

YENİDOĞANIN ÖZELLİKLERİ VE BAKIMI

Yaşamın ilk 28 gününün kapsayan döneme yenidoğan dönemi denir. Sağlıklı zamanında (miadında) doğan yenidoğanların doğumda boyları 45-55 cm, kiloları 2500-4000 gr, baş çevreleri 33-35 cm'dir.

YENİDOĞANIN ÖZELLİKLERİ

Deri

Yenidoğanın cilt rengi pembe, yumuşak, ince ve kadife gibidir. Yenidoğanın vücudu lanuga denen ince tüylerle kaplıdır. Bu tüyler sıklıkla omuzlar, sırt, ekstremiteler ve alında yer alırlar. Yenidoğanın cildi elastiktir, tutulup bırakıldığında hemen eski hâline döner. Deri altı yağ dokusu vücut sıcaklığının korunmasını sağlar. Yenidoğan doğduğunda cildi beyaz, peynirimsi, yağlı bir oluşum olan verniks kazeoza ile kaplıdır. Verniks kazeoza, enfeksiyonlara karşı koruma, cilt permeabilitesini ve ciltten kaybını azaltma, cilt yüzeyini nemlendirme, PH koruma, yara iyileşmesi ve ısıyı koruma gibi pek çok önemli görevi olan bir madde olduğu için ciltten temizlemek ya da çıkarmak için uğraşılmamalıdır. Yenidoğanların genellikle burun ve çenesinde yağ bezlerinin tıkanması ile oluşan iğne ucu büyüklüğünde beyazımsı papüllere milia denir. Yenidoğanlarda görülmesi normaldir ve 2-3 hafta içinde kendiliğinden kaybolurlar. Toksik eritem, yenidoğan isiliği olarak bilinir. Kırmızı renkli, küçük lezyonlardır. En çok sırt, omuzlar ve göğüste görülür. Nedeni belli değildir ve ikinci haftadan sonra kendiliğinden kaybolurlar. Mongol lekeleri, genellikle arka lumbal bölgede, sakrum üzerinde, koyu renkli, büyük ve düzensiz lekelerdir. Omuzlar, kollar ya da başka bölgelerde de görülebilir. Bu lekeler, tedavi edilmeksizin okul dönemine kadar kaybolur.

Baş

Yenidoğanların başı vücutlarına oranla daha büyüktür. Baş çevresi en geniş sınırlarla 32-38 cm, ortalama 33-35 cm'dir. Bebeğin başında ön bingıldak olarak bilinen, frontal kemiklerin kesişim noktasında bir açıklık bulunmaktadır. Bu ön bingıldak (ön fontanel) 2-3 cm genişliğinde, 3-4 cm uzunluğunda yumuşak yapılıdır. Genellikle 12-18. aylarda kapanır. Arka bingıldak (arka fontanel) ise 0,5-1 cm boyutunda başın arka kısmında bulunur ve ilk 3 ayda kapanır

Kulak

Yenidoğanın kulak kepçeleri yumuşaktır. Kulakta deformateleri önlemek için kulak kepçesinin kıvrılmamasına dikkat edilmelidir. Doğumdan sonra tüm yenidoğanlara işitme testi yapılmaktadır. Yenidoğanların sese toleransı azdır, yüksek seslere sıçrayarak yanıt verirler. Hiçbir yanıt vermemesi işitmeyle ilgili ayrıntılı incelemeyi gerektirir. .

Ağız

Yenidoğanın ağız içi pembe ve nemlidir. Dudaklar ve damak bütünlüğü tam olmalıdır. Dili rahatlıkla ağızına sığar. Yenidoğanlar rahatlıkla kendilerine verilen anne memesi ya da biberon gibi araçları ağızlarına alarak emmeye başlarlar. Tükürük bezleri tam gelişmediği için yeterli tükürük henüz üretilemez.

Boyun

Yenidoğanların boynu kısa ve güçsüzdür. Bebeğin boynu rahatlıkla her iki yana dönebilir, öne ve arkaya gidebilir. Ama yenidoğanlar güçsüz ve çok kısa olan boyunları nedeniyle asla başlarını dik tutamazlar, başlarını desteksiz taşıyamazlar.

Göğüs

Yenidoğanın göğüsü silindirik bir görünümündedir. Göğüs çevresi 31-33 cm'dir. Göğüs çevresi yaklaşık abdomen çevresine eşit ve baş çevresinden 2-3 cm daha azdır. Göğüsün görünümü simetrik olmalıdır. Bebek nefes alırken göğüs kafesini kullanmaz, diyafragma ve abdominal kasları kullanır. Bu yüzden abdominal solunum gözlenir. Nefes alıp verirken karnı inip kalkar. Bu nedenle solunumu karından sayılır. Kaburgaları esnek ve göğüs kemiği kaburgaların tam ortasında ve düzdür. **Memeler** Yenidoğanın memeleri simetriktir. Meme ve meme uçlarında kızarıklık, deforme, akıntı olmaz. Ancak doğumdan hemen sonra 2-3. günlerde anneden geçen hormonlara bağlı olarak, memelerde şişlik ve süt gelmesi olabilir. Bir şey yapmaya gerek kalmadan kendiliğinden geçer.

Karnı

Yenidoğanların karnı yumuşak ve yuvarlak görünümündedir. İlk iki haftalık süreçte genellikle göbek kordonu bulunur, 7-14. günlerde göbek kordonu düşer. Bu süre içinde göbek kordonundaki kanama ve kızarıklık, akıntı gibi enfeksiyon belirtileri gözlenmelidir. Gaz sorunu yaşayan bebeklerin karnı gergin ve sert olarak hissedilebilir. Bu durumda dokunmak ya da bastırmak bebeği rahatsız edebilir. **Genital**

Bölge

Yenidoğan kız bebeklerde labia majörler, labia minörleri ve klitorisi örter. Normalde herhangi bir akıntı görülmez ancak doğumdan hemen sonra anneden geçen hormonların neden olduğu beyaz mükoz ya da hafif kanlı bir akıntı gelebilir. Erkek yenidoğanlarda penis karnın alt tarafında, orta hattadır. İdrar deliği (üretral meatus) penisin ucunda orta hatta bulunur. Penisin ucundaki derinin dar olmasına fimozis denir ve düzeltmek için en kısa sürede sünnet yapılmalıdır.

YENİDOĞANIN BAKIMI

Göbek Kordonu ve Bakımı

Bebeklerin göbeği yaklaşık olarak 7-14 gün içinde düşer. Bu süre içinde göbekte bir enfeksiyon gelişmesini önlemek için bebeğe banyo yaptırılmaz, silme banyo şeklinde temizlenir. Yenidoğanların göbeği düşünceye göbek kordonuna herhangi bir bakım yapmaya gerek yoktur. Temiz, kuru tutmak, açık bırakmak yeterlidir.

Alt Temizliği ve Bakımı

Bir günde bebekler yaklaşık olarak 3 ve daha fazla cıvık, sarı renkli gaita yaparlar. İdrarları ise açık sarı ya da su gibi olabilir. Günde ortalama 6-8 kez açık sarı-su renkli idrar yaparlar. Alt temizliği kaynamış ılatılmış su ile ıslatılmış pamuk veya pamuk mendiller ile yapılır. Yenidoğanın genital bölgesini sadece akan ılık su altında yıkamak bile yeterli temizliği sağlar. Bebeklerin altını değiştirmeden önce ve sonra mutlaka eller yıkanmalıdır. Kız bebeklerde önden arkaya doğru, bacaklardan labia minörler ve en iç kısımda üriner ve vajinal açıklıklara doğru genital bölge temizlenir. Kirli pamuk kullanılmaz, her silmede yeni pamuk kullanılır. Erkek bebeklerde penis uç kısmından dibe doğru temizlik yapılır ve sünnet derisi geri çekilmez. Alt temizliği her kakadan sonra ve en geç dört saatte bir düzenli olarak yapılmalıdır.

Banyo

Yenidoğanlar, küvet banyosu şeklinde yıkanmaya ancak göbek kordonları düştükten sonra geçilebilir. Göbek düşmeden önce silme banyo şeklinde temizlenmeleri daha uygundur. Banyo suyunu 35-38°C olmalı, banyodan önce suyun ısısının termometre ile kontrol edilmesi (termometre yoksa bileğin iç kısmıyla kontrol edilebilir), oda ısısı 26-27°C olmalı, hava hareketi ve temasla ısı kaybını önlemek için açık pencere ve kapı olmamalı. Bebekler emzirildikten/beslendikten bir saat kadar sonra yıkanmalıdır. Hemen besleme ardından yıkamak kusmaya ve aspirasyona neden olabilir.

Tırnak Bakımı

Yenidoğanların tırnakları çok ince ve dayanıksızdır. Ancak çok hızlı uzar ve yüzünü ya da cildini çizmesine neden olur. Bebeğe özel tırnak makaslarıyla uzadıkça kesilmelidir. Kesim sonrası makas sabunla yıkanıp temizlenmelidir.

Göz Bakımı

Yenidoğanın gözlerinde çapaklanma yoksa herhangi bir bakım yapmaya gerek yoktur. Çapaklanma görülüyorsa steril distile su ya da kaynatılmış soğutulmuş ılık su ve steril gazlı bez ile fazla bastırılmadan dış kantüsten iç kantüse doğru silinir. Her göz için ayrı bez kullanılır.

Ağız Bakımı

Yenidoğanların dil ve ağız mukozası normal görünümdeki ise rutin olarak ağız bakımı yapmaya gerek yoktur. Pamukçuk (moniliyazis) denilen mantar enfeksiyonu gelişmişse bir fincan kaynamış ılımlı suya, bir çay kaşığı içme sodası koyarak bebeğin ağız ve anne memesi silinir. Anne memesinin silinmesi ihmal edilmemelidir. Çünkü memeye de bulaşan mantar enfeksiyonu tedavi edilmediğinde tekrar tekrar bebeğin enfekte edebilir.

Kulak-Burun Bakımı

Yenidoğanların kulaklarına ve burunlarına pamuklu çubuk ya da herhangi bir materyal sokarak temizlemek doğru değildir. Temiz bir bezle kulak kepçesi içi, parmak ile yetiştirilebilen kısma kadar ılık suyla silinir. Kulak kepçesinin altı ve çevresi, kıvrımlar da kirlendikçe silinir. Aynı şekilde burun da temiz bir bezle deliklerinin ulaşılabilen kısmına kadar temizlenir. Burunda akıntı varsa hava yolu açıklığını sağlamak için 1-2 cc'lik serum fizyolojik damlatılarak sekresyonlar yumuşatılır ve parmak ile çekilir.

Vücut ve Ortam Isısı

Yenidoğanların normal aksiller vücut ısıları 36,5- 37,3°C'dir. Rektal, oral, timpanik, deri, temporal yol gibi yollarla yapılan vücut sıcaklığı ölçümleri yenidoğanlarda tercih edilmeyen yollardır. Buldukları ortam; 22-26 °C ısıda, hava akımı olmayan, nem oranı %30-%60 olan bir ortam olmalıdır.

Uyku

Yenidoğanlar normal şartlarda günün tamamına yakını uyuyarak geçirirler. Günde yaklaşık 18-20 saat uyurlar. Acıklarının nedeniyle 3-4 saatte bir uyanırlar. Daha sonra giderek uyanık kaldıkları süre uzar. Amerikan Pediatri Akademisi yenidoğanın sırt üstü ya da yan yatış pozisyonunda yatırılmasını önermektedir. Yenidoğanın yattığı yatak ya da şilte çok yumuşak olmamalı, yastık kullanılmamalıdır. Kendi yatağı olmalı, anne yanında yatırılmamalıdır. Yenidoğanlar gece karanlık ya da loş ışıkta yatırılarak gece gündüz döngüsünü anlamalarına yardım edilmelidir.

Giyim

Her yenidoğanın en çok ısı kaybettiği vücut bölümü baştır. Bu nedenle bebeklere başlık/şapka kullanılmalıdır. Aynı zamanda ekstremitelerinin uç kısımları da daha çabuk üşüyen bölümlerdir. Bu nedenle yenidoğanlara patikli alt giysiler tercih etmek ya da çorap giydirmek bu ısı kaybını önleyebilir. Sürekli olarak eldiven giydirmek önerilmez. Yenidoğanlara pamuklu kumaş giysiler tercih edilmelidir. Kıyafetlerinde doğal maddelerden dokunmuş kumaş ve materyaller kullanılmadır. Bebeklerin kıyafetleri mümkün olduğunca kimyasal boya gibi maddeler kullanılmayan ürünler olmalıdır. Satın alınan giysiler kullanılmadan önce mutlaka yıkanmalıdır. Bebeklerin kıyafetlerini sadece beyaz sabunla ya da sabun tozuyla yıkamak uygundur. Yıkadıktan sonra güneşte kurutmak mikroorganizmalardan kurtulmakta yarar sağlar. Ardından kıyafetlerin ütülenmesi yine hijyen açısından tam bir destek sağlar. Yenidoğanları erişkinden bir kat fazla giydirmek gerekir. Yenidoğan dönemi bittikten sonra ileriki aylarda bebekleri erişkinle aynı kat sayısında giydirmek yeterli olacaktır. Kundaklama önerilmez ama sarmalama yapmak uygundur.

Yenidoğan Sünneti

Sünnet, erkek çocukların penis ucunu, örten derinin cerrahi olarak çıkarılmasıdır. Sünnetin, penis temizliğini kolaylaştırması, buna bağlı idrar yolu ve cinsel yolla bulaşan enfeksiyonları azaltması, penis kanseri görülme oranlarını azaltması gibi yararları mevcuttur. Daha K vitamini sentezi yeterli yapılamadığı için kanamaya yatkınlığı olan, ısı dengesini koruma açısından risk taşıyan yenidoğanlarda sünnetin doğumdan hemen sonra yapılması uygun olmaz. En erken doğumdan birkaç gün sonra yapılması önerilir. Sünnet yapılırken ve yapıldıktan sonra, aynı gün analjezi mutlaka gereklidir. Sünnet sonrası ilk iki saat yara bölgesi, kanama açısından sık sık takip edilmelidir. Sünnet yapıldıktan sonra yine bebeğin idrar yapması takip edilmelidir. Sünnet sonrası ilk 6-8 saat içerisinde idrar çıkışı olmalıdır. İlk bir iki gün idrarın açık yarayı yakmasını önlemek için vazelin penis başına sürülebilir. Yeni sünnet edilmiş penisin irritasyonunu önlemek için 3-4 gün sadece su ile bölgenin kirlendikçe temizlenmesi yeterlidir.

BEBEKLİK DÖNEMİNDE FİZİKSEL GELİŞİM

Anne karnındaki gelişimden sonra, fiziksel olarak en hızlı gelişim dönemi bebeğin ilk bir yılında olur. Fiziksel gelişim, boy uzaması, kilo artması, dişlerin çıkması ve değişmesi, kemik, kas, beyin, duyu organları ve tüm sistemlerin (siniri, solunum, sindirim, dolaşım, boşaltım, üriner sistem) gelişimidir. Fiziksel gelişim niteliksel ve niceliksel biçimde olur. Büyüme ve gelişmenin yönü baştan ayağa, merkezden çevreye doğrudur. Fiziksel gelişmeyi etkileyen faktörler; kalıtım, doğum öncesi ortam, beslenme, zekâ, evin duygusal iklimi, bebeğin sağlığı, uyarılma seviyesi, sosyo-ekonomik durum, cinsiyet olarak sıralanabilir.

BÜYÜMENİN DEĞERLENDİRİLMESİ VE İZLEM

Miadında doğmuş, sağlıklı yenidoğan ve bebeklerin fiziksel büyümeleri değerlendirilirken ağırlık, uzunluk, baş çevresi gibi ölçütler kullanılmalıdır. Prematüre bir bebeğin büyümesini ve gelişimini değerlendirirken, beklenen sonuçları belirlemek için bebeğin düzeltilmiş yaşı kullanılmalıdır. Bebeğin doğumundan sonra izlem sıklığı ülkemizde şu şekildedir: İlk 48 saate, 15. günde, 41. günde, 2-6 ay arasında her ay, 6-12 arasında üç ayda bir. Büyüme eğrileri, normal gelişim gösteren aynı yaş ve cinsiyetteki pek çok sayıda çocuktan elde edilen ölçümlere dayanır. Çocuğun yaşlarına göre yüzdelerle sıralamada nerede olduğunu belirten değere persentil denir. Büyüme eğrileri 3, 10, 25, 50, 75, 90 ve 97. olmak üzere 7 persentil çizgisinden oluşur. Büyüme eğrilerinin x eksenini (yatay) yaş, y eksenini (dikey) ise kilo, boy ve baş çevresi gibi ölçüm değerleri yerleştirilmiştir. Cinsiyete uygun büyüme eğrisi seçildikten sonra x ekseninde bebeğin yaşı işaretlenerek bu noktadan dikey bir çizgi çizilir. Y ekseninde ise bebeğin ölçüm değeri işaretlenerek bu noktadan yatay çizgi çizilir. Çizilen bu iki çizginin kesiştiği nokta bebeğin hangi persentilde veya persentil aralığında olduğu gösterir.

Vücut Ağırlığı

Zamanında doğan bebeklerde doğum ağırlığı ülkemizde ortalama 3-3.5 kg (2.5-4 kg)'dır. Erkek bebekler kızlara göre daha ağır doğarlar. Bebek İlk 6 ayda günde 20-30 gr (veya haftada 150-200 gr) ağırlık kazanır. İkinci altı ayda ise günde 15-20 gr (haftada 100-150 gr) alır.

Boy Uzunluğu

Boy uzunluğu da büyümenin değerlendirilmesinde kullanılan en önemli göstergelerden biridir. Doğumda boy uzunluğu ortalama 50 cm (45-55cm)'dir. Bebek altı ayına ulaşınca kadar her ay yaklaşık 2.5 cm uzar. İkinci altı ayda boy uzaması yavaşlar ve bebek ayda 1,25 cm uzar.

Baş Çevresi

Anne karnındaki dönemin sonuna doğru ve doğumdan sonra vücudun en hızlı büyüyen bölümü baştır. Doğumda bir bebeğin baş çevresi ortalama 33-35 cm arasındadır. Bebeklik döneminde baş çevresi hızla büyür. Çünkü bebeğin beyini de hızla büyür. Yaşamın ilk altı ayında baş çevresi ayda 1,3 cm artar iken altı aydan 12.aya kadar ayda 0,6 cm artar.

Vücut Bölümlerinin Birbirine Oranı

Vücutun baş, kol, göğüs, karın, bacak ve ayaklar gibi kısımlarının birbirine göre büyüklüğü beden oranını verir. Yaşamın ilk yıllarında baş toplam beden uzunluğunun 1/4'ü kadardır. Erişkinlikte bu oran 1/8 olacaktır. Yenidoğan bebeklerde vücudun 1/3'lük kısmını bacaklar oluştururken, yetişkinlikte 1/2' dir.

Kemikler ve Dişlerin Gelişimi

Kemik gelişimi baş, gövde ve ayaklar şeklinde yukarıdan aşağıya doğru olur. İskeletin oluşumu bebek doğduğunda tamamlanmıştır. Yenidoğan bebeğin kemikleri yumuşaktır ve daha fazla kıkırdak dokusu içerir. Yenidoğan bebekte toplam 270 kemik vardır. Yenidoğan bebeğin kafatası kemikleri arasında altı tane boşluk vardır Bu boşluklara bingıldak (fontanel) denir. Bunlardan küçük olanlar yaşamın ilk günlerinde ve aylarında kapanırken başın üstünde yer alan en büyük bingıldak on iki-on sekiz ayları arasında kapanır. Büyük olan bu bingıldak eşkenar dörtgen şeklindedir. Eni yaklaşık 2-3 cm, boyu yaklaşık, 3-4 cm kadardır. Başın üstüne parmaklarla dokunduğumuzda bingıldak hissedebiliriz. Bebek büyüdükçe bingıldakın küçülmesi beklenir. Bu küçülme çok erken olursa (3 aydan önce) veya 1.5 yaşından sonra hala açıklık varsa doktora başvurulmalıdır. Kemik gelişiminin önemli göstergelerinden biri de diş gelişimidir. Anne karnında olgunlaşmasını tamamlayan dişler doğumdan sonra belirli bir sırayla çıkar.

Sinir Sistemi Gelişimi

Sinir sistemi merkezî ve periferik sinir sistemi olarak ikiye ayrılır. Merkezî sinir sistemi, beyin,

omurilik ve 43 çift sinirden oluşur. Periferik sinir sistemi, merkezi sinir sisteminin dışında kalan tüm sinirleri içerir. Periferik sinir sistemi, kendi içinde somatik sinir sistemi ve otonom sinir sistemi olarak ikiye ayrılır. Sinir sistemi bebeklik döneminde olgunlaşmaya devam eder ve baş çevresindeki artış beyin büyümesinin göstergesidir. Yenidoğan bir bebeğin beyin ağırlığı 300-350 gr arasındadır. 6 aylık olduğunda bebeğin beyini yetişkin beyninin yarısı kadardır. 12 aylıkken beyin, doğumdaki ağırlığının 2½ katına ulaşır. İnsan, doğumda yaşamı boyunca kullanacağı 100 milyar nöron hücresiyle doğar. Bebek büyüdükçe sinir hücrelerinin boyutları da büyür. Sinir sisteminin gelişiminin izlenmesi ve değerlendirilmesi kritik öneme sahip olan ilk bir yılda çok önemlidir. Yenidoğan döneminde bebekler reflekslerle hareket ederler. Yenidoğan refleksleri; arama refleksi, emme refleksi, moro refleksi, yakalama refleksi, adımlama refleksi, tonik boyun refleksidir. Bu refleks hareketlerin yenidoğan döneminde görülmemesi ya da kaybolması gereken zamanda hala mevcut olması patolojiktir. Doktora başvurulması gerekir.

Dolaşım Sistemi Gelişimi

Anne karnındaki bebeğin dolaşım sistemi farklıdır. Bebeğin doğumu ve ilk nefes alışı ile dolaşım sisteminde köklü değişiklikler meydana gelir. İnsan vücudunda en güçlü kas olan kalp kası otonom sinir sisteminin etkisiyle istemsiz çalışır. Kalp, yaşamın ilk yılında iki katı büyüklüğüne çıkar. Kardiyovasküler sistem olgunlaştıkça, ortalama nabız hızı yenidoğanda 140'dan 120'ye, 1 yaşında yaklaşık 100'e düşer. Kan basıncı da bebek büyüdükçe artar.

Solunum Sistemi

Gelişimi İlk soluk doğumdan çok kısa bir süre (15-20 saniye) sonra başlar. Solunum sistemine ait yapıların tümü anne karnında oluşup gelişmesine rağmen, solunum sistemi yaşamın ilk yılında olgunlaşmaya devam eder. Solunum hızı, yenidoğanda ortalama dakikada 30 ila 60 iken, 12 aylık olduğunda yaklaşık dakikada 20-30'a düşer. Yenidoğan, periyodik duraklamalarla düzensiz nefes alır. Bebek olgunlaştıkça solunumu daha düzenli ve ritmik hale gelir. Yetişkinlerle karşılaştırıldığında bebeklerin; solunum yolları göre daha dardır, dil daha büyüktür, akciğerlerindeki hava kesecikleri daha az ve küçüktür, solunum kasları tam olarak gelişmemiştir, solunumu daha çok karın kaslarını kullanarak yapar. Bebekler 3 ve 4 aylık olana kadar sadece burundan nefes alırlar. Metabolizmalarının hızlı olması nedeniyle, oksijen tüketimi bebeklerde yetişkinlere göre daha fazladır. **Hematolojik**

Sistem Gelişimi

Hematolojik sistemde, yaşamın ilk yılında önemli değişiklikler meydana gelir. Doğumda, fetal (anne karnında üretilen) hemoglobin (kanda oksijeni dokulara taşıyan kısım) büyük miktarlarda mevcuttur. Doğumdan sonra fetal hemoglobin üretimi durur. Gebeliğin son 3 ayında, annede mevcut demir depoları anne karnındaki bebeğe (fetüse) aktarılır. Yenidoğanın yüksek hemoglobin konsantrasyonu ilk 2-3 ayda düştüğü için demir geri kazanılır ve depolanır. Bu depolar ilk 6 ila 9 aylık yaşam için yeterli olabilir ancak demir takviyesi olmazsa tükenir.

Sindirim Sistemi Gelişimi

Yenidoğanın sindirim sistemi tam olarak gelişmemiştir. Mide kapasitesi doğumda nispeten küçüktür ve yaklaşık 30-60 cc (yarım çay bardağı) kadardır. Bu dönemde bebek sık sık beslenmelidir. Bebek büyüdükçe mide kapasitesi de büyür. Bebek bir aylık olduğunda mide kapasitesi 200 mL'ye çıkar. Yemek borusunun alt ucundaki kaslar iyi gelişmediği için mide içeriğini sık sık kusar. Karaciğer de doğumda olgunlaşmamıştır. İnce bağırsağın uzunluğu, bir bebekte bir yetişkinden orantılı olarak daha fazladır (yaklaşık 270 cm uzunluğundadır ve yaşamın ilk birkaç yılında erişkin uzunluğuna ulaşır). Bunun aksine, bebeğin kalın bağırsağı, bir yetişkine oranla daha kısadır. Bu iki özellik, daha fazla sindirim salgısı ve daha az emilimin olması demektir. Aynı zamanda bebeklerin yumuşak ve sık dışkılamasının sebebidir. Yenidoğanın ilk dışkısı (mekonyum), rahimde yutulmuş amniyotik sıvının sindiriminin sonucudur. Koyu yeşilden siyaha dönen bir rengi vardır ve yapışkandır. Yaşamın ilk birkaç gününde dışkıları sarımsı bir renk alır. Yenidoğanlar, günde en fazla 8-10, en az 1-2 kez dışkılar.

Boşaltım Sistemi Gelişimi

Bebeklik döneminde böbrekler yetişkinlere göre karın içinde daha aşağıdadır. İdrar kanalı her yaşta kadınlar erkeklerle kıyasla doğal olarak daha kısadır ve makata çok yakındır. Erkek bebeklerin idrar kanalı yetişkin erkeklerle göre çok daha kısadır. Böbreklerden kan akışı bebeklerde yetişkine kıyasla daha yavaştır. Böbrek idrarı daha az konsantre edebilir. Bir bebeğin vücudunun yaklaşık %75'i sudur. Doğumdan sonra bir bebeğin 24 saat içinde idrarını yapması beklenir. Yenidoğanda mesane kapasitesi yaklaşık 30 mL'dir; 1 yaşında yaklaşık 270 mL'lik normal yetişkin kapasitesine yükselir. Böbrek genellikle iki yaşında fonksiyonel olgunluğa ulaşır.

Bağışıklık Sistemi

Yenidoğan bebeğin kanında bebeği hastalık yapan mikroorganizmalara karşı koruyan, plasenta aracılığı ile anneden bebeğe geçmiş olan antikorlar bulunur. Bebek büyüdükçe antikorlar etkisini yitirmeye başlar.

İç Salgı Bezleri ve Hormonlar

Kişinin hareket ve beden gelişiminin yanında diğer gelişim alanları üzerine de etkisi olan faktörlerden biri de iç salgı bezleridir. İç salgı bezleri, büyümeyi, gelişmeyi ve birçok yaşamsal faaliyeti

düzenleyen hormonlar salgılamaktadır. İnsan bedeninde farklı bölgelerde yer alan altı tane iç salgı bezi vardır; hipofiz bezi, tiroit bezi, Paratiroid bezi, böbreküstü bezleri, cinsiyet bezleri ve pankreas.

Hipofiz bezi:

Büyümeyi sağlayan hormonları üreten beyinin arka alt kısmında bulunan hipofiz bezidir. Büyüme hormonu salgılamasının yanında diğer salgı bezlerini de etkiler, onların çalışmasını düzenler. Hipofiz bezi, uzun kemiklerinin uzamasını sağlayarak, çocuğun boy uzamasını etkiler. Hipofiz bezi bedenin su dengesini sürdürmekten de sorumludur, bedenin şeker ve nişasta kullanımını etkiler. Ergenlik döneminde kadında yumurtlamayı, östrojen hormonunun salgılanmasını, erkekte sperm üretimini uyarır bunun yanı sıra süt salgılanmasını ve annelik davranışlarını da etkiler.

Tiroit Bezi: Boyunun ön kısmında, gırtlığın iki yanında bulunan bir bezdir. Salgıladığı hormona 'tiroksin' adı verilir. Tiroksin; kemiklerin ve kasların büyümesine, sinir sisteminin, kan dolaşımının çalışmasına etki eder; hücrelerdeki metabolik faaliyetleri düzenleyerek ve kemiklerin olgunlaşmasına etki ederek büyümeyi destekler. Tiroit bezi bedendeki iyotla beslenir. İyot eksikliği bu bezin büyümesine, yani bozulmasına neden olur.

Paratiroid Bezi: Tiroit bezine yapışık pirinç tanesi büyüklüğünde dört salgı bezidir, ergenlik dönemine dek olgunlaşır. Bu bezlerin salgısı olan 'paratirin', kalsiyum ve fosforun bedende kullanımını denetler, denge sağlar; kemiklerin gelişimini, sinirlerin ve kasların düzenli çalışmasını, kalp atımını, kanın pıhtılaşmasını ayarlar.

Böbreküstü Bezler: Her böbreğin üstünde birer tane olmak üzere iki tane böbrek üstü bezi vardır. Temel işlevi; su ve tuz dengesini sağlamak, karbonhidrat metabolizmasını düzenlemek, organizmanın elektrolit yapısını dengelemek, karbonhidrat, yağ ve protein metabolizmasında etkili olmak, gelişime etkide bulunmaktır. Kalp atışlarını ve kan basıncını düzenleyen 'adrenalin' salgısını üretir.

Cinsiyet Bezleri: Kadına ve erkeğe cinsiyet özelliklerini kazandırır, cinsel gelişimi sağlar ve cinsel yaşamı sürdürmeye etkide bulunur.

Pankreas Bezi: Karın boşluğunda bulunan bu bez, 'insülin' hormonu salgılayarak kana gönderir ve kandaki şeker düzeyinin, miktarının ayarlanmasını, düzenlenmesini sağlar.

Deri

Rahimde bebek, gelişmekte olan bebeğin cildini koruyan vernix caseosa (peynirimsi yumuşak bir madde) ile kaplanır. Verniks üretimi doğumla birlikte durur. İnce tüyler (lanugo) birçok yenidoğanın vücudunu kaplar. Yenidoğanda akrosiyanoz (ellerin ve ayakların maviliği) normaldir; yaşamın ilk birkaç gününde azalır. Yaşamın ilk aylarında bebeğin cildi yetişkinle karşılaştırıldığında daha incedir ve kılcal damarlar yüzeye daha yakındır.

MOTOR GELİŞİM

Gelişme, bireyin fonksiyonel ve fizyolojik olgunlaşma sürecidir. Sinir sisteminin olgunlaşması ve miyelinizasyonu ile doğrudan ilişkili olup bireyin yetenek ve fonksiyonlarındaki ilerlemeleri yansıtır. Motor gelişim ise, fiziksel büyüme ve gelişme ile beyin omurilik gelişimi sonucu organizmanın isteme bağlı olarak hareketlilik kazanmasıdır. Motor gelişim, fiziksel, bilişsel ve sosyal gelişim ile ilişkilidir. Kaba motor gelişimi; vücut duruşu ve hareketi, baş kontrolü, oturma, emekleme, ayakta durma, yürüme, koşma, yuvarlanma, zıplama, denge gibi fonksiyonları, ince motor gelişim ise el ve ayakların kullanılması ile ilgili tutma, kavrama, yazma, çizme, kesme gibi becerileri içermektedir. Ayrıca motor gelişim hem kaba motor becerileri hem de ince motor becerileri uygulayabilme yeteneğindeki ilerleme ve değişimdir. Motor beceriler; nesnelere ve bireylerle etkileşimin merkezinde yer alır, ayrıca bebeğin gelişiminde önemli kilometre taşlarıdır. Özellikle kaba motor becerilerin değerlendirilmesi, bebeklerin fiziksel büyümeleri ve ardışık motor becerilerin gelişimlerinin anlaşılmasında önemlidir. Bu nedenle motor gelişimin özelliklerini, gelişimine etki eden faktörleri anlamak çok önemlidir.

Motor Gelişimin Genel İlkeleri

İlkel reflekslerin kaybolması ile istemli davranışlar gözlenir. Yani gelişimin ilerleyebilmesi için yenidoğan reflekslerinin kaybolması gerekmektedir. Örneğin bebeğin bir nesneyi istemli kavrayabilmesi için, öncelikle ilkel kavrama refleksini kaybetmesi gerekir. Bebeğin gelişimi ilerledikçe yenidoğan refleksleri yerini amaçlı/istemli hareketlere bırakır. Bebek bir nesneyi supine pozisyonunda ağızına götürmeden önce prone pozisyonunda bir nesneyi alabilmelidir, yani prone pozisyonu önce gelişir. Motor gelişim, baştan alt ekstremitelere doğru ilerler. Örneğin bebek ikinci ayında yüz üstü yatırılınca başını ve göğsünü kaldırabilir, dördünü ayda başını, göğsünü ve abdomen bölgesini kaldırabilir, dokuzuncu ayda emekleyip, 12. ayda yürüyebilir. Vücut bölümlerinin gelişimi baştan ayağa ve merkezden uçlara doğrudur. Bebekte baş ve üst ekstremitelerin kontrolü, alt gövde ve ekstremitelerden daha önce gelişir. Örneğin bebek oturmadan önce başını kontrol etme becerisi kazanır. Merkezden uçlara doğru olan gelişme ise bilateral ve simetriktir. Çocuk yakalamak istediği bir obje veya oyuncuğa önce omuz, üst kol, avuç ve en son da parmakları ile ulaşır. Bu yön ve sıra hiçbir çocukta değişiklik göstermez ancak çocuklar arasındaki bireysel farklılıklar nedeniyle bir davranış yapma zamanı değişiklik gösterebilir. Bir çocuk 12 aylık yürürken, diğeri gelişiminde hiçbir sorun olmaksızın 15 aylık olduğunda yürüyebilir. Motor gelişim düzeyleri çocuktan çocuğa değişmekle birlikte çeşitli (biyolojik, bireysel, genetik ve çevresel) faktörlerden etkilenir. Bebeklik döneminde her gelişim düzeyini etkileyen etmenler olduğu gibi bebeklerin motor gelişimini de etkileyen çeşitli sayıda etmenler yer almaktadır. Doğum öncesi dönemde sağlıklı olarak gelişen bebeğin, doğum sırasında travmaya maruz kalması ya da doğum sonrası kaza ve zehirlenmeler yaşaması bebeğin gelişim sürecini etkileyebilmektedir. Bu nedenle motor gelişimi etkileyen faktörler doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrası etki eden faktörler olmak üzere üç grupta incelenmektedir. Doğum öncesi dönemde annenin beslenme biçimi, kullandığı ilaçlar, alkol ve sigara tüketimi, gebelik toksemisi, enfeksiyonlar, kan uyuşmazlığı, duygusal durum, yaş, radyasyona maruziyet, genetik faktörler bebeğin tüm gelişim süreçlerini etkileyebilmektedir. Örneğin annenin kötü veya yetersiz beslenmesi bebeğin bir ya da daha fazla organının büyümesini geciktirebilir ya da etkileyebilmektedir. Gebelikte fazla alkol kullanımı, bebeklerde zihinsel, fiziksel ve davranış anomalilerine neden olmaktadır. Özellikle alkol plesantayı hızla geçerek fetüste anneden daha uzun süre kalmakta, kalp damar ve merkezî sinir sistemi bozukluklarına neden olmaktadır. Annenin yaşı, döllenmeyi, embriyonun oluşumunu, fetal büyüme ve gelişimi, doğum zamanını ve çocuğun bakımını etkileyebilir. Doğum sırasında yaşanan travmalar ve doğum sonrasında; bağımlılık, uyarıcı zenginliği veya yoksunluğu, çocuk yetiştirme yöntemleri ve cinsiyet bebeklik döneminde motor gelişimi etkilemektedir. **Yenidoğanda Motor Gelişim** Yenidoğanın motor hareketleri sınırlıdır. Bebeğin ilk kazandığı motor becerisi başını kaldırmak, ellerini kollarını kullanabilmek, ayak ve bacaklarını kullanmaya başlamaktır. Yenidoğanda fizyolojik hipertoni mevcuttur. Ekstremiteler fleksiyon pozisyonundadır. Sırtüstü yatırıldığında kollarında ve bacaklarında simetrik hareketler gözlenir. Bu hareketlerin asimetrik olması veya gözlenmemesi durumunda bu bebeklerin yakından izlenmesi gerekir. Yüzükoyun yatarken başını sağa ya da sola çevirebilir. Ellerinden tutulup oturtulur duruma getirilirse başı geriye düşer, henüz baş kontrolü yoktur. Oturtulduğunda sırt kambur yuvarlak, baş öne düşük tüm ekstremiteler fleksiyon hâlinindedir. Havada

ayaküstü tutulunca yürüme hareketleri yapar. Avucuna konan objeleri sıkı sıkı tutar. Yenidoğan döneminde ilkel refleksler gözlenir.

Bebeklik Döneminde Kaba Motor Gelişim

Kaba motor gelişim; dengeyi sağlama, postural kontrolü veya hareketliliği sürdürebilmek için kas gruplarını kullanabilme yeteneğidir. Sağlıklı gelişimin sağlanması ve sürdürülmesi için kaba motor ve ince motor becerilerin değerlendirilmesi ve izlenmesi kritik önem taşımaktadır. Bebeklik döneminde postural kontrolü sağlayabilmek için en önemli gelişim baş kontrolünün sağlanmasıdır. Özellikle bebeğin dik tutulduğunda baş kontrolünü sağlaması çok önemlidir. Bu gelişim bireysel farklılık göstermekle birlikte yaklaşık olarak bebek ikinci ayına geldiğinde ayakta durma pozisyonunda başını tutabilir. Baş kontrolünün dışında kaba motor becerilerden özellikle oturma, emekleme, ayakta durma ve yürümenin gelişimi de çok önemlidir. Bebeklerin ilk motor becerileri arasında oturma önemli bir yer tutmaktadır. Dört aylık bebekler desteklendiklerinde kısa süre (yaklaşık bir dakika) oturabilirler, yedinci aydan itibaren ise kısa bir süre yardımsız oturmaya başlarlar. Bebekler dokuzuncu aydan itibaren daha dengeli oturma becerisine sahip olurlar. Motor becerilerin gelişiminde emekleme hareketi de çok önemlidir. Emekleme; bebeğin baş, boyun ve gövde kasları üzerinde kontrolünü kazanmaya başlaması ile ortaya çıkar. İlk emekleme hareketleri sürünme benzeri davranışlar olarak görülür. Bebekler dokuzuncu aya geldiklerinde yerde yuvarlanarak, bedenini bir yandan diğer yana döndürerek ya da kıvrılarak ilerler. Yüzüstü pozisyonda iken emeklemeye başlayabilir. Kaba motor becerilerin diğer önemli parametresi bebeğin ayakta durması ve yürümesidir. Bebekler dokuzuncu aya geldiklerinde mobilyalara tutunarak ayağa kalkabilir, ayakta iken bir ayağını adım atmak için kaldırabilir. 11. ayda mobilyalara tutunarak oda içinde dolaşabilir ve yardımla ayakta durabilir.

Bebeklik Döneminde İnce Motor Gelişim

Gelişim ilerledikçe bebekler çevreyi keşfetmek için ellerini ve gözlerini kullanmaya başlar. İnce motor becerilerin gelişimi bebeğin el-göz koordinasyon becerisinin gelişimi ile ilişkilidir. İnce motor gelişim, bir objeyi el ve parmak kullanarak kavramayı içerir. Yenidoğan döneminde kavrama ilkel bir refleks iken, ikinci ayın sonlarına doğru bu refleks kaybolur. Bebek aktif olarak nesneyi düşürmeden anlık olarak tutmaya başlar. Yaşamın ilk bir ayında görülen bu ilkel kavrama refleksi giderek istemli bir davranış hâline gelir. Bebek üçüncü ayına geldiğinde İlgisini çeken objelere ulaşmak ister, eline yerleştirilen objeleri tutar. Objeleri ağızına götürebilir. Dördüncü ayda eline yerleştirilen obje ile oynar ancak düştüğünde anlamaz. Eline verilen bir çingırağı sallayabilir, başparmağı ve diğer parmaklarını bir araya getirebilir. Beşinci ayda objeyi bütün eli (avuç içi ve parmakları ile) ile kavrayarak alır, ayaklarını ağızına götürebilir. Altıncı ayda objeleri kavrar, iki eliyle tutar, güvenli bir şekilde biberonunu tutabilir. Yedinci ayda tek eli ile objeleri tutabilir. Küçük objeleri (fincan) tutabilir. Sekizinci ayda el-göz koordinasyonu giderek artmıştır, böylelikle nesnelere daha kolay kavrayabilir. Dokuzuncu ayda baskın el kullanımı belirginleşir. 10. ayda küçük objeleri almak için başparmak ve işaret parmağını kullanır. 11. aydan itibaren objeleri parmakları arasında tutabilir, nesnelere kutuya koyup yeniden çıkarabilir. 12. ayda kalemle düz çizgi çizebilir ve kitap sayfalarını çevirebilir. Nesnelere kutuya koymaktan ve yeniden çıkarmaktan hoşlanır.

Beslenmenin Bebek Gelişimindeki Önemi

Çocuk sağlığının korunması, iyileştirilmesi ve sağlıklı büyüme ve gelişmeyi teşvik etmek için en etkili müdahalelerden birisi beslenmedir. Beslenme; büyüme, yaşamın sürdürülmesi ve sağlığın korunması için besinlerin kullanılmasıdır. Çocukluk çağında sağlıklı beslenme, çocuğun erişkin yaşta genetik potansiyeline uygun bir vücut yapısına erişebilmesi ve sağlıklı bir erişkin olabilmesi için de gereklidir. Beslenme yaşamın her döneminde önemlidir. Büyümenin en hızlı olduğu evrelerden bebeklik döneminde beslenme ayrı bir önem taşımaktadır. Doğumdan iki yaşın sonuna kadar devam eden dönem, çocuklarda büyüme-gelişiminin en hızlı olduğu yaşama sağlıklı başlangıç için en kritik dönemdir. Büyümenin en hızlı olduğu bu dönemde oluşan beslenme problemleri ve büyüme geriliğinin iki yaş sonrasında düzeltilmesi oldukça güçtür. Yeterli beslenme, çocukların yaşamasına, büyümesine, gelişmesine, öğrenmesine, oynamasına izin verirken, yetersiz beslenme çocukların geleceğini ciddi şekilde bozmaktadır. Dünyada beslenme problemleri; bodurluğa, aşırı zayıflığa veya obeziteye sebep olabilmektedir. Çocukluk çağında beslenme bozuklukları yanında vitamin ve mineral eksiklikleri de çok fazla görülmektedir. Çocukluk çağında görülebilen vitamin ve mineral eksiklikleri; demir, iyot, A vitamini, folik asit ve çinko gibi mikro besin maddelerindeki eksiklikleridir.

0-6 Ay Bebek Beslenmesi

Anne sütü ile beslenme

Yenidoğan bir bebek için en uygun besin ANNE SÜTÜ'dür. Anne sütü; bebeğin sağlıklı olması, tüm besin öğeleri gereksinmelerini karşılaması, kolaylıkla sindirilebilmesi ve enfeksiyonlara karşı koruması açısından yeri doldurulamaz bir besindir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF), bebeklerin doğumdan hemen sonra anne sütü ile beslenmeye başlanmasını, ilk 6 ay sadece anne sütü verilmesini, 6. aydan sonra ek besinlere geçişini ve iki yaşına kadar anne sütü ile beslenmenin sürdürülmesini önermektedir.

Anne Sütünün Oluşumu, İçeriği ve Yararları

Anne sütünün oluşumundan sorumlu primer hormon beyindeki ön hipofiz bezi tarafından üretilen ve süt yapımını uyarıcı "prolaktin" hormonudur. Süt salgısının devamı, emmenin devam etmesiyle refleks olarak arka hipofizden salgılanan oksitosin hormonu ile olur. Oksitosin hormonu sütün atılım refleksinden sorumludur. Doğumdan sonraki ortalama ilk 5-7 günde salgılanan süte "kolostrum" (ağız sütü) adı verilir. 7-15 günler arasında "geçiş sütü", 15. günden sonra ise "olgun süt" salgılanır. Anne sütünün bileşimi, bebek beslenmesi için en uygun olan biyolojik besindir. Anne sütü enfeksiyonlara karşı koruyucu, bağışıklığın olgunlaşmasına, organ gelişimine ve sağlıklı mikrobiyal kolonizasyona katkıda bulunan binlerce farklı biyoaktif molekül içerir. Anne sütü, laktoalbumin ve laktoglobulin gibi küçük moleküllü proteinlerden zengin olduğu için kolay sindirilir. Anne sütünde demiri bağlayan laktoferrin vardır. Bu nedenle anne sütü alan çocuklarda ilk altı ay içinde demir depolarının boşalması ve Fe eksikliği anemisi riski yoktur. Anne sütünde en fazla bulunan immunoglobulin; Immunglobulin A (Ig A)'dır. Ig A, bebeğin henüz olgunlaşmamış sindirim sistemini enfeksiyondan korur. Aynı zamanda anne sütünde Ig G ve Ig M de bulunur. Anne sütündeki lipaz yağların sindiriminde etkilidir, midenin daha çabuk boşalmasını sağlar. Whey proteinleri antienfektif maddeler içerir ve bebeği enfeksiyonlardan korumaya yardımcı olur. İçerdiği bifidus faktör ile de bebeğin bağırsaklarında gelişen laktibasillus bifidus denilen özel bir bakterinin oluşmasını sağlar.

Sağlanmış Anne Sütü

Annelerin bebeğini emzirerek taze süt vermesi ideal olan ve tavsiye edilendir. Anneye veya bebeğe ait faktörler nedeniyle bebeklerin emzirilmesi mümkün olmadığında sütün devamı için annelerin sütünü sağması gerekmektedir. Sütün immünolojik içeriğini kaybetmemesi, besleyiciliği ve sütte mikroorganizma gelişiminin önlenmesi bakımından sağılan anne sütünün uygun şartlarda saklanması oldukça önemlidir. Ülkemizde Sağlık Bakanlığı, oda sıcaklığında üç saat, buzdolabında üç gün, derin dondurucularda ise üç ay güvenle saklanabileceğini önermektedir.

Formül Süt ile Beslenme

Anne sütünün olmadığı veya yetersiz olduğu ya da bazı metabolik hastalıkların varlığında yapay beslenme olarak tanımlanan formül sütler kullanılır. Formül sütler, en az 6 ay mümkünse 1 yaşına kadar kullanılmalıdır.

6-12 Ay Bebek Beslenmesi

Tamamlayıcı Beslenme (Ek Gıdalara Geçiş)

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), tamamlayıcı beslemeyi “anne sütünün artık bebeklerin beslenme gereksinimlerini karşılamaya yeterli olmadığı ve anne sütü ile birlikte başka yiyecek ve sıvılara ihtiyaç duyulduğu zaman başlayan bir süreç” olarak tanımlamaktadır. UNICEF, uygun büyüme, gelişme ve ideal beslenme durumu için tamamlayıcı beslenmede sıklık, miktar, kıvam (çok sıvı veya çok katı), çeşitlilik (farklı yiyecek türleri), duyarlı besleme ve hijyenin oldukça önemli olduğunu belirtmiştir. Bebekler 6-8 ay arasında 3 ana öğün, 9 aydan itibaren günde 4 öğün (3 ana öğün ve 1 ara öğün) ve 12 aylıktan itibaren günde 5 öğün (3 ana öğün ve 2 ara öğün) beslenmelidir. Ek gıda vermeden önce her zaman emzirmeli, emzirmeden sonra ek gıda sunulmalıdır. Ek gıda alınırken 2 yaşına kadar emzirmeye devam edilmelidir.

Geleneksel Tamamlayıcı Beslenme

Geleneksel tamamlayıcı beslenmede bebeklere özel olarak hazırlanan püre kıvamında karışımlar ilk önce kaşık kullanılarak tanıtılmaktadır. Daha sonra, bebeğin yaşı ve motor becerilerinin gelişimi ile sunulan yiyecekler yavaş yavaş yetişkin yemeklerine dönüştürülmektedir. Geleneksel beslenmede 6-8. ayda püre kıvamında besinler ile başlayıp, 9-11. ayda parçalı besinlere ve 12-24. ayda da ev yemeklerine başlanabilmektedir.

Bebek Liderliğinde Beslenme

Bebek liderliğinde beslenme (Baby Led Weaning-BLW), bebeğin 6. ayı dolduğunda ek gıdaya geçiş sürecini yetişkinlerden daha çok bebeğin yönlendirdiği bir yöntem olarak tanımlanmaktadır. Diğer bir tanımla, katı gıdaya geçişte bebeğin içgüdülerini ve yeteneklerini kullanarak yürüttüğü ve kendi kendini beslemesini sağladığı bir süreçtir. Güncel ek besinlere (katı gıdalara) geçiş yaklaşımlarından biri olan bebek liderliğinde beslenmede püre ve lapa ile besleme yoktur ve anne bebeğine müdahale etmemektedir. BLW’de 6 ayı dolan ve dik oturan bebeklerin parmakları ile tam olmasa bile avuçları ile besinleri alması ve ağızına götürmesi beklenmektedir. BLW, bebeğin yiyeceği besin miktarını kendi belirlemesine yardımcı olmakta, bebeğin istediği kadar yiyerek kendi kendisini beslemesini teşvik etmektedir. BLW de besinler bebeğin tutabilmesi ve damağı ile ezebileceği kıvamda olması için parmak şeklinde kesilerek (5-6 cm uzunluğunda) hazırlanmakta, buharda haşlanarak veya fırında pişirilerek bebeğe sunulmaktadır. BLW ile ebeveynler, bebeklerine meyve, sebze, peynir, et, yumurta, ekmek, makarna, balık gibi yiyecekleri kolayca verebilmekte ve bebeğin istediği hızda yemesine müsaade etmektedir. BLW de besinler alerji ihtimaline karşı 3 gün kuralı ile sunulur. Yani besin tadım için 3 gün verilir ve alerji gelişip gelişmediği gözlenir. 45 gün tadım günleri olarak nitelenir. Alerjik reaksiyon geliştirmeyen besinler 45 gün sonunda bir araya getirilerek bir öğün olarak sunulabilir. 45 gün sonra öğün sayısı 2’ye çıkabilir. BLW de sıvılar (çorba, kefir, yoğurt, taze sıkılmış meyve suyu vs.) bebek kaşık kullanıncaya kadar alıştırma bardağı, fincan veya bardakla bebeğin eline verilerek sunulur (Tenekecioğlu vd., 2016). BLW ile beslenen bebeklerde obezite gelişme riskinin düşük olduğu, diyet kalitesinin yüksek olduğu, motor becerileri ve el göz koordinasyonu gelişiminin hızlı olduğu belirtilmektedir. BLW ile beslenen bebeklerin ailesiyle öğün paylaşımının fazla olduğu ve bebeklerin her zaman aile yemeklerine katıldıkları saptanmıştır. BLW ile beslenen bebeklerin aileleri, yemek yeme ile ilgili daha az sorun yaşadıklarını ve bebeklerinin yemek yerken daha fazla eğlendiğini belirtmiştir. BLW’nin sağlıklı kilo alımına olanak tanıdığı vurgulanmaktadır. BLW’nin dezavantajlarının olduğu ve bu dezavantajların büyüme ve gelişmede gecikme riski, demir eksikliği olasılığının artması, boğulma/aspirasyon riski olduğu bildirilmektedir.

GİRİŞ

Gelişim sürecinin en önemli dönemlerinden birisi olan bebeklik döneminde yenidoğan, duyular sayesinde dünyayı keşfeder ve çevresiyle girdiği her türlü etkileşim için duyularını kullanır. Bebeğin çevresiyle etkileşimi gelişim sürecini olumlu etkilerken, bu dönemde yaşanacak duyusal eksiklik çocuğu ciddi şekilde etkileyerek gelişim sürecinde sorunlara neden olmaktadır. Bir çocuğun duyularını kullanma becerisi onu hayata hazırlayan temel unsurlardan biri olup gelişimini doğrudan etkileyerek gelecekteki öğrenim yeteneğinin temelini oluşturmaktadır. Doğum ile başlayan algılama süreci, özellikle bebeklik döneminde hızla değişime uğrayarak çocuğu hayata hazırlar ve öğrenmenin temelini oluşturmaktadır. Bu nedenle insan yaşamında önemli bir yere sahip olan duyusal algısal gelişim ve algıyı etkileyen faktörlerin ele alınması, bebeklik döneminden itibaren algının gelişimi üzerinde durulması gerekmektedir.

DUYUSAL VE ALGISAL GELİŞİMİN ÖNEMİ

Dünyaya geldiğinde iletişim kuramayan, öz bakımını yerine getiremeyen, her yönüyle ebeveynlerinin bakımına ihtiyaç duyan bebeklerin gelişim sürecinde yaşanan zihinsel olgunlaşma, algı ve duyularda yaşanan değişimlerden oluşur. Yapabildiğimiz her şey bir ya da daha fazla duyunun kullanılması ile gerçekleşir ve bebekler bu duyular sayesinde dünyayı keşfetmeye başlamaktadır. Bebeğin yaşadığı deneyimler, sinir sistemi ve duyu organlarının fiziksel olgunlaşması üzerinde çok etkilidir. Bebeklerin algı ve duyuları geliştikçe her yeni uyarana farklı tepkiler verdiği ve uyarana sabit kaldıkça bu duruma alıştıkları ama zamanla uyaranda gerçekleşen ufak bir değişikliği bile fark edebildikleri görülmüştür. Algı farklı gelişim alanları üzerinde etkili olmaktadır. Çocuğun anlama ve kavrama becerilerinin gelişimini sağlar. Dikkati belli noktaya yönlendirir, çocuğun duyularını etkin kullanmasını sağlar. Örneğin işitsel algı dinleme becerisini, görsel algı, algılananların bellekte depolanmasını, dokunma algısı nesnelere dokunarak tanımayı sağlar. Özellikle dil ve konuşma sorunu olan çocuklarda algılar sözel ifade olmaksızın çocuğun iletişim kurabilmesine olanak sağlar.

DUYU VE ALGI KAVRAMLARI

Bir insanın çevre ile etkileşimin bir sonucu olarak edindiği deneyimlere ve bu deneyimlerin yorumlanmasına duyu operasyonu denir. Duyu, organizmanın iç veya dış ortamda fiziksel, kimyasal, psikolojik ve elektriksel değişiklikler sonucu oluşan uyarıları duyu organları sayesinde algılaması ve uygun yanıtı verebilmesidir. Duyuların algılanması, işlenmesi bir süreç içerisinde gerçekleşir. Bu süreçte nesnel uyarılar duyu organları ile toplanarak merkezi sinir sistemine aktarılır ve beyindeki serebral kortekste bulunan duyu merkezine gönderilir. Bu aşamadan sonra duyu merkezi kendisine gelen uyarıları yorumlar. Duyu reseptörleri aracılığıyla gelen uyarıların bilişsel olarak fark edilmesi algı ya da duyum sayesinde gerçekleşir. Algı, iç ya da dış kaynaklardan elde edilen duyusal verilerin düzenlenmesi ve yorumlanmasıyla gerçekleşen bilişsel bir süreçtir. Algı, bilginin sadece duyu yoluyla pasif olarak alınması değil, aynı zamanda bilginin yorumlanmasıdır. Bilişsel bir süreç olan algılama, göze, kulağa ve diğer alıcılara gelen uyarıcılara anlam verilmesi ve yorumlanması şeklinde gerçekleşmektedir.

ALGIYI ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Duyuların beyinde düzenlendikten sonra anlam kazanma süreci olan algı, her bireyin bakış açısıyla farklı şekillerde yorumlanabilir. Algıyı etkileyen faktörleri algılayan kişi ile ilgili faktörler, algılanan nesne ile ilgili faktörler ve algılamada durum ile ilgili faktörler olmak üzere üçe ayırabiliriz.

Algılayan Birey ile İlgili Faktörler

- Bireyin ihtiyacı ve güdü
- İlgi alanı
- Beklentiler
- Tutum
- Geçmiş yaşantıları, deneyimleri ve kültürü

Algılanan Nesne İle İlgili Faktörler

- Uyarıcının şiddeti ve büyüklüğü
- Uyarıcının tekrar etmesi
- Uyarıcının zıtlığı veya karşıtlığı (Kontrast)
- Ani değişiklikler (Yenilik)
- Uyarıcının Tuhaflığı

- Uyarıcının Hareketliliği

Algılamada Durum İle İlgili Faktörler

- Çevre

BEBEKLİK DÖNEMİNDE DUYUSAL ALGISAL GELİŞİM

İnsanlar, konuşma, gülme, seslenme ve dokunma gibi çok sayıda uyarın sayesinde bebekler ile etkileşim sağlar. Seslerin, hareketlerin ve dokunmanın birbiri ile yüksek uyumu, iletişim ve sosyal gelişim için bir temel oluşturmaktadır. Bu erken deneyimler, bebeklerin sosyal uyarılmaya olan ilgisine katkıda bulunarak duyuşsal algısal gelişimini şekillendirmektedir. Dünyayla tanıştığı andan itibaren bebeğin duyuş organları, çevreden aldığı uyarın ve mesajları sinir sistemine iletir. Sinir sistemi sayesinde uyarınlar anlam kazanarak bebeklerin dünyayı anlama süreçleri kolaylaşır.

Koku Alma Duyusu ve Algısı

Koku duyusu en erken gelişen duylardan birisidir ve ilkel duylar arasında yer almaktadır. Bebek hemen doğumdan sonra annesinin kucığına verilip emmeye başlamasıyla koku alma duyusu oluşmaya başlar ve birkaç günlük olduğunda annesinin kokusunu tanır. Yenidoğanlar, keskin bir koku alma duyusuna sahiptir, kokuları ayırt edebilir ve hoş kokulara olumlu, kötü kokulara ise olumsuz tepki vermektedir. Koku alma yeteneğinin yaş ile birlikte geliştiğı ve yetişkinlik döneminde en keskin hâlini aldığı belirtilmektedir.

Tat Alma Duyusu ve Algısı

Yenidoğanlar, tat alma duyusunu kullanma becerisi ile dünyaya gelir ve sadece tatlı-tatlı olmayan, acı-acı olmayan tatları değil tuzlu, ekşi, acı ve tatlıyı ayırt edebilen oldukça gelişmiş bir tat alma duyusuna sahiptirler. Bebek, tat duyusunu yansıtmak için yüz ifadelerini kullanır ve tatlı besinlere karşı yüz kasları gevşerken ekşi ve sıcak tatlarda ağız ve yüz kaslarını sıkılmaktadır. Gözleri tam olarak düzgün göremeyen, sadece gürültü işitebilen yenidoğan ilk olarak elleri ve ağızları sayesinde çevresini tanımaya çalışır. Yumuşak ve tatlı nesnelere ağızda tutarken sert ve sıcak nesnelere tükürür ya da ağızından çıkarır. İlkel duyu sistemleri olarak adlandırılan bu duylar erken çocukluk döneminde aktiftir. Gebeliğin 14. haftasında şekillenen tat alma duyusu yenidoğanlarda pozitif ve negatif yüz ifadeleri ile yansıtılmaktadır. Bebeklerin tuzlu tatlara karşı verilen tepki zamanla gelişmektedir. Dördüncü aydan sonra ise başlangıçta reddettikleri tuzlu tatları sevmeye başlamaktadır. Tuzlu tatların tercih edilmesinin onları sert yiyeceklere hazırladığı düşünülmektedir. Diğer duylarda olduğu gibi tat alma duyusu da zevk ve tercihlere göre uyum sağlama becerisi göstermektedir.

Dokunma Duyusu ve Algısı

Büyük çoğunlukla eller aracılığıyla gerçekleştirilen dokunma duyusu, ayrıntılı ve karmaşık yapısıyla beyin çevre ile etkileşim kurmasında çok önemli rol oynamaktadır. Diğer duyların gelişimine katkısı yüksektir. Dokunma hassasiyeti ilk olarak burun ve dudakta daha sonra göz kapakları, çene, kol ve bacaklarda gelişir, 12. haftadan itibaren dokunmaya tüm vücut tepki vermektedir. Birçok dokunma reseptörü vücudun duyu sistemini oluşturur ama cildin bütün bölgeleri aynı dokunma duyarlılığı göstermez. Dokunmaya karşı bebekler, önce tüm vücutlarıyla daha sonra bölgesel düzeyde yanıt vermektedir. Cildin hemen altında bulunan dokunma reseptörleri ile algılanan ısı, ağrı, titreşim, basınç ve benzeri uyarınlar beyne iletir. Duylardan algılanan mesajları beyne taşıyan merkezi sinir sistemi, gebeliğin üçüncü haftasında gelişmeye başlar ve dokuzuncu haftada duyu sinirleri gelişerek cilde ulaşmaktadır. Fetüsün 22. gebelik haftasına geldiğinde dokunmaya ve sıcaklığa karşı duyarlı olduğu belirtilmektedir. Yenidoğanların cildinde bol miktarda ağrı reseptörleri bulunduğu için dokunmaya çok duyarlıdır. Bebeklerin ağrıya neden olabilecek bir uyarına karşı gösterdikleri davranış onların ağrı yaşadığını göstermektedir.

Görsel-Dokunsal ve Görsel-Motor Algı

Duylar ile toplanan veriler görme ve dokunma boyunca algıyı yönlendirmektedir. Yenidoğanlar dokunsal olarak keşfettikleri bir nesne ile o nesnenin görsel görüntüsü arasındaki uyumu algılar ve tanıdık şekillere bakmayı tercih eder. Aktif dokunsal keşif ve görsel keşif ilk yılda hızla gelişerek bebeğin nesnelere ve yüzeyleri hakkında giderek daha fazla ayrıntıyı öğrenmesini sağlamaktadır. Bebeklerin yer değiştirme, ulaşma ve konum değiştirme algılarındaki gelişim ise bebeğin görsel-motor algı deneyimlerinin bir sonucunu oluşturmaktadır.

Görme Duyusu ve Algısı

Göz, renk, ışık, konum, hareket, bakış açısı gibi etkenler ile duyların algılanmasını sağlar. Fetüs, anne karnında karanlık ortamdadır. Bu nedenle, bebek doğana kadar beyinde görsel bağlantılar oluşmadığından tüm duylar arasında görme duyusu doğumda en az gelişmiş olanıdır. Bebeklerin gözleri doğumda görmek için gerekli tüm yapılara sahiptir ancak göz çukuru henüz oluşmamış ve göz kasları olgunlaşmamıştır. Gözyaşı bezleri de bir aya kadar gözyaşı üretemez. Doğumla birlikte görsel keskinlik, uyum, görsel alan, takip etme, üç boyutlu görme, şekil ve renk algısında yaşanan hızlı değişimler ile yaşamın ilk yılında görme %98 oranında gelişmektedir. Yenidoğanlar, miyoptur ve zayıf bir çevresel görüşe sahiptir. Göze gelen ışık kümeleri retinaya ulaşarak kortekste duyuş alanı ile ilgili sinir merkezine aktarılır. Yenidoğanın bu duruma tepkisi basittir görsel uyarına çok fazla anlam yüklenmez. Işık soluksa göz bebeği büyür, ışık parlaksa da göz bebeği küçülür ve uyarının bir kısmı

belirsizleşir. Görme duyusunun etkin kullanımında derinlik, şekil ve renk algısı etkilidir.

İşitme Duyusu ve Algısı

Yenidoğanın gelişmiş en olgun duyusudur. İşitsel ayırım, sesin kaynağını bulma, işitsel sıralama ve işitsel hafıza işitme duyusunun temel öğelerini oluşturur. İşitsel ayırım, sesler arasındaki farkın algılanmasıdır. Sesin kaynağını bulmak, ses ile sesin geldiği kaynağı ilişkilendirme yeteneğidir. Çevreden algılanan sesler işitsel sıralama ile bir düzene koyulur. İşitsel hafıza ise bir durum sırasında duyulan seslerin olaylarla ilişkilendirip kaydedilmesini içermektedir. Yaşamın ilk günlerinde işitme yetenekleri yetişkinlerinkinin 4 katı düşük olsa da bebekler başlarını sesin geldiği yöne çevirir, dili ve ritmi ayırt edebilir. Kulaklar yapısal açıdan doğuştan eksiksizdir ancak işitme sistemi yeterince gelişmiş anatomik ve sinirsel işlevlere sahip değildir. Yenidoğanın doğumdan 12 hafta sonra çevresindeki sıradan sesleri duyduğu, dördüncü ayda ise karanlık iç ortamda bile sesin yönünü belirleyebildiği görülmüştür. Ayrıca bebekler, dördüncü ayda kendi isimlerini tanır, nesnelere yerini bulmak ve mesafelerini tahmin etmek için de sesi kullanmaktadır. Sese karşı duyarlılık çocukların yaşı ile birlikte artmaktadır. Üç aylık bebekler, ses tonlarındaki değişimlere karşı tam olarak tepki verirken beşinci aydan itibaren ebeveynlerinin seslerine neşeye tepki vermektedir. Çocukların işitme duyusunun iki yaşında yetişkinlik seviyesine ulaştığı belirtilmektedir.

BEBEKLERDE DUYUSAL GELİŞİMİN DESTEKLENMESİ

Bebeklik dönemi insan yaşamında gelişiminin en önemli dönemi olarak görülmektedir. Doğum öncesi dönemden itibaren bebeğin duyularının uyarılması yaşam deneyimleri ve gelişim açısından kritik öneme sahiptir. Bu nedenle ebeveynler ile çocuğun ilk çevresini oluşturan kişilerin duyuları harekete geçirecek etkileşimi sürdürmeleri gerekmektedir. Duyu gelişimine katkı sağlayan önemli unsurlardan birisi de oyun temelli uyarıların sağlandığı etkinliklerdir. Yaş gruplarına göre oyun özelliklerini bilmek ve çocuğun bulunduğu ortamın oyun için hazırlanması ve çocuğun oyun gereksiniminin karşılanması gerekmektedir. Görsel ve işitsel uyarı çeşitliliğinin sağlanması, ek beslenmeye geçildiğinde farklı tat ve kokuda yiyeceklerin verilmesi ya da farklı dokunsal (boyut, doku, şekil) özelliklere sahip zengin uyaran içeren oyuncaklar ile oynatılması duyuların gelişimine katkı sağlayacaktır. Doğumdan itibaren bebekle göz teması kurmak, onunla konuşmak, tepkilerini incelemek ve çıkardığı seslere yanıt vermek bilişsel gelişimin temelini oluşturmaktadır. Bebeğin keşfettiği yeni uyarıların deneyimlemesi, taklit etmesi ve tekrarlaması sayesinde duyu gelişimi hızlanarak devam etmektedir. Ev ortamında ve eğitim kurumlarında çevresel düzenlemelere gidilmesi, aile ve eğitimcilerin de duyu temelli eğitim ortamlarına yer vermesi, bebeklerin ve ilk çocukluk dönemindeki çocukların duyularını geliştirmelerine destek olmaları açısından çok önemlidir.

BEBEKLİK DÖNEMİNDE BİLİŞSEL GELİŞİM

Bilişsel Gelişim

Biliş; düşünme, öğrenme ve hatırlama süreçlerine denir.

Bilişsel gelişim; bireydeki akıl yürütme, düşünme, bellek ve dildeki değişimleri kapsar.

Bilişsel gelişim yaşla birlikte; düşünme, öğrenme ve hatırlama süreçlerinde olan değişimlerdir.

Bilişsel gelişim, sürekli ve ilerleyici bir dengeleme sürecidir.

Bebek dünyaya geldiği andan itibaren çevresine uyum sağlama çabası içindedir.

Yeni bir durumla karşılaştığında bir dengesizlik oluşur. Bu durum döngüsel olarak devam eder.

Temel Kavramlar

Piaget'ye göre; “şema oluşturma, özümseme, uyum sağlama ve organize etme” doğuştan gelen yeteneklerdir.

Bilişsel gelişim; “deneyim, sosyal geçiş, olgunlaşma, dengeleme” yoluyla gerçekleşir.

Şema: Dünyayı tanımak için zihinde oluşan algı çerçevesidir. Şema yeni gelen bilginin yerleştirileceği bir çerçevedir. Şemalar, sürekli olarak olgunlaşma ve yaşantı kazanma yoluyla değişmeye uğrayıp yeniden organize edilir.

Özümseme (assimilation): Yeni tanınan şeyin şemaya yerleştirilmesidir.

Uyum (accommodation): Şemayı değiştirmedir.

Organize Etme: Çocuklar için yeni olan her şey bilişsel dengeyi bozar, özümseme ve uyum süreçleri ile bu denge yeniden kurulur. Böylece keşfetme ve anlama sürecine bağlı olarak davranışlar yeniden organize edilir.

Uzlaşma: Tüm organizmalar, doğuştan kendileri ve başkaları ile uzlaşmacı ilişkiler kuracak özelliktedir. Yani organizmanın tüm donanımı, en yüksek uyumunu sağlamaya yöneliktir.

Öğrenme-Hatırlama-Kavramsallaştırma

Refleks: Bir uyarıcıya karşı meydana gelen istem dışı, basit tepkidir. Refleksler, sonradan öğrenilmez, doğuştan gelir.

Hatırlama: Bellekte yer alan bilgilerin zihinde tekrar canlanarak bilinç düzeyine gelmesidir.

Ertelenmiş Taklit: Zihinde canlandırmanın ve hatırlamanın bir sonucudur. Bir davranışın belli bir süre sonra belki de aylar sonra tekrar edilmesi ya da taklit edilmesidir.

Kavramsallaştırma: Deneyim ve öğrenme ile bir şeyin nesne olarak temsil ettiği şeyin ötesinde, algısal olarak bir anlamı olmasını ve şekillenmesini ifade eder.

Öğrenme: Bireyin kendi tepkileri, etkinlikleri ve yaşantıları yoluyla çevresine uyumunu değiştiren davranışlar geliştirmesi veya davranışlarının farklılaşmasıdır.

Duyu-Motor Dönem (0-24 Ay)

Refleksler Aşaması (0-1 Ay)

İlk Alışkanlık ve Birinci Döngüsel Tepkiler Aşaması (1-4 Ay)

İkinci Döngüsel Tepkisel Aşaması (4-8 Ay)

İkinci Döngüsel Tepkilerin Koordinasyonu ve Amaca Yönelik Davranışlar Aşaması (8-12 Ay)

Üçüncü Döngüsel Tepkiler, Yenilik, Merak Aşaması (12-18 Ay)

Zihinsel Kombinasyonlar ve Problem Çözme Aşaması (18-24 Ay) biçimindedir.

Aylara Göre Bilişsel Gelişim

Bebek/çocuk giderek farklılaşan ve genişleyen biliş kalıplarıyla vücudunu, insanları, nesnelere ve durumları tanımaya ve anlamaya çalışır. Böylelikle sınırlı zihinsel yeteneklere sahip bir bebekten dünyayı anlamada ve uyum sağlamada semboller kullanan bir çocuk olmaya doğru ilerler.

Başlangıçta çevresindeki uyarıcılara sadece refleksif tepkilerle cevap veren bebek, giderek duyuusal yetenekleri ile fiziksel ve motor hareketlerini koordine ederek çevreyi anlamaya çalışır.

Zihinsel süreçler; sadece içsel olarak değil, diğer insanlarla etkileşim sonucunda da oluşur.

Bebekler/çocuklar zihinsel becerileri, çevresindekilerle etkileşim aracılığıyla öğrenir ve içselleştirir.

Bebeğin gelişim düzeyini dikkate alarak “uygun uyarıların olduğu” bir çevre hazırlanmalı ve deneyimlerle düşünce ve yaratıcılığı beslenmelidir.

Ses bulaşması, bebeklerde ilk sekiz ayda görülür.

Nesne kimliği, bebeklerde on birinci aydan itibaren kazanılır.

Nesne devamlılığı, bebeklerde 8-18. aylarda oluşur.

Gelişimsel Testler

Gelişimsel testler ile bebeklerin bilişsel gelişimi değerlendirilir. Bir zekâ ölçüm testi değildirler. Bayley -III Gelişim Ölçeği, 1-42 aylık bebeklerin gelişimlerini değerlendirmede kullanılır. PORTAGE Gelişim Ölçeği, 0-6 yaş grubu bebek ve çocukların gelişimlerini değerlendirmede kullanılır.

BEBEKLİK DÖNEMİNDE DİL GELİŞİMİ

Dil gelişimi, doğumdan itibaren başlar ve yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Bebekler dili, yetişkinlerin konuşmalarını ve çevresindeki sesleri taklit ederek öğrenmeye çalışırlar. Bebeklerin ilk sözlü iletişim aracı ağlamaktır. Bu süreçte ağlama sırasında duyulan sesler, nihayetinde hecelere ve kelimelere dönüşür. Erken çocukluk döneminde dil gelişiminin en çarpıcı özelliği, artan anlama düzeyidir.

DİL GELİŞİMİNDE TEMEL KAVRAMLAR

Bebeklik döneminde dil gelişim süreci alıcı dil ve ifade edici dil olarak sınıflandırılmaktadır. Alıcı dilin gelişmesiyle yetişkinin ifadelerini almaya/anlamaya başlamasıyla, bebek ses çıkararak, nefesini hızlandırarak kendini ifade etmeye başlar. Bu süreçte bedenini kullanarak kollarını açar, ellerini kaldırır, jestlerle duygularını aktarmaya çalışırlar.

Alıcı Dil: Alıcı dil, bebeğin çevresindeki kişilerin dilini anlama becerisidir. Alıcı dil yeteneği gelişmemiş bebeklerin, ifade edici dilleri de yeterince gelişmez.

İfade Edici Dil: Bebeğin kendisini anlatabilme becerisidir. İfade edici dilin gelişimi için, alıcı dilin gelişmiş olması gerekmektedir.

Jest Dili: Herhangi bir duyguyu ya da düşünceyi açıklamak için baş, yüz, el, kolla yapılan içgüdüsel bilinçli hareketler “jestleri” oluşturmaktadır. Jest dili, kafa sallama, elleri kaldırma, kolları açma gibi vücut hareketleri aracılığıyla kendini ifade etme olarak açıklanabilir. Jest dili 8-9. ay civarında görülmeye başlamaktadır.

Tek Sözcük Evresi: Bebeklerin tek kelime ile birden çok şey anlatmak istemeleri “morgem” olarak adlandırılmaktadır. Genellikle bir yaş civarında bebek tek sözcük kullanmaya başlar, tek sözcük evresinde 4-5 sözcüğü kullanır.

Telegrafik Konuşma: İki kelimeyi yan yana getirerek kullanmaya başladığı dönemdir, iki sözcük evresi olarak bilinen iki yaş civarı dönemde görülmeye başlar. Ancak her bebeğin dil gelişimi kendine özgüdür, daha önce ya da daha geç görülebilir.

Bebek Dili: Yetişkinler bebeklerle konuşurken birbirleri ile konuştuklarından daha farklı konuşurlar, tane tane vurgu yaparak konuştukları bu konuşma türü bebek dilidir.

Aşırı Genelleme: Bebeğin bir olay ya da kavramla ilgili öğrenmiş olduğu bir sözcüğü, bir olay ya da kavrama ilişkin ayırım yapmadan, tüm durumlara genellemesidir. Normalde olduğundan daha fazla anlam belirtmek için kullanması aşırı genellemedir.

DİL GELİŞİM AŞAMALARI

Konuşma öncesi dönemde dil gelişim aşamaları; yenidoğan dönemi (ağlama), gıgıldama, mırıldanma, mırıldanmanın tekrarı, ses ve sözcükler dönemlerinden oluşur.

Yenidoğan Dönemi (Ağlama) (0 - 6 hafta)

Yenidoğan döneminde, bebek refleksif sesler çıkarır. Amaçsız anlamsız rasgele sesler çıkarır. Sesler herhangi bir uyarıya yanıt değildir. Açlık ağlamanın en önemli nedenlerinden biridir. Bebeğin çıkardığı sesler, anlam yönünden ham sözcüklerin başladığı dönemdir. Bu dönem bebeğin başkalarının sesine tepki verdiği dönemdir.

Gıgıldama Dönemi (6 Hafta - 3 Ay)

Gıgıldama döneminde, ağlamayla birlikte bebekler birçok basit sesleri de çıkarır. Bebek çıkardığı seslerden mutlu olur. Ses oyunları oynar. Bebeğin kendiliğinden ses üretimi başlamaktadır. Rastgele olarak çıkarılan seslerden bebek “a, u, o” ünlü seslerini uzatır. “A, u, o” ünlü seslerinin sonuna “h” eklenir, bebek “ah, uh” şeklinde sesler üretir. “S, k, g” gibi yumuşak damak ve gırtlak seslerini çıkarır. Bebeğin ses üretimi hâlâ refleksiftir. Bebeğin çıkardığı sesler, memnuniyeti ve hoşnutsuzluğu belirten seslerdir. Bu dönemde, bebekle tane tane, vurgulama yapılarak konuşulmalıdır. Basit kelimeler kullanılmalıdır. Bebekle tane tane vurgu yaparak konuşma bebeğin dil gelişimini geriletmez, aksine sözcükleri daha iyi algılamasına neden olur. Yumuşak bir ses tonuyla konuşulmalıdır. Tekrarlar bebeklerin kelimeleri anlamalarına sağlar, basit şarkılar ve kafiyeli tekerlemeler söylenebilir. Bebeğin dildeki sesleri tanımalarına yardımcı olacaktır.

Mırıldanma Dönemi (3 - 6 Ay)

Mırıldanma döneminde ise, dili yuvarlama ve dilini ileri uzatma becerisi kazanılır. Başlangıçta refleksif olan sesler, mırıldanma döneminde tamamen amaçlı hale gelir. “B, m, p” gibi dudak sesleri çıkarabilir. İki heceli sesleri birleştirebilir (ba-ba, de-de). Bebek kendi kendine konuşmaya başlar. Bu

dönemde, bebeği yıkarken, giydirirken, beslerken devamlı konuşulmalıdır. “Bay bay, mama, baba, gel gel” gibi tekrarlı kelimeleri kullanılabilir. Bebekle olabildiğince çok konuşulmalıdır, bebeğin konuşurken dudakları görmesi için bebeğe yaklaşılmalıdır.

Mırıldanmanın Tekrarı Dönemi (6 - 9 Ay)

Mırıldanmanın tekrarı döneminde, bebeğin çıkardığı sesler, hece tekrarına dönüşür. Çevredeki dilin niteliklerini kazanır. Başlangıçta “p, b, d” gibi dudak ve dişetini hareket ettiren sesler çoğunluktadır. Hece tekrarları “ba - ba - ba”, “de - de - de”, “pa- pa- pa” şeklindedir. Bebek 8-9. aylarda insanların çıkardığı sesleri anlamasa bile taklit eder. Bu dönem, ses oyunlarının tekrarı dönemi olarak da ifade edilir.

Ses ve Sözcükler Dönemi (9 - 12 Ay)

Bebek sık sık mırıldanarak yetişkin konuşmasına benzeyen uzun diziler oluşturduğu dönem ses ve sözcükler dönemidir. Bu diziler anlaşılmayan düz cümle ya da soru cümlesine benzeyen mırıldanmalar şeklindedir. Bebek 9-10. aylarda 8-10 sözcüğün ne anlama geldiğini anlayabilir, ancak bu sözcükleri henüz kullanamaz. Bu dönem, tekrarlama ya da çeşitlenmiş mırıldanma dönemi olarak da belirtilir. Bu dönemde bebek insan seslerini bilinçli olarak taklit eder. Bu dönemde bakım vericilerin konuşmalarındaki tekrarlar, yüz ifadeleri ya da cümleyi açarak tekrarlaması dil öğrenimini geliştirir. Dil gelişimini desteklemek için şaşırma sesleri olan “ah, oh, aa, ay” gibi tonlamalar kullanılabilir, el sallama oyunu oynanabilir, bu kim sorusu sorularak bebeğin tanıdıklarına o şekilde hitap etmesi sağlanabilir.

Dil Gelişimini Etkileyen Faktörler

Dil gelişimini etkileyen faktörlere bakıldığında ise, işitme, görme kaybı, sosyal çevre, sosyoekonomik koşullar sayılabilir.

Dil Gelişiminde Oyun

Dil gelişiminde oyun çok önemlidir. Oyun, yeni motor beceriler kazanmasında uygulama için fırsat sağlar. İnsanlarla ve oyuncaklarla ilişki kontrol duygusu geliştirmelerine yardımcı olur. Oyuncak ya da video/çizgi film izletmek, bebeğin optimum sosyal, duygusal ve entelektüel gelişimi için yeterli değildir. Oyun, kişiler arası temas, eğlence ve eğitimsel teşvik sağlamaktadır. Bebeklerin sadece oyun oynamaları yeterli değildir, etkileşimin sağlanması için birlikte oynanması gereklidir. Bebeğe verilen oyuncakların türü, beraber oynandığında ortaya çıkan etkileşimin kalitesinden çok daha az önemlidir. Bebeklerin sosyal gelişimine bağlanma, dil gelişimi, kişisel-sosyal davranış ve oyuna katılım rehberlik eder.

GİRİŞ

Bebekler, doğuştan duygularını gösterme becerisine sahip olan ve kendilerine yakın kişilerle sosyal etkileşim içinde olan sosyo-duygusal canlılardır. Bebekler, yaşamın ilk günlerinde duyguları tam olarak anlamadan önce yaşar, ifade eder ve algılar. Çocuklar, duygularını tanımayı, ifade etmeyi ve yönetmeyi öğrenirken başkalarının duygularını algılama ve anlama konusunda da zamanla beceri geliştirirler. Duygusal ve sosyal gelişimde, bebeklikte sağlıklı bağlar oluşturmak çok önemlidir. Bağlanma davranışı bebeklik döneminin en önemli sosyal kilometre taşıdır. Bağlanma, başkalarıyla uzun süre devam eden bir bağdır. Güvenli bağlanma bir çocuğun bebeklikten itibaren hayatındaki önemli kişilerle ilişkisinin kalitesine ve güvenilirliğine bağlıdır. Çocukların bebeklikten itibaren ilişkilerinin ve ortamlarının kalitesi, beyin yapısının gelişimi üzerinde de çok önemli bir etkiye sahiptir. **BEBEKLERDE SOSYO-DUYGUSAL GELİŞİMİN ÖNEMİ**

Bebek, çok güvenli ve sıcak bir ortam olan anne karnında yaklaşık kırk hafta geçirdikten sonra dünyaya geldiğinde pek çok fizyolojik değişiklik yaşar. Bebeğin ekstrasuterin yaşama uyumunda, en önemli koşullardan biri ebeveynlerin/bakım verenlerin bebeğin temel gereksinimi olan beslenme ve bakımının yanı sıra zihinsel, duygusal ve sosyal gelişimini de desteklemeleridir. Yaşamın ilk iki yılı çocukların fiziksel gelişiminin yanı sıra zihinsel, duygusal ve sosyal yönden de en hızlı geliştiği dönemdir. Bu nedenle bebeklerin bu süreçte yalnızca fiziksel gereksinimlerinin karşılanması yeterli değildir. Bebeklerin hayatta kalmaları ve her yönüyle sağlıklı bir gelişim gösterebilmeleri ebeveynlerine/bakım vericilerine bağlıdır. Bebekler, duygularını ifade ederken “mizaçları” bakımından da farklılık gösterirler. Mizaç “kolay çocuk”, “zor çocuk” ve “yavaş harekete geçen çocuk” olarak üç tipte incelenmiştir. Bebeklerin bazıları utangaçken, bazıları sempatik, bazıları hareketli, bazıları sakin ve bazıları da kolay sinirlenir. Bebeklerin değişik duygu durumları onların mizacı/yaradılış özelliği ile de ilgilidir. Duygu ile ilişkisi bakımından mizaç, duygunun ne kadar hızlı gösterildiği, ne kadar güçlü olduğu, ne kadar sürdüğü ve sönmesinin ne kadar zaman aldığındaki bireysel farklılıkları yansıtır. Bazı bebeklerin diğerlerinden daha zor olması ebeveynler için baş etmeyi zorlaştırabilir, ancak her bebeğin kendine özgü kişilik özellikleriyle dünyaya geldiğini, her birinin birbirinden farklı ve tek olduğunu ve bir yaradılış mucizesi olduğunu akılda tutmak faydalı olur. Aynı zamanda bebeklerin ihtiyaçlarına cevap verirken mizacını da dikkate alarak bebeğin kişisel özelliklerine duyarlı olunmalı ve “zor bebek” gibi bir etiketlemeden kaçınılmalı olumsuz düşüncelerden uzak ve sabırlı davranılmalıdır.

BEBEKLİK DÖNEMLERİNDE SOSYO-DUYGUSAL GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

0-4 Ay

İlk birkaç ay boyunca, bebekler kendi ihtiyaçlarını ve duygularını belirlemeyi ve bunlara yanıt vermeyi öğrenir, güven geliştirir ve ebeveynleri ile bir bağ kurar. Bebeğin sosyal ve duygusal gelişimi, etrafındaki diğer insanlardan daha fazla haberdar oldukça artar.

4-8 Ay

Bebekler, yaklaşık 4-8 aylık olduklarında daha sosyal hâle gelirler ve kucağa alınmayı ve gülmeyi severler. Bu dönem genellikle bebeklerin en sevimli oldukları dönemdir. Bu aşamada bebekler, çevrelerindeki dünyaya daha fazla ilgi duymaya ve kendi bedenlerini keşfetmeye başlarlar. Zihinlerinde “benlik” rolü ortaya çıkmaya başlar. Neşe, öfke, ilgi, korku ve şaşkınlık gibi farklı yüz ifadeleri ile duygu belirtileri göstermeye ve görünürde bir sebep olmadan yüksek sesle gülmeler ve ses çıkarmalar (agulama) yoluyla insanlarla sosyalleşmeye başlarlar.

8-12 Ay

Bebek ile ebeveynleri arasındaki güçlü bağ bebeklerin kendilerini güvende hissetmelerini ve başkalarıyla da sosyal ilişkiler kurmaları için sağlam bir temel oluşmasını sağlar. Ebeveyne duyulan bu güven bir bebeğin sosyal ve duygusal gelişiminde büyük rol oynar. Bebekler, ebeveynlerin ve ailelerinden tanıdık insanlar tarafından kucağa alınmayı karşılıklı sesler çıkarmayı severler. Bağ kurmada yakınlık, sıcaklık ve vücut teması bebek için çok özeldir. Ayrıca bu dönem ses-sözcük dönemidir. Bebek sık sık mırıldanarak yetişkin konuşmasına benzeyen uzun diziler oluşturur.

BEBEKLERDE SOSYAL YÖNELİM VE BAĞLANMA

Bebekler, dış dünyaya güçlü bir ilgi gösterir ve buna yönelme ve anlama konusunda motivasyona sahiptirler. Gelişimin başında dış dünyaya çok ilgili olan bebek yüzlere dikkatle bakar ve insan sesinin tonuna uyar, giderek yüz ifadelerini ve ses tonunu tanımadaki ustalaşır. Bağlanma davranışı, başka bir kişiden yakınlık arama ve bu kişi yanında olduğunda bireyin kendisini güvende hissetmesi olarak

tanımlanır. Bebeğin anneyle/bakım verenle iletişimde kullandığı ve hayatının ilk dokuz ayında geliştirdiği davranışlarına bağlanma davranışları denir. Bowlby, temeli bebeklikte atılan anne ve çocuk ilişkisinin sadece bekleliğı değil bütün yaşantıyı etkileyecek bağlanma stillerinin oluşmasını sağladığını belirtmektedir. Ainsworth ve arkadaşları, yaptıkları gözlemler sonucunda; çocukları “ Güvenli”, “Güvensiz Kaçınmacı” ve “Güvensiz Dirençli” olarak üç tipik bağlanma stili içinde sınıflandırmıştır. Güvenli bağlanmada anneler, çocuklarına karşı ilgili ve duyarlıdırlar. Bu çocuklar anneleri yanlarında olmasa bile ona ulaşabileceklerini bilirler.

Güvensiz Kaçınmacı Bağlanma: Bu bebekler güvensizliklerini yeniden bir araya gelme evreleri sırasında anne ile etkileşimden kaçınarak gösterirler. Bazıları anneyi neredeyse tamamen görmezden gelir ve anne odadan ayrılınca bunu hiç yadırgamazlar. Bir etkileşimde bulunulduğunda etkileşimden kaçınır ya da başka yönlere bakar. Kaçınan bebekler, anne odadayken onunla pek ilgilenmez ve anne odadan ayrıldığında genellikle hoşnutsuzluk göstermezler. Hoşnutsuzluk gösterdiklerinde yabancı tarafından kolayca sakinleştirilirler. Kaçınmacı bağlanmada anneler çocuklarına karşı ilgili ve duyarlı değildir. Çocuklar, bu tavra karşı anneye uzaklık ve duygusal kopukluk geliştirerek tepki gösterir.

Güvensiz Dirençli Bağlanma: Yeniden bir araya gelme evrelerinde sıklıkla anneye yapışır, ancak daha sonra vurarak ya da iterek direniş gösterirler, fiziksel teması eş zamanlı olarak hem ararlar hem de buna direnirler. Bu bebekler, yabancı ortam deneyinde genellikle anneye yapışır ve oyuncaklara ilgi göstermez. Anne odadan ayrıldığında şiddetli biçimde ağlayabilir ama anne döndüğünde ona doğru emeklemez ve anne ona yaklaştığında direniş gösterir. Dirençli bağlanmada anne, çocuğuna karşı ilgili ve duyarlı değildir. Çocuklar ise annelerinin bu tavrına karşı anneye yoğun kaygı ve kızgınlık duygusu yaşayarak tepki gösterirler.

AİLE VE ÇOCUK BAKIMI

İnsanlar, bir bebek sahibi olmaya karar verdiklerinde aynı zamanda çocuklarının sağlıklı, mutlu ve kendine güvenen insanlar olarak büyümesini de arzu ederler. Ebeveynler, eğer bunu başarabilirlerse bu durum onlar için de sonsuz mutluluk kaynağı olur. Mutlu biçimde gelişen bu yeni aile ortamı bebeğin hayatta kalabilmek ve büyüebilmek için gereksinim duyduğu bakım ve korumayı garanti eden bir sevgi ortamı sağlar. Bebekler doğduklarında o kadar az gelişmişlerdir ki, ancak bir yetişkin onlara bakmaya ve korumaya istekli olduğunda hayatta kalabilirler. Beslenmek, temizlenmek, ısınmak ve korunmak için kısacası yaşayabilmek için iyi bir bakıma ve dolayısıyla iyi bir bakıcıya muhtaçtır. Bebekler, fiziksel ve duygusal güvenliğinin sağlanması için koruyucu olarak algıladığı kişiye karşı (bu genellikle annedir) güçlü bir yakınlaşma eğilimindedir. Bebek anneyle bağ kurmayı seçmez, bağ kurmaya çalışır. Her annede hatta babada da bebeği ile güvenli bir ilişki kurma eğilimi vardır. Sosyal ilişki bebek için öyle keyifli olsun ki, bebek bunu istesin. Eğer anne-baba bebeğiyle birlikte olmaktan mutluyorsa, bebeğin ihtiyaçlarını zamanında karşılıyor, onunla kaliteli zaman geçiriyorsa, onunla sevgi içeren sözlerle ve yumuşak bir tonda konuşuyorsa, onun gözlerinin içine bakıyor ve onu kollarına alıp kolayca sakinleştirebiliyorsa aralarında güçlü bir bağ kurulur. Bu olumlu deneyim bebeğin beyninde önemli sinirsel bağlantıların oluşmasını sağlar. Bunların sayesinde bebekte “temel güven duygusu” oluşur.

BEBEKLİK DÖNEMİNDE ÇEVRE VE GÜVENLİĞİN BEBEĞİN GELİŞİMİNE ETKİLERİ

Gelişme, sinir sisteminin olgunlaşmasını ve miyelinizasyonu ile ilişkili olup yaşın ilerlemesine paralel olarak vücut yapısı ve bileşiminde oluşan değişiklikler sonucu işlevlerin daha iyi yapılabilmesidir. Büyüyen bir organizmanın dokularının yapısında, biyokimyasal bileşiminde oluşan değişiklikler sonucu olgunlaşması ve biyolojik fonksiyonlarının farklılaşması olarak tanımlanmaktadır. Dişlerin çıkması ve değişmesi, kemiklerin olgunlaşması, sinir ve kas kontrolünün sağlanması gelişimin göstergelerindedir. Psikolojik ve sosyal değişiklikleri de içerir. Çevrenin başlıca özellikleri gereksiz nesnelere arınmış, temiz, uyumlu, temiz hava ile iyi havalandırılmış, gereksiz ve yorucu renklerden ve seslerden uzak, bebeğin gelişim özelliklerine göre tasarlanmış olmasıdır.

Bebek ve Çevre

Gebelik süresince bebek, gelişimi için her türlü desteği anne rahmindeyken alır. Bu açıdan rahim, çocuğun ilk güvenli çevresini oluşturmaktadır. Bebek dünyaya geldiğinde ise, onun ihtiyaçlarına göre doğrudan tasarlanmış bir ortam yoktur. Bebeklerin potansiyellerine ulaşabilmesi ve hassas dönemlerin büyük bir kısmını tamamlayabilmesi için, gelişimini destekleyen bir çevre çok önemlidir. Bebekler çevresinden soyutlanamaz. Bebeğin sağlığı içinde yaşadığı fizik, kültürel, sosyal ve ekonomik çevreden etkilenmektedir. Yaşanılan yerin coğrafik özellikleri, kentsel ve kırsal yerleşim özellikleri, arazi üzerinde nüfusun dağılımı, konut özellikleri gibi özellikler fizik ortamı oluşturmaktadır. Sosyal ortam insanlar, aile, okul, eğitim ve sağlık sistemi gibi toplumun sosyal dokusunu oluşturan örgütlenmeleri içerir. Gelenekler, fikirler, değerler, atalardan öğrenilen ve geliştirilen davranış biçimleri, yiyecek, evlilik doğurganlık gibi özellikler kültürel ortamı oluşturur. Politik ve ekonomik ortam, eğitim durumu, çevresel ortam, ulaşım olanakları, ana iletişim olanakları da bebek sağlığını etkileyen ortamlardır.

Fiziksel çevre kirliliğinin bebeğin sağlığına etkileri

Kapalı alan ve açık hava kirliliği, pasif içicilik, kirli su, sağlık bakımı eksikliği ve yetersiz hijyen gibi çevresel riskler bebeklerin sağlığını olumsuz etkilemektedir. Hava kirliliği bebeklerde solunum yolu enfeksiyonları, astım, istenmeyen yenidoğan sorunları ve konjenital anomaliler için risk oluşturmaktadır. Sigara önemli bir kapalı ortam kirleticisi olarak etkili olmaktadır. Odun, tezek vb. gibi organik içeriği yüksek olan yakıtların yakılması sonucu benzo-a-pyrene, karbonmonoksit, formaldehit gibi bebeği olumsuz etkileyen birçok gaz ortaya çıkmaktadır. Uçak ve trafik gürültüsünün yoğun olduğu yerlere yakın evlerde yaşayan bebekler ile huzursuzluk tepkisi veren bebek sayısı arasında doğrusal bir ilişki bulunmuştur. Bu çalışmalar gürültünün bebeklerin stres yanıtını ve iyilik hâlini etkileyebileceğini göstermektedir. Sesli oyuncaklar (çingiraklar, hayvanlar vb.), genellikle kabul edilebilir düzeyde ses çıkarmakla birlikte, bu tür oyuncakların denenerik satın alınması, bebek yatarken kulağının yanında olmaması ya da sesinin yüksek olmaması önerilmektedir.

Çevrenin bebek gelişimine etkisi

Gelişimciler bebeğin kişisel gelişiminin büyük ölçüde, içinde yaşadığı ve geliştiği çevresine bağlı olduğunu vurgulamaktadırlar. Bebeğin büyümesi, gelişmesi, kendisini tanıması, yeteneklerinin farkına varması ve yeni kavramlar öğrenmesi için çevre özelliklerinin iyi bir şekilde değerlendirilmesi şarttır. Ayrıca bebeğin yaşadığı çevreyi etkili kullanma bilincine ulaşması onun bilgi birikimine katkı sağlayarak gelişimini desteklemektedir. Bu nedenle bazı durumlarda kısıtlayıcı olabilen çevre özelliklerinin, bebeğin sağlığı ve gelişimi açısından düzenlenmesi gerekmektedir. Uygun bir çevreye olan ihtiyaç, her yaştaki insan için önemlidir. Ancak fiziksel ve zihinsel gelişimin henüz tamamlanmadığı bebeklik döneminde bu ihtiyacın karşılanması hayati bir önem taşımaktadır.

Bebek ve Güvenlik

Canlılar arasında bakım ve korunmaya en çok gereksinim duyan varlık insandır. İnsan hayatında da bakıma en çok ihtiyaç duyulan dönem ise bebeklik dönemidir. Bu dönemde gereksinimlerin karşılanması ve desteklenmesinde ailenin çok büyük bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir. Bebeklerin çevresine olan merakları yoğundur. Her şeyi bilmek, öğrenmek, dokunmak, tatmak isterler. Bu durumda ailelere düşen görev; bebeklerine güvenli bir ortam hazırlamak, tehlikeli durum ve nesnelere önceden düşünüp ortadan kaldırmaktır. Bunun için ailelere şu temel öneriler sunulabilir:

- Bebekler her ne sebeple olursa olsun yalnız bırakılmamalı, mümkünse güvenli kişi ya da kurumlara teslim edilmelidir.
- Bebeklerin yaşadığı çevre kontrol altında tutulmalı, tehlikeli şeyler (ilaç, deterjan vs.) ortadan kaldırılmalıdır.

- Bebeklere dokunmaması, yapmaması gereken şeyler açıklanmalı, bu tür davranışlarının sonucunda neler olabileceği konusunda uyarılmalıdır.

Uyarıcı çeşitliliği

Bebekler, çevreye karşı tepkisiz değildir. Çevredeki sesler dikkatini çeker, parlak veya renkli gördüğü cisimleri tanımak ister, büyümeyle doğru orantılı olarak hareketleri artar, dönmeye, yuvarlanmaya, emeklemeye başlar. Fakat çevreyi tanıma sürecinde çevreden gelebilecek risklerin farkında değildir; bu durum bebekleri ev kazalarına açık hale getirmektedir. Bu dönemde bebeklerde ev kazalarının temel nedeni düşmeler, boğulmalar, inhalasyon/zehirlenme yoluyla yaşanan kazalardır. Bu dönemde ev kazalarını önlemek için çocuğu ulaşacağı yere kesici/delici aletlerin bırakılmaması, su dolu ve ağız açık kova/leğen bırakılmaması, çocuğun omzuna nazar boncuğu, iğne takılmaması vb. önlemlerin alınması gerekir.

Bebek ve Kaza

Bebekler gelişimsel özellikleri nedeniyle kazalarla karşılaşma açısından en önemli gruptur. Bunun nedeni nöromotor, fiziksel, duyuşsal bilişsel ve psikososyal açıdan gelişimlerinin devam ediyor olmasıdır. Bebeklik döneminde görülen kaza türleri, boğulma, düşme, yanma, yabancı cisim aspirasyonu, zehirlenme, ev kazaları ve trafik kazalarıdır. Ev kazaları bebeklik dönemi kazalarında ilk sıralarda gelmektedir. Bebekler günün büyük bölümünü evde geçirmekte ve evdeki tehlikelerle sürekli karşı karşıya kalmaktadır. Evde geçirilen kazaların çoğunlukla mutfakta, salonda ve banyoda olduğu belirtilmektedir.

Ev kazası

Evin içerisinde, bahçesinde veya çevresinde meydana gelen kasıtsız kazalara denir. Ev içinde meydana gelen kasıtsız yaralanmalar/kazalar düşme, zehirlenme, yanık, suda boğulma şeklinde sınıflandırılabilir. Ülkemizde en sık düşme, yanma-haşlanma, kesikler, zehirlenme, boğulma gibi ev kazalarına rastlanmaktadır. Evlerde oluşan kazalar, müdahaleyi gerektirecek bir yaralanma oluşturmadığı sürece önemsizdir. Fakat sık geçirilen hafif yaralanmalı kazalar ciddi yaralanmaların habercisi de olabilmektedir. Evde oluşan kazaların birçoğu önlenemez. Bu yüzden ev ortamında kazaya yol açan risk faktörlerinin azaltılması önemli bir faktör olarak görülmektedir. Canlılar arasında bakım ve korunmaya en çok gereksinim duyan varlık insandır. İnsan hayatında da bakıma en çok ihtiyaç duyulan dönem ise bebeklik dönemidir. Bu dönemde gereksinimlerin karşılanması ve desteklenmesinde ailenin çok büyük bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir.

Çocukluk dönemi ev kazalarında ebeveynin rolü

Ebeveynin olaylara karşı tutumu yaklaşımı ev kazalarında önemli rol oynamaktadır. Katı, otoriter yapı, ani-çabuk sinirlenen ebeveynler ve bebekleri arasında iletişim zorlukları olabilir. Ebeveyn bebeğe karşı ne kadar ılımlı, paylaşımcı, öğretici olursa beraberinde bebeğin tutum ve davranışları farklılık gösterecektir. Bebek herhangi bir hata yaptığında ebeveyn kızmak, bağırarak, cezalandırma yerine bebeği dinler, anlamaya çalışır, yol gösterici olursa; bebeğin olaylara ve ebeveyne karşı tutumu değişecek, merak ettiklerini sormaya başlayacak, yapmak istediklerini söylemek için cesaret bulacaktır. Ebeveyn olayları neden sonuçları ile beraber açıklayıp, beraberinde yaşanabilecekleri anlatırsa; bebek ev içindeki tehlikelere karşı haberdar olacaktır. Ebeveynin bebeğe olan tutum, davranış, yaklaşım ve iletişimin önemi hakkında bilgi sahibi olur; olaylara karşı tutum, davranış ve yaklaşımı değişirse ev kazalarının sayısı bu değişime bağlı farklılık gösterecektir.

Kazaları önlemeye yönelik güvenlik önlemleri

Boğulmaları önlemek için

- Karyola koruyucularının arasının yaklaşık 6 cm olması önerilmektedir. Yatak kenarlarının sivri olmaması gerekir. Bebek yatak içinde battaniye, yorgan yastık gibi malzemelerin altına ya da yatak baza arasına girip havasız kalabilir. Önlemlerin alınması gerekir. Yatak ile yatak bazası arasında boşluk kalmamasına özen gösterilmelidir. Bebeğin yüzüne tülbent örtülmemelidir.

Yabancı cisim aspirasyonunu önlemek için

- Küçük ve ayrılabilir parçaları olan objelerin bebeğin çevresinden uzak tutulması (çingirak kırıldığında içinden çıkabilecek parçalar, peluş oyuncakların göz, burun gibi parçaları tüylerin çıkması vb.)

Bebeklik dönemi zehirlenmeleri

Bebeklik döneminde görülen zehirlenmeler önemli bir mortalite ve morbidite nedenidir. Günlük hayatta evlerde kullandığımız ve hayatımızı kolaylaştıran temizlik ürünleri ya da tedavi amacıyla kullandığımız ilaçlar bebekler için birer zehre dönüşmektedir. Bebeklerde en çok zehirlenmeye yol açan maddeler kireç çözücüler, çamaşır deterjanı ve suyu, tarım ilaçları, ısırılmalar ve böcek sokmaları şeklinde sıralanmaktadır. Zehirlenmelerde, ilk sırada ise evlerimizde uygun koşullarda saklanmayan ve kolay ulaşılabilir ilaçlar yer almaktadır. İlaç zehirlenmelerini kostik maddeler ve böcek ilaçları ile zehirlenmeler takip etmektedir. Bebeklerdeki tüm zehirlenmelerde öncelikle temel yaşam desteği yaklaşımı uygulanmalıdır. Zehirlenen bebekte öncelikle hava yolu açıklığı, solunum ve dolaşım değerlendirilmelidir. Bebeklerde uygun temel yaşam desteği alındıktan sonra zehirlenme öyküsü alınmalı, bebeğin fizik muayenesi yapılmalı, bulguları değerlendirilmeli ve tedavisi yapılmalıdır.

Kazaların ve zehirlenmelerin önlenmesi

Kazaların tüm dünyada önde gelen sağlık sorunlarından biri olması nedeniyle kazaları önlemeye yönelik çeşitli programlar geliştirilmeye başlanılmıştır. Kazalardan korunmaya ilişkin birincil koruma düzeyinde yapılacak uygulamalar, çocukları kazalardan uzak tutmaktır. Günümüzde birincil korumayı gerçekleştirebilmenin en önemli yolu toplumu eğitmektir. Özellikle anne-babaların kazalardan korunma ve temel ilk yardım konusunda eğitilmeleri kazaları azaltacaktır. Kazalardan korumaya yönelik eğitimler ve aile danışmanlıkları başarılı sonuçlar verebilir.

Bebekleri Kazalardan Korurken Gelişimlerini Engellemeyelim

Her yıl evde ya da sokakta çok sayıda bebek kazaya uğramaktadır. Bu kazaların birçoğu anne-babaların ve çocuk bakıcılarının tedbirsizliği ve bilgisizliğinden kaynaklanır. En önemlisi çocuğun yakın çevresinde ilk yardım eğitimi almış kimse olmaması ve bunun sonucu yapılan yanlış uygulamalar, çok sayıda bebeğin sakat kalmasına ya da ölümüne neden olmaktadır. Bebek büyürken çevreye açılır. Çevredeki her şey, bebek için, bir oyun aracı, bilmediği fakat tanımak istediği bir oyuncaktır. Bebek neyin, neden tehlikeli olduğunu kestiremez. Her şeyi deneyerek, dokunarak, tadararak, taklit ederek öğrenir. Güvenlik içinde büyümesi ve yaşaması için, ana-babaların, bakıcıların bebeğin güvenliğini sağlaması, ona dikkatli davranmayı öğretmesi gerekir.

BEBEKLİK DÖNEMİNDE OYUN

Oyun, bebeğin duyuşsal, bilişsel ve motor becerilerinin gelişimi için bir öğrenme aracıdır. Bebekler oyun aracılığıyla hem eğlenir hem de dış dünyayı keşfederler. Aynı zamanda oyun sayesinde kendini güvende hissetmeye başlar. Oyun, bebeklerin kendi deneyimleriyle öğrenmesini sağlarken, bebeğin yaşamının temel bileşenlerinden biri hâline gelmektedir. Sosyal ve kültürel temelleri ne olursa olsun bebek ve çocukların oyun oynama eğilimleri biyolojik temele dayanmaktadır. Oyunun temel özelliği taklit edici, tekrar edici, ilişki kurucu ya da benzetmeci şeklinde olabilmektedir. Bu durum evrensel olarak oyunun içten gelen bir davranış olduğunu göstermektedir. İnsan hayatındaki toplumsallaşma süreci bebeklik dönemindeki oyun ile başlamaktadır. Bu noktada bebeklik dönemi ile başlayan oyun, zihinsel ve kişisel yeteneklerin şekillenmesinde önemli bir role sahiptir. Bebeklerin sağlıklı gelişimi için beslenme veya uyku gibi oyun da temel gereksinimleri arasında yer almaktadır. Bebeklik döneminde, hareket etme, emekleme, yürüme becerileri sırasıyla gelişir. Bebekler bu dönemde, nesnelere ve çevreyi tanıma çabasına girerek etrafındaki her şeye dokunup eline alır, atar veya ağzına götürür. Böylelikle nesnelere tanımaya çalışır ve daha sonra buldukları nesnelere ile oyun oynamaya başlarlar. Oyun, bebek gelişim sürecinde olgunlaşma ve sosyal boyutun kazanılma aşamasında önemli bir etkidir. Oyun öncelikle bebeğin kendi bedensel duyumlarının araştırılması şeklinde başlamakta, sonra yakın çevresi içinde devam etmektedir.

Oyunun Tanımı

Oyun, farklı disiplinlerde kullanılabilen ya da aynı disiplin içerisinde farklı bakış açılarıyla kullanılabilen bir etkinlik ve yöntem olarak tanımlanır. Oyun, anlaşılması zor ve insan hayatında önemli yere sahip olan bir kavramdır. Bu kavramın tek bir tanımı olmamakla birlikte, tarihte kuramcılar tarafından farklı şekillerde tanımlanmıştır. Erik Erikson oyunu, çocuğun yenilgiler, acılar ve yaşamda karşılaşılan hayal kırıklıklarına kendini hazırlamak için kullandığı bir araç olarak tanımlamaktadır. Erikson'a göre insan yaşamı boyunca çevresi ile bir etkileşim kurmaktadır. Bu etkileşim çocukluk dönemi büyüme ve gelişme sürecinde daha çok oyun aracılığıyla gerçekleşmektedir. Piaget'e göre, oyun zekâ gelişimi ile yakından ilişkili bir kavramdır. Genel olarak her organizmanın gelişimi için iki temel bileşen üzerinde durmaktadır. Bunlardan ilki asimilasyon (özümleme, benzetme, uydurma, sindirme), diğeri ise akomodasyon (uyuma, uyuşma, yerleşme) kavramıdır. Montaigne oyunu, çocukların en gerçek uğraşları, Montessori ise oyunu, çocuğun işi olarak tanımlamaktadır. Oyun, özellikle bebeklik ve çocukluk dönemlerinde çocuğun işi ya da en önemli uğraşı şeklinde değerlendirilmektedir. Aynı zamanda, oyun çocuğun dili olarak da tanımlanmaktadır. Çocuğun kendisini ifade etme şekli ve iletişim aracıdır.

Bebeklik Dönemi Oyunları

Bebeklik döneminde, bebeğin kendisini ve çevresini algılamaya çalışırken yaşadığı deneyimlerin çoğu aslında bir oyundur. Bebekler için kendisi de dâhil etrafındaki her şey farklı ve keşfedilmeyi bekler. Bebekler öncelikle kendi ellerini, parmaklarını ve ayaklarına daha sonra canlı veya cansız her varlığa dokunmak ve eline almak ister, eline aldığı her şeyi ağzına almaya çalışır, elinde tutup sallar, başka bir nesneye çarpar veya yere vurur. Böylelikle kendisini ve etrafını keşfederek öğrenir. Parten'in sınıflamasına göre oyunun ilk evresi bebeklik dönemini kapsayan tek başına oyun ya da yalnız oyun diye isimlendirilir. Bu oyun türünde bebekler 6.aya kadar kendi vücudunu oyun ve oyuncak olarak kullanırlar. Daha sonra oyuna yönelik hareketli nesnelere ilgi duymaya başlarlar. Motor, dil ve bilişsel gelişimleri tamamlanmadığı için bebekler tek başına oyun oynar ve iletişimden kaçınır. Bebekler, etrafındaki bebeklerin oyunlarından etkilenmeden kendi oyununu istediği gibi oynar. Tek başına oyun döneminde en önemli özellik, bebeğin çevresinden etkilenmemesidir. Piaget'in oyun sınıflamasına göre, bebeklik dönemini kapsayan 0-2 yaş duyu-motor dönemine alıştırmaya oyunları ya da işlevsel oyun da denir. Alıştırma oyunları türünde, bebekler motor hareketleri sürekli tekrar eder. Bebekler bir nesneyi eline alma, ağzına götürme, parmağını emme gibi hareketleri sürekli tekrar eder ve bu tekrar eden davranışlardan keyif alırlar. Bu keyif alma işini eğlenceli bir oyuna çevirir. Aynı zamanda hem kendi hareketlerini hem de nesnelere kontrol edebilmesi bebek için haz kaynağı olur. Bebeklik döneminde refleksler dâhil beden yoluyla her türlü etkileşime girilen fiziksel ve manipülatif oyunlar oynanır. Refleksler, nesnelere kurcalama (mani-pülasyon), el göz koordinasyonu ve el kaslarını güçlendirici oyunlar ve aktiviteler bu oyun grubunda yer alır. Diğeri oyun grubu nesnelere keşfedici oyundur. Nesne ile oynanan oyunlar, bebeğin yaşı ve deneyimleriyle birlikte değişir. Bebeğin nesnelere

ile olan deneyimleri, giderek daha farklı nesnelere üzerinde tekrarlanır. Bebeklik döneminde, gelişen motor hareketleri, el ve ağız bölgesi ile nesnelere keşfedilir.

Bebeklik Dönemi Oyuncakları

Oyuncaklar, çocukların oyun oynarken kullandıkları araçlardır. Oyuncakları seçerken onların güvenli ve bebeğin gelişimine uygun olması, beş duyunun gelişimine yarar sağlaması, bebeğin el ve ayak kullanımına teşvik etmesi ve motor becerilerini geliştirmesinde etkili olması gerekir. Oyuncaklar satın alınabilir veya günlük kullanılan eşyalardan oluşabilir. Oyuncakların pahalı olması veya satın alınması gerekmez. Bebeklere zarar vermeyen her nesne bir oyun aracı özelliği taşır. Bazen bu nesne kendi eli ve ayağı iken bazen de kesici delici olmayan güvenli mutfak gereçleri, kaşık, tencere, plastik mutfak gereçleri, sepet vb. olabilir. Oyuncaklar, her yaş grubuna uygun uyarılma ve gelişime göre kategorize edilebilir. Oyuncaklar, uyardığı gelişim alanına göre de kategorize edilebilir. Bununla birlikte, birçok oyuncak birden fazla gelişim alanını geliştirmek için kullanılabilir. Örneğin, bir oyuncak fiziksel, bilişsel ve sosyal gelişim için kullanılabilir ve bebeğin kaba-ince motor gelişimine fayda sağlayabilir. Bebeklik döneminde tüm duyularına hitap eden, ilgi ve meraklarını uyandıran güvenli oyuncaklara gereksinim duyulur. Bebeklerin oyuncaklara ve ağız hareketlerini içeren oyunlara ayrı bir ilgisi bulunur. Ebeveynin parmakları, saçları, yüzü ve bebeğin kendi vücut parçaları ilk oyuncaklarıdır. Yumuşak doldurulmuş hayvanlar, beşik aksesuarları, ses çıkaran çingiraklar, renkli kutular, aynalar ve müzikli oyuncaklara büyük ilgi gösterirler. Özellikle ayna karşısında kendilerini ve hareketlerini izlemekten çok hoşlanırlar. Yeni emeklemeye ve yürümeye başlayan bebekler kapları doldurup boşaltmaktan ve motor becerileri geliştikçe, farklı dokuları hissetmekten, ev ortamını keşfetmekten ve başkalarını taklit etmekten zevk alırlar. Emekleme ve yürüme hareketleriyle birlikte, oyuncak bebek, araba ve hayvanlar gibi küçük nesnelere manipüle etmekten hoşlanırlar. Favori oyuncakları itmeli-çekmeli oyuncaklar, renkli toplar, ses çıkaran nesnelere olabilir. Bebeklerde kas ve motor becerilerin gelişimi için yürüteçli, tekerlekli hareket eden oyuncaklar, kutular, bloklar gibi hareketi sağlayan oyuncaklar tercih edilir. Duyusal gelişim (dokunma, görme, ses, tat, koku) için su oyuncakları, baloncuklar, müzik aletleri, ses çıkaran oyuncak ve kitaplar, kukla, bez bebek tarzı oyuncaklar kullanılabilir. Genel olarak bu dönemde, oyuncakların canlı renklere, yumuşak ve ses çıkaran özelliklerde olması bebeklerin ilgisini çeker. UNİCEF (2009) tarafından hazırlanan erken çocukluk gelişim kitinde yaş gruplarına göre oyuncak önerilerinde bulunulmuştur. Bebek grubu için önerilen oyuncaklar arasında resimli ve şekilsel yapboz, bebek kitabı, sünger toplar, şekil sıralayıcılar, kukla, dizme- sıralama kutuları ve blokları yer alır.

Bebeklik dönemi oyunlarında önemli noktalar

Erken çocukluk dönemlerinin başlangıcı olan bebeklik döneminde karşılaşılan olumlu ve olumsuz etkenler bebeğin tüm gelişim alanlarını doğrudan etkiler. Fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimin iyi düzeyde olması, sağlıklı çocukların gelişmesi açısından önemlidir. Bebeğin gelişiminin önemli bir parçası olan oyun gereksiniminin karşılanması ebeveynlerin en temel sorumluluğundadır. Bebekler için oyun sırasında kullanılan nesne ve oyuncaklar yaralanma, aspirasyon, zehirlenme veya yanıklara neden olabilir. Bu nedenle oyun sırasında bebeğin güvenliğinin sağlanması en önemli gereksinimlerden biridir. Bu doğrultuda oyun ve oyuncak kullanımında dikkat edilmesi gereken noktalar aşağıda belirtilmiştir.

- Bebeğin oyun oynaması için rahat ve güvenli bir alan oluşturulmalıdır.
- Bebeklerin emeklemeye ve ayaklanmaya başladığı dönemlerde odanın içinde oynayabileceği ev eşyaları veya gereçleri için yaralanmalara karşı güvenlik önlemleri alınmalıdır.
- Bebeklere oyun esnasında gereksiz yere müdahale edilmemelidir.
- Oyun oynarken dikkati dağıtılmamalı ve oyun bozulmamalıdır.
- Bebekler ve çocukların gelişiminde bireysel farklılıklar olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.
- Oyunda bebeklerin güvenliği üst düzeyde olmalı; küçük parçalı, delici-kesici, ince-sivri uçlu, boynuna ve eline geçecek uzun ip-püskül vb. materyaller oyun alanında tercih edilmemelidir.
- Oyun ve oyuncak seçerken bebeğin fiziksel ve bilişsel gelişimine katkı sağlamasına yönelik tercih yapılmalıdır.
- Oyun ve oyuncaklar, çocuğun yaşına göre seçilmelidir.
- Bebeğin oyun alanında gereğinden fazla oyuncak olmamalıdır.
- Kız ve erkek bebekler arasında oyuncak farkı olmamalıdır.
- Oyuncaklar veya oyun gereçlerinin yapıldığı maddeler bebeğin sağlığına uygun olmalıdır.
- Çok yüksek sesli oyuncaklar, bebeğin işitmesini etkileyebilir bu nedenle dikkat edilmelidir.
- Oyuncak alırken dayanıklı, sağlam ve maliyeti etkin olanlar tercih edilmelidir.

GİRİŞ

Yaşamımızda kardeşler, birçok rolü üstlenmiş kişilerdir. Yeri geldiğinde bakım verici, oyun arkadaşı, rol modeli vb. roller ile çocuğun yaşamının önemli bir parçası olarak kardeş ilişkileri her zaman dikkate alınması gereken önemli bir konudur.

Sistemler Kuramında Kardeşler

Sistem modelinde aile üyelerinin her biri sistemin bir parçası olarak işlev görür. Sistemin çalışması için her parça kendi rolündeki sorumlulukları yerine getirdiği sürece sistem sağlıklı bir şekilde devamlığını sürdürür. Ekolojik sistemler kuramında bilindiği gibi mikro, mezo, ekzo ve makro sistem olarak dört sistem yer alır. Bu sistemler, karşılıklı etkileşim içinde olan ve çocuğun büyüme gelişme süreçlerini etkileyen sistemlerdir. Mikrosistemlerde, çocuğun doğrudan etkileşim içinde olduğu kişilerin yer aldığı ve gelişimi olumlu yönde destekleyen karşılıklı sağlıklı ilişkilerin var olduğu sistemlerdir. Bu bağlamda bebeklik döneminde mikro sistem ebeveynler ve kardeşlerle olan ilişkileri içerir. Kardeş ilişkileri karşılıklı etkileşimlerle şekillenecektir. Aile sistemin üç alt sistemi (eş, ebeveyn ve kardeşler arasındaki alt sistemler) vardır. Kardeşlerin oluşturduğu alt sistemde, kardeşler birbirleriyle iletişim ve paylaşımında buldukları sürece birbirlerine karşı bir bağlılık geliştirebilirler.

Kardeş İlişkileri

Kardeş ilişkilerinin diğer ilişkilerden farkı, iki insanın hiç bitmeyecek bir süreç içerisinde yaşamın kritik basamaklarına fiziksel ve duygusal bağlarla hazırlanıp, bu bağdan kazanılan gücü diğer bütün ilişkilerinde kullanmaya yardımcı olmasını sağlamasıdır. Bir kardeşe sahip olmanın, bilişsel, dil ve psikososyal yönler gibi gelişime doğrudan ve dolaylı birçok katkısı vardır. Bir çocuk 6 aydan sonra kendisi ile yakın çevresindeki kişiler arasındaki ayırımı fark etme becerisini geliştirmeye başlar. Kardeşler; birbirlerinin duygusal, motor, zihinsel, dil ve özellikle de sosyal gelişimlerinde önemli rol oynamakta ve kardeş ilişkileri, çocuğun ilk sosyal bağlantısı ve aile dışındaki kişiler ile etkileşimleri için temel oluşturmaktadır. Sürekli etkileşim yoluyla kardeşler taklit, oyun, kurallara uyma ve paylaşma gibi sosyal becerileri öğrenir. Kardeş ilişkilerinin üç temel örüntüsü olduğu ve bu örüntülerin çatışma ve sıcaklık düzeyleri ile ilgili olduğu belirtilmiştir. Düşük sıcaklık ve yüksek çatışmanın olduğu ilişki örüntüsüne çatışmalı ilişki, ortalamanın üzerinde sıcaklık ve çatışmanın olduğu örüntü, yoğun duygusal ilişki ve son olarak yüksek sıcaklık ve düşük çatışmanın olduğu örüntü, uyumlu ilişki olarak tanımlanmıştır. Kardeş ilişkilerinin niteliği her ailede farklı gelecektir. Bu niteliği ailenin yapısı, ebeveynlerin tutumları, ebeveynlerin ilişkide rol modeli olması, ebeveynlerin kardeşlere olan davranışları, kardeşler arasındaki yaş, çocukların kişilik özellikleri, kardeşin engel veya hastalık durumu gibi faktörler etkiler. Farklılaşmış ebeveyn tutumu, bir kardeşe diğerine göre daha fazla sevgi ve duyarlılık gösterilmesi ya da bir kardeşin diğerine göre daha fazla kontrol ve disiplin altında tutulması olarak tanımlanmaktadır. Bu tutum genelde küçük kardeşlere daha çok ilgi, şefkat ve hoşgörünün gösterilmesi, büyük kardeşlere daha fazla kontrol ve baskı ile disiplinin uygulanması olarak karşımıza çıkar. Ebeveynlerin bu tutumu, kardeşte saldırgan davranışların ortaya çıkmasına, kardeşler arası rekabetin olmasına, çatışmanın ve kıskançlık duygularının yaşanmasına neden olmaktadır.

Kardeş Kıskançlığı

Kıskançlık kavramının bir üçgen oluşturduğu düşünüldüğünde bu üçgenin köşelerinde kıskanç birey, sevilen şey ve rekabet olduğunu ifade eden Kolak ve Volling, bunları kıskançlık unsurları olarak tanımlamaktadır. Freud'a göre insanın doğasındaki kıskançlık, sevilen birinin ilgisini kaybetmeyi düşünenin acısı, istediğimiz her şeyi elde edemeyeceğimizi fark ettiğimizdeki hissedilen acı ve rekabet edilen kişinin başarısına yönelik duyulan öfke ile ilgilidir. Kıskançlık duyguları çocukta regresif davranışlar ile kendini gösterir. En yaygın regresif davranışlar, bebeğe vurma, nesnelere zarar verme gibi şiddet davranışları, tuvalet alışkanlıklarında değişiklikler, konuşmasında değişiklik, biberon kullanma isteği, iştahsızlık ve yeme davranışlarında değişiklik, uyku alışkanlıklarında değişiklik, tırnak yeme ve parmak emme davranışları şeklinde görülebilir. Kardeşler arası yaş farkı azaldıkça kardeşler arası kıskançlık, rekabet ve çatışma daha fazla yaşanmaktadır. Kardeş üzerinde önemli olumsuz etkileri olan kıskançlık ile ilgili yaşanan çatışmanın erken dönemde en uygun yaklaşım ile çözülmesi tüm aile üyeleri için en iyisidir. Bu nedenle ebeveynlerin kardeş kıskançlığı ile ilgili bilgileri ve çatışma çözümüne ilişkin yaklaşımları tartışılmalı ve hatta yeni doğacak bebeğe hazırlık aşamasında bu konuda eğitim ve rehberlik edilmelidir.

Hastalık ve Kardeş İlişkileri

Özel bakım gerektiren çocuğun aileye katılımı aile üyelerinde kriz tepkilerinin yaşanmasına neden olmaktadır. Tüm ilgi ve alâka ciddi hastalığı olan kardeşe yöneltildiğinden sağlıklı olan kardeşin duygusal gereksinimleri göz ardı edilebilir olarak düşünülür ve ilgi ve gereksinimleri önemsenmeyebilir. Sağlıklı kardeş bu dönemde yalnızlık, üzüntü ve anne-babaya ulaşamama duygularını yaşayabilir, anne-babanın sağlıklı çocuktan beklentilerinin artması, anne-babanın ona karşı toleransının azalması gibi durumlar sağlıklı kardeşlerde olumsuz davranışlara neden olabilir. Ebeveynler ile sağlıklı kardeşlerin yaşanan yaşam değişikliklerine ilişkin duyguları aynı olmayabilir. Yapılan çalışmalarda sağlıklı kardeşler, hasta kardeşlerinin durumundan endişe ettiklerini, azalan ilgi yüzünden kıskançlık hissettiklerini, kendileriyle ilgili olumsuz duygular yaşadıklarını, ailece yapılan faaliyetlerin kısıtlandığını ve çevresindeki diğer kişilerin hasta kardeşinden dolayı kendilerine karşı negatif olduklarını ifade etmişlerdir. Kronik hastalığı olan bir kardeşe sahip olmak, sağlıklı kardeş üzerinde bir çok olumsuz etkilere neden olurken duyarlılığın artması, hastalar ve diğerlerine karşı empati kurabilme, sabırlı olabilme ve yaşamın değerini bilme gibi olumlu etkilerin de olduğu vurgulanmaktadır.

Engelli Çocuğun Kardeşi Olmak

Aile üyeleri engelli bir çocuğa sahip olduklarında, sağlıklı bir çocuğun ebeveynleri ve kardeşi olmanın mutluluğunu yaşayamamanın yanı sıra yaşamları boyunca yerine getirmek zorunda oldukları ekstra sorumlulukları ile de tanışmış olacaklardır. Ailede var olan engelli çocuk, normal gelişim gösteren çocuğu da derinden etkilemektedir. Çünkü ailede engelli bir çocuğun varlığının kardeş ilişkilerine olası etkileri, bu ilişkinin doğası nedeniyle önemlidir. Engelli çocuğa sahip kardeşler, kırgınlık, kıskançlık, suçluluk, reddetme, kötü davranma, engelli çocuğu yok sayma gibi duygular ve tepkiler yaşarlar. Açık iletişim, rol esnekliği ve her aile üyesine duyarlılık gösterilmesi gibi, ailenin sağlıklı işleyişini sağlayan temel faktörler yerine, engelli çocuğa yönelik olan aşırı hoşgörü ve ilgi, normal gelişim gösteren kardeşin işlevlerini ve gelişimini engelleyici olabilir. Engelli çocuğa sahip olan kardeşler, yeni kardeşlerinin farklılığını anlamaya çalışırlar. Kardeşlere bu farklılık hakkında gerekli ve net bilgiler verilmelidir. Çocuğun engel durumu hakkında ebeveynler tarafından kardeşlere yeterince bilgi verilmezse kardeşler korku, anksiyete ve suçluluk duygularını yaşama, kendinde de olacağını düşünme gibi durumu farklı şekillerde yorumlayabilir. Kardeşlere yapılacak açıklama ve verilecek bilgi ilk olarak ebeveynler tarafından yapılmalıdır. Engelli çocuk, ebeveynler ve kardeşlerin birlikte zaman geçirmeleri için etkinliklerin düzenlenmesi kardeşlerin duruma uyum sağlamasını kolaylaştırır. Kardeşlerin durum hakkında duygularını ifade etmeleri konusunda desteklenmesi ve hissettikleri duygular konusunda da kesinlikle suçlanmaması önemlidir. Sonuç olarak büyük çocuğun kardeş doğumuna ebeveynleri tarafından doğru zamanda uygun şekilde hazırlanması ve kardeşler arasındaki ilişkinin güçlenmesi için ebeveynlerin eşit ve tutarlı yaklaşımı benimsemeleri aileye yeni katılan çocuğu kabullenilmesinde önemlidir. Kardeş ilişkilerinin, çocuğun ileri ki yaşamındaki ilişkilerine temel oluşturacak kadar önemli olduğu unutmamalıdır. Hem ebeveynlerin hem de kardeşlerin, kardeş ilişkileri ile ilgili yaşadıkları, algıları ve görüşleri detaylı bir şekilde ele alınarak sorunların belirlenip çözülmesi gereklidir.

BEBEK İLE İLETİŞİM

Bebekler doğdukları günden itibaren dış dünya ile ve içinde buldukları dünyalarındaki kişiler ile iletişim kurma çabasındadırlar. Anne-babaların, bebekleri ile iletişime geçmesi için hiçbir zaman erken ya da geç diye bir kavram yoktur. Anneler, doğar doğmaz bebeklerine dokunmalı, sarılmalı, onları okşamalı ve emzirmelidirler. Anneler özellikle emzirirken bebekleriyle göz teması kurmalıdır. Çünkü bu göz teması anne ile bebek arasında özel bir bağ oluşturma açısından son derece önemlidir.

BEBEKLİK DÖNEMİNİN İLETİŞİM İLE İLGİLİ TEMEL ÖZELLİKLERİ

Bebeklik döneminde, bebek tamamen başkasına bağımlı yaşamaktadır. Temel haz kaynağı ağız bölgesidir ve dış çevre ile iletişimi ağız yolu ile sağlar. Bebeklik döneminde bebeklerin dili kullanma becerileri yetersiz olduğundan, bebek ile kurulacak iletişimde ebeveynlerin de rol alması gerekmektedir. Bebekler duygularını; ağlama, gülme, kol ve bacaklarını itme/çekme, tekmeleme gibi davranışlarla belli ederler.

BEBEKLERLE İLETİŞİM KURMAK

Bebeklerin doğumdan sonraki süreçte; en gelişmiş duyuları, işitme duyusudur. Bebekle konuşuldukça, bebek duyguları hissetmeye başlar.

Bebeklerle Doğru İletişim Kurmak: Bebeklerle doğru iletişim kurmak çok önemlidir. Bu nedenle bebeklerle konuşurken; az, öz, anlaşılır, olumlu cümleler kurmak ve bunu beden diliyle desteklemek gerekmektedir.

Bebeklerle Doğru İletişim Kurmanın Faydaları: Bebeklerle doğru iletişim kurmak, onların psikolojik gelişimine katkı sağlar, özgüvenini ve benlik algısını güçlendirir, beyin gelişimine katkı sağlar, işitsel dikkatini ve hafızasını güçlendirir, olumlu ebeveyn-bebek etkileşimi kurulmasını sağlar.

BEBEKLE İLETİŞİM KURMANIN YOLLARI

I- Yüz-Yüze Etkileşim: Anne-bebek arasında başarılı bir yüz-yüze etkileşim, hem annenin hem de bebeğin iletişim becerilerine bağlıdır. Yüz-yüze iletişim, aynı anda anne ile bebek arasında çoklu duygusal sinyaller üretmeyi de sağlamaktadır.

1- Dikkat veya bakış: Anne-bebek arasındaki yüz-yüze iletişimde, duygulanım sinyallerinin iletildiği kanallardan biri “dikkat” veya “bakıştır.” Bebeğin annesinin yüzüne bakması bir etkileşimi başlatmanın ilk sinyali olabilir. Bu yüzden de bakış, yüz-yüze karşılaşmanın temelidir.

2- Duygulanım (ses tonu ve yüz ifadeleri): Yüz-yüze etkileşimde duygusal sinyallerin iletildiği ikinci kanal, “duygulanım” veya “duygu ifadeleridir.” Duygulanım, ses tonu ve yüz ifadeleri (mimikler) olmak üzere iki şekilde iletilmektedir. Bebeğin yüz ifadelerini gösterebilme becerisi, 4. aydan itibaren oldukça gelişmiştir. Bebeklerin karşısındaki kişinin duygu ifadelerini ayırt edebilme becerisinin ise 4. aydan başlayarak geliştiği; bunu 5. ayda, sese ilişkin duygulanım keşfinin takip ettiği; 7. ayda ise, özgül olarak yüze ilişkin duygulanımın (mimiklerin) bebekler tarafından ayırt edilebildiği gözlenmiştir.

3-Dokunma: Dokunma, ebeveynliğin ifade edildiği temel iletişim kanallarından biridir ve bireyin gelecek bağlanma ilişkilerine sevgi ve bakım sağlayabilme kapasitesinin temelinde yer almaktadır. Dokunma, diğer etkileşim kanalları ile karşılıklı olarak etkileşim hâlinde olduğu için, yüz-yüze etkileşimin bir parçası hâline gelmiştir.

Anne ve bebek arasındaki bağda dokunmanın önemi: Yenidoğan bir bebeğin duygusal uyarıları algılama ve bunların duygusal önemini anlama yeteneği olağanüstüdür ve anne ile ten tene temas sayesinde, anne ve bebek arasında eşsiz bir bağ yaratılır.

II- Bebek Masajı: Bebek masajı, duygusal olmasının yanı sıra faydalı ve uyarıcı bir deneyimdir ve annelere bebekleriyle iletişim kurma imkânı sağlar. Bebek masajı, aynı zamanda fiziksel ve duygusal ihtiyaçların erkenden belirlenmesinin ve anne ile bebek arasında özel, koparılamayan bir bağ kurmanın da bir yoludur.

Bebek masajının faydaları: Bebekle anne arasındaki bağı desteklemeye yardımcı olmasının yanı sıra, bebeğe düzenli masaj yapılması: bebeği sakinleştirir ve ağlamasını azaltır, bebeğin sindirimine destek olur ve kolik, gaz ve kabızlığın hafifletilmesine yardımcı olur, bebeğin gece uykusuna alışma ve daha derin uyuma sürecini destekler, burun tıkanıklıklarını ve diş çıkarma ağrısını azaltır, iyi bir kas, koordinasyon ve esneklik gelişimine yardımcı olur, bebeğin vücut farkındalığını geliştirir, bebeğin bağımsızlık sistemini geliştirir, bebeğin cilt dokusunu iyileştirir, hem annenin hem de bebeğinin rahatlamasına ve sakinleşmesine yardımcı olur, annenin bebeğini tutma konusunda güvenini artırır. **III-Oyun:** Oyun, ebeveyn ve bebek etkileşiminde, verimli zaman geçirme amacıyla kullanılabilir.

önemli bir araçtır. Oyunların bazıları çocuklar tarafından tek başına oynanırken, bazıları ise başkaları ile birlikte oynanan oyunlardır. Yapılan araştırmalar, annelerin çocuklarıyla oyun oynamalarının, çocukların yalnız oyunlarında ve birlikte oyunlarda oyun davranışlarını desteklediğini; ebeveyn ve çocukların birlikte oynadığı rol oyunlarının içeriğinin, çocukların yalnız oyunlarıyla kıyaslandığında, daha zengin olduğunu göstermektedir. Olumlu ebeveyn bebek etkileşimleri, ailelere göre farklılık göstermekle birlikte, oyun içeren etkileşimler, ebeveyn-bebek arasındaki bağı güçlendirmekte, hem sağlıklı çocuk gelişimini hem de etkili ebeveynliği desteklemektedir. Etkili ebeveynlik ise, anne babaların stres düzeyini ve kendini yalnız hissetme düzeyini azaltmakta, kendini yararlı hissetme düzeyini ise arttırmaktadır. Oyun, hem ebeveynler hem de çocukları için bu yüzden çok önemlidir. **Bebeklik döneminde önerilen iletişimi destekleyen oyun aktiviteleri:** Bebeklik döneminde önerilen iletişimi destekleyen oyun aktiviteleri bebeğin ayına göre seçilmelidir. Oyun aktiviteleri; görsel uyarım, işitsel uyarım, dokunsal uyarım, kinetik uyarıma dikkat edilerek seçilmelidir.

BEBEKLİK DÖNEMİNDE KORUYUCU SAĞLIK HİZMETLERİ

Bebeklik döneminde sağlığın korunması ve hastalıkların önlenmesi, çocukların sağlıklı büyümesine ve gelişmesine katkıda bulunur.

Bağışıklık

Bağışıklama hizmetlerinin temel hedefi aşı ile korunulabilir hastalıkların çocuk ve bebeklerde ortaya çıkmasını engellemek, enfeksiyonlara bağlı morbidite ve mortaliteyi azaltmaktır. Bağışıklık, vücudun belli bir patojene ve ya antijene karşı gösterdiği dirençtir. Hastalıklara karşı kalıcı ve uzun süreli bağışıklık sağlamada aktif bağışıklık önemlidir. Aktif bağışıklık, doğal yollarla hastalık geçirilerek ya da aşılama ile kazanılır. Ancak hastalıkların geçirilmesi yoluyla edinilen bağışıklık, bebekleri hastalığın getirdiği tüm risklerle karşı karşıya bırakır. Bu nedenle en etkili, yan etkisi az ve ekonomik bağışıklama yolu, aşılamadır.

Aşılar

İnsan ve hayvanlarda hastalık yapma yeteneğinde olan virüs, bakteri vb. mikropların hastalık yapma özelliklerinden arındırılarak ya da bazı mikropların salgıladığı toksinlerin etkileri ortadan kaldırılarak geliştirilen biyolojik ürünlere aşı denir.

Genişletilmiş bağışıklama programı

Ülkemizde bağışıklama hizmetleri Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün 13.03.2009 tarih ve 7941 sayılı Genişletilmiş Bağışıklama Programı (GBP) Genelgesi uyarınca yürütülmektedir. Genelge kapsamında, Sağlık Bakanlığı tarafından tüm bebeklere ücretsiz olarak boğmaca, çocuk felci, difteri, hemofilus influenza tip b, hepatit A, hepatit B, kabakulak, kızamık, kızamıkçık, konjuge pnömokok, suçiçeği, tetanos, tüberküloz dâhil 13 hastalığa karşı aşılar rutin olarak uygulanmaktadır.

Bebeklik döneminde uygulanan aşılar

Bebeklik dönemi aşı takvimi, ülkemizde bu dönemde en sık görülen enfeksiyon hastalıklarına göre oluşturulmuştur. Bebeklik dönemi aşıları; Doğumda Hep B 1. ayın sonu Hep B 2. ayın sonu DaBT-İPA-Hib, BCG, KPA 4. ayın sonu DaBT-İPA-Hib, KPA 6. ayın sonu DaBT-İPA-Hib, OPA, Hep B 12. ayın sonu KKK, KPA, Suçiçeği 18. ayın sonu DaBT-İPA-Hib-R, OPA, Hep A 24. ayın sonu Hep A

Taramalar

Toplumda görülme sıklığı yüksek, hastalarda ciddi sağlık sorunlarına neden olan, tedavi edilebilir ve erken tanı ile morbidite ve mortalitesi önlenebilen hastalıkların erken tanısı için uygulanan programlardır.

Yenidoğan Metabolik ve Endokrin Hastalık Tarama Programı

Program kapsamında fenilketonüri, konjenital hipotroidi, konjenital adrenal hiperplazi, biyotinidaz eksikliği ve kistik fibrozis taraması için doğum sonrası 24-72 saat içinde topuk kanı alınır. Sonuçlara göre hasta çocuk endokrinoloji ve metabolizma kliniklerine yönlendirilir.

Yenidoğan İşitme Taraması Programı

Yenidoğan her bebekte doğumsal işitme kaybının erken tanısı için doğumdan sonra ilk 72 saat içinde işitme taraması yapılır. Taramada, Otoakustik Emisyon ve İşitsel Beyin Sapı yanıtı testleri kullanılır. Testi geçemeyen bebekler ileri odyolojik değerlendirme için yönlendirilir.

Yenidoğan Görme Taraması

Tüm normal yenidoğan bebeklerde 0-3 ay içinde görme değerlendirilir. Taramada, bebeğin göz yapısı, hareketleri ve görme test edilir. Test sonuçları şüpheli olan bebekler ileri inceleme için göz hastalıkları uzmanına sevk edilir.

Gelişimsel Kalça Displazisi Tarama Programı

GKD, kalça yapısının intrauterin dönemde, doğum sırasında ya da sonrasında çeşitli nedenlerle bozulması sonucu oluşan lokasyon bozukluğudur. Her yenidoğan, doğumdan sonra hastaneden taburcu olmadan risk faktörleri değerlendirilir. Kasık ve uyluk katlarında asimetri ve fleksiyonda diz seviyeleri muayene edilir. Risk ya da bulgu varsa, bebek kalça ultrasonografisine yönlendirilir. **Konjenital Kalp Hastalığı Taraması**

Konjenital kalp hastalıklarının erken tanılanması için, tüm yenidoğanların doğum sonrası ilk 24-48 saat içinde pulse oksimetre probu bebeğin ayağına diğer prob ise sağ eline takılarak saturasyon değerleri ölçülür. Değerden biri %90'ın altında ise bebek ekokardiyografik doğrulama için kardiyolojiye yönlendirilir.

Rutin izlemler

Bebeklik döneminde izlemler sırasıyla doğumdan hemen sonra, doğumdan sonraki ilk hafta, 15. Gün, 41.gün, 2.,3.,4.,6.,9.,12.,18. ve 24. ayda olmak üzere toplam 12 kez yapılır.

Doğumdan sonraki ilk izlem

Boy, kilo ve baş çevresi ölçümleri, büyüme ve gelişmenin değerlendirilmesi, fizik muayene, Topuk kanı alımı, işitme ve görme taramaları, bağışıklama, D vitamini desteği, saturasyon taraması, diş sağlığı izlemleri ve danışmanlığı içerir.

Doğumdan sonraki ilk hafta izlemi

Boy, kilo ve baş çevresi ölçümleri, büyüme ve gelişmenin değerlendirilmesi, fizik muayene, bağışıklama, D vitamini desteği ve topuk kanı taraması, diş sağlığı izlemleri ve danışmanlığı içerir.

15., 41.gün ve 2.ay izlemleri

Boy, kilo ve baş çevresi ölçümleri, büyüme ve gelişmenin değerlendirilmesi, fizik muayene, bağışıklama, D vitamini desteği, 41. gün GKD taraması, diş sağlığı izlemleri ve danışmanlığı içerir.

3-12 ay izlemleri

Boy, kilo ve baş çevresi ölçümleri, büyüme ve gelişmenin değerlendirilmesi, fizik muayene, bağışıklama, D vitamini ve demir desteği, 9.ayda hemoglobin/hematokrit ölçümü, diş sağlığı izlemleri ve danışmanlığı içerir.

13-24 ay izlemi

Bebeğin boy, kilo ve baş çevresi ölçümleri, beden kitle indeksi hesaplaması, kan basıncı ölçümü, işitme ve görmesi değerlendirilmesi, fizik muayene, bağışıklama, hiperlipidemi taraması, büyüme ve gelişme değerlendirmesi, otizm spektrum bozukluğu (OSB) izlemi, diş sağlığı izlemlerini ve danışmanlığı içerir.

BEBEKLİK DÖNEMİNDE İHMAL VE İSTİSMARIN ÖNLENMESİ

Bebeklik dönemi insan yaşamının önemli evrelerinden biridir. Bebeklik döneminde ihmal ve istismara maruz kalma yaşam boyu devam edebilen olumsuz sonuçlar oluşturabilmektedir. Bebeklik dönemi ihmal ve istismarına ait temel kavramlarının ve önleme yollarının bilinmesi olası risklerin azaltılmasına yardımcı olmaktadır.

İhmal ve istismar kavramları çerçevesinde bebeklik döneminin insan yaşamı için önemi

Bebeklik döneminde hareket, iletişim, sosyal ve duygusal yetenekler, entelektüel işleyişin temellerinin atılması dolayısıyla standartların altında bakım alma büyüme ve gelişmeyi olumsuz etkileyebilmektedir. Bebeklerin kendini ifade etmekteki yetersizlikleri ve tamamen bir yetişkine bağımlı olmaları tehlikelere açık hâle gelmelerine neden olmaktadır. Bebeklerin ilerleyen dönemlerde her bakımdan sağlıklı, kendine güvenen, yaşama uyum sağlayabilen bireyler olmaları bebeklik döneminde aldıkları bakım ile ve ebeveyn ve bakım vericilerinin sağlıklı tutum ve davranışlar geliştirmeleri ile mümkün olabilmektedir. Bu dönemde olumsuz uyarılmalara maruz kalmaları, ihtiyaçlarının zamanında ve eksiksiz karşılanması önemlidir. Şiddet içeren, ihmalkâr davranışları gibi nedenlerle bebeklerin kronikleşen stres yaşayabilmekte ve özellikle beyin gelişimleri olumsuz etkilenmektedir. Genel olarak yaşamamın ilk evresi olan bebeklik dönemindeki etkiler tüm yaşamı etkileyebildiğinden dikkatli ele alınması gereken bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır.

BEBEKLİK DÖNEMİNDE İHMAL VE İSTİSMAR

İhmal edilme ve fiziksel zarar görme, 4 yaş altında en yaygın iki risk faktörüdür. Yaş ilerledikçe ihmal ve istismar edilme oranları azalmaktadır.

Bebeklik Döneminde İhmal ve İstismar İçin Risk Faktörleri

Bebeklik ve çocukluk dönemi için farklı risk faktörleri bulunmakla birlikte bebek ve yüksek riskli aileler için tek bir risk profili oluşturmak mümkün olmamaktadır.

Bebeğe ait risk faktörleri Prematüre ve düşük doğum ağırlıklı, anne karnında madde ve alkol alımına maruz kalan, engelli, konuşma, dil bozukluğu, öğrenme güçlüğü yaşayan, istenmeyen, beslenme güçlükleri yaşayan, uzun süre ağlayan bebekler, yoksul ihmal ve istismar açısından risk grubunda yer almaktadır.

Ebeveyne ait risk faktörleri Yaşı küçük, özellikle 20 yaş altında olan, eğitim düzeyi düşük, madde ve alkol bağımlısı, daha önce istismar edilme veya etme öyküsü bulunan, psikiyatrik problemler yaşayan, zihinsel engelli, ebeveyn bebek bağlanması düşük olan, sosyal izolasyon yaşayan, ev ortamı sağlıklı olmayan ebeveynlerin bebekleri ihmal ve istismar açısından risk grubunu oluşturmaktadır.

Bebeklik Döneminde Sık Karşılaşılan İhmal ve İstismar Çeşitleri

Bebeklik döneminde en sık duygusal ve fiziksel ihmal ve istismar yaşanmaktadır.

Duygusal ihmal ve istismar

Bebeklik döneminde duygusal, gelişimsel ya da psikolojik iyilik durumunu zedeleyen her türlü eylem duygusal istismardır. Bebeğin kasıtlı olarak duygusal ihtiyaçlarının karşılanmadığında ise duygusal istismar oluşabilmektedir. Özellikle bebeklik çağı duygusal ihmal ve istismar oldukça zor belirlenebilmektedir. Bebeklerin duygusal ihtiyaçlarının karmaşık olması bebeklerin verdikleri duygusal işaretleri doğru okuyabilen ebeveynler olmasını gerektirmektedir. Bebeğin fiziksel ihtiyaçları doğru karşılanırsa bile bebeğin tekrarlayan sıkıntılarla karşılaşması beyinde stres yanıtı oluşturabilmekte ve beyin gelişimini zedeleyebilmektedir. Bebeklik döneminde duygusal ihmal ve istismara maruz kalan bebeklerin IQ düzeyleri azalmakta, bilişsel, akademik gerilik, sosyal yalnızlık, akran ilişkilerinde bozulma, depresyon gibi sorunlara neden olabilmektedir.

Bebeklik dönemi duygusal ihmal ve istismar belirtileri

Bebeklerin tıbbi bir neden olmadan yaşadıkları ağlama ve ya öfke nöbetleri, olağan dışı pasif, ilgisiz, göz teması kurmada yetersiz olmaları, uyku düzenlerinde bozulma, beslenme sorunları yaşamaları, ritmik sallanma, çene hareketleri ya da kafalarını vurma ya da kafalarına vurmaları gibi belirtiler duygusal ihmali düşündürmelidir.

Bebeklik dönemi duygusal istismar riski açısından ebeveynlik kapasitesinin değerlendirilmesi

Ebeveynlerin ebeveynlik kapasitelerinin bilinmesi duygusal ihmal ve istismar riski oluşturan durumların tanımlanmasını kolaylaştırabilmektedir. Ebeveynlerin bebeklerinin ağlamalarına verdikleri tepkiler, bebekleri ile iletişim kurma yolları, bebekleri hakkında yaptıkları yorumlar, bebeklerinin yaş ve gelişim dönemlerine ait beklentileri, bebekleri hakkındaki tavsiye ve önerileri dikkate almaları,

bebekleri ile iletişimde şiddet içeren, aşırı müdahaleci ya da ilgisiz tavırları, bebekleri için işbirliğine açık olmaları gibi durumlar mutlaka değerlendirilmelidir.

Fiziksel ihmal ve istismar

Bebeklik döneminde beslenmenin aksatılması ya da yapılmaması, uygun giydirilmeme, bebeğin uzun süre denetimsiz ve yalnız bırakılması, hijyen ve bakım ihtiyaçlarının karşılanmaması fiziksel ihmaldir. Bebeğin vurma, boğma, fırlatma, şiddetle sarma gibi bir yolla kaza dışı yaralanmasına neden olma fiziksel istismara neden olabilmektedir. Bebeklerin ilk üç ayda sık ağlamaları fiziksel istismar riskini ve özellikle ölümle sonuçlanabilen Sarsılmış Bebek Sendromu'nu artırabilmektedir.

Ebeveynlerin bebeği terk etme, sorumluluğunu almaktan kaçınma, beslenmesinin ihmal edilmesi, uygunsuz giydirilmesi, yeterli hijyenin sağlanmaması, sağlığını tehlikeye atabilecek davranışlarda bulunulması fiziksel ihmal ve istismarı oluşturabilmektedir.

Bebeklik dönemi fiziksel ihmal ve istismar belirtileri

Fiziksel ihmal ve istismar duygusal ihmal ve istismara göre nispeten daha görünürdür. Kötu hijyen, uygun giydirilmeme, yeterli kilo alamama, büyüme gelişme geriliği fiziksel ihmalin belirtileri arasındadır. Yürümeye başlamamış bebeğin vücudunun çeşitli bölgelerinde görülen, farklı zamanlarda, kulak, cinsel organlar, kalçalar gibi daha korunur bölgelerde oluşan açıklanamayan morluk ve ısıriık izleri, farklı kemiklerdeki çoklu kırıklar, 1.5 yaşından küçük bebeklerde kaburga, femur, kafatası kırıkları, Sarsılmış Bebek Sendromunda görülen ateş, uyku hâli, huzursuzluk, solunum sıkıntısı, koma tablosu ise fiziksel istismarın belirtileri arasında sayılabilir.

BEBEKLİK DÖNEMİ İHMAL VE İSTİSMARINI ÖNLEMENE YÖNELİK UYGULAMALAR

Yaşamın tüm dönemlerinde olduğu bebeklik döneminde görülen ihmal ve istismarın önlenmesinde birinci koruma önem taşımaktadır. İhmal ve istismar için risk taşıyan grupların belirlenmesi, yardım ve destek gereksinimlerinin karşılanması ve uygun olmayan durumlara erken ve sürekli müdahale edilmesi gerekmektedir. Bu müdahaleler iki alt grupta ele alınabilir.

Toplum geneline yönelik bebeklik ve çocukluk çağı ihmal ve istismarını önleme ve müdahale çalışmaları

Toplum geneline yönelik aile destek, sağlık destek yaklaşımları, terapötik yaklaşımlar, yasal çözümler, toplum temelli uygulamalar ihmal ve istismarın önlenmesi amacıyla kullanılan uygulamalar arasında yer almaktadır.

Aile destek uygulamaları

Aile destek eğitimleri, ebeveynlerin eğitim ihtiyaçlarının belirlenmesi ve eğitimler yapılması, gebelikleri başından itibaren düzenli aralıklarla ev ziyareti yapılması, ihmal ve istismar görülen ailelerin koruma hizmetleri aracılığıyla müdahale edilmesi gerekmektedir.

Sağlık desteği uygulamaları

Sağlık çalışanlarının bebeklik ve çocukluk döneminde ihmal ve istismarların belirlenmesi, tedavi edilmesi, riskli durumların bildirilmesi aşamalarında anahtar rol oynadıkları göz önünde bulundurulmalıdır. Sağlık çalışanlarının sistemli ve sürekli olarak eğitilmeleri ve bilgi düzeylerinin artırılması sağlanmalıdır.

Terapötik yaklaşımlar

İstismar ve ihmal mağduru çocukların akran iletişimlerinin sağlanması, grup ve aile terapileri ile desteklenmesi gibi pek çok uygulamanın bir arada kullanılması uzun vadede sağlık üzerinde olumlu sonuçlar oluşturmaktadır.

Yasal çözümler

Bebek ve çocuk ihmal ve istismarının yasal olarak bildirimünün zorunlu olması, ihmal ve istismar sonucunda oluşabilecek yaralanma, davranış değişiklikleri gibi riskli durumların değerlendirmesi ve bildirimünün sağlanması ihmal ve istismarı önlemede etkili olmaktadır. Olası bir ihmal ve istismarda yasal kurumlar vasıtasıyla bebek ve çocuğun korumasının sağlanması önemlidir.

Toplum temelli uygulamalar

Toplumsal ve genel boyutta gözetim, analiz, değerlendirme, uygulama aşamalarını içeren bir yaklaşım kullanılmaktadır. Toplumsal ve genel boyuttan özel boyuta geçişte bireysel müdahale programları geliştirilmeli ve uygulamaya konulmalıdır.

Riskli gruplara yönelik bebeklik ve çocukluk çağı ihmal ve istismarını önleme ve müdahale çalışmaları

Bu müdahale çalışmalarının amacı genel olarak riskli grupların tespit edilmesi, ihtiyaçlarının ve sorunlarının giderilmesi, desteklenmesidir.

Sosyal destek sağlanması

Yüksek riskli ailelere verilecek sosyal destek aile içi ve ebeveyn stresini azaltmaya ve ebeveyn bebek bağlanmasını arttırmaya yardımcı olabilmektedir.

Sağlık bakımı ve beslenme desteği sağlanması

Anneye doğum öncesi bakım verilmesi ihmal ve istismar için risk grubu olan prematüre ve düşük doğum ağırlıklı bebeklerin görülme sıklığını azaltabilmektedir.

Ebeveyn ilişkilerinin sağlıklı hale getirilmesi

Sağlıklı bir ebeveyn ilişkisi ihmal ve istismar risk faktörlerini ve olası ihmal ve istismarları azaltmaya yardımcı olabilmektedir.

Temel çocuk bakımı ve ebeveynlik becerilerinin geliştirilmesi

Özellikle genç yaş grubu ebeveynler temel çocuk bakımı, çocuk gelişim dönemleri, ebeveynlik rolleri gibi temel konularda eğitilmesi ve desteklenmesi ile ebeveyn beklentileri normalleştirilip, azaltılabilmekte ve riskler minimum seviyeye indirilebilmektedir.