरिक्त सांस्कृतिक अंतर पैदा कर सकते हैं।

सामाजिक संदर्भ बच्चे के टॉडलरहुड के दौरान और उसके आगे तक विकसित होता रहता है, जैसे एक बच्चा दूसरों को देख कर सीखता है कि विभिन्न भावनात्मक रूप से उत्तेजक स्थितियों के लिए उचित रूप से प्रतिक्रिया कैसे दें या अपने स्वयं के भावनात्मक स्थितियों और प्राथमिकताओं की तुलना में दूसरों की प्रतिक्रियाओं का उपयोग कैसे करें। यह माइलस्टोन यह भी संकेत देता है कि शिशु दूसरों की इच्छाओं और भावनाओं के साथ-साथ, स्वयं और दूसरों के बीच अंतर के बारे में जागरूक हो रहा है। इस बढ़ते हुए एहसास के अनुरूप, इस अवधि के दौरान एक और महत्वपूर्ण माइलस्टोन शिशु द्वारा दूसरों के दिए हुए सरल निर्देशों का पालन करने की क्षमता है, जो नौ से दस महीने की उम्र में दिखाई देता है और बाद में शैशवावस्था में आगे जारी रहता है। इस मामले में, कुत्ते के साथ खेलने वाला शिशु, माँ का कहना मान कर कुत्ते को खेलने के लिए छड़ी देने में सक्षम हो सकता है और शुरूआती देखभाल करने वाले के निर्देशों का पालन करते हुए, शिशु सबसे अधिक कहना मानना सीखेगा।

सामाजिक सन्दर्भ

सामाजिक सन्दर्भ वह शब्द है जिसका उपयोग इस बात का वर्णन करने के लिए किया जाता है कि शिशु दूसरों से संकेत लेते हैं यह तय करने में कि कौन सी भावनाएँ और कार्य विशिष्ट स्थिति में उपयुक्त हैं।

13 महीने से 18 महीने की आयु

इस स्टेज के दौरान, आत्म-जागरूकता के अधिक ठोस लक्षण विकसित होते हैं। शिशुओं को अब पता होता है कि उनका शरीर, भावनाएं और व्यवहार शुरूआती देखभाल करने वाले और अन्य लोगों से अलग हैं। इस स्टेज पर शिशु खुद को पहचानना शुरू कर देते हैं, जो विकास में बेहद महत्वपूर्ण कदम है। इस आत्म-जागरूकता का एक सम्मोहक उदाहरण दर्पण में एक शिशु का खुद को देखना दर्शाया गया है। हालांकि शुरू में आश्चर्य होने पर भी, अधिकांश शिशुओं को जल्दी से पता चलता है कि वे खुद को देख रहे हैं, किसी और को नहीं। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है, क्रॉस-कल्चर अध्ययनों से पता चला है कि जब वे एक दर्पण में उनके प्रतिबिंब को देख रहे हैं तो पश्चिमी और गैर-पश्चिमी शिशुओं की प्रतिक्रियाओं में महत्वपूर्ण अंतर होता है (Broeschet al, 2010)। जबकि दर्पण से खुद की पहचान पश्चिमी शिशुओं में बढ़ती आत्म-अवधारणा का एक संकेत हो सकता है, यह गैर-पश्चिमी शिशुओं के लिए जरूरी नहीं है। इस प्रकार, बच्चों के विकास में आत्म-जागरूकता के सूचकांक के रूप में दर्पण में देख कर खुद की पहचान करने का विचार उस सांस्कृतिक संदर्भ से प्रभावित होता है जो उसमें अंतर्निहित है।

इस अवधि के दौरान हुए परिवर्तन भावनात्मक विकास में भी प्रगति दिखाते हैं, जैसा कि शिशु अब अपने साथियों को देख कर उनकी नक़ल करते हुए या उनके साथ मिलकर खेलने में सक्षम हैं और दूसरों के प्रति सहानुभूति भी दिखा सकते हैं। सहानुभूति एक अन्य व्यक्ति द्वारा प्रदर्शित भावनाओं को प्रतिबिंबित करने और महसूस करने की क्षमता है। जब शिशु अपने देखभाल करने वाले में भावनाओं, विशेष रूप से नकारात्मक भावना के प्रदर्शन को देखते हैं, ऐसे में शिशु अपनी व्यक्तिगत परेशानी दिखा सकते हैं या देखभाल करने वाले को सांत्वना दे सकते हैं, हालांकि बाद वाली सहानुभूति प्रतिक्रिया आम तौर पर दो साल की उम्र के आसपास होती है। इस स्टेज में, जैसे-जैसे उनकी आत्म-जागरूकता बढ़ती है शिशु अपने भावनात्मक अनुभवों का दूसरों के साथ अंतर करना जारी रखते हैं, लेकिन साथ ही प्रोसोशल व्यवहार के भी संकेत देते हैं।

Table A.2.1 Summary of developmental milestones from zero to two years

	Cognitive and linguistic milestones: Social stimulation and interaction	Social-emotional and behavioral milestones: Attachment relationships
Birth to six months	• Better differentiation of external stimuli (sounds, colors, etc.) • Recognition of facial expression • Preference for familiar people, stimuli and face-to-face interactions. • Improvement of memory and attention skills (infants can remember and attend to certain people, physical locations or objects) • Use of crying to express basic needs (hunger, thirst, comfort, etc.) • Emergence of language precursors: Cooing (2 months) and babbling (4 months) • *Joint attention*: Caregiver and baby take turns exchanging facial expressions and noises.	• Early behavioral and emotional self-regulation based on establishment of regular activities and routines (e.g., eating, sleeping, etc.) • Sleep cycles become more predictable by the age of eight weeks • *Gaze aversion*: Normal reaction to overstimulation and arousal • *Social smile*: As a response to familiar human faces (6 weeks) and as initiated by the baby (3 or 4 months). • Multiple displays of emotions by age six months (e.g., frustration, anger, sadness, etc.) • Individual and contextual differences in *temperament*
Seven months to one year	• Growing perceptual and sensory capabilities. • Improvement of memory and attention skills: Dependent on the familiarity of the situation, person, or infant's motivation • *Object permanence* (eight months): Objects and people still exist although not seen or heard • Emergent language skills: Babbling when interacting with the caregiver, some will speak their first word at 12 months or in the next stage • Can point to an object (e.g., a toy) around one year • Will learn and respond to own name.	• Development of *attachment relationships*: Infant's bond with the primary caregiver • *Separation anxiety*: Displays anxiety when the caregiver leaves • *Social referencing*: – How to react to ambiguous or novel situations – Facilitates acquisition of culture-bound social nuances – Differentiation between self and others.
13 months to 18 months	• Expansion of their repertoire of earlier cognitive skills: – Object permanence: Will look for the hidden item in more than one location – Memory and retrieval: Increasing delays between the observed behavior and its imitation in other contexts – After the first word (eight-18 months): Vocabulary grows to about 200 words.	• *Self-awareness*: Recognition of oneself • First demonstrations of *empathy*: Capacity to reflect and feel the emotions demonstrated by another person (e.g., when infants see displays of negative emotionality in their caregiver, they may show their own personal distress or attempt to comfort the caregiver).
19 months to two years	• Cognitive advances in memory, problem solving, and attention: – Development and execution of action plans (e.g., building a structure) – Pretend or make-believe play (20 months) and daily life play themes • Advanced linguistic skills: – Combining two or more words – Replacement of parts of a word with vowels or consonants that are easier to say – Vocabulary growth.	• Use of language and other behaviors to regulate emotional experience • Growing awareness of others • Emergence of more complex emotions (e.g., embarrassment, guilt, shame, etc.) • Lower intensity of separation anxiety • First signs of self-control: Able to delay engagement in an enjoyable task • Play: Imitation of others, use of language and play choices based on gender stereotypes.

19 महीने से 2 वर्ष की आयु

जैसे ही बच्चा पैदा होता है, शिशु विभिन्न भावनात्मक अवस्थाओं के लिए नामों से अवगत हो जाता है और अपने भावनात्मक अनुभव को विनियमित करने के लिए भाषा और अन्य व्यवहारों का उपयोग करना शुरू कर देता है। जैसे सहानुभूति की बढ़ती क्षमता दिखाते हुए, शिशु इसे एक आंतरिक भावनात्मक स्थिति का नाम दे सकता है और देखभाल करने वाले को इसके बारे में बता सकता है ("मैं गुस्सा हूँ!") या देखभालकर्ता की उदासी दूर करने के लिए उसे गले से लगा सकता है। शैशवावस्था के इन बाद के चरणों के दौरान दूसरों की बढ़ती जागरूकता के अनुरूप, इस समय अधिक जटिल भावनाएं उभरती हैं, जैसे कि शर्मिंदगी, अपराधबोध और शर्म, ये सभी बच्चे के व्यवहार के बारे में दूसरों के भावनात्मक जवाब हैं। उदाहरण के लिए, जब एक परिवार की दो साल की बच्ची कुकी जार में हाथ डाले पकड़ी गई, तो वह अपनी मां की डांट से शर्मिंदा होकर प्रतिक्रिया देती दिखाई दी और जब उसे महसूस हुआ कि ऐसा करना गलत है तो रोने लगी। पिछली स्टेजों में, जब उसकी माँ उससे कुकीज़ वापस ले ले तो यही शिशु आश्चर्य या गुस्सा दिखा सकता है।

सेपरेशन एंज़ायटी के व्यवहारिक संकेत की तीव्रता इस स्टेज में आकर कम हो जाती है और शिशु उच्च स्तर के भावनात्मक विनियमन कौशल दिखाना शुरू कर देते हैं, जैसे कि देर से संतुष्ट होना। हालांकि इस उम्र में आत्म-नियंत्रण व्यक्तिगत मतभेद के अनुसार बदलता रहता है, कुछ टॉडलरहुड के करीब पहुँच रहे शिशु किसी मनोरंजक कार्य में भाग लेने में देरी कर सकते हैं या अगर ऐसा करने को कहा जाए तो उसके बाद पुरस्कार लेने का इंतज़ार करते हैं। इस समय की अवधि के दौरान खेल व्यवहार अन्य बच्चों की नक़ल करने जितना ही होता है, हालाँकि भाषा का परिचय खेल को समझाने या सिखाने के लिए भी किया जाता है और शिशु लैंगिक रूढ़ियों (gender stereotypes) के आधार पर खेलने की वस्तुओं के बारे में चुनाव करना शुरू कर देते हैं।

शैशवावस्था की एक झलक

जन्म से लेकर दो वर्ष की आयु तक की अवधि संज्ञानात्मक (cognitive), भाषाई, सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक विकास में अविश्वसनीय प्रगति का एक रोमांचक समय है, जिसे टेबल A.2.1. में संक्षेप में बताया गया है। पहले कुछ महीनों के दौरान, शिशु बुनियादी जरूरतों और सभी जगहों में सरलता से विकासात्मक प्रगति करने के लिए देखभाल करने वाले पर मुख्य रूप से निर्भर रहता है, दो साल की उम्र तक शिशु आत्म-जागरूकता, स्वतंत्रता, सामाजिक समन्वय और सहानुभूति के लक्षण दिखाता है, जो कि सामाजिक जुड़ाव और सीखने के लिए आधार तैयार करने के दौरान बच्चे के जन्म और पूर्वस्कूली के दौरान विकसित होते रहते हैं।

देर से आने वाले टॉडलरहुड में सामान्य विकास और प्रीस्कूल: दो से पाँच वर्ष की आयु

देर से आने वाले टॉडलरहुड आमतौर पर दो से तीन साल की उम्र को संदर्भित करता है। पूर्वस्कूली वर्ष आमतौर पर तीन और पाँच साल की उम्र के बीच होते हैं। हालांकि, इन विकासात्मक अवधियों के भीतर अस्थायी ओवरलैप के कारण टॉडलारहुड और प्रीस्कूल की आयु के दौरान होने वाले संज्ञानात्मक (cognitive), भाषाई, सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक माइलस्टोंस पर चर्चा करना भी उचित है जो दो से पांच साल की उम्र में एक विकासात्मक अवधि है। इस स्टेज के दौरान, बच्चे स्वतंत्रता पाने की इच्छा के साथ प्राथमिक देखभालकर्ता पर बातचीत और भरोसे को निरंतर बनाए रखते हुए अपनी निर्भरता को संतुलित करते हैं। वे स्कूल जाने वाली उम्र की तैयारी के लिए अधिक आत्मनिर्भर हो जाते हैं, जो उनके परिवार और समुदाय से परे अक्सर दुनिया में उनका पहला उद्दम होता है।

संज्ञानात्मक (cognitive) और भाषाई माइलस्टोंस

संज्ञानात्मक (cognitive) माइलस्टोंस दो और पांच साल की उम्र के बीच बड़े पैमाने पर काम करने की स्मृति, निरंतर ध्यान, समस्या को सुलझाने और संगठन के क्षेत्र में बच्चे की बढ़ती क्षमताओं को दर्शाते हैं जो बच्चे की प्रारम्भिक शिक्षा और स्कूल की तत्परता को आसान बनाता है। संज्ञानात्मक (cognitive) विकास के संदर्भ में पियाज़े का सिद्धांत इस अवधि में पूर्व-संचालन की स्टेज है, जिसमें बच्चा मानसिक रूप से घटनाओं या कहानियों का प्रतिनिधित्व करने की अपनी

क्षमता में प्रगति करता है, लेकिन अपनी सोच में अहंकारी या आत्म-केंद्रित रहता है (Piaget, 1954)। हालाँकि, इस उम्र के संज्ञानात्मक (cognitive) विकास के बारे में हाल की रिसर्च का दृष्टिकोण अधिक लचीला है, जिसके अनुसार टॉडलर और प्री स्कूल के बच्चे दूसरों के दृष्टिकोण के साथ या उसे समझ कर सहानुभूति के लिए अपनी क्षमताओं में कुछ वृद्धि करते हैं। तीन वर्ष के लड़के के चिंतित माता-पिता एक मानसिक स्वास्थ्य प्रोफेशनल की सलाह लेते हैं। माता-पिता चिंतित हैं क्योंकि टॉडलर अक्सर अपने काल्पनिक दोस्त के बारे में देर तक बातें करता है जिसे कई खेल खेलने आते हैं। उस लड़के ने अपने काल्पनिक दोस्त का नाम रखा है और वह अनुरोध करता है कि उसका दोस्त भी उसके परिवार और बाकि सदस्यों के साथ हर जगह जाए। और जब परिवार के अन्य सदस्य इस दोस्त के अस्तित्व को चुनौती देते हैं तो वह दुखी हो जाता है। जबकि इस व्यवहार को सात या आठ साल की उम्र में विशिष्ट नहीं माना जाएगा। टॉडलरहुड और प्रीस्कूल की शुरुआत में, सामान्य रूप से विकास करने वाले बच्चे काल्पनिक दोस्त बनाने जैसे अधिक जटिल सामाजिक-नाटकीय खेल में शामिल होंगे, जो मानसिक अभ्यावेदन के लिए बढ़ती क्षमता को दर्शाते हैं। जबकि यह व्यवहार मानसिक निरूपण के लिए बढ़ती क्षमता को प्रतिबिंबित नहीं करेगा। साथियों के साथ बनावटी खेल दो या ढाई साल की उम्र में शुरू होता है, और चार या पाँच वर्ष की उम्र तक जटिल होता जाता है, जब प्रीस्कूलर अपने बनावटी खेल एक दूसरे के साथ खेलना शुरू कर देते हैं (Davies, 2004)। बनावटी खेल बताता है कि बच्चे खेलने की चीज़ों के साथ या उनके बिना भी मानसिक रूप से अपनी दुनिया का प्रतिनिधित्व करने में सक्षम हैं, और काल्पनिक अनुक्रम बना सकते हैं या वास्तविकता का प्रतिनिधित्व कर सकते हैं या जीवन की घटनाओं का दिखावा करते हैं। इस उम्र में एक काल्पनिक दोस्त का विकास सामान्य है और सामाजिक-नाटकीय खेल के कई रूपों में से एक है, जिनमें घर-घर खेलना, या डॉक्टर बनना, एक सुपरहीरो या स्टफ्ड टॉय का अभिनय करना, या यह दिखाना की बाकि चीज़ें भी बात कर सकती हैं, शामिल होता है। हालाँकि इस स्टेज पर बच्चे अक्सर दिखावा करते हैं कि निर्जीव वस्तुएं बात कर सकती हैं या सोच सकती हैं, टॉडलर्स और प्रीस्कूल जाने वाले बच्चे जीवित और निर्जीव में जल्दी अंतर करते हैं। सामाजिक-नाटकीय खेल भी अन्य संज्ञानात्मक (cognitive) और सामाजिक-भावनात्मक क्षमताओं को भी शामिल करके उन्हें मजबूत करता है, जैसे कि वर्किंग मेमरी, ध्यान, तर्क, आत्म-नियंत्रण, सहयोग और परिप्रेक्ष्य लेना, जो इस अवधि के दौरान बढ़ते और विकसित होते हैं।

तीन या चार साल की उम्र में, टॉडलर्स दोहरे प्रतिनिधित्व या एक प्रतीकात्मक वस्तु की पहचान समझने लगते हैं, जैसे ट्रेन स्टेशन की तस्वीर या मॉडल, दोनों एक वस्तु और किसी अन्य चीज़ का प्रतीक है, जैसे कि परिवार का सदस्य या ट्रेन। इस अवधि के दौरान मानसिक प्रतिनिधित्व में इन सभी उन्नतियों के साथ, बच्चों को जादू और काल्पनिक प्राणियों में भी विश्वास होने लगता है, जैसे कि दो और तीन साल की उम्र में परियाँ, चुड़ैलें, वैम्पायर्स, या गोब्लिंस और पाँच या छह साल की उम्र में सैंटा क्लॉस जैसे बनावटी व्यक्तियों के लिए तार्किक स्पष्टीकरण की खोज करना। हालाँकि, अन्य सांस्कृतिक आंकड़ों में जादुई सोच या विश्वास सांस्कृतिक मान्यताओं और मानदंडों के अनुसार अलग-अलग होंगे, और इन आंकड़ों में निरंतर विश्वास निश्चित रूप से कुछ सांस्कृतिक संदर्भों में विशिष्ट नहीं होते हैं। उदाहरण के लिए, आधुनिक चिली में, कई मापुची समुदायों का मानना है कि जादू टोना बीमारी और दुर्भाग्य का प्राथमिक कारण होता है। मापुची में हर जगह ऐसे बच्चे, युवा, और वयस्कों को खोजना अनोखी बात नहीं हैं जो चुड़ैलों और उनकी जादुई शक्तियों के अस्तित्व में विश्वास करते हैं। इसलिए, इन समुदायों के साथ काम करने वाले स्वास्थ्य चिकित्सकों को सामान्य विकास की अवधारणा बनाते समय इन मान्यताओं को ध्यान में रखना चाहिए।

जहाँ शैशवावस्था के दौरान संज्ञानात्मक (cognitive) समस्या को हल करना ज्यादातर परीक्षण पर निर्भर करता है, इस स्टेज के दौरान समस्या-समाधान बच्चे के ध्यान को बनाए रखने, योजना व्यवहार में शामिल होने और संज्ञानात्मक (cognitive) स्क्रिप्ट्स या पूर्व व्यवहार के आंतरिक मॉडल का उपयोग करने और रोजमर्रा की समस्या को सुलझाने के लिए अनुभव या व्याख्यात्मक उद्देश्य की अधिक से अधिक क्षमता द्वारा बढ़ाया जाता है। उदाहरण के लिए एक बच्चा अपने साथियों या देखभाल करने वाले को देख कर अपने ब्लॉक्स की अधिक स्थिर और लम्बी संरचना बनाना सीख सकता है और वह इस सीख को भविष्य में ब्लॉक्स की बड़ी संरचनाओं को बनाने में लगाएगा। रोजमर्रा के अनुभवों की व्याख्या करने के संदर्भ में, दो और पांच साल की उम्र के बच्चे आमतौर पर गतिविधियों में शामिल चरण या कार्यों को आगे बढ़ा सकते हैं जैसे कि किसी रिश्तेदार से मिलने जाना (“हम दादी से मिलने जाते हैं, वह हमारे लिए खाना बनाती हैं, हम टीवी देखते हैं, हम घर जाते हैं”) या प्रीस्कूल में

एक दिन बिताना। इस स्टेज में सोच कारण और प्रभाव संबंधों के आसपास और भी अधिक उन्मुख हो जाती है, और याददाश्त का विस्तार भी चार वस्तुओं तक बढ़ जाता है। समस्या का समाधान पेरेंटल स्काफ़ोल्डिंग या समर्थन के माध्यम से और विकास कर रहे बच्चे की प्राइवेट स्पीच माध्यम से भी हो सकता है। प्राइवेट स्पीच तब होती है जब टॉडलर्स और प्री स्कूल जाने वाले बच्चे अपने आप से ज़ोर से बात करते हैं, और समस्याओं को सुलझाने के लिए खुद को मार्गदर्शन प्रदान करते हैं, जैसे कि अपने स्वयं के व्यवहार के बारे में सोचना या योजना बनाना (Berk, 2006)। इस माइलस्टोन से अधिक उन्नत याददाश्त, श्रेणीकरण और आत्म-चिंतनशील प्रक्रियाओं के विकास का भी पता चल सकता है।

जब बच्चे कम उम्र में पढ़ना और नम्बर्स सीखते हैं तो इस उम्र में स्कूल पर आधारित कार्य में संज्ञानात्मक (cognitive) और भाषाई वृद्धि अधिक दिखाई देती है। हालाँकि इस तरह के कौशल सीखने में घर में बोली जाने वाली भाषा, सामाजिक आर्थिक स्थिति और सांस्कृतिक संदर्भ के अनुसार पर्याप्त रूप से भिन्न होंगे, कई बच्चे अपने टॉडलरहुड और प्रीस्कूल के वर्षों के दौरान वर्णमाला को गिनना और सुनाना सीखते हैं। बच्चे आमतौर पर किसी कहानी के विवरण को दूसरों से जोड़ कर देख सकते हैं और पांच साल की उम्र तक अपनी समझ को स्पष्ट करने के लिए सवाल भी पूछ सकते हैं। वयस्कों और अन्य साथियों द्वारा दिए गए उचित मार्गदर्शन के द्वारा अन्य भाषा कौशल विकसित होते रहते हैं। कुल मिलाकर, इस अवधि के दौरान आक्रामक व्यवहार नोर्मेटिव है, लेकिन लगभग पाँच या छः साल की उम्र तक, जैसे बच्चा अपने स्कूल जाने की उम्र में पहुँचता है तो उसे ऐसा व्यवहार करने से रोकना चाहिए।

इस अवधि के दौरान भावनात्मक अभिव्यक्ति और दूसरों की भावनाओं को समझने में अन्य सामाजिक-भावनात्मक माइलस्टोंस उत्पन्न होते हैं। विशेष रूप से, अधिक जटिल व्यवहार और भावना की भाषाई अभिव्यक्तियाँ,जिसमें सहानुभूति और दया शमिल है, इस समय के दौरान विकसित होती हैं। उदाहरण के लिए, एक दिन अपनी मां को दुखी और परेशान देखकर, दो साल का बच्चा उसे गले लगा सकता है।

इसके विपरीत, प्रीस्कूल जाने वाला एक बच्चा शारीरिक क्रियाओं के साथ-साथ आराम प्रदान करने के लिए शब्दों का उपयोग करेगा, और पूछेगा, "क्या हुआ माँ?" अपनी माँ को गले लगाएगा और सांत्वना देने के लिए वह सारे वाक्य भी दोहराएगा जो उसने अपनी माँ या अन्य देखभालकर्ताओं से सुने हैं, जैसे कि, "सब ठीक हो जायेगा।" इस विकासात्मक अवधि के दौरान, बच्चे कैसा महसूस करते हैं और दूसरों की भावनाओं को कैसे समझते हैं यह व्यक्त करने के लिए व्यवहार की तुलना में शब्दों पर अधिक भरोसा करते हैं। तीन या चार साल की उम्र तक, बच्चे और प्रीस्कूल जाने वाले बच्चे अपनी भावनाओं और साथियों तथा दूसरों की भावना संबंधित व्यवहार का मूल्यांकन करने में अधिक सटीक हो जाते हैं। यह अवधि तब भी होती है जब बच्चे अपनी पहली दोस्ती को विकसित करते हैं, जैसे-जैसे बच्चे स्कूल की उम्र तक पहुँचते हैं, उनका महत्व बढ़ता जाता है। भावनात्मक अभिव्यक्ति या इमोशनल डिस्प्ले रूल्स के लिए सांस्कृतिक आदर्शों की समझ अधिक प्रबल हो जाती है, और बच्चे इस बारे में अधिक जागरूक हो जाते हैं कि कुछ भावनाओं को कब प्रदर्शित करना है। इस अवधि के समाप्त होने तक टेम्पर टेंट्रम में कमी का भाग भाषाई क्षमताओं में वृद्धि के कारण है, लेकिन एक योगदान कारक यह भी है कि प्रीस्कूल जाने वाले बच्चे पहचानते है कि ये भावनात्मक प्रदर्शन किस भी स्थिति में उपयुक्त नहीं हैं। अन्य डिस्प्ले रूल्स जैसे, कब उत्साह दिखाएं और कब हँसे (खेल खेलते हुए, जब पिता कोई चुटकुला सुनाएं) और कब चुप रहें (जब माँ फ़ोन पर बात कर रही हो, धार्मिक समारोहों या सेवाओं के समय) और भी अच्छे से स्थापित हो जाते हैं और समझ में आ जाते हैं। इमोशनल डिस्प्ले रूल्स और साथ ही नैतिक विश्वास, दोनों ही जो इस समय उभरना शुरू करते हैं, काफी हद तक साथियों, देखभाल करने वालों और बच्चे के बृहत्तर सांस्कृतिक संदर्भ से प्रभावित होते हैं।

इसके विपरीत, बाद के वर्षों में प्रीस्कूल के बच्चे दूसरों की भावनाओं, दृष्टिकोण और विशेषताओं को ज़रिया बना कर उनके बारे में बातें करेगा। इस उम्र में, शारीरिक लक्षणों और लिंग के वर्णन के साथ, एक बच्चा अपने सबसे अच्छे दोस्त को ऐसे व्यक्ति के रूप में बता सकता है जो "मज़ाकिया है, और सॉकर अच्छा खेलता है, और उसे बहुत कुछ आता है।" इस अवधि के दौरान, बच्चे समूहों के बीच के सांस्कृतिक और जातीय अंतरों को पहचानना भी शुरू कर देते हैं। आखिर में, बच्चे जेंडर कॉन्सटेंसी या इस विचार के माइलस्टोन पर पहुँचते हैं, कि लिंग को बदला नहीं जा सकता है, और पाँच या छह साल की उम्र तक लिंग के प्रति रूढ़ीबद्ध व्यवहार के बारे में अधिक जागरूक हो जाते हैं, खेल और

Photo: San Jose Library

सामाजिक व्यवहार की लिंग आधारित अपेक्षाओं, जो संस्कृतियों और पर्यावरणीय संदर्भों में भिन्न हो सकते हैं उनका निरंतर रूढ़ीबद्ध होकर पालन करते हैं। जहाँ तीन साल की एक अमेरिकन बच्ची अपनी दोस्तों (लड़कियों) के साथ घर-घर खेलना और तैयार होना पसंद कर सकती है, वहीं पांच साल की उम्र का यह प्रीस्कूल जाने वाला लड़का अपने साथियों (केवल लड़के) के साथ कारों या अन्य एक्शन ओरिएंटेड गेम्स खेलना पसंद कर सकता है, लिंग रूढ़ीबद्ध के बजाय जो उत्तरी अमेरिका में सामान्य है। बच्चे भविष्य में क्या काम करने का सोचते हैं जेंडर कॉन्सटेंसी इस पर भी बहुत प्रभाव डालती है, हालाँकि यह हर संस्कृति में भिन्न होता है। उत्तर अमेरिका के पांच साल के लड़के पर विचार करें जो अपने पिता को बताता था कि वह एक शिक्षक बनना चाहता है। एक दिन, बच्चे ने अपने पिता को यह बताते हुए आश्चर्यचकित कर दिया कि अब उसे शिक्षक नहीं बनना। जब उनके पिता ने उनसे उनके नए संकल्प के बारे में पूछा, तो उसने बस यह कहा, "मैं नहीं कर सकता - सभी शिक्षक तो महिलाएं होती हैं।" इसके विपरीत, समान उम्र के एक कैमरून बच्चे एक अलग अनुभव हो सकता है, क्योंकि उसके स्कूल में केवल पुरुष शिक्षक हैं।

टॉडलरहुड और प्रीस्कूल की उम्र के दौरान कुछ व्यवहारिक परिवर्तन जो शारीरिक परिपक्वता से संबंधित हैं व्यवहार विकास के क्षेत्र में स्वीकार करने के लिए भी महत्वपूर्ण है। दो और पांच साल की उम्र के बीच, बच्चे अपने आप खाने में अधिक सक्षम हो जाते हैं, अपने आप टॉयलेट जाना भी आमतौर पर इसी समय शुरू होता है और बच्चे के व्यवहार प्रदर्शनों का हिस्सा बन जाता है, इस क्षेत्र में सापेक्ष स्वतंत्रता तक पहुंचने वाले अधिकांश बच्चे चार या पाँच साल की उम्र तक के होते हैं। वैसे यौवन, या यौन परिपक्वता, 11 या 12 साल की उम्र तक शुरू नहीं होती है, टॉडलर्स और प्रीस्कूलरों की आत्म-जागरूकता में निरंतर वृद्धि के साथ, वे इसके बारे में अधिक उत्सुक हो सकते हैं, और खुद को यौन रूप से तलाशना शुरू कर सकते हैं। नोर्मेटिव बिहेवियर के दायरे में, इस उम्र में बच्चे स्वयं को छू सकते हैं, देखभाल करने वालों से या अपने साथियों से जननांगों के बारे में सवाल पूछ सकते हैं और उन्हें जननांग दिखा सकते हैं। कई माता-पिता अपने बच्चे के व्यवहार को अधिक कामुक बनते देख चिंतित

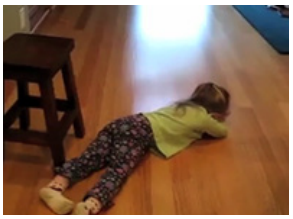
होते हैं, यह व्यवहार कुछ हद तक नोर्मेटिव है। हालांकि, जबरदस्ती या यौन व्यवहार और वयस्क यौन कृत्यों का ज्ञान या उनका अनुकरण करना आमतौर पर असामान्य व्यवहार है और यौन शोषण या अतिवृद्धि के उदाहरणों को इंगित कर सकता है। इस अवधि के दौरान अन्य डिवेलपमेंटल माइलस्टोंस के साथ, शारीरिक और व्यवहार संबंधी बदलावों को बच्चों के व्यक्तिगत और प्रासंगिक मतभेदों के संदर्भ में माना जाना चाहिए।

टॉडलरहुड और प्रीस्कूल वर्षों की एक झलक

टॉडलर्स और प्रीस्कूल जाने वाले बच्चे खुद को और दूसरों को समझने में महत्वपूर्ण परिवर्तन दिखाते हैं जो मानसिक निरूपण (mental representations), समस्या समाधान और अन्य संज्ञानात्मक (cognitive) कौशल के क्षेत्रों के साथ-साथ, भाषा, सामाजिक-भावनात्मक प्रक्रिया और व्यवहार के क्षेत्रों में भी विकासात्मक माइलस्टोन के पूरा होने का सबूत है; इसे सारणी A.2.2 में संक्षेपित किया गया है। कई संस्कृतियों के लिए, टॉडलरहुड और प्रीस्कूल माइलस्टोंस यह संकेत देते हैं कि बच्चा औपचारिक शिक्षा प्राप्त करने या स्कूल जाने के लिए तैयार है, जो आमतौर पर छह या सात साल की उम्र में शुरू होता है।

बचपन में सामान्य विकास: उम्र छह से 11 वर्ष

अलग-अलग संस्कृति में, छह से 11 वर्ष की आयु तक विकासात्मक अवधि वह एक समय है जब बच्चे सामाजिक दुनिया में और अधिक शामिल होने लगते हैं और भविष्य के काम या पारिवारिक भूमिकाओं से संबंधित औपचारिक शिक्षा या बिना शिक्षा वाले समाजों के माध्यम से गुज़रते हुए आगे चलकर वयस्कता में उपयोग होने वाले कौशल सीखते हैं। बच्चे सांस्कृतिक मानदंडों, नियमों और कानूनों के अधिक अभ्यस्त हो जाते हैं, और धीरे-धीरे उनका ध्यान पारिवारिक सम्बन्धों से हटकर सामाजिक और सहकर्मी-उन्मुख गतिविधियों में स्थानांतरित होना शुरू हो जाता हैं, विशेष रूप से जब वे 11 वर्ष की आयु और किशोरावस्था की शुरुआत तक पहुंचते हैं।



Researchers have recently deconstructed the patterning of temper tantrums. Click on the link to view (1:54)

संज्ञानात्मक (cognitive) और भाषाई माइलस्टोंस

छह और 11 वर्ष की आयु के बीच, बच्चे ध्यान, ऑटोमेटाईज़ेशन और मेमरी के क्षेत्रों के साथ-साथ अन्य मानसिक कार्यों के क्षेत्रों में जानकारी संसाधित करने में महत्वपूर्ण प्रगति करते हैं। सात साल की उम्र तक, बच्चे आमतौर पर उत्तेजनाओं या एक कार्य के एक समूह की तरफ़ अपना ध्यान केंद्रित करने और साथ ही साथ बाहरी उत्तेजनाओं को नज़रअंदाज़ करने में सक्षम होते हैं। कक्षा की खिड़की के बाहर खड़े बच्चों की बातें सुनते हुए या उन्हें खेलते देखकर, एक पाँच साल के बच्चे को अपनी पढ़ाई पर ध्यान केंद्रित करने में बहुत कठिनाई होती है, आठ या नौ साल की उम्र तक अधिकांश बच्चे अपने कार्यों पर ध्यान केंद्रित कर सकते हैं, या आसानी से कहीं और ध्यान बाँट सकते हैं। यह चयनात्मक ध्यान (selective attention) महत्वपूर्ण सोच और नए कौशल या जानकारी सीखने के लिए आवश्यक है (Berk, 2007)। बच्चे के ध्यान कौशल में आत्म-नियंत्रण भी एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, क्योंकि सामाजिक अपेक्षाएँ स्कूल या अन्य सीखने वाले वातावरण के माध्यम से बताई जाती हैं।

एक पिता अपने छह और दस वर्ष के दो बच्चों को जल्दी से तैयार होकर घर से बाहर चलने के लिए कहते हैं, क्योंकि उन्हें दस वर्षीय बच्चे के सॉकर गेम के लिए देरी हो रही है। पिता कहता है, "तुम दोनों जूते पहन कर अपनी जैकेट ले आओ, कुछ खाने के लिए रख लो और अपनी पानी की बोतल भर लो, जब तक मैं गाड़ी स्टार्ट करता हूँ।" जब पिता घर में वापस आता है, तो 10 साल का बच्चा जाने के लिए तैयार होता है, लेकिन छह साल के बच्चे को पिता और बड़े भाई द्वारा बार-बार याद दिलाया जाता है कि उसे कुछ खाने के लिए रखना है और पानी की बोतल भरनी है। "मेरा छह साल का बच्चा सच में भूल जाता है," पिता सोचता है कि कहीं उसके छोटे बेटे को ध्यान या याद रखने में कोई समस्या तो नहीं है।

वैसे तो इस अवधि के दौरान, जानकारी को स्टोर करने और रिट्रीव करने के लिए बच्चे के मेमरी की क्षमता और कौशल में वृद्धि और सुधार होता है और वह तेज़ और कुशल बन जाती है, 11 वर्ष की आयु में जब स्कूल जाने के प्रारंभिक वर्षों की तुलना में बच्चा मन में चरणों के क्रम याद रखने

में सक्षम है और अधिक कुशलता से निर्देशों का पालन करता है। इस उदाहरण में, छह वर्ष के बच्चे ने वैसी मेमरी क्षमता और कौशल विकसित नहीं की है जैसी उसके बड़े भाई के पास है। इन वर्षों के दौरान, बच्चा निष्कर्ष-आधारित मेमरी या उसने जो कुछ सीखा या जो हुआ, उसके मूल घटकों पर भी भरोसा कर सकता है (Berk, 2007)। भले ही छह वर्षीय बच्चे को अपने भाई के खेल के कुछ हिस्से याद हों, उसका बड़ा भाई शायद अधिक व्यापक मेमरी के साथ घर आएगा; फिर भी जो भी हुआ दोनों बच्चों को उसका निष्कर्ष याद रहेगा - कि बड़े भाई की टीम ने गेम जीता।

इस अवधि के दौरान बच्चे याददाश्त में सुधार या उसे बढ़ाने के लिए विभिन्न कौशलों से अवगत होते हैं, और अपनी इच्छा से मानसिक संकेत और श्रेणियों या महत्वपूर्ण कार्यों या प्रक्रियाओं को याद रखने में मदद करने के लिए सूचना को दोहराने जैसी संज्ञानात्मक (cognitive) रिहर्सल स्ट्रेटजीस का उपयोग करना शुरू कर देते हैं। हमारे उदाहरण में बताए जा रहे बच्चे ने जब पहली बार आठ वर्ष की आयु में सॉकर के नियम सीखे तो उसने अपनी मेमरी को सुधारने के तरीके के रूप में वह सभी नियम अक्सर अपने अभ्यास के दौरान कई बार दोहराएं जो उसके कोच ने उसे कई बार याद दिलाए थे। जल्द ही, इन नियमों का ज्ञान अधिक ऑटोमेटिक हो जाता है, क्योंकि याददाश्त ऑटोमेटाईज़ेशन की प्रक्रिया में शामिल है। ऑटोमेटाईज़ेशन, या ऑटोमेटिसिटी, अभ्यास करने के कार्य या नई जानकारी और उससे संबंधित विचार या व्यवहार को संदर्भित करता है जब तक ये प्रक्रियाएं और अधिक नियमित नहीं हो जाती हैं (Davies, 2004)। वास्तव में, किसी भी नए कार्य या कौशल को सीखने में ऑटोमेटिसिटी एक आवश्यक घटक है, जैसे पढ़ना, लिखना, गणित के प्रोजेक्ट्स पूरे करना, या फुटबाल सीखने जैसे अन्य शैक्षणिक कौशल।

जानकारी समझने में लाभ के साथ, छह और 11 वर्ष की आयु के बच्चे बहुत से विभिन्न संज्ञानात्मक (cognitive) कार्यों में कई माइलस्टोंस हासिल करते हैं। प्रीस्कूल के वर्षों के दौरान, एक बच्चे को अपने दाएं और बाएं में अंतर करने को कहा जाए तो यह सुनकर अधिकाँश बच्चे कुछ भी समझ नहीं पाएंगे और अगर एक अभिभावक उनसे कहे कि उन्हें कुछ खाने से पहले "पाँच मिनट रुकना होगा" तो अधिकाँश को कुछ समझ नहीं आएगा। प्री स्कूलवाले बच्चों के पास समय और स्थानिक संगठन के लिए सीमित अभिविन्यास होता है जबकि, छह साल की उम्र में, बच्चे इन क्षेत्रों में अधिक उन्नत हो जाते हैं। इस उम्र तक एक बच्चा अपने स्वयं के दाएं और बाएं में अंतर कर सकता है और सात या आठ साल के आसपास दूसरों के दाएं और बाएं साइड को पहचान सकता है। सात साल की उम्र के बाद समय और कैलेंडर की तारीखें अच्छे से समझ में आने लगती हैं, जब अधिकांश बच्चे आमतौर पर पहचान सकते हैं कि उनका जन्मदिन कब है, और जब उन्हें खाने के लिए "पांच मिनट रुकने" को कहा जाए तो वह समझ जाएंगे। अन्य मेंटल ऑपरेशंस में आकार, आकृति, लंबाई, रंग के साथ-साथ अन्य जानकारी को सुनने और देखने की बढ़ती क्षमता जैसे विशिष्ट विशेषताओं के अनुसार वस्तुओं की क्रमबद्धता और वर्गीकरण में अधिक परिष्कार (sophistication) शामिल हैं। यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि सभी संस्कृतियों में बच्चे एक जैसे तरीके से वस्तुओं को वर्गीकृत नहीं करते हैं। कई समुदायों में अगर बच्चे स्कूल की शिक्षा ज़्यादा नहीं ले पाते तो वे वस्तुओं को उनके आकार, आकृति या रंग जैसे अन्य आयामों के बजाय उनके कार्य करने के तरीके के अनुसार क्रमबद्ध कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, एक बच्चा जिसका परिवार खेत में काम करता हैं वह फावड़े और आलू को एक ही ग्रुप में रख सकते हैं क्योंकि आलू को खोदने के लिए फावड़े का उपयोग किया जाता है।

बचपन के दौरान समस्या सुलझाने और तर्क करने में भी सुधार होता है क्योंकि उस समय सोच अधिक संगठित, रचनात्मक और लचीली होती है, और मेटाकोगनिशन के लिए क्षमता या "सोच के बारे में सोचने" की क्षमता विकसित होती है। संबंधित प्रक्रिया के रूप में, संज्ञानात्मक (cognitive) स्व-विनियमन, या नए कौशल सीखने या समस्याओं को हल करने में किसी के विचारों और कार्यों को ध्यान में रखने की प्रक्रिया भी इस अवधि के दौरान होती है और अधिक एब्सट्रैक्ट प्रॉब्लम-सॉल्विंग बताने के लिए किशोरावस्था के दौरान विकसित होना जारी रहती है। आखिर में, उभरते हुए भाषा और सांख्यकी कौशल छह और सात वर्ष की उम्र में और विकसित हो जाते हैं और प्रारम्भिक शिक्षा के वर्षों में पढ़ना सीखने के कौशल का उपयोग करके आगे बढ़ते हुए मिडिल चाइल्डहुड के अंत तक 11 वर्ष की उम्र में जब बच्चा नई जानकारी सीखने के कौशल के साथ स्कूल-आधारित शैक्षणिक कार्यों में संलग्न होने लगता है तो यह और भी परिष्कृत होते जाते हैं।

जैसे अन्य अवधियों में होता है, वैसे ही संज्ञानात्मक (cognitive) विकास बच्चे की भाषा

क्षमता की सीमा को प्रभावित करता है। उदाहरण के लिए, चूंकि बच्चे अपने सूचना प्रसंस्करण कौशल में लाभ प्राप्त करते हैं, विशेष रूप से सिलेक्टिव अटेंशन और स्मृति के क्षेत्रों में वे नए शब्दों को सीखने में सक्षम हैं और उन्होंने स्कूल में या बातें करते हुए जो सीखा है वे व्याकरण संरचना का पालन करते हुए उन शब्दों को वाक्यों में एकीकृत करते हैं। छह वर्ष से 11 वर्ष की आयु के बीच एक महत्वपूर्ण भाषाई माइलस्टोन है जो आमतौर पर इस अवधि के दौरान औसतन 10,000 शब्दों तक बढ़ जाता है। नौ से 11 साल की उम्र तक, बच्चे कुछ शब्दों के दोहरे अर्थ को भी समझ सकते हैं, जैसे कि जब शब्दों का उपयोग मेटाफोरीकली के रूप में किया जाता है। उदाहरण के लिए, जब स्कूल में अच्छे व्यवहार के लिए एक स्टिकर दिया जाता है जो कहता है कि "आप एक चमकते हुए सितारे हैं!" इस अवस्था के दौरान एक बच्चा यह समझ जाएगा कि उन्होंने अच्छा काम किया है और उसकी तुलना किसी प्रतिभाशाली सितारे से की जा रही है।

जब एक बच्चे के दादा-दादी उसे टॉडलरहुड और प्रीस्कूल के वर्षों के दौरान फ़ोन करते थे, तो बच्चा फ़ोन को देखता रहता,बीच-बीच में कुछ शब्द कहता और स्पीकर में अनिच्छा से बात करता। छह साल की उम्र के आसपास, यह बच्चा फोन का उपयोग अधिक सहजता से करने लगा और सात से आठ की उम्र के बीच फोन पर और भी स्पष्ट रूप से बोलने लगता है । बच्चे इस समय अपने संवादात्मक कौशल में महत्वपूर्ण प्रगति करते हैं, धीरे-धीरे बातचीत के विषय को बदलने से संबंधित बातें छिपाने के कौशल या बातचीत के कौशल सीख जाते हैं (Berk, 2007)। जहाँ छह से 11 साल की उम्र के दौरान, दादा-दादी से बात करते हुए बच्चा उनके कई सवालों के जवाब देने में व्यस्त रहता है, वहीं यह बच्चा अनायास ही अपने दादा दादी को नई जानकारी देना शुरू कर देता है और उन लोगों से ऐसे प्रश्न पूछता है जो उनकी बातचीत के अनुसार उचित थे। हालाँकि, इस अवधि के दौरान बच्चे के शब्दावली विकास और अन्य भाषाई कौशल की सीमा अन्य संज्ञानात्मक (cognitive) क्षमताओं पर निर्भर करेगी और सांस्कृतिक संदर्भ और सामाजिक मानदंडों से अतिरिक्त रूप से भिन्न होगी। बचपन के सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक माइलस्टोंस भी स्वयं और दूसरों पर आधिपत्य विकसित करने का समय है, जिसमें आत्मसम्मान, भावनात्मक विनियमन, परिप्रेक्ष्य लेना, नैतिक विकास और सहकर्मी सम्बन्ध शामिल हैं। जैसे ही बच्चे दूसरों से अपनी तुलना करना शुरू करते हैं और शिक्षकों या अन्य वयस्कों से आत्मसम्मान या आत्मसम्मान के महत्व के बारे में प्रतिक्रिया मिलते ही टॉडलर और प्रीस्कूल के वर्षों में बहुत अधिक स्तर की तुलना करना छोड़ने लगते हैं। एक दिन स्कूल से घर आने के बाद, एक 10 वर्षीय लड़की ने अपनी माँ से कहा, "मैं डांस में अच्छी नहीं हूँ ..... इसलिए मैं आज क्लास नहीं जाऊँगी।" इससे माँ को बहुत आश्चर्य हुआ क्योंकि उसकी बेटी को दोपहर की डांस क्लास बहुत पसंद थी और वह हर रोज़ जो सीखती थी उसको दूसरों के सामने अभ्यास करना चाहती थी। इस बारे में कुछ प्रश्न पूछने के बाद, उसकी बेटी ने कहा कि उसने कुछ लड़कियों के ग्रुप को लंच की छुट्टी के समय एक लोकप्रिय डांस का अभ्यास करते देखा, और उसने जो देखा और उसके साथियों ने उस पर जो सकारात्मक प्रतिक्रिया दी, उसके आधार पर उसे एहसास हुआ कि वह उन लड़कियों जितनी अच्छी नहीं है, इस 10 वर्ष की लड़की के आत्मसम्मान पर सामाजिक दुनिया में उसकी बातचीत के माध्यम से बदलाव आया था जो पिछले वर्षों की तुलना में अधिक महत्व रखता है।

पियाजे के बौद्धिक विकास के कुछ चरणों को दर्शाने वाला एक छोटा वीडियो (6:18) देखने के लिए चित्र पर क्लिक करें

इस अवधि के दौरान आत्म-सम्मान बच्चे की आत्म-सक्षम योग्यता या सहकर्मी समूह की स्थिति, या प्राथमिक देखभाल करने वालों, शिक्षकों और अन्य युवाओं के साथ पहचान के आधार पर बढ़ता जा रहा है ((Schaffer & Kip, 2010)। सांस्कृतिक कारक और लिंग अंतर आत्म-सम्मान के विकास को प्रभावित करते हैं और जिस सीमा तक बच्चे दूसरों से सामाजिक तुलना करते हैं। उदाहरण के लिए, एशियाई संस्कृतियों के बच्चों में विभिन्न शैक्षणिक कार्यों की उच्च आधिपत्य के बावजूद कम आत्म-सम्मान पाया गया है। उत्तरी अमेरिका में लड़कियों में लड़कों की तुलना में इस दौरान आत्म-सम्मान कम स्तर का पाया गया है। इस विकासात्मक अवस्था के दौरान आत्म-नियंत्रण की आवश्यकता बढ़ जाती है बच्चे उद्देश्यपूर्ण कार्यों में संलग्न होते हैं जो अक्सर बड़े समूहों में होते हैं (जैसे औपचारिक स्कूली शिक्षा)। इस इंगेजमेंट के लिए दो महत्वपूर्ण आत्म-नियंत्रण कौशल की आवश्यकता होती है: संतुष्टि और आवेग नियंत्रण की देरी। जहाँ एक छोटा बच्चा तत्काल संतुष्टि चाहता है, वहीं छह से 11 वर्ष की आयु के बच्चे, इनाम के लिए, खेलने के अलावा अन्य गतिविधियों में संलग्न रहते हैं और सहकर्मी समूह और संदर्भ के मानदंडों के अनुरूप व्यवहार करते हैं। इस भाग में साथियों को आत्म-नियंत्रण का उपयोग करते हुए देखते हैं। आत्म-नियंत्रण भी स्वभाव से भिन्न होता है-कुछ बच्चे दूसरों की तुलना में इच्छाओं और आवेगों को बेहतर तरीके से नियंत्रित कर पाते हैं, चाहे उनके

Table A.2.2 Developmental milestones in late toddlerhood and preschool: Age two to five years

Cognitive and linguistic milestones: Mental representation	Social-emotional and behavioral milestones: Balance between parental demands and child's need of autonomy

• *Sociodramatic play* (by age three):
  – Reflection of a growing capacity for mental representations (imaginary friends, etc.)
  – Involves and strengthens other cognitive and socio-emotional capacities (e.g., working memory, attention, reasoning, self-control, cooperation, perspective-taking, etc.)
• *Dual representation* (age three or four): The recognition that a symbolic object (a photograph) is both an object and a symbol of something else (a family member)
• Continuously searches for logical explanations and cause/effect relationships ("why" period)
• *Cognitive scripts*: Internal models of prior behavior and experiences that guide child's behavior
• Memory span grows up to four items
• *Private speech:* Children talk to themselves out loud, providing themselves guidance when solving problems
• Learning of early literacy and numeracy skills
• Growth of child's vocabulary to about 2,000 words by age five
• Grammatically complex sentences by age four or five (use of different verb tenses, etc.)
	• Normative *temper tantrums*:
	  – Appears between the ages of one and three, and decreases along with physically aggressive behavior, by ages four or five
	  – Related to language and self-regulation skills achievement
	• Decreased *reactive aggression* (in response to an external event) and increased verbal and instrumental (goal-oriented) aggression
	• Aggressive behavior is normative during this period, but should decline by about five or six years of age
	• More complex behavioral and linguistic expressions of emotion (empathy and sympathy)
	• Development of first friendships.
	• Emergence of *moral beliefs* and motional display rules: cultural norms for emotional expression
	• Growth of children's capacity to describe mental states and characteristics of others:
	  – By age two or three, descriptions will rely on physical attributes
	  – By age four or five, the description will rely on the emotions, attitudes and characteristics
	• *Gender constancy*: Gender cannot be changed; becomes more aware of gender-stereotyped behavior at ages five or six
	• Physical maturation: Feeding and toileting oneself.
	• Sexual curiosity and self-exploration: Normative to some extent.

साथी कुछ भी करें या विशिष्ट संरचनाओं वाले इनाम हों।

छह और 11 वर्ष की आयु के बच्चे पिछले विकास की अवधि की तुलना में लिंग संबंधी रूढ़ियों और भूमिकाओं के बारे में अच्छी तरह से जानते हैं। समान-सेक्स वाले रोल मॉडल्स चाहे वह दोस्त, देखभाल करने वाले, रिश्तेदारों, शिक्षकों या मशहूर हस्तियों, युवाओं द्वारा तेज़ी से उनकी पहचान करने के साथ इस अवधि के दौरान लिंग भूमिकाओं के बारे में गहराई से ज्ञान होता है। लिंग अभिज्ञान (Gender Identity) की यह विकासशील भावना आत्म-अवधारणा को भी प्रभावित कर सकती है और लैंगिक समाजीकरण की सुविधा प्रदान कर सकती है। हालांकि छह से 11 साल की उम्र के लड़के और लड़कियों में निश्चित रूप से विपरीत जेंडर में दोस्ती हो सकती है, एक एलीमेंट्री स्कूल के रेसेस यार्ड में चारों तरफ नज़र डालने पर आपको दिखेगा कि हर ग्रुप में अलग जेंडर वाले बच्चे हैं। जहाँ समान जेंडर ग्रुप्स में लड़कियाँ और लड़के या तो अलग-अलग खेलते हैं या एक साथ बातें करते हैं। लड़कियों का ग्रुप किसी खेल या टैग में संलग्न होने की बजाए कहीं खड़े होकर बातें करना पसंद कर सकती हैं, जैसे भोजन अवकाश में, जो कई लड़के अपने स्कूल के दिन में ब्रेक के समय करना पसंद करते हैं। इस तरह के लिंग अलगाव को संस्कृतियों में हर जगह निरंतर पाया गया है। मिडिल चाइल्डहुड के दौरान भावनात्मक विकास और विनियमन जारी रहता है, दोनों को संज्ञानात्मक (cognitive) और भाषा के क्षेत्रों में एक साथ बढ़ावा दिया जाता है। आठ साल की उम्र से, बच्चों को यह एहसास होना

शुरू हो जाता है कि वे एक ही बार में एक से अधिक भावनाओं का अनुभव कर सकते हैं, और दूसरों की भावनाओं की सीमा और संयोजनों को भी अच्छे से समझने लगते हैं। हालाँकि प्रीस्कूल के वर्षों के दौरान बच्चे गर्व, शर्म, अपराध और शर्मिंदगी जैसी भावनाओं से अवगत हो जाते हैं और जैसे जैसे उनमें मैच्योरिटी आती है बच्चों में इन जटिल भावनाओं के बारे में जागरूकता अधिक परिष्कृत हो जाती है और बच्चे ऐसी भावनाओं के प्रति अपनी व्यवहारिक प्रतिक्रिया बदल देते हैं। जब तीन साल का बच्चा अपने मनचाहे खिलौने के साथ खेल नहीं पाता, तो वह जोर-ज़ोर से चिल्लाएगा और चिड़चिड़ाकर रोने लगेगा। उसकी मां को एहसास हो सकता है कि तीन वर्षीय बच्चा न केवल परेशान है, बल्कि ज्यादा थक गया है और उसे सोने की आवश्यकता है। मिडिल चाइल्डहुड में ऐसे ही 11 वर्ष की बच्ची बिलकुल वैसे ही परेशान हो सकती है जब उसे अपने बाकी भाई-बहनों की तरह टीवी देखने के लिए देर तक जागने की इजाज़त नहीं होती, लेकिन उसे इस बात की समझ हो सकती है कि वह थकी हुई है और अगले दिन उसे स्कूल के लिए जल्दी उठना है। 11 वर्ष की बच्ची अपनी इच्छा पूरी ना होने पर चिल्लाती या रोती नहीं है और शायद अपने माता-पिता से इस बारे में बहस करने की बजाए वह कुछ चर्चा करके सोने जा सकती है (वैसे किशोरावस्था में, देखभाल करने वालों के साथ बहस करने की सम्भावना अधिक होती है)।

क्रमबद्धता

आकार, रंग, आकृति या प्रकार जैसी विशेषताओं के अनुसार वस्तुओं या स्थितियों को छाँटने की क्षमता का संदर्भ देता है। यह क्षमता कोंक्रीट ऑपरेशंस स्टेज के दौरान विकसित होती है, आमतौर पर सात से 12 साल की उम्र तक।

इस अवधि के दौरान, बच्चे दो प्रकार की अनुकूल नकल की रणनीतियों के माध्यम से अपनी भावनाओं और व्यवहार प्रतिक्रियाओं को विनियमित और प्रबंधित करना भी सीखते हैं, जिसका उपयोग अधिकांश बच्चे 10 वर्ष की आयु तक करते हैं। ऐसा नहीं है कि ऊपर उदाहरण में बताई गई लड़की को देर तक ना जागने देने के कारण परेशान होने पर कुछ नकल की रणनीतियों का उपयोग करने की आवश्यकता होगी, इसी बच्ची को अगर पता चले कि उसे स्कूल की एक लोकप्रिय बच्ची के जन्मदिन पर आमंत्रित नहीं किया गया है तो वह संभवत: उसके साथ भी ऐसा ही करना चाहेगी। समस्या को ध्यान में रखकर उस पर प्रतिक्रिया तब होती है जब बच्चे यह पहचानते हैं कि वे जिस समस्या का सामना कर रहे हैं उसे बदला जा सकता है या नहीं, फिर वह उनके समाधानों के बारे में सोचते हैं, और फिर अपने चुने हुए समाधान पर अमल करते हैं। इस मामले में 11 वर्षीय ने पूछा कि क्या वह किसी भी तरह पार्टी में भाग ले सकती है। 11 वर्षीय बच्ची इस मामले में पूछने का सोचती है कि क्या वह ऐसे ही पार्टी में शामिल हो सकती है, या उस दोस्त से बोलने का सोचेगी जिसे पार्टी में आमंत्रित किया गया है कि उसे जन्मदिन में क्यों नहीं बुलाया गया। फिर भी यह विकल्प उस 11 वर्षीय बच्ची को ख़ुशी नहीं देते। जब इस प्रकार समस्या को ध्यान में रखकर उस पर प्रतिक्रिया करने वाली रणनीतियाँ काम नहीं

Sri Lankan children playing in a beach
(Photo: Dhammika Heenpella)

करती है या लागू नहीं होतीं, तो बच्चे आमतौर पर इमोशन सेंटर्ड कोपिंग या भावना केन्द्रित प्रतिक्रिया में संलग्न होते हैं, जिसमें बच्चा विभिन्न रणनीतियों के माध्यम से परेशान करने वाली प्रतिक्रियाओं का प्रबंधन या नियंत्रण करना सीखता है, जैसे समस्या के तुरंत हल ना होने पर समाज से मदद माँगना। 11 वर्षीय बच्ची ने पार्टी के बारे में अपने दोस्त से बात करने का फैसला किया और उसे बताया कि वह क्या महसूस करती है; फ़ोन पर दोस्त से बातें करने के बाद यह 11 वर्षीय बच्ची पार्टी का निमंत्रण नहीं मिलने पर भी बेहतर महसूस करती है।

इस अवधि के दौरान होने वाला नैतिक विकास भी बच्चों की सहानुभूति के विकास से संबंधित है, इसमें युवा दुनिया को देखने के अपने नज़रिए और नैतिकता की भावना में दूसरों के दृष्टिकोण को तेजी से एकीकृत कर पाते हैं। इस स्टेज के दौरान बच्चों के नैतिक विचार, या "गलत" बनाम "सही" की भावना, आमतौर पर नियम-शासित होते हैं, जो सामाजिक या सांस्कृतिक मानदंडों, कानूनों और सीमा शुल्क के बारे में जागरूकता को दर्शाते हैं। हालाँकि, बच्चों का नैतिक विकास उन तत्काल पर्यावरणीय संदर्भों और परस्पर क्रियाओं पर भी निर्भर करता है जो वे अपने परिवार और आस-पास देखते हैं,भले ही ये अलग हों या बड़े सामाजिक / सांस्कृतिक कानूनों और रीति-रिवाजों की तुलना में अलग हैं। नोर्मेटिव विश्वास, या उपयुक्त व्यवहार की सीमा के बारे में बच्चे का विश्वास वास्तव में इस आधार पर भिन्न हो सकता है कि बच्चे ने आक्रामक या निष्ठुर व्यवहार कितना देखा है, अर्ली चाइल्डहुड में नोर्मेटिव विश्वास का विकास यह बताता है कि चाइल्डहुड में आगे चलकर युवाओं का आक्रामक व्यवहार की सीमा क्या है(Huesmann & Guerra, 1997)।

Table A.2.3 Developmental milestones in childhood: Age six to 11 years

Cognitive and linguistic milestones: Gains in information processing	Social-emotional and behavioral milestones: Development of self and others mastery
• Better self-control and use of divided, focused, and *selective attention* • *Gist-based memory*: Basic components of what was learned or what happened • Better use of skills to improve or increase memory, and *automatization* • Time and spatial orientation and organization: Differentiation of right from left • *Seriation* and categorization of objects • Increasing capacity for processing auditory and visual information • Development of *metacognition*, or "thinking about thinking," and *cognitive self-regulation*, the process of monitoring one's thoughts and actions. • Emergency of more sophisticated literacy and numeric skills • Vocabulary growth: Up to 10,000 words • Understanding the double meaning of words and metaphors • Advances in conversational skills: Acquirement of *shading* skills, related to gradually changing the topic of the conversation	• Self-esteem or beliefs about self-worth: – Diminution as a result of interpersonal comparison. – Based on perceived competence or peer group status, or identification with significant adults. – Influenced by cultural factors and gender differences. • Better self-control: – Related to delay of gratification and impulse control. – Facilitated by watching peers use self-control. – Influenced by child temperament. • Greater awareness of gender stereotypes and roles: – Developing sense of *gender identity* can impact self-concept and facilitate gender socialization. – Social groups are generally gender-segregated. • Increasing emotional development, regulation, and coping: – Problem-focused coping: Based on trying to solve the problem. – Emotion-centered coping: Based on trying to manage or control distressing responses. • Progress in empathy and moral development: Due to increases in children's perspective taking abilities. • Friendships based on the trust in one another, kindness, support and mutual enjoyment of similar hobbies or activities. • Peer victimization begins to occur. • Sexual and/or romantic interests may begin to develop at this stage.

छह से 11 वर्ष की उम्र के बच्चों के लिए नियमों और कानूनों पर अधिक ध्यान केंद्रित करने से इसका प्रभाव बच्चों के अपने दोस्तों के साथ सम्बन्धों और खेल के लिए चुनी हुई गतिविधियों पर भी पड़ता है। इस अवधि के दौरान, बच्चे एक-दूसरे पर विश्वास करके, दया, समर्थन और एक जैसे शौक या गतिविधियोंका साथ मिलकर आनन्द उठाने के आधार पर मित्रता करते हैं। कई बच्चे नियम-उन्मुख खेलों में शामिल हो जाते हैं, जैसे कि खेल या गतिविधियां जिनमें योजना या रणनीति की आवश्यकता होती है, और बच्चे फ्री प्ले की गतिविधियों के दौरान दोस्तों के विभिन्न समूह में खुद को शामिल कर लेते हैं । इस उम्र में जो बच्चे सामाजिक और गैर-आक्रामक तरीके से व्यवहार करते हैं, वे आमतौर पर उन बच्चों की तुलना में अधिक लोकप्रिय या सामाजिक रूप से स्वीकार किए जाते हैं जो या तो आक्रामक हैं या सामाजिक रूप से अन्तर्मुखी और अजीब व्यवहार करने वाले हैं।

इस अवधि के दौरान साथियों द्वारा परेशान किया जाना या धमकाना भी अधिक तीव्रता से होने लगता है। आमतौर पर, धमकाने वाले वह आक्रामक बच्चे होते हैं जिन्हें समाज स्वीकार नहीं करता और वह उन को शारीरिक या मौखिक रूप से निशाना बना कर पीड़ित करते हैं जिनमें आत्मविश्वास की कमी हो, शारीरिक रूप से कमजोर हों, और समाज से दूर रहते हों, या जो लोग उनकी भौतिक या अन्य विशेषताओं में साथियों से चिह्नित मतभेदों को प्रदर्शित करते हैं। बुली और पीड़ितों की श्रेणियाँ आपस में कुछ विशेष अंतर नहीं रखती क्योंकि कई पीड़ित भी दूसरों को बुली या दूसरे इसका उल्टा व्यवहार कर सकते हैं, जिसके परिणामस्वरूप युवाओं की बुली-विक्टिम श्रेणी बनती है, जो इन दोनों व्यवहारों में संलग्न रहती हैं(Cook et al, 2010)। उदाहरण के लिए, एक आठ वर्षीय लड़का खेल के मैदान पर अपनी ही उम्र के साथी को लगातार धक्का दे रहा है। यह आठ वर्ष का लड़का अपनी ही उम्र के दूसरे साथी से लम्बा और ताकतवर होने के कारण उसे धक्का दे रहा है, अक्सर होता है कि बुली करने वाला आठ वर्षीय लड़का अपने से कमज़ोर साथी के लंच के पैसे छीन लेता है। स्कूल के अधिकांश बच्चे आठ वर्षीय बुली करने वाले लड़के के साथ मिलना जुलना नहीं करते हैं, क्योंकि वह अधिकतर समय गुस्से में रहता है, और उसके व्यवहार के कारण उसे स्कूल के प्रिंसिपल से निरंतर सज़ा मिलती रहती है। स्कूल की छुट्टी के बाद, आठ वर्षीय लड़का आमतौर पर एक ही रास्तों से घर जाता है, और हमेशा एक ही 11 वर्षीय से उसका टकराव होता है जो उससे बड़ा और ताकतवर है, जो हर दिन आठ साल के बच्चे को जमीन पर धक्का देता है, और उससे अपने लंच के पैसे मांगता है। इस मामले में, आठ साल का बच्चा जो खेल के मैदान पर दूसरे बच्चे को बुली करता है, वह भी बड़े बच्चे द्वारा बुली किया जा रहा है। जैसे-जैसे बच्चे शारीरिक रूप से मेच्योर होते हैं, वैसे-वैसे आयु-उपयुक्त व्यवहार की सीमा के भीतर यौन-जिज्ञासा और आत्म अन्वेषण भी जारी रहता है, जैसा कि टॉडलरहुड और प्रीस्कूल के वर्षों के अनुभाग में ऊपर बताया गया है। हालाँकि इस उम्र में लड़के और लड़कियाँ आमतौर पर खुद को समान लिंग के साथियों के ग्रुप्स में वर्गीकृत करते हैं, इस स्तर पर यौन या प्रेमप्रसंग की रुचियां विकसित होना शुरू हो सकती हैं, वैसे किशोरावस्था में, यौवन की शुरुआत के साथ ये रुचियां अधिक हावी होने लगती हैं।

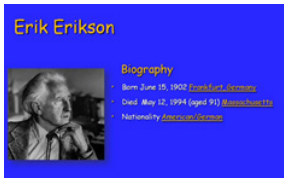
बचपन की एक झलक

जैसे-जैसे बच्चे छह से 11 वर्ष की उम्र के बीच विकसित होते हैं, वे सामाजिक दुनिया में अपने प्रवेश से संबंधित माइलस्टोंस तय करते हैं, जिसे टेबल A.2.3 में संक्षिप्त रूप में बताया गया है। इन उम्र के बीच, बच्चे शैक्षणिक और सामाजिक क्षेत्रों में निपुणता हासिल करने पर काम करते हैं और अपने साथियों के ग्रुप्स में अधिक रुचि रख कर इसमें शामिल होते हैं। इस अवधि के अंत तक, संज्ञानात्मक (cognitive), भाषाई, सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक परिवर्तन होता है और बच्चों को किशोरावस्था में आने और इस अवधि के दौरान व्यक्तिगत पहचान के उनके विकास के लिए तैयार किया जाता है।

किशोरावस्था में सामान्य विकास: उम्र 12 से 18 वर्ष

किशोरावस्था को लंबे समय से कई क्षेत्रों में परिवर्तन के समय के रूप में माना जाता रहा है, विशेष रूप से भौतिक और सामाजिक-भावनात्मक क्षेत्रों में। 11 साल की उम्र में अधिकांश बच्चों को प्युबर्टल बदलावों की शुरुआत के साथ होने वाले हार्मोनल बदलाव किशोरों की कार्यप्रणाली,भाषा और कॉग्निशन के क्षेत्र में माइलस्टोंस विकास के साथ-साथ उनके सामाजिक-भावनात्मक कौशल

और व्यवहार पर प्रभाव डालते हैं। किशोरावस्था देखभाल करने वाले और साथियों पर अपेक्षाकृत बराबर ध्यान की तुलना में दोस्तों के ग्रुप पर अधिक ध्यान केन्द्रित करने का प्रतीक है। किशोरावस्था भी एक ऐसी अवधि है जब युवा अपने जोखिम लेने वाले और प्रयोग करने वाले व्यवहार (Guerra & Bradshaw, 2008) में वृद्धि कर सकते हैं और दोस्तों के प्रभावों के प्रति अधिक संवेदनशील हो सकते हैं। कुल मिलाकर, किशोरावस्था एक ऐसी अवधि है जो युवाओं को वयस्कता में पहुँचने और उनकी वयस्क पहचान के निर्माण के लिए तैयार करती है (Erikson, 1968)।



Click on the picture to view a short video (12:02) on developmental theorist Eric Erikson's stages of psychosocial development.

संज्ञानात्मक और भाषाई माइलस्टोंस

12 से 18 वर्ष के बीच के माइलस्टोंस एक किशोर की बढ़ते आत्म-ज्ञान और अभिज्ञता या अधिक ध्यान देने और स्वयं के विचार प्रक्रियाओं के बारे में जागरूकता द्वारा वर्णित किया जाता है। इस समय के दौरान, किशोर तेज़ी से आत्म-केंद्रित होते हैं और उनकी संज्ञानात्मक (cognitive) स्व-विनियमन रणनीतियों में भी सुधार हो सकता है। हालाँकि यौवन की शुरुआत के साथ होने वाले हार्मोनल परिवर्तनों के कारण जटिल तर्क और औपचारिक मानसिक संचालन में उनके अधिक परिष्कार के बावजूद, किशोर भी अधिक आवेगी और कई बार कम ध्यान देने वाले बन सकते हैं और उनके व्यवहार के परिणामों के लिए प्रभावी रूप से निर्णय लेने और योजना बनाने के लिए संघर्ष कर सकते हैं।

स्वयं के बारे में संज्ञानात्मक (cognitive) विरूपण किशोरों की बढ़ती आत्म-चेतना के साथ भी प्रकट होते हैं - जिसे काल्पनिक दर्शक कहा जाता है और एक विश्वास के रूप में परिभाषित किया गया है कि वे अन्य लोगों के ध्यान का मुख्य केंद्र हैं (Berk, 2006)। यह उदाहरण देखें. एक फैमिली हॉलिडे पार्टी के लिए जाने से पहले, एक माँ अपने 13 वर्षीय लड़के और 15 वर्षीय लड़की को कुछ अच्छे कपड़े पहनने को कहती है, और अपनी बेटी को एक लॉन्ग ड्रेस और बेटे को उसकी दादी का दिया हुआ स्वेटर पहनने की सलाह देती है। जब परिवार जाने के लिए तैयार है तो लड़की एक शोर्ट ड्रेस और बहुत सारा मेकअप पहन कर नीचे आती है, तो उसकी माँ उसे हटाने के लिए कहती है। 15 वर्षीय लड़की फ़ौरन बुरा मान जाती है, और अपनी माँ से लड़ने लगती है कि लॉन्ग ड्रेस "बच्चों की ड्रेस" है और "सब नोटिस करेंगे कि मुझे मेकप लगाने की इजाज़त नहीं है!" सिर हिलाते हुए माँ अपनी लड़की को वापस ऊपर जा कर मेकअप हटाने और लॉन्ग ड्रेस पहनने का आदेश देती है। जब उसका 13 साल का बेटा नीचे आता है, तो उसे देखकर उतना ही आश्चर्य होता है क्योंकि वह स्वेटर नहीं बल्कि उसकी जगह बास्केटबॉल की जर्सी पहनना चाहता है। उसका बेटा उससे कहता है कि, "बाकी सभी चचेरे भाई-बहन अपनी जर्सी पहन कर आते हैं और वे सभी इस बेकार स्वेटर को देखकर मेरा मजाक उड़ाएंगे!" माँ को आश्चर्य होता है कि उसके बच्चे इतने आत्मविश्वासी कैसे हो गए; बचपन में तो इन बच्चों ने कभी इस तरह का व्यवहार नहीं किया। इस अवधि की एक और आम संज्ञानात्मक (cognitive) विरूपण व्यक्तिगत मन-गढंत कहानी है, जो काल्पनिक दर्शक का एक परिणाम है। खुद को ध्यान का केंद्र मानते हुए, किशोर विश्वास करने लगते हैं कि ऐसा इसलिए हैं क्योंकि वे विशेष और अद्वितीय हैं। इस व्यक्तिगत मन-गढंत कहानी की वजह से, युवा किशोरों को यह भी लगता है कि उनकी भावनाएं और एहसास अलग-अलग हैं और अक्सर दूसरों की तुलना में अधिक तीव्र और परेशान करने वाले होते हैं। एक दुखी किशोर के लिए परिवार के सदस्यों को यह बताना बहुत आम बात है कि वे "कभी नहीं समझेंगी" कि एक किशोर कैसा महसूस करता है। व्यक्तिगत व्यवहार अभेद्यता और व्यक्तित्व की भावना को बढ़ावा दे सकता है, जिससे बिहेवियरल रिस्क-टेकिंग के लिए एक प्रवृत्ति बनती है।

उदाहरण के लिए, एक 15 वर्षीय किशोर जो ड्रग्स और शराब के साथ प्रयोग कर रहा है, वह सोच सकता है, "अन्य लोग ड्रग्स के आदी हो जाएंगे, लेकिन मैं नहीं", या एक 16 वर्षीय लड़की जो उच्च जोखिम वाली शारीरिक सम्बन्धों में संलग्न है, वह सोच सकती है "अन्य महिलाएं गर्भवती हो जाएंगी या एचआईवी से संक्रमित हो जाएंगी, लेकिन यह सब मेरे साथ कभी नहीं होगा।" तर्कसंगत निर्णय लेने और आवेग के साथ इन संज्ञानात्मक (cognitive) विरूपण और कठिनाइयों के बावजूद, किशोर मानसिक क्रियाओं के अपने प्रदर्शन में अधिक उन्नत हो जाते हैं और उनके जानकारी प्रोसेस करने के कौशल और संज्ञानात्मक (cognitive) स्व-विनियमन में पूरी तरह से सुधार होता है। इस संबंध में जो महत्वपूर्ण संज्ञानात्मक (cognitive) माइलस्टोंस में शामिल हैं,वह हैं, बढ़िया योजना बनाने और समस्या को सुलझाने की क्षमता, एब्सट्रैक्ट सोच और तर्क, और उन्नत सैद्धांतिक दृष्टिकोणों को एकीकृत करने या समझने और तुलना करने की क्षमता।

किशोरावस्था में भाषाई प्रगति के बहुमत हैं पिछले माइलस्टोंस की निरंतरता, जैसे कि मिडिल चाइल्डहुड में शब्दावली का विकास, और व्याकरण की संरचनाओं को परिष्कृत करना। 18 वर्ष की आयु तक किशोरों की शब्दावली 40,000 से अधिक शब्दों तक बढ़ सकती है, और इसमें बहुत से एब्सट्रैक्ट टर्म्स शामिल होंगी, जिनके साथ किशोरों का शब्दों पर ज़ोर और इन अधिक कठिन शब्दों पर महारत हासिल करेंगे (Berk, 2006)।

आख़िरकार, ढीठपने के क्षेत्र में किशोर प्रमाणिक सुधार दिखाते हैं। 14 वर्ष की उम्रतक, किशोर बातचीत की बारीकियों को समझेंगे और उनका उपयोग करेंगे, जैसे कि निंदा या विडम्बना, और 18 वर्ष की उम्र तक, विभिन्न वातावरणीय स्थितियों में हर जगह सामाजिक अपेक्षाओं या विशेष प्रासंगिक संकेतों के अनुसार उनके बातचीत के तरीकों में तेज़ी आती है।

सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक माइलस्टोंस

छोटे बच्चों की तुलना में किशोर अपने बारे में अधिक जागरूक और सचेत होते हैं और लगातार जोखिम उठाने या नए-नए व्यवहारों का प्रयोग करने में संलग्न हो सकते हैं (Guerra & Bradshaw, 2008), विशेषकर जब साथियों द्वारा ऐसा करने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। इस अवधि के दौरान सामाजिक - भावनात्मक और व्यवहारिक विकास किसी व्यक्ति की अपनी पहचान और स्वयं के अधिकार को सुनिश्चित करने के लिए संघर्ष की विशेषता है, हालाँकि यह अक्सर एक संदर्भ में होता है जो मूल आवश्यकताओं (भोजन, कपड़े, वित्त, परिवहन) के लिए देखभाल करने वालों पर निर्भरता बनाए रखता है। किशोरावस्था के दौरान, युवा बच्चे सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक विकास से संबंधित कई माइलस्टोंस तय करते हैं, जो वयस्कता में पहुँचने की तैयारी के रूप में होते हैं।

किशोरावस्था में अधिक आत्म-जागरूकता और स्वयं को जानने के साथ किशोरों के आत्मसम्मान, भावनात्मक विनियमन और समग्र पहचान के रूप में ध्यान देने योग्य उतार-चढ़ाव आते हैं। किशोरों में कई बार आत्म-सम्मान या आत्म-महत्व और विशिष्टता की भावना बढ़ी है, लेकिन साथ ही वे निरंतर स्वयं की आलोचना, उदासीपन और क्रोध का अनुभव भी करते रहते हैं। ऐसे उच्च और निम्न भावनात्मक अनुभवों की तीव्रता किशोरावस्था के दौरान किशोरों में होने वाले हार्मोनल परिवर्तन, मेटा-कॉग्निशन में उनकी वृद्धि और आत्मसम्मान के परिणामों में वृद्धि से जुड़ी होती है, जिसमें अब शैक्षणिक या कार्य प्रदर्शन, सामाजिक दक्षता, साथियों के साथ संबंध और प्रेम सम्बन्ध और अपील शामिल हैं। मनोदशा और व्यवहार में मामूली बदलाव सामान्य है और इनके होने की उम्मीद की जा सकती है। एक किशोर अपनी परीक्षा अच्छी होने के बाद अच्छे मनोभाव में घर वापस आ सकता है और बहुत खुश लगता है और अपनी माँ को अपनी दिनचर्या के बारे में बता सकता है। दो दिन बाद, वही किशोर चिड़चिड़ा हो सकता है, अपने परिवार को अनदेखा कर सकता है और अपनी माँ से बात करने से मना कर सकता है, और फिर डिनर के समय उसे खुश देख कर उसकी माँ दुविधा में पड़ जाती है। हो सकता है कि उसका किसी प्रेमिका से झगड़ा हो गया हो जिसमें डिनर से पहले उससे माफ़ी मांग ली हो, या थोड़े समय के लिए किसी बात से निराशा हो। दुर्भाग्य से, किशोरों में इस प्रकार की मनोदशा होना आम है, जिसके कारण दूसरों के साथ अक्सर असहमति पैदा हो सकती है, प्राथमिक देखभालकर्ता के साथ अक्सर ऐसा होता है। आमतौर पर 12 और 14 की उम्र के बीच माता-पिता के साथ अधिक असहमति होती है, लेकिन 18 वर्ष की आयु तक किशोर मनोदशा में कम बदलाव दिखाते हैं और और देखभाल करने वालों के साथ औसतन कम असहमत होते हैं।

दोस्तों के साथ संबंधों के संदर्भ में, युवा 12 और 18 वर्ष की आयु के बीच खुद को चुनिंदा ग्रुप्स या समूहों में छांट लेते हैं, प्रत्येक समूह में विभिन्न समूह मानदंडों, दृष्टिकोण और मूल्य प्रणालियों का प्रदर्शन होता है। प्रारंभिक किशोरावस्था के दौरान सहकर्मी समूह अनुरूपता का महत्व भी पता चलता है। 12 और 14 की उम्र के बीच युवा किशोरों में दोस्तों के किसी ग्रुप में फिट होने या उनके स्टैण्डर्ड के अनुरूप होने की इच्छा अधिक दिखाई देती है, ये युवा अपने कपड़ों के बारे में दोस्तों के ग्रुप से सुझाव मांगते हैं, विभिन्न मनोरजंक गतिविधियों और मीडिया (फ़िल्म, टीवी, संगीत) में उनकी पसंद पूछते हैं, जो सभी अल्पकालिक व्यवहारों और पहचान की विशेषताएं हैं। एक पिता अपनी 14 वर्षीय बेटी की नई पसंद और कपड़ों के चुनाव को देख कर आश्चर्य में है; क्योंकि अचानक वह बिलकुल अपने दोस्तों जैसे काले कपड़े पहनने लगी है और बार-बार पूछती है कि क्या वह अपने बालों को बैंगनी रंग में डाई कर सकती है। उसके कमरे से आने वाला संगीत पहले से अलग लगता है और पिता ने ध्यान दिया कि

प्रारंभिक किशोरावस्था के दौरान दोस्तों के किसी ग्रुप में फिट होने या उनके स्टैण्डर्ड के अनुरूप होने की इच्छा अधिक दिखाई देती है,

उसकी बेटी ने अपने नाखूनों को काले रंग से रंगना शुरू कर दिया है। कपड़े और संगीत में उसकी नई पसंद के बारे में पूछने पर, बेटी नाराज़ होती है और अपने पिता से कहती है कि वह एक "नई इंसान" बन रही है। उसके पिता उसे छेड़ते हुए कहते हैं कि वह अपने दोस्तों की कार्बन कॉपी दिखती है और 14 वर्षीय और भी परेशान हो जाती है, अपने पिता को कहती है कि वह उसे समझ नहीं रहे हैं और वह अपने किसी भी साथी की तुलना में बहुत "अलग" है। छह महीने बाद, 14 वर्षीय अपने पुराने चचेरी बहन से मिलने जाती है और एक नया फूलों वाले प्रिंट का टॉप, चमकीले रंग के गहने और गुलाबी नेल पॉलिश के साथ वापस आती है। उसके पिता ने पूछा, "काले रंग का क्या हुआ?" 14 वर्षीय अपनी आँखें घुमती हुई बोलती है कि काले रंग का फैशन पुराना हो गया है और साल के बाकी महीने अपने नए स्टाइल की ड्रेस पहनना जारी रखती है, जिसे उसके दोस्त भी जल्दी अपना लेते है। हालाँकि, 18 वर्ष की आयु तक, पिता ने नोटिस किया कि उसकी बेटी की "स्टाइल" और पसंद किशोरावस्था में पहले की तुलना में बहुत मज़बूत हो गए हैं और इनमें पहले की तुलना में कम बदलाव आते हैं। 18 साल की उम्र में, जब वह बेटी सभी तस्वीरों में खुद को काले रंग में देखती है, तो वह हंसती है और कहती है कि उसे याद है कि उसके लिए उसके दोस्तों या उसके पुराने चचेरी बहनों की तरह कपड़े पहनना कितना महत्वपूर्ण था। इस तरह के दोस्तों के प्रभाव, जैसे कपड़ों या संगीत में पसंद, आमतौर पर किशोरों के पहले से मौजूद नैतिक मान्यताओं और दृष्टिकोण के साथ संघर्ष नहीं करते हैं, हालाँकि दोस्तों के कुछ ग्रुप्स के मानदंड दूसरों की तुलना में अधिक विचलित हो सकते हैं। उदाहरण के लिए, आक्रामक युवा खुद को असामाजिक व्यवहार करने वाले दोस्तों के ग्रुप्स में क्रमबद्ध कर सकते हैं जो अशिष्ट व्यवहार में शामिल हैं। कुछ किशोर एक औपचारिक स्ट्रीट गैंग में शामिल हो सकते हैं, या अन्य साथियों के साथ घूम सकते हैं जो समान असामाजिक व्यवहार का आनंद लेते हैं, जैसे "टैगिंग" या सार्वजनिक बिल्डिंग्स पर चित्र बनाना, शराब पीना या ड्रग्स का उपयोग करना। ये असामाजिक सहकर्मी ग्रुप्स कम आक्रामक होने वाले युवाओं को भी प्रभावित कर सकते हैं जो पथांतरण प्रशिक्षण नामक प्रक्रिया के द्वारा इस तरह के ग्रुप्स में शामिल होते हैं, जिसमें आक्रामक या अपराधी प्रवृत्ति वाले दोस्त परस्पर "प्रशिक्षित" होते हैं या सामाजिक रूप से एक दूसरे में या कम आक्रामक युवाओं में असामाजिक व्यवहार के विकास को सुदृढ़ करते हैं, जिनसे वे संबद्ध होते हैं (Dishion et al, 1996; Poulin et al, 1999)। उदाहरण के लिए, एक कम अपराधी प्रवृत्ति वाले किशोर को जो कभी-कभी अधिक असामाजिक प्रवृत्ति वाले दोस्तों से मिलता-जुलता है, सामाजिक प्रशंसा और अन्य आक्रामक युवाओं से शारीरिक सुरक्षा प्राप्त कर सकता है या अपने माता-पिता की शराब चुराकर अपने साथियों को पिलाने के लिए विशेष पार्टी का निमंत्रण दे सकता है, यह सभी उसके विकासशील समस्या व्यवहार को सुदृढ़ करते हैं। सहकर्मी

समूह के मानदंडों या व्यवहार के अनुरूप सहकर्मी दबाव (peer pressure) भी किशोरों के असभ्य और असामाजिक व्यवहार, दोनों में किशोरों की भागीदारी को प्रभावित करता है, सहकर्मी समूह की प्रकृति के आधार पर, हालांकि 18 वर्ष की आयु तक सहकर्मी दबाव और प्रभाव कुछ हद तक कम हो जाता है, जब व्यक्तिगत पहचान और नैतिक विश्वास अधिक ठोस हो जाते हैं (लेकिन अभी भी स्थिर नहीं होते हैं)। इस समय के दौरान किशोरों में तर्कसंगत निर्णय लेने के कौशल की कमी और आवेगपूर्ण व्यवहार में वृद्धि सामान्य समस्या व्यवहार में अधिकअनुभव प्रदान कर सकता है, जैसे स्कूल ना जाना और कामचोरी करना, नशीली दवाओं और शराब का उपयोग और दुरुपयोग, शारीरिक सम्बन्धों के जोखिम लेना, और हिंसा या आक्रामकता (Guerra & Bradshaw, 2008), विशेषरूप से जब इस तरह का व्यवहार करने की मंज़ूरी किशोर के दोस्तों के ग्रुप द्वारा मिलती हो। ऊपर दिए गए उदाहरण के अनुसार, किशोर अपने दोस्तों को पिलाने के लिए माता-पिता की शराब चुरा सकता है क्योंकि उसका दोस्तों का ग्रुप अक्सर साथ में शराब पीता है। इसी कारण से, विश्वव्यापी रूप से बढ़ती इस व्यावहारिक समस्या के बारे में समझाने के लिए मिडिल और हाई स्कूलों में कई रोकथाम कार्यक्रम होते हैं। हालाँकि, समस्या व्यवहार में भाग लेना बहुत हद तक किशोरों के व्यक्तित्व और ग्रुप्स पर आधारित सामाजिक और वातावरणीय अंतरों पर निर्भर करेगा। किशोरावस्था के दौरान भी बुली करना जारी रहता है, फिर भी यह मिडिल चाइल्डहुड की बुलिंग की तुलना में शारीरिक तौर पर कम होती है।

एक लड़की अपने कंप्यूटर पर है और स्क्रीन को देख कर अपना सिर हिलाते हुए चुपचाप रोना शुरू कर देती है, और जब उसकी 20 वर्षीय बड़ी बहन यह देखने आती है क्या समस्या है तो वह अपना वेब ब्राउज़र बंद करने की कोशिश करती है। 15 वर्षीय लड़की शर्मिंदगी से सिर झुका कर नीचे देखने लगती है और आखिरकार स्वीकार करती है कि वह जिस लड़के को पसंद करती थी उसने उसकी एक तस्वीर सोशल नेटवर्किंग साइट पर डाल दी जो उस लड़के ने उनकी पहली डेट पर ली थी। हालाँकि तस्वीर दिखने में अनुचित नहीं थी लेकिन उस लड़के ने तस्वीर के नीचे कुछ सुझावपूर्ण कमेंट्स लिखे थे जिनको पढ़ने से यह लगता था कि "वह बहुत आगे बढ़ चुके हैं", जो सच नहीं था। 15 वर्षीय के दोस्तों के ग्रुप्स में से एक अन्य लड़की ने उस पोस्ट पर कमेन्ट किया था और 15 वर्षीय को काफ़ी गंदे नामों से बुलाया था, जिसको देख कर अन्य लोगों ने भी ऐसे ही कमेंट्स डाले थे, यह सब उस अफ़वाह के आधार पर हुआ जो उस लड़के की सोशल नेटवर्किंग पोस्ट से शुरू हुई थी। इस प्रकार की घटना दोस्तों द्वारा उत्पीड़ित किए जाने का संकेत है जो किशोरावस्था के दौरान हो सकती है: यह प्राकृतिक रूप से कामुक हो सकती है, अप्रत्यक्ष रूप से हो सकती है और किशोरों द्वारा इंटरनेट का उपयोग किए जाने पर ऐसा होने की सम्भावना अधिक होती है (इसे साइबरबुलिंग कहते हैं; Williams & Guerra, 2007)

किशोरावस्था में उत्पीड़न अधिक सामाजिक या प्रासंगिक रूप से सापेक्ष या मौखिक सामग्री पर केंद्रित हो सकता है, जो शारीरिक उत्पीड़न का विरोध करता है। इसके अलावा, जहाँ शैतान या आक्रामक बच्चों को बचपन में अस्वीकार किया गया था वही बच्चे किशोरावस्था में कभी-कभी लोकप्रिय बन सकते हैं। उदाहरण के लिए, ऊपर बताई गई स्थिति जहाँ एक किशोर अपने पिता की शराब चुराता है ऐसा करके वह अपने दोस्तों के ग्रुप से दूसरों से अधिक सम्मान प्राप्त कर सकता है और स्कूल में भी उसकी लोकप्रियता बढ़ सकती है। हालाँकि, लोकप्रिय किशोर आमतौर पर अत्यधिक असामाजिक युवाओं से दूर रहना जारी रखते हैं, और युवाओं के बीच दोस्ती की गुणवत्ता आमतौर पर आपसी विश्वास, वफ़ादारी और समर्थन जैसी सामाजिक विशेषताओं पर निर्भर करती है। अगर यही शराब चुराने वाला किशोर अन्य किशोर को तब तक ज़बरदस्ती शराब पिलाए जब तक कि वह नशे में धुत्त ना हो जाए, तो बड़े और लोकप्रिय दोस्तों के ग्रुप्स संभावित रूप से इस किशोर को और उसके अनुचित व्यवहार को अस्वीकार कर सकते हैं। जैसे-जैसे किशोर अपनी पहचान विकसित करते हैं, वे अपनी नैतिक मान्यताओं की अधिक समझ प्राप्त कर सकते हैं, और उनके दृष्टिकोण समझने की क्षमताओं में सुधार जारी रखते है। विशेषरूप से जब किशोर 18 वर्ष की आयु के होने वाले होते हैं तो वे समय के साथ अपने व्यक्तिगत महत्व प्रणाली के अनुसार अधिक व्यवहार करेंगे, जिसमें दोस्तों के ग्रुप्स के प्रभावों के अलावा धार्मिक, सांस्कृतिक और अन्य प्रभाव भी हो सकते हैं। वैसे, सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक विकास किशोरावस्था के साथ समाप्त नहीं होता है और प्रारंभिक वयस्कता में पहचान के विकास को सूचित करना जारी रखता है।

कई पारंपरिक समाजों में, बचपन या किशोरावस्था से वयस्कता तक का सफ़र आमतौर पर

Table A.2.4 Developmental milestones in adolescence: Age 12 to 18 years

Cognitive and linguistic milestones: Complex reasoning and formal mental operations	Social-emotional and behavioral milestones: Assertion of one's identity and autonomy
• Improvement of information-processing skills, metacognition, and cognitive self-regulation strategies • Growth in self-consciousness and cognitive distortions • Imaginary audience: Belief that they are the main focus of other people's attention • Personal fable: Belief that one's experiences and feelings are unique from others • Difficulty with rational decision-making and impulsivity • Vocabulary growth (over 40.000 words by age 18) and refinement of grammatical structures • Progress in conversational skills.	• Frequent and intense fluctuation in self-esteem and emotional experiences linked to hormonal changes • Self-esteem increases in dimensionality: Academic or work performance, social competencies and peer relationships, romantic relationships and/or appeal, etc. • Mild to moderate variations in mood and behavior: – Normal and to be expected – Can lead to frequent disagreements with others, especially primary caregivers • Importance of *peer group conformity*: – Adaptation to the group norms, attitudes, and value systems – Possible processes of *deviancy training* and peer pressure • More likely to participate in risk behaviors: drug and alcohol use and abuse, acts of violence and aggression, bullying behavior, etc. • Peer victimization becomes more social or relationally focused in content • Friendship quality depends on prosocial characteristics such as mutual trust, loyalty, and support • Greater understanding of their own moral beliefs • Improvement in their perspective-taking abilities.

संस्कृति-विशिष्ट अनुष्ठानों के साथ तय होता है। वैसे तो संस्कृतियों में बहुत भिन्नता है, लेकिन सबमें एक प्रवृत्ति है विभिन्न संस्कारों के माध्यम से या या किसी बच्चे के सामाजिक व्यवहार में बदलाव द्वारा बच्चों का उनके पिछले जन्म के साथ अलगाव को चिन्हित करने की, जो वयस्कता की शुरुआत को सीमांकित करता है। इसी तरह, आधुनिक समाजों में कोई भी ऐसी गतिविधियाँ मिल सकती हैं जो इन संस्कारों के तरीकों से मिलती जुलती हैं, हालाँकि आधुनिक संस्कारों के तरीके स्वभावतः प्राकृतिक रूप से अलग-अलग हो सकते हैं। उदाहरण के लिए, कई किशोरों को कॉलेज या स्नातक विद्यालय में प्रवेश पाने के लिए कई परीक्षाओं और कई प्रवेश परीक्षाओं की प्रक्रिया को सहन करना पड़ता है जो वयस्क समाज में उनकी शुरुआत तैयार करती है। इसी प्रकार, किशोर द्वारा अपनी पढ़ाई के विभिन्न चरणों को पूरा करने के बाद कुछ संस्कृतियों में ग्रेजुएशन पार्टियों के माध्यम से ऐसी शैक्षणिक उपलब्धियों का जश्न मनाना सामान्य है (जैसे हाई स्कूल)। यहूदी समारोहों में बार या बात मित्ज़वाह (Bat Mitzah) या कैथोलिक धर्म में कांफिर्मेशन जैसे धार्मिक समारोह, बचपन से वयस्कता में पहुँचने के मार्ग को चिह्नित कर सकते हैं। हिस्पैनिक / लैटिनो समुदायों में, 15 वर्ष की उम्र में "क्विनसेनेरा," नामक एक समारोह होता है जो किशोर लड़कियों के वयस्कता में प्रवेश का प्रतिनिधित्व करता है, यह तब होता है जब लड़कियों को डांस के लिए जाना, एडल्ट फिल्में देखना, मेकअप का उपयोग करना और अन्य महत्वपूर्ण सामाजिक विशेषाधिकार प्राप्त हो जाते हैं। किशोरावस्था से वयस्कता तक पहुँचने के यह संस्कारी मार्ग या चिन्ह वास्तव में विभिन्न संस्कृतियों और नस्लीय जातीय समूहों में और उन के बाहर काफ़ी अलग-अलग होते हैं। चिकित्सकों और अन्य स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं को उस संस्कृति और संदर्भ के बारे में पता होना चाहिए जिसमें उनके क्लाइंट्स गहराई से रचे-बसे हैं और पिछले विकासात्मक चरणों पर विचार करते समय और जब किशोर की वयस्कता में पहुँचने की जाँच कर रहे हों तो दोनों पर सांस्कृतिक संवेदनशीलता का अभ्यास करना चाहिए।

किशोरावस्था की एक झलक

संज्ञानात्मक (cognitive), भाषाई, सामाजिक, और व्यवहारिक क्षेत्रों में सामान्य

किशोरावस्था का विकास सामाजिक दुनिया में बच्चे की बढ़ती हुई भागीदारी, पहचान की बढ़ती भावना, और वयस्कता में प्रवेश की तैयारी को दर्शाता है। किशोर विकास में सामान्य पैटर्न में हायर-ऑर्डर संज्ञानात्मक (cognitive) और भाषाई कौशल का विकास, प्रारंभिक मनोदशा में वृद्धि,देखभालकर्ता और बच्चे के बीच संघर्ष, और समूह के मानदंडों में अनुरूपता और 18 वर्ष की आयु तक इन व्यवहारों में कमी होना शामिल है। हालाँकि इस अवस्था के दौरान पहचान और सामाजिक भूमिकाएँ मज़बूत नहीं होती हैं, जो माइलस्टोंस किशोरावस्था में बनते हैं वे विकास के कई क्षेत्रों में बाद में होने वाली वयस्कता की कार्यप्रणाली को अच्छे से समझाते हैं।

अन्य उपयोगी इंटरनेट संसाधन

- रोग नियंत्रण और रोकथाम केंद्र
- यूनिवर्सिटी ऑफ मिशिगन हेल्थ सिस्टम (स्पेनिश में वीडियोज और जानकारी के साथ)
- बाल और पारिवारिक वेबगाइड - टफ्ट्स विश्वविद्यालय
- बाल विकास संस्थान
- पालो अल्टो मेडिकल फाउंडेशन (जानकारी अंग्रेजी और स्पेनिश में उपलब्ध है)
- मेडलाइन प्लस: आपके लिए विश्वसनीय स्वास्थ्य सूचना
- शिशु स्वास्थ्य और मानव विकास की राष्ट्रीय संस्था
- विकासशील बच्चों का केंद्र

निष्कर्ष

शैशवावस्था, बचपन और किशोरावस्था की अवधि और संज्ञानात्मक (cognitive), भाषाई, सामाजिक-भावनात्मक और व्यवहारिक क्षेत्रों के भीतर हर पहलू से सामान्य विकासशील माइलस्टोंस की प्रगति और समय को समझना आवश्यक है। सामान्य विकास को न केवल मनोचिकित्सा विज्ञान की अनुपस्थिति, बल्कि समय-समय पर महत्वपूर्ण माइलस्टोंस की चर्चा के रूप में परिभाषित किया गया है। हालांकि, "सामान्य" विकास की परिभाषा को हमेशा असंख्य नस्लीय, जातीय, सांस्कृतिक और वातावरणीय अंतरों के अनुसार संदर्भित किया जाना चाहिए जो युवाओं के विभिन्न समूहों में और उनके भीतर मौजूद हैं। मानसिक स्वास्थ्य पेशेवरों के लिए, सामान्य विकास की यह समीक्षा पुराने इतिहास को समझने और उनका मूल्यांकन करने, उपचार योजना और साक्ष्य-आधारित और विकास के आधार पर उपयुक्त हस्तक्षेपों को चुनने में सहायता कर सकती है। हालांकि औसत से विचलन या समय पर विकास पर इस अध्याय में विशेष रूप से चर्चा नहीं की गई है, इस खंड के अन्य अध्याय विभिन्न शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य विकारों और उनके साक्ष्य आधारित उपचार के बारे में पूरी जानकारी प्रदान करते हैं जो युवावस्था में होते हैं। इस पर काम करने वाले पेशेवर को एक सामान्य व्यवहार की निम्न चर्चाओं के साथ-साथ शैशवावस्था, बचपन और किशोरावस्था के दौरान युवाओं की कार्यशीलता की भावी अवधारणाओं को बताने के लिए सामान्य विकास के इस अध्याय की समीक्षा के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

सन्दर्भ(REFERENCES)

Ahadi SA, Rothbart MK (1993). Children's temperament in the US and China: Similarities and differences. *European Journal of Personality,* 7: 359-377.

Ainsworth M (1979). Infant-mother attachment. *American Psychologist,* 34:932-937. doi: 10.1037/0003-066X.34.10.932.

Berk LE (2007). *Development through the Lifespan*, 4th edition. Boston, MA: Pearson Education, Inc.

Berk LE (2006). *Child Development*, 7th edition. Boston, MA: Pearson Education, Inc.

Broesch T, Callaghan T, Henrich J et al (2010). Cultural variations in children's mirror self-recognition. *Journal of Cross-Cultural Psychology,* 42:1018-1029.

Cook CR, Williams KR, Guerra NG et al (2010). Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analytic investigation. *Journal of School Psychology,* 25:65-83. doi: 10.1037/a0020149.

Davies D (2004). *Child Development: A Practitioner's Guide.* New York, NY: Guilford Press.

Dishion TJ, Spracklen KM, Andrews DW et al (1996). Peer deviancy training in male adolescent friendships,' *Behavior Therapy,* 27:373-390. Doi: 10.1016/S0005-7894(96)80023-2.

Erikson E (1968). *Identity, Youth, and Crisis.* New York, NY: Norton.

Essex MJ, Armstrong JM, Burk LR et al (2011). Biological sensitivity to context moderates the effects of the early teacher-child relationship on the development of mental health by adolescence. *Development and Psychopathology,* 23:149-161.

Guerra NG, Bradshaw CP (2008). Linking the prevention of problem behaviors and positive youth development: Core competencies for positive youth development. In Guerra NG, Bradshaw CO (eds) *New Directions for Child and Adolescent Development,* 122:1-17.

Hetherington EM, Parke RD, Gauvain M et al (2006). *Child Psychology: A Contemporary Viewpoint*, 6th edition. New York, NY: McGraw Hill.

Holmbeck GN, Devine KA, Bruno EF (2010). Developmental issues and considerations in research and practice, in Weisz JR, Kazdin AE (eds), *Evidence-Based Psychotherapies for Children and Adolescents,* New York, NY: The Guilford Press, pp28-39.

Huesmann RL, Guerra NG (1997) Children's normative beliefs about aggression and aggressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology,* 72:408-419.

McGue M (1994). Genes, environment and the etiology of alcoholism. In: Zucker R, Boyd G, Howard J (eds) *The Development of Alcohol Problems: Exploring the Biopsychosocial Matrix of Risk*, Washington, DC: National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, pp1–40.

Markus HR, Kitayama S (1991). Culture and the self: implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review,* 98:224-253.

Meier MH, Slutske WS, Arndt S et al (2008). Impulsive and callous traits are more strongly associated with delinquent behavior in higher risk neighborhoods among boys and girls. *Journal of Abnormal Psychology,* 117:377-385.

Piaget J (1954). *The Origins of Intelligence in Children.* New York: International University Press.

Plomin R, McClearn GE, Smith DL et al. (1995). Allelic associations between 100 DNA markers and high versus low IQ. *Intelligence*, 21:31-48.

Poulin F, Dishion TJ, Haas E (1999). The peer influence paradox: Relationship quality and deviancy training within male adolescent friendships. *Merril-Palmer Quarterly*, 45:42-61.

Rogoff B (2003). *The Cultural Nature of Human Development.* Oxford: Oxford, University Press.

Rubin KH, Burgess KB, Hasting PD (2002). Stability and social-behavioral consequences of toddlers' inhibited temperament and parenting behaviors. *Child Development*, 73:483495.

Saudino KJ (2005). Behavioral genetics and child temperament. *Journal of Developmental Behavioral Pediatrics,* 26:214-223.

Seifer R, Schiller M, Sameroff AJ et al (1996). Attachment, maternal sensitivity, and infant temperament during the first year of life. *Developmental Psychology,* 32:12-25.

Shaffer DR, Kipp K (2010). *Developmental Psychology: Childhood and Adolescence*, 8th Edition. Belmont, CA: Wadsworth.

Steinberg, L 2010, 'Commentary: A behavioral scientist looks at the science of adolescent brain development,' *Brain and cognition,* vol. 72, no. 1, pp. 160-164. doi: 10.1016/jbandc.2009.11.003

Thomas A, Chess S (1977). *Temperament and Development.* New York: Brunner/Mazel.

Turkheimer E, Haley A, Waldron M et al (2003). Socioeconomic status modifies heritability of IQ in young children. *Psychological Science*, 14:623-628.

Tuvblad C, Grann M, Lichtenstein P (2006). Heritability for adolescent antisocial behavior differs with socioeconomic status: gene-environment interaction. *Journal of Child Psychology and Psychiatry,* 47:734-743.

Wachs TD (2006). The nature, etiology, and consequences of individual differences in Temperament. In Balter L, Tamis-Le Monda CS (eds) *Child Psychology,* second Edition. New York, NY: Psychology Press, pp 27-51.

Williams KR, Guerra NG (2007). Prevalence and predictors of Internet bullying. *Journal of Adolescent Health,* 41:S14-S21. doi: 10.1016/jadohealth.2007.08.018.

Wong MS, Mangelsdorf SC, Brown GL et al (2009). Parental beliefs, infant temperament, and marital quality: Associations with infant-mother and infant-father attachment. *Journal of Family Psychology*, 23:828-838.

Zeifman DM (2001). An ethological analysis of human infant crying: Answering Tinbergen's four questions. *Developmental Psychobiology,* 39:265-285.