

ÇANKAYA REHBERLİK ARAŞTIRMA MERKEZİ

# ÇOCUKLARDA GELİŞİM DÖNEMİ ÖZELLİKLERİ

---

Bu belge Amerikan Psikoloji Derneğinin (APA) desteklediği ACT programının broşürlerinden birebir çeviri yapılarak hazırlanmıştır. <http://actagainstviolence.apa.org/>

Çeviren: Şermin Pınar YOGEV

# 0-18 AY ÇOCUKLARININ GELİŞİMSEL ÖZELLİKLERİ

## ZİHİNSEL BECERİLER



- Görmeseler de bildikleri nesne ve kişileri hatırlarlar.
- Diğer insanların mimiklerini ve seslerini taklit ederler.
- Ne anlama geldiğini bilmeseler de televizyonda gördüklerini taklit ederler.
- Konuşmalar bile söylenenleri anlarlar.
- Diğerleri ile iletişim kurmak ve mutlu olduklarını ya da kızgınlıklarını anlatmak için ses çıkarırlar, gürültü yaparlar.
- Kendi isimlerini bilirler.
- Çevrelerini keşfetmeye başlarlar, dokunurlar ve elle hareket ettirirler.
- Diğer insanları gözlemleyerek ve taklit ederek öğrenirler.
- İyi bildikleri nesnelerin adları söylendiğinde anlarlar.
- Birden fazla kelimededen oluşan cümleleri anlarlar.
- Ben, bana ve sen kelimelerini kullanmaya başlarlar.
- Çok basit yönergeleri/komutları anlar ve yerine getirirler.
- Dikkat süreleri çok kısadır.

## SOSYAL BECERİLER

- ✚ Bu aylardaki çocuklar ağrıları olduğunda, yorulduklarında, altlarını ıslattıklarında, üşüdüklerinde, susadıklarında, yalnız kaldıklarında, yeni durum ya da kişilerle karşılaştıklarında ağlarlar, kollarını bacaklarını sallarlar.
- ✚ Eğlendiklerinde, mutlu olduklarında ya da heyecanlandıklarında güler, sesler çıkarır ve cıvırlarlar.
- ✚ Tanıdıklarını yabancılardan ayırt edebilirler.
- ✚ Kendileriyle düzenli olarak ilgilenen insanlarla sıkı bağlar geliştirirler ve ayrıldıklarında kaygı belirtileri gösterirler.
- ✚ Tanıdıkları insanlara yakınlık gösterirken yabancılardan korkarlar.
- ✚ Başkalarının sıkıntılarını/üzüntülerini hissederler ve bunu ağlayarak ya da mızırđanarak belli ederler.
- ✚ Seyircilerden ve alkışlanmaktan çok hoşlanırlar.
- ✚ Kendi başlarına kısa süreliğine oynayabilirler.
- ✚ Engellendiklerinde kızarlar.



## 0-18 AY ÇOCUKLARININ GELİŞİMSEL ÖZELLİKLERİ



### EBEVEYNLERE ÖNERİLER

Eğer bebeğiniz huzursuzsa ve ağlıyorsa onu rahatlatacak şeyler yapın. Bu, onu şımartmak anlamına gelmez. Bebekler sıcaklığa, dokunulmaya ve kendilerini güvende hissetmeye ihtiyaç duyduklarında ağlarlar. Bu dönemde kuracağınız güven bağı sizin gelecekte çocuğunuzla kuracağınız ilişkinin temelini oluşturur.

- 1) Ağlayan bir bebeği asla cezalandırmayın. SABIRLI OLUN; bebeğiniz size sadece bazı şeylerin yolunda gitmediğini söylemeye çalışıyor. Göstereceğiniz sert tepkiler bebeği korkutur ve durumu daha da kötüleştirir.
- 2) Çocuğunuzla her gün onun hoşlanacağı oyunlar oynayın. Birlikte geçirdiğiniz zamanı eğlenceli hale getirin ve siz de eğlenin (Bu zamanlar bir daha geri gelmeyecek ç.n.)
- 3) Çocuklarınızın yaşına uygun ve onlar için güvenli oyuncaklar alın.
- 4) Sık sık çocuğunuzla konuşun, basit ve anlaşılır kelimeler kullanın ve olumlu komutlar verin (çatalla oynama demek yerine hadi çingırağınla oynayalım gibi).
- 5) Çocuğunuza her gün basit hikâyeler okuyun; bunlar dil ve iletişim becerilerini geliştirmeye destek olan hikâyeler olabilir.
- 6) Eğer mümkünse ayrı kaldığınız süreleri kısaltın ya da çocuğunuzla ilgilenen kişinin tanıdığınız, güvenilir biri olmasına dikkat edin.
- 7) Bebeğinizin kendini güvende hissetmesini sağlamak ve aranızdaki güven bağını kurmak için günlük faaliyetler yaratın ve bunları sürekli hale getirin.

## ZİHİNSEL BECERİLER

- 1) Görmeseler de bildikleri nesne ve kişilerin zihinsel imajlarına sahiptirler.
- 2) Hayal güçlerini kullanabilir ve oyun kurgulayabilirler.
- 3) Bir nesneyi insan gibi göstererek/düşünerek oyun oynayabilirler. Mesela oyuncak bebeğine anne ya da çocuk rolü verebilirler.
- 4) Günlük olayları anlatabilirler ve geçmişte olan olayları ve eylemleri taklit edebilirler.
- 5) Birkaç yüz kelimelik bir hazneye sahiptirler. İki-üç kelimelik cümleler kurabilir ve kelimeleri tekrarlayabilirler.
- 6) Kısa süreliğine de olsa hikâye dinleyebilirler.
- 7) Gerçek insan ve objeleri temsil eden resim ve görüntüleri anlarlar.
- 8) Zaman kavramı tam olarak oluşmamıştır; dün, bugün ve yarın kavramlarını karıştırırlar.
- 9) Genellikle dikkat süreleri oldukça kısadır ve dikkatleri çok çabuk dağılır.
- 10) Kuralları hatırlamaya başlarlar, doğru-yanlış kavramlarını henüz tam olarak anlayamazlar.

## SOSYAL BECERİLER

- 1) Kendilerinin ayrı bir birey olduğuna dair güçlü bir anlayış geliştirirler.
- 2) Kendilerini dünyanın merkezinde görürler.
- 3) Bağımsızlık belirtileri göstermeye başlarlar, inatçı ve muhalefet olurlar, yetişkinlere "HAYIR" derler.
- 4) Güçlü bir alan kavramıyla birlikte oldukça sahiplenicidirler. "Bu benim!" Paylaşmakta zorluk çekerler.
- 5) Beklemede zorluk çekerler ve istedikleri hemen olsun isterler.
- 6) Duygularını kelimelerle anlatmakta zorlanırlar; engellendiklerinde ya da sinirlendiklerinde öfke nöbetleri geçirirler ya da istediklerini elde etmek için vurup, tekme atarlar.
- 7) Çoğunlukla başkaları ile işbirliği ile değil de onlarla beraber/yan yana oynarlar.
- 8) Diğer insanların kendilerinden bazı beklentileri olduğunu anlamaya başlarlar.
- 9) Diğerlerinin duyguları konusundaki farkındalıkları artar; yetişkinlerin ilgisinden hoşlanırlar.
- 10) Duygularını kendi kurguladıkları oyunlar aracılığı ile dışa vururlar.

## EBEVEYNLERE ÖNERİLER

- 1) Bu yaşlardaki çocuklar eşyalarını paylaşmaktan ve beklemekten hoşlanmazlar.
- 2) Oyuncakları için tartışmaları engellemenin en iyi yolu farklı başka oyuncaklar almaktır.
- 3) Bu yaştaki çocuklar her zaman bir şeylerle meşguldürler ve uzun süre aynı şeyle uğraşamazlar. Onlardan sizin desteğiniz ya da ilginiz olmadan her hangi bir yerde (ev, market vs.) ya da ortamda (akşam yemeği gibi), aynı oyuncakla veya arkadaşıyla oynadıklarında yarım saatten fazla mutlu olmalarını beklemeyin.
- 4) Çocuklar oyuncak yüzünden kavga ettiklerinde, onlara olumlu ve şiddet içermeyen çözüm yolları bulmaları için yardımcı olun. Örneğin;
  - a) Başka bir oyuncak verin ya da tartışmaya neden olan oyuncakçı ortadan kaldırın.
  - b) Eğer bu işe yaramazsa çocukların ilgisini başka yöne çekin ya da çocukları başka bir yere götürün. Başkalarını incitmenin ya da onlara zarar vermenin hiçbir zaman kabul edilemeyeceğini açık bir biçimde belirtin.
  - c) Tartışmaları çözerken olayı anlatacak kelimeler kullanması konusunda çocuğunuza yardımcı olun. Örneğin; "sen arabayla oynamak istiyorsun fakat şimdi Şule arabayla oynuyor. O halde Şule'ye arabayla oynamak istediğini söyle."
  - d) Öfke nöbetleri bu yaşlarda normaldir fakat ortaya çıkarsa:
    - Sakin olun, çocuğunuzu sakinleştirmek veya dikkatini dağıtmak için güzel birkaç söz söyleyin.
    - Çocuğunuza bağırmayın ve kesinlikle vurmayın.
    - Öfke nöbeti sırasında konuşmaya veya akıl vermeye/öğüt vermeye kalkışmayın.
    - Fazla ilgi göstermeyin ya da mümkünse görmezden gelin.
    - Çocuğunuzun dikkatini başka yöne çekmeye çalışın.
    - İstikrarlı davranın, öfke nöbetlerine ödün vermeyin, asla bir öfke nöbetini ödüllendirecek şeyler yapmayın.
    - Nedenlerini anlamaya çalışın.
      - Yetişkinler çocukların güvenliğini ve duygusal durumlarını ilgilendiren durumlarda "HAYIR" diyebilmelidirler. Diğer durumlarda ise seçenekler sunulabilir.



## ZİHİNSEL BECERİLER

- Nesnelere, insanlar ve olayları görmeseler dahi zihinlerinde tasavvur edebilirler.
- Önceki döneme göre daha az olsa da hala dünyanın merkezinde olduklarını düşünürler ve olayları başkalarının bakış açısıyla görmekte zorlanırlar.
- Deneyimlerini paylaşma, duygu ve düşüncelerini ifade etmede kelimeleri daha yetkin kullanırlar.
- Geçmişte olan olayları düşünebilirler.
- İleriye dönük düşünmeye ve eylemlerini planlamaya başlarlar. Çok karışık olmayan eylemlerin fiziksel sonuçlarını tahmin edebilirler.
- Gördükleri nesnelere, onların gerçekte nasıl olduklarını anlayabilirler. Örneğin peluş bir köpeğin gerçek köpek olmadığını bilirler.
- Neden-sonuç ilişkisini görmeye başlarlar (eğer böyle yaparsam şu olur gibi).
- Niçin, nasıl ve ne zaman sorularını sürekli sorarlar.
- Gözlem yaparak, taklit ederek, keşfederek veya yaparak öğrenirler.
- Kahvaltının öğle yemeğinden önce, öğle yemeğinin akşam yemeğinden önce vs. olduğunu bilirler.
- Önce-sonra, yukarı-aşağı, üstünde-altında, dün, bugün ve yarın kavramlarını anlamaya başlarlar.
- Yetişkin eşliğinde bile olsa çok uzun süre aynı oyunu oynayamazlar veya aynı şeyi yapamazlar, çok çabuk sıkılırlar.

## Görmek istediğiniz davranışı sergileyin



# 3-5 YAŞ ÇOCUKLARININ GELİŞİMSEL ÖZELLİKLERİ

## SOSYAL BECERİLER

- 1) Başka insanların duygularını anlayabilir ve yorumlayabilirler; birisi kızdığına ya da hayal kırıklığına uğradığına bunu bilirler.
- 2) Merhamet, hırs, minnet gibi soyut kavramları anlamazlar.
- 3) Kendi duygularını kontrol ederken farklı davranışlar sergilerler; gözlerini ve kulaklarını kapatırlar, ortamdan uzaklaşırlar veya bazen de kendilerini rahatsız eden duruma karşı tepkisiz kalırlar.
- 4) Arkadaşlar çok önemli olmaya başladığı için samimi dostluklar geliştirebilirler.
- 5) Nasıl oynarlar?
  - 3 yaşındaki çocuklar genelde arkadaşlarıyla beraber oynarlar fakat eşyalarını paylaşma ve sıra bekleme konusunda zorluk çekerler.
  - 4 yaşındaki çocuklar ise yavaş yavaş işbirliğine dayalı oyunlar oynamaya başlarlar, paylaşmak hala zor olsa da sırayla oyun oynama ve eşyalarını başkalarına sunma davranışları gelişmektedir.
  - 5 yaş çocukları başka çocuklarla oynamaktan hoşlanırlar, işbirliği içinde oynarlar ve özel arkadaşları vardır.
- 6) Eskiye nazaran daha az fiziksel saldırı kullanırlar.
- 7) Tehdit, hakaret, diğer çocuklarla dalga geçme gibi sözel saldırı öğelerini daha çok kullanırlar. Zorbalık görülebilir: reddetmenin gücünü anlarlar.
- 8) Sosyal kuralları anlarlar ve bu kurallara göre davranabilirler.
- 9) Bazı sorumlulukları alma konusunda heveslidirler, yardım teklifinde bulunurlar.
- 10) Yaptıklarının sonucunda övgü alacaklarını ya da ayıplanacaklarını bilirler.
- 11) Amaca yönelik ve kazara olan şeyler arasındaki farkı anlamaya başlarlar; hata yapan kişinin niyetinden çok sonuca odaklanırlar.
- 12) 4 yaşlarında etnik kimliklerini ve toplum içinde nasıl algılandıklarını fark etmeye başlarlar.
- 13) Hayal güçleri oldukça gelişmiştir, kendi başlarına gelebilecek korkunç şeyleri hayal edebilir ve korkuya kapılabilirler, kâbuslar başlayabilir.



## 3-5 YAŞ ÇOCUKLARININ GELİŞİMSEL ÖZELLİKLERİ

### Duyguyu isimlendirin



<http://okulweb.meb.gov.tr/49/02/886749/bulten/nisan.htm>

### EBEVEYNLERE ÖNERİLER

- Çocuklarınıza kızdıklarında ya da üzgün olduklarında bu duygularını kelimelerle nasıl ifade edebileceklerini öğretin. Mesela, "şu anda çok üzgünsün çünkü büyükbaban gitti" gibi.
- Çocuklarınızdan yüz mimiklerini kullanarak kızgınlık, üzüntü, sinirlilik, mutluluk ve şaşkınlık gibi duyguları göstermelerini isteyin ve insanların hangi durumlarda bu duyguları hissettiklerini anlatın.
- Çocuklarınıza kendi kızgınlık duyguları ile ilgili resim çizdirin ve bunun hakkında konuşun.
- Çocuklarınıza yapabilecekleri sorumluluklar verin; oyuncaklarını ve kitaplarını toplama, alışveriş listesini yapma, başkalarına haber gönderme, bir hikâyenin sonunu tamamlama gibi.
- Gerçek ve hayali olan arasındaki farkı anlatarak hayali korkularının üstesinden gelmelerine yardımcı olun.
- Çocuklarınızı gerçek korkular yaratacak ortamlardan/durumlardan olabildiğince uzak tutun; örneğin, evde ya da komşularınızın evlerinde ortaya çıkan şiddet olaylarına şahit olma, televizyonda şiddet içeren programlar izleme ve fiziksel ceza alma gibi.
- Bir kavga olduğu zaman:
  - Öncelikle kavgayı durdurun ve yaralanan çocuğu sakinleştirmeye çalışın.
  - Saldıran çocuğun sakinleşmesi için ona zaman tanıyın (her yaş için en fazla 1 dk.)
  - Her iki çocukta sakinleştiğinde onlarla konuşun ve "ne oldu" diye sorun. Her birinin duygularını ifade etmelerini sağlayın. Çözüm konusunda düşüncelerini isteyin, kızmanın veya öfkelenmenin doğal bir duygu olduğunu fakat birbirlerine zarar vermenin kabul edilemez olduğunu açık bir biçimde belirtin.
  - Çözüme yönelik düşündükleri için onları övün. Davranışlarını onaylamasanız bile onları sevdiğinizi ve onlarla ilgilendiğinizi göstermeyi ihmal etmeyin.





Bugün kendini nasıl hissediyordun? Çok küçükken sadece iyi ya da kötü olduğunu anlayabiliydin. O nedenle acıkınca ya da karnın ağrıdığında ağlardın. Artık büyüdün ve acıkınca ağlamıyorsun, çünkü biliyorsun ki bir şey yediğin zaman açlık duygusu yok oluyor.

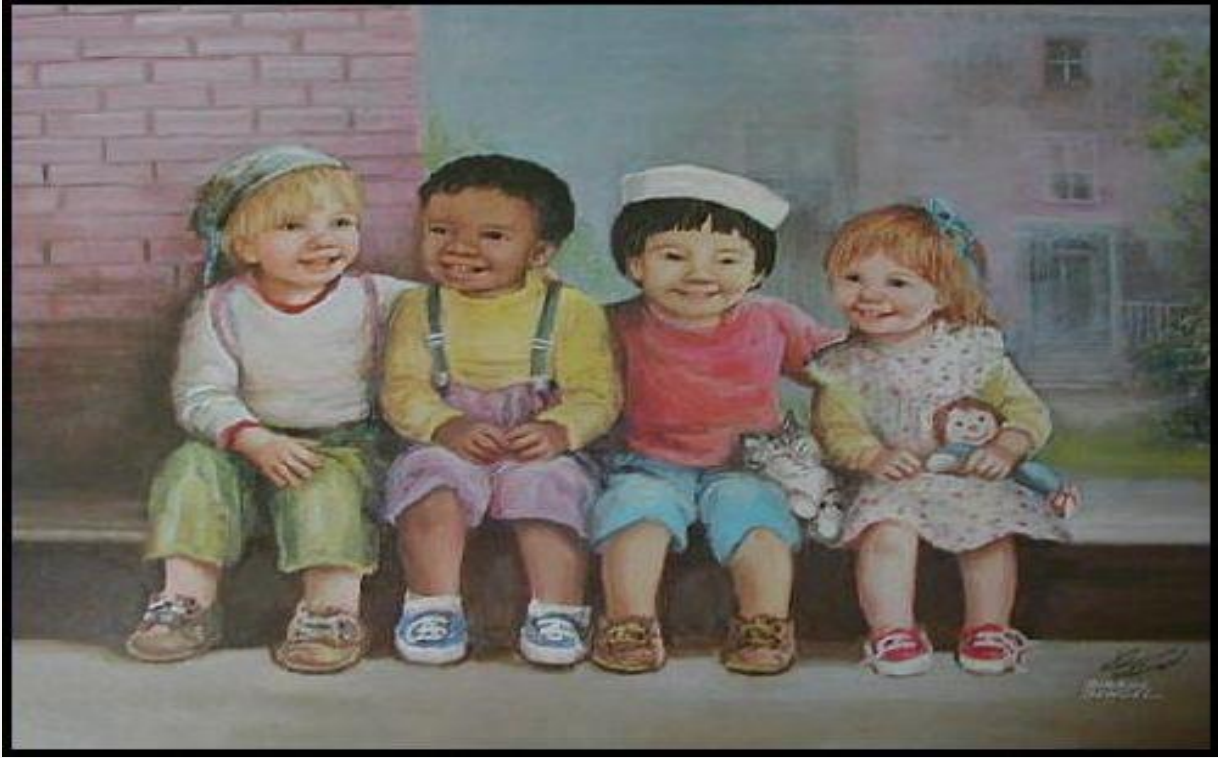
Büyüdükçe duygularını daha iyi öğreneceksin; çünkü büyümek, her gün yeni şeyler öğrendiğin büyük bir serüvendir.



<http://www.tubitak.gov.tr/sid/232/cid/18403/index.htm>

## ZİHİNSEL BECERİLER

- 1) Başkalarının bakış açılarını ve diğerlerinin farklı düşüncelere sahip olabileceğini anlamaya başlarlar.
- 2) Aynı anda bir problemin farklı yönleri üzerine odaklanabilirler.
- 3) Yaptıkları işlere uzun süre dikkatlerini verebilirler.
- 4) Henüz bir yetişkin kadar olmasa da problem çözme becerileri artmıştır.
- 5) Harekete geçmeden önce basit planlar yapabilirler. Örneğin oyun oynamak için bir araya geldiklerinde ne oynayacakları konusunda planlar yaparlar.
- 6) Zaman kavramını ve haftanın günlerini daha net anlamaya başlarlar. Örneğin 8 yaşındaki bir çocuk art arda olan olayları oluş sırasına göre düzenleyebilir.
- 7) Kısa ve uzun süreli bellek gelişmiştir.
- 8) Okuyup-yazabilirler. 8 yaşında bir çocuk 20.000 kelimelik bir hafızaya sahiptir ve her gün ortalama 20 yeni kelime öğrenebilir ve bir kelimenin farklı anlamlara gelebileceğini bilirler.
- 9) Başkalarıyla daha uzun ve sağlıklı iletişim kurabilir, kendilerini ifade edebilir ve olayları anlayabilirler.
- 10) Ahlaki davranış kurallarını daha iyi anlar ve içselleştirirler (doğru-yanlış, iyi-kötü, muhteşem-korkunç gibi).
- 11) Hak etmekle ilgili olarak adalet duygusu gelişmeye başlar; kim daha çok çalışırsa özel muameleyi hak eder gibi.
- 12) Diğerlerini empati yaparak anlayabilir ve kabul edebilirler, ihtiyacı olan insanlarla özel olarak ilgilenilmesi gerektiğini bilirler.



### SOSYAL BECERİLER

- 1) Kendilerini fiziksel görünüşleri, okuldaki başarıları ve arkadaş edinebilme becerilerine göre değerlendirebilirler.
- 2) Aynı anda farklı iki duyguyu yaşayabilirler. Örneğin Ayşe'den hoşlanıyorum ama benimle konuşma tarzını sevmiyorum.
- 3) Çoğunlukla akranları ve hemcinsleri ile oynamayı tercih ederler. Uzlaşmaya, karşılıklı güvene ve benzer deneyimlerin paylaşılmasına dayalı arkadaşlıklar geliştirirler.
- 4) Gruba aidiyet duygusu ve kabul edilme oldukça önemlidir.
- 5) Oyunları artık sadece hayal ürünü oyunlar değildir. Çoğunlukla kuralların önemli olduğu oyunları tercih ederler ve oyunda galip gelme amacı önceliklidir.
- 6) Adil olma ve tarafsızlık konusunda oldukça hassastırlar; adil ve eşit olmak çok önemlidir, bazı çocuklar intikam almayı deneyebilir ve sözel ya da fiziksel olarak saldırgan davranışlar sergileyebilirler.
- 7) Merhamet ve empati gibi sosyal duygular gelişmeye devam eder.
- 8) Kendi kendine bir şeyler yapma konusunda daha yetkin hale gelirler dolayısıyla ebeveynleri ile olan ilişkileri de değişmeye başlar.

## EBEVEYNLERE ÖNERİLER

- 1) Çocuğunuzun yeterlilik duygusunu geliştirmesine yardım edin. Kızınızın/oğlunuzun yemek pişirme, modeller inşa etme, gemi-uçak maketleri yapma, bir müzik aleti çalma gibi beceriler geliştirmesine olanak sağlayın.
- 2) Çocuğunuzun hayatının kontrolünü yavaş yavaş onunla paylaşmayı öğrenin.
- 3) Doğrular, yanlışlar ve davranışların olası sonuçlarını anlaması konusunda onu destekleyin.
- 4) Çocuğunuza problem çözme yollarını öğretin. Bunu yaparken aşağıdaki modeli kullanabilirsiniz:
  - a. Problemi ve durum karşısında hissedilen duyguları tanımlayın. Örneğin çocuğunuz zorbalığa maruz kaldı ve okula gitmekten korkuyor (problem zorbalık, duygu ise korkudur ç.n.).
  - b. Çocuğunuzla birlikte şiddet içermeyen çözüm yollarını belirleyin.
  - c. Her olası çözümü uygulanabilirliğine göre değerlendirin.
  - d. Seçilen en iyi çözümü uygulamaya geçirin.
  - e. Çocuğunuzla birlikte bu olayı çözerken ne yaptığınızı gözden geçirin.
- 5) Gerçek yaşam olaylarını kullanarak (ailenizde olmuş ya da hayali bir olay olabilir) çocuğunuzla birlikte olduğunuz zamanlarda (evde, arabada, otobüste vb.) yukarıdaki modeli uygulayın. Hayali bir olay anlatabilirsiniz. Örneğin "ödevini yapmadığı için televizyon izlememe cezası alan bir çocuk çok sinirlendi ve kumandayı yere atarak kırdı."
- 6) Çocuğunuzdan bebek bakımı, ihtiyacı olanlara yardım toplama gibi konularda yardım isteyerek ona empati, işbirliği ve paylaşma gibi sosyal beceriler edinmesi konusunda destek olun.
- 7) Çocuğunuzla şansa dayalı çeşitli oyunlar oynayarak kuralları anlamasını sağlayın.
- 8) Çocuğunuzun sizi duyabileceği bir ses tonuyla herhangi bir problem ve çözümü konusunda kendi kendinize mırıldanın. Örneğin "süt, ekme ve meyve kalmamış. Kendimi hiç iyi hissetmiyorum, babanı arayıp eve dönerken marketten bunları almasını isteyeceğim" gibi.
- 9) Davranışların ve eylemlerin insanlar için çeşitli sonuçlar ortaya çıkardığını gösterin. Mesela "eğer böyle yaparsan bu olur ya da bunu yaptığında bununla karşılaşırın gibi."

## Cezalandırma yerine başka seçenekler

Bunun yerine...



Yardımcı olabileceği bir yol gösterin

