



# ALMANYA REHBERLİK BÜLTENİ

berlinem.meb.gov.tr | karlsruhe.meb.gov.tr



## ÇOCUKLARIN GELİŞİM DÖNEMİ ÖZELLİKLERİ-1 (0-2 YAŞ)



### BU SAYIMIZDA

- Çocuğumuzun gelişim özellikleri hakkında doğru bilgiye sahip miyiz?
- 2 yaş krizi ile nasıl başa çıkabiliriz?
- Tuvalet eğitimi sürecinde neler yapmalıyız?

Değerli Veliler,  
Sevgili Öğrenciler,

Berlin Eğitim Müşavirliği ve Karlsruhe Eğitim Ataşeliği'nin koordinasyonu ile uzman öğretmenlerden oluşan yayın kurulumuz tarafından hazırlanan Almanya Rehberlik Bülteni'nin sekizinci sayısını takdim ediyoruz.

Bu sayıda Çocukların Gelişim Dönemi Özellikleri ele alınmaktadır. Bu sayının hazırlanmasında emeği geçen öğretmenlerimize teşekkür eder; bültenin veli, öğrenci ve konuya ilgi duyan tüm vatandaşlarımıza faydalı olması dileğiyle keyifli okumalar dileriz.

Prof. Dr. Cemal Yıldız  
Yayın Kurulu Başkanı

## ÇOCUKLUK ÇAĞI GELİŞİM DÖNEMLERİ VE ÖZELLİKLERİ

Gelişim; kişinin doğum öncesinden başlayarak bedensel, zihinsel, dilsel, duygusal ve sosyal yönden (büyüme, olgunlaşma ve öğrenmenin etkileşimiyle) son aşamasına ulaşınca kadar sürekli ilerleme kaydeden değişimdir.

Örneğin; çocuk kas ve kemikleri yeterli olgunluğa erişip tırmanmasını öğrendiğinde ağaca tırmanabilir. Gelişim kavramı çoğumuz tarafından büyüme kavramı ile karıştırılmaktadır. İkisi birbirine bağlı ancak farklı kavramlardır.

Gelişim; bireyin öğrenmesi, anlaması, duyması, konuşması, etrafıyla ve kendisiyle ilişkileri, yürümesi, el kol hareketleri, oyunları gibi özelliklerini kapsar, büyüme ise nicelik (sayı, boy, kilo) olarak artışı ifade eder.



İnsan gelişimi anne karnından başlayarak yaşamın sonuna dek devam eden bir süreçtir. Gelişim dönemlerindeki yaşlar, değişik kaynaklara göre farklılık gösterir.

- ▶ Bebeklik dönemi ( 0-2 yaş )
- ▶ İlk çocukluk (oyun) dönemi (3-6 yaş )
- ▶ İkinci çocukluk (ilkokul ) dönemi (7-11 yaş )
- ▶ Ergenlik dönemi (12-18 yaş )

### BEBEKLIK DÖNEMİ (0-2 YAŞ)

Bebeklik dönemi çocukların en hızlı büyüüp geliştikleri dönemdir. Çocuğun her yönden sağlıklı büyüebilmesi bu ilk yıllarda gösterilecek özene bağlıdır. Bu dönemdeki çocuklar bedensel (kas ve kemik) gelişimlerinin bir uzantısı olarak kendi başlarına hareket edebilmek, yürümeyi öğrenmek durumundadır.

Böylelikle bebek anneye bağımlı olmaktan kurtulur ve dünyayı keşfe çıkabilir. Yürümeyi öğrenme 9 ay civarında ayakta durma çalışmalarlarıyla başlar ve 2 yaş civarında yürümede ustalaşma biçimini alır.



Kemiklerdeki en hızlı gelişme yaşamın ilk yılı içinde görülür. Daha sonra ergenlik dönemine kadar gelişme hızında bir düşme ortaya çıkar. Bebek, dünyaya gelir gelmez zihinsel ve ruhsal olarak da gelişmeye başlar. Bu dönemde alıcıdır. Duyduğu, gördüğü, dokunduğu her şeyden duyumlar alır, algılar edinir ve bunları biriktirerek belleğine yerleştirir. Zamanı gelince de bu bilgileri kullanmaya başlar. Bebek ilk aylarında her açıdan annesine bağımlıdır. Dünyaya geldiğinde dişleri yoktur, bu yüzden anne sütü ile beslenir. Dişlerinin çıkmaya başlamasıyla birlikte katı yiyecekleri yemeyi öğrenir. Böylece anne sütünün yerini diğer yiyecekler almaya başlar.

**Bebeklik dönemi çocukların en hızlı büyüüp geliştikleri dönemdir.**

Bebek kazanmak durumunda olduğu diğer bir davranış da konuşmaktır. Doğuşta sadece bakışları ile iletişim kurabilen bebek, agulama ile başlayan dil gelişimini iki yıl içinde 3 kelimelik cümlelere dönüştürebilir. Dili 3 yaşında iletişim için oldukça usta bir biçimde kullanabilir. Bu dönemin sonlarında 2 yaş krizleri görülebilir.

**2 yaş krizinin nedenleri nelerdir?**

Yaklaşık 1 yaş civarına geldiğinde yürümeye başlayan çocuk, 2 yaşına yaklaştığında koşma, zıplama, merdiven çıkma gibi daha üst seviye hareketleri yapabilmeye başlamıştır. Aynı süreçlerde anlama ve tekrarlama ile başlayan konuşma da daha belirgin hale gelmiştir. Bu durum yaşamı kolaylaştıracağı yerde daha da zorlaştırmaktadır.

Zihin gelişimi beden gelişiminden daha ileride olduğu için yapabildiğinden çok daha fazlasını ifade edebilmekte ve yapmak istemektedir. Bu durum çocuk üzerinde stres yaratır.

Bebek kendi kendine bardağını taşımak, yemeğini yemek, dolabın kapağını açıp kapatmak gibi talepleri olacak, bu taleplerini gerçekleştirmesi ebeveynleri tarafından engellenince de agresif bir tutum takınacaklardır.

## İki yaş krizini tetikleyen faktörler nelerdir?



İki yaş krizi genelde ebeveynler tarafından tetiklenmektedir.

### Fazla taklit

Çocuk davranışlarını taklitte ve etrafını çok seri bir şekilde inceleyerek öğrenir. Yetişkinler bu nedenle olaylar karşısında gösterdikleri tepkilere dikkat etmelidirler. Hoş olmayan bir durumla karşılaşıldığında bağırma, kapıları çarpma, ağlama gibi davranışları gözlemleyen çocuklar benzer davranışlar gösterme eğiliminde olacaktır.

### Fazla kontrol ve fazla hayır

Kendine güvenin oluşmaya başladığı bu dönemde çocuğun peşinde sürekli gezmek, soru sormak ve kontrol etmek çocuğun kendisini baskılanmış hissetmesine neden olacaktır. Bağımsız olarak dolaşabilmekte olduğu ve bu nedenle daha özgür olmak istediğinden uzaktan , gözle kontrol edilmesi tercih edilmelidir.



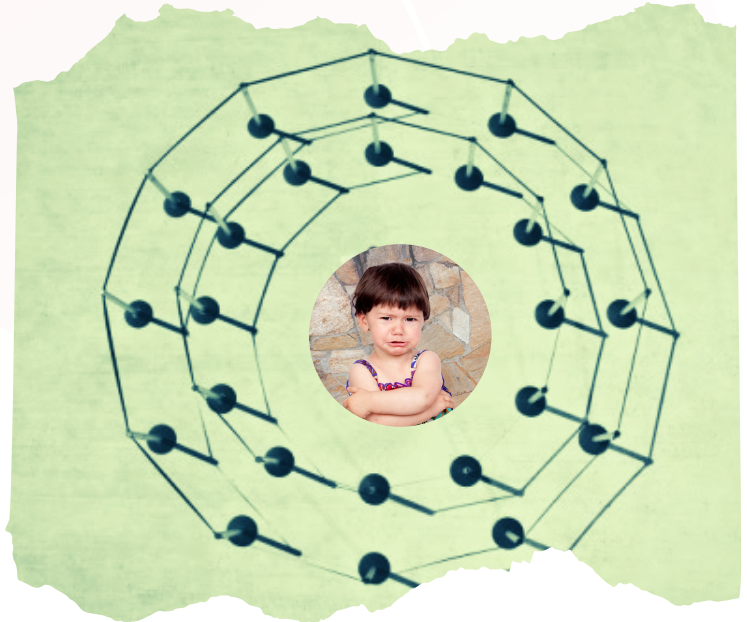
**Çocuğa sınır koymak kadar dengesini sağlamak da gereklidir.**

Çoğu durumda nesnelere sadece dokunmak veya yakından görmek merakını gidermeye yeterli olabilir. Çocuğun davranışlarına sürekli müdahale edilmesi, tüm davranışların neden olacak devamlı “hayır”la durdurulması, gerekli olmamasına rağmen hareketlerinin engellenmesi çocuğun öfkelenmesine neden olacak, bir süre sonra uyaran kişiye karşı itaat ve ciddiyetini azaltacaktır.

### Fazla sınır

Korumak ve düzen sağlamak için sürekli kişisel sınırlar çizilmesi ve sınırların sürekli ebeveynlerin elinde olması çocuğun hoşuna gitmez. Artık kendi istekleri ve kararları vardır.

Bu istekler sürekli ebeveynlerin “yapma” engellemelerine maruz kalır. Çocuğa sınır koymak kadar dengesini sağlamak da gereklidir. Diğer şekilde sınırlar tüm aileye sıkıntı yaşatmaya başlar. Konulan sınırlara tam olarak itaat etmesini beklemek iyimser ve aslında tercih edilmeyen bir durumdur. Örneğin, çocuğumuzun keşfetme ve deneyimleme çağında riskli olabilecek merdivenlerden inip çıkma çabasını yasaklamak yerine bu davranışında onun yanında yer alıp ona destek olabiliriz.



## Kriz durumlarını nasıl yönetebilirim?



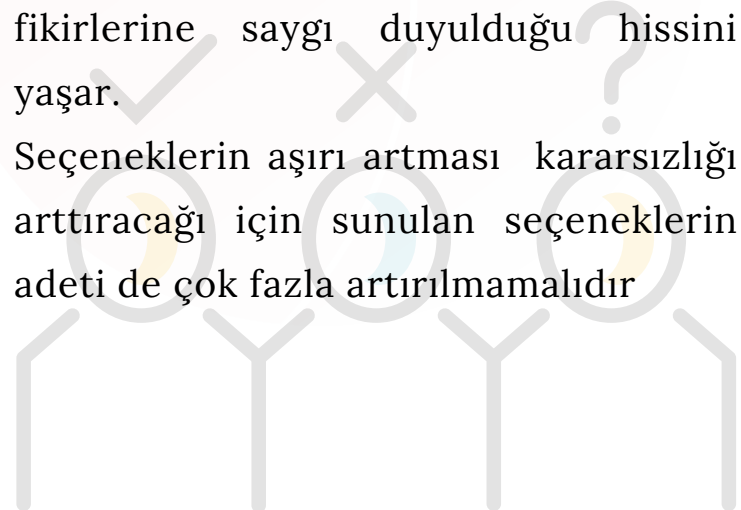
### Olumluyu fark etmek

Çocuğun olumlu davranışlarının farkına varıp olumlu geri bildirimlerle takdir ve teşekkür etmek gerekir. Basit konularda ebeveyne yardıma teşvik edilmesi ve yardım sonunda küçük bir teşekkür cümlesi yeterli olacaktır.



### Seçenekler sunmak

Sorun oluşmadan çocuğa seçenekler sunmak, çocuğun davranışlarını kontrol altına almak için gereklidir. Böylece seçim yapma tatmini ve fikirlerine saygı duyulduğu hissini yaşar. Seçeneklerin aşırı artması kararsızlığı arttıracığı için sunulan seçeneklerin adeti de çok fazla arttırılmamalıdır





## İstikrarlı olmak

İstikrarlı olmak tüm davranış problemlerinde ailenin üzerine düşen görevlerden biridir.

Anne-baba net, kararlı ve istikrarlı olmalı ve çocuğa karşı ortak tavır takınmalıdır. Çocuk bu kararlılığı gördükçe ısrarcı olmaktan vazgeçecektir. Mümkün olduğunca “bu seferlik, bir kerelik vb.” ifadeleri kullanmaktan kaçınılmalıdır.

## Kriz anında müdahale etmemek

Ağlama, bağırma, kendini yere atma gibi davranışlar karşısında o an müdahale edilmemeli ve kriz anının hafiflemesi beklenmelidir. Ders vermek için ağlama nöbeti uygun bir zamanlama değildir, bunun için daha olumlu durumdaki zamanlar tercih edilmelidir. Ağlama veya bağırma ile çocuğun enerjisinin boşalmasını beklemek doğru olacaktır. Topluluk içinde bağırıp ağlayan çocuğun daha rahat iletişim kurulabilecek tenha bir yere götürülmesi ve orada sakinleşmesi beklenmelidir.

## İnatlaşmamak

Çocukla inatlaşmak bizi bir yere götürmeyeceği gibi aksine durumu daha da kötü bir hale

getirir. Restleşip inat etmek çocukta bulunduğu durumu koruma arzusu uyandırır. Yetişkin inatlaşmak yerine çözümü arttırıp sorunu azaltır. Her inatlaşmanın sonunda bir kazanan olacağı için burada odaklanılması gereken nokta kazanmak değil, uzlaşmak olmalıdır.



## Anlamaya çalışmak



Çocukların dünyası yetişkinlerin dünyasından farklı olduğu için onları anlamak oldukça emek gerektirecektir. Kendini istediği gibi ve istediği kadar ifade edemeyen çocuk için yaşanan bu durumlar “anlaşılmasıyla” azalacaktır. “Yanımdayım, seninleyim” mesajı onu rahatlatacaktır.



## Görmezden gelmeye çalışın

Çocuklar bazı davranışları fark edilmek için yaparlar. Pek çok davranış (olumlu veya olumsuz) sık sık uyarıldıkça dikkat çektiğini düşündüğü için daha da belirginleşecektir. Kriz anında kendisine veya çevresine zarar vermiyorsa mümkün olduğu kadar görmezden gelinmesi yararlıdır. Bu şekilde hem tepkileri ile dikkat çekemediği için devam ettirme isteği duymaz hem de rahatlamış olur.

Burada en önemli nokta görmezden gelinenin çocuk değil, davranış olduğudur. Çocuk asla kendisinin önemsenmediğini düşünmemelidir.

**Çocuk asla kendisinin önemsenmediğini düşünmemelidir.**

## Konuşmak

İletişim her koşulda çözüm yollarının başlangıcıdır. Çocuk kaç yaşında olursa olsun onunla konuşulmalıdır. Dinlemez ve umursamaz gibi görünse de değer verildiğini anlayan çocuk işbirliğine daha açık olacaktır.



## Tuvalet Eğitimi

Bebeklerin kazanmak durumunda kaldıkları diğer bir davranış da tuvalet eğitimi yoluyla dışkı kontrolüdür. Bebek doğduğunda bedensel atıklarını denetleyemez; hatta ilk yıl içinde rahat dışkılması ruh sağlığının bir göstergesi sayılır. Ancak 2 yaşına doğru biyolojik gelişime paralel olarak kaslarına hakim olabilir ve dışkısını kontrol etmesi beklenir. Çocuk dışkısını istediğinde tutabilmeli, istediğinde bırakabilmelidir. Tutamadığı ya da bırakamadığı zaman bir sorun vardır.



## Çocuğuma tuvalet eğitimi ne zaman ve nasıl vermeliyim?

Bir çocuğun tuvaletinin geldiğine dair işaretleri anlaması, zamanında tuvalete gidebilmesi, tuvaletini ve temizliğini yapmayı öğrenmesi, bir eğitim ve olgunluk sonucunda oluşur. Başarılı tuvalet eğitimi çocuğun ve anne babanın hazır oluş seviyeleri ile doğrudan ilgilidir.

Çocuğun tuvalet eğitimine hazır olup olmadığının anlaşılması için anne baba aşağıdaki sorulara cevap vermelidir.

- ➔ Çocuk mesane gelişimi itibarıyla buna hazır mı?
- ➔ Çocuk belli bir süre kuru kalabiliyor mu? 2-3 saatte bir bez açıldığında kuru olduğu görülüyor mu?
- ➔ Tuvaletini bezine yaptığında rahatsız oluyor mu?
- ➔ Tuvalet ihtiyacı geldiğinde bunu duruşuyla, mimikleriyle ya da sözleriyle ifade edebiliyor mu? Mesela tuvaletini özel bir yere gidip mi yapıyor? Çocuğun bedensel gelişimi uygun mu?

➔ Göz ve el hareketlerini eş zamanlı olarak düzenleyebiliyor mu? Örneğin lego parçalarını takıp sökebiliyor mu?

➔ Kıyafetlerini çıkartabiliyor mu? Pantolon ya da külotunu çekebiliyor mu?

➔ Ellerini yıkayabiliyor mu? Çocuğun zihinsel gelişimi yeterli mi?

➔ Yüzündeki organları gösterebiliyor mu?

## Tuvalet eğitimi verirken

Anne baba çocuklarının tuvalet eğitimi konusunda kaygılarını yendikten sonra çocuklarını eğitmeye başlamalıdır. Çocuğun doğumundan o güne kadar başardıklarına (oturma, yürüme, konuşmaya başlama vb.) odaklanılmalıdır. Tuvalet eğitimi başarılıp arkada bırakılacak küçük hedeflerden biri olarak görülmelidir. Anne-baba her çocuk gibi kendi çocuklarının da bir biçimde tuvalet alışkanlığını edineceğini kabul etmelidir.

➔ Oturağa (ya da çocuk klozet kapağı ile klozete) oturmak sabah-akşam yapılan rutin işlerden biri olmalıdır. Sabahları giyinmeden önce, akşam yemekten sonra, yatmadan önce belli bir zaman oturağa ayrılmalıdır. Ancak çocuk zorlanmamalı, uzun ve sıkıcı oturak deneyimlerinden uzak durulmalıdır. Başlangıçta çocukla tuvalet eğitimi hakkında kısaca konuşulmalıdır.

➔ Bez çıkartıldıktan sonra ilk birkaç gün çocuk sık aralıklarla tuvalete götürülmelidir. Daha sonraki zamanlarda çocuk uyku öncesinde tuvalete götürülmelidir.





Tuvaletini yaptığında ödüllendirilmelidir. Örneğin;

“Tuvaletini yapınca sifonu sen çekeceksin.”, “Ellerini yıkadıktan sonra

şu oyuncakını da

yıkayabilirsin.”, “Aferin, başardın.” gibi

sözler söylenebilir. Alkışlamak,

sarılmak vb. yöntemler kullanılabilir.

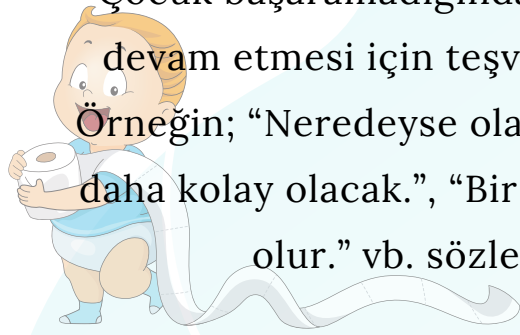
Çocuk başaramadığında denemelere

devam etmesi için teşvik edilmelidir.

Örneğin; “Neredeyse olacaktı.”, “Yarın

daha kolay olacak.”, “Bir dahaki sefere

olur.” vb. sözler söylenebilir.



#### KAYNAKÇA :

- 1.Bozkurt, Özge Selçuk. (2018), Çocuğumla Evdeyim- Ay ay gelişim takibi (12-24 ay) Pedagojik öneriler ve gelişimine uygun oyunlar, Net Kitap, İstanbul.
- 2.Yavuzer, Haluk. (2007), Çocuğu Tanımak ve Anlamak, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- 3.Kasrat B. (2016) Çocuk yetiştirmede psikolojik taktikler kitabı. Mikado Yayıncılık.
- 4.Aral N., Gülen B. (2011), Çocuk Gelişimi, Ya-Pa Yayın, İstanbul.
- 5.Kılıççı,Y.(1990 ); Okulda Ruh Sağlığı. Şafak Matbaacılık - Ankara.
6. <https://www.bebegimveben.com/> (2021).

**Bu bülten, Türkiye Cumhuriyeti Berlin Eğitim Müşavirliği ve Karlsruhe Eğitim Ataşeliği koordinesinde Almanya'da görevli Psikolojik Danışmanlar ve Türkçe ve Türk Kültürü öğretmenlerinden oluşan yayın kurulu tarafından hazırlanmıştır.**

#### YAYIN KURULU

Başkan

Prof. Dr. Cemal YILDIZ

Berlin Eğitim Müşaviri

Başkan Vekili

Dr. Uğur ACAR

Karlsruhe Eğitim Ataşesi

Genel Sekreter

Ulaş ÖZKAHRAMAN

Berlin Eğitim Ataşeliği

Koordinatör

Hatice TURAN

Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

İçerik Hazırlama

Bahrinur POLAT

Berlin Eğitim Ataşeliği

Burcu İLERİ ÜNYELİ

Essen Eğitim Ataşeliği

Diğdem TEMEL GÜNDÜZ

Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

Gökçenur HAZİNEDAR ERBORA

Stuttgart Eğitim Ataşeliği

Günay YARDIMCI

Stuttgart Eğitim Ataşeliği

Hatice AKKAN

Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

İlknur KARACAOĞLU

Stuttgart Eğitim Ataşeliği

Leman AKSU

Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

Selin BELEN

Stuttgart Eğitim Ataşeliği

Sevgi MOĞULTAY KÜÇÜKSAKALLI

Stuttgart Eğitim Ataşeliği

Dil ve Anlatım Kontrolü

Dilek ATAY GENÇ

Berlin Eğitim Ataşeliği

Sevinç GÜNEŞ

Berlin Eğitim Ataşeliği

Tasarım

Asaf Ekin YEŞİL

Münih Eğitim Ataşeliği

Derya YEŞİLYURT

Stuttgart Eğitim Ataşeliği

Lamia Büşra YEŞİL

Münih Eğitim Ataşeliği

Mustafa YILMAZ

Karlsruhe Eğitim Ataşeliği

Sayı Sorumluları

İçerik: Günay YARDIMCI

Dil ve Anlatım: Sevinç GÜNEŞ

Tasarım: Mustafa YILMAZ

Yayın Sahibi

Berlin Eğitim Müşavirliği

Karlsruhe Eğitim Ataşeliği