

PROF. DR.

HALUK

YAVUZER

*Bedensel, zihinsel ve sosyal gelişimiyle*

ÇOCUĞUNUZUN

İLK

6

YILI



Remzi Kitabevi

**Çocuğunuzun  
İlk 6 Yılı**



PROF. DR. HALUK YAVUZER meslek yaşamına 1965 yılında başlamış, “Çocuk ve Gençlik Psikolojisi”ni uzmanlık alanı olarak seçmiştir. Öncülüğünde açılmış olan “Ana-Baba Okulları”nda, anne ve babaların eğitimi ve çocuklarıyla sağlıklı iletişim kurabilmeleri amaçlanmıştır.

1989 yılından beri 27 ilde açılan ve 20 bini aşan ana-babaya hizmet götüren bu etkinliğin yanı sıra Dr. Yavuzer, öğretmenlerin eğitimini amaçlayan “Öğretmen Sohbetleri”ni de yurt düzeyinde yayma çabasındadır.

Yavuzer, yayınlarının çoğunda, bilimsel bulguları hayata geçirecek ana-babaları çocuk eğitimi konusunda aydınlatmayı hedeflemiştir. Doktora sonrasında İngiltere’de alanıyla ilgili araştırmalar yapan Yavuzer’in, yurtiçi ve yurtdışında yayınlanmış çok sayıda bilimsel çalışması bulunmaktadır.

Yavuzer beş yıl süreyle Darüşşafaka Cemiyeti Yönetim Kurulu üyeliğinin yanı sıra fakültesini temsilen iki dönem İstanbul Üniversitesi Senatosu üyeliği, altı yıl Fakülte Yönetim Kurulu üyeliği, sekiz yıl da Üniversitelerarası Kurul, Eğitim Bilimleri ve Öğretmen Yetiştirme Doçentlik Temel Alan Danışma Komisyonu üyeliği yapmıştır. *Ana-Baba Okulu* ve *Evlilik Okulu* adlı kitapların editörlüğünü üstlenen Dr. Yavuzer, halen İstanbul Medipol Üniversitesi Çocuk Gelişimi Bölümü’nde öğretim üyesidir.

Çocukluk, yetişkinlik ve mesleğe giriş dönemine ilişkin anılarını *Taş Sektirirken Anıların Suyunda* (2011) adlı kitabında toplayan Yavuzer’in diğer yayınları şunlardır: *Çocuk ve Suç*, *Çocuk Psikolojisi*, *Ana-Baba ve Çocuk*, *Çocuk Eğitimi El Kitabı*, *Children Draw and Tell*, *Resimleriyle Çocuk*, *Çocuğunuzun İlk 6 Yılı*, *Okul Çağı Çocuğu*, *Çocuğu Tanımak ve Anlamak*, *Gençleri Anlamak*, *Anne Olmak*, *Yeni Kuşak Anne-Babalar ve Çocukları* (Haluk Yavuzer - İlkey Demir), *Mutlu Yaşamak*.

yavuzerhaluk@gmail.com

PROF. DR.  
Haluk Yavuzer

# *Çocuğunuzun İlk 6 Yılı*



Remzi Kitabevi

ÇOCUĞUNUZUN İLK 6 YILI / Prof. Dr. Haluk Yavuzer

*Sayfa ve kapak düzeni:* Ömer Erduran

*Çizimler:* Ertuğrul Edirne

*Kapak görselleri:* ©Oksana Kuzmina/tan4ikk, 123rf

© Remzi Kitabevi, 1997

Her hakkı saklıdır.

Bu yapıtın aynen ya da özet olarak  
hiçbir bölümü, telif hakkı sahibinin  
yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

Bu kitaptaki çizimler için Dr. Mary Sheridan'ın  
*From Birth to Five Years* isimli kitabından  
esinlenilmiştir.

ISBN 978-975-14-0614-9

BİRİNCİ BASIM: Aralık 1997

KIRK BİRİNCİ BASIM: Ekim 2024

*Kitabın bu basımı 2000 adet yapılmıştır.*

---

Remzi Kitabevi A.Ş., Akmerkez E3-14, 34337 Etiler-İstanbul  
Sertifika no: 10705

Tel (212) 282 2080 Faks (212) 282 2090  
www.remzi.com.tr post@remzi.com.tr

Baskı ve cilt: Seçil Ofset, 100. Yıl Mah. Matbaacılar Sitesi  
4. Cad. No: 77 Bağcılar-İstanbul  
Sertifika no: 44903 / Tel (212) 629 0615

*Beni sevgiyle yođurarak büyüten,  
"örnek insan", rahmetli annemin  
aziz hatırasına...*



# *İçindekiler*

Giriş.....	9
Doğum .....	11
Yeni Doğan (0-1 Ay) .....	15
1. Ay .....	29
3. Ay .....	43
6. Ay .....	55
9. Ay .....	71
12. Ay .....	89
18. Ay .....	107
2 Yaş .....	127
2.5 Yaş .....	153
Kardeş İlişkileri .....	165
3 Yaş .....	185
4 Yaş .....	201
5 Yaş .....	215
6 Yaş .....	225
Çocuğun İlk 6 Yılında Önemli 20 Oyuncak .....	235



## BU KİTABI NASIL KULLANABİLİRSİNİZ?

Öncelikle genel gelişim eğrilerinden yararlanarak hazırlanan bu kitap, gelişimi katı çizgilerle belirleyen “mutlak doğrular” kitabı olarak değerlendirilmemelidir. Kitapta “ortalama gelişim değerleri” esas alınmış olmasına rağmen, “bireysel gelişim eğrisi” çeşitli nedenlere bağlı olarak sapma gösterebilir. Bu nedenle eğer çocuğunuzun gelişim çizgisi bu gelişim evreleriyle örtüşmüyorsa, “her çocuğun kendine özgü bağımsız bir birey olabileceği” önkoşuluyla, kaygılanmadan çocuk hekiminize başvurun. Bu, sorun olmadığı zaman sizi bilgilendirerek rahatlatacak, sorun çıktığı takdirde erken müdahale şansını getirecektir. Şu akıldan çıkartılmamalıdır ki, diğer yönlerden gelişim normal olduğu takdirde çocuğun geç yürümesi, konuşması veya tuvalet eğitimindeki gecikme nadiren endişe yaratıcıdır.

Bu kitabı okurken, çocuğunuzun zihinsel, sosyal, dil ve beden gelişimini haftalık evreler halinde bir deftere yazmanız ve 18. aydan itibaren çocuğun yaptığı resimleri birtiktirmeniz, kitabın anlamını ve yardımını artıracaktır.

Kitabın yararlı olabilmesi için, özellikle “çocuğa yardımcı olma önerilerini” anne-baba olarak birlikte dikkatle okuyarak uygulayınız.

Sağlıklı, mutlu ve uyumlu gelecek kuşakların yetiştirilmesinde kitabın tüm anne-baba ve eğitimcilerle yararlı olmasını diliyorum.

# Giriş

“Çocuğun ilk 6 yılı” bireyin gelişiminin temel taşlarını oluşturmaları, temel bilgi ve becerilerin bu erken gelişim yıllarında kazanılması nedeniyle büyük önem taşır.

Kişiliğin oluşumu yönünden de önem taşıyan ilk 72 ayda çocuk, kendisine UYARICI bir ÇEVRE sunan, SEVGİ gösteren ve SAĞLIKLI GELİŞİMİNİ sağlayan anne-babaya ihtiyaç duyar.

0-6 yaş arası, çocuk gelişiminin hızla yönlendiği kritik yıllardır. Bu erken gelişim yıllarında temeli atılan beden gelişimi, psiko-sosyal gelişim ve kişilik yapısının, ileri yaşlarda yön değiştirmekten çok aynı yönde gelişme şansı daha yüksektir. Çocuk gelişiminin kendine özgü dinamikleri olduğu, her gelişim evresinin büyük oranda daha önceki evreler tarafından belirlendiği bir gerçektir. Araştırmalar, çocukluk yıllarında kazanılan davranışların yetişkinlikte, bireyin kişilik yapısını, tavır, alışkanlık, inanç ve değer yargılarını büyük ölçüde biçimlendirdiğini ortaya koymaktadır.

Bu bilgiler ışığında anne-babaya düşen ilk görev, “çocuğu kendine özgü dünyası olan (bağımsız) bir varlık olarak kabul edebilmek”tir. Bebeklik yıllarından başlayarak bireyin desteklenmeye, önkoşulsuz kabul ve ilgi görmeye, kişiliğine saygı gösterilmesine, paylaşmayı öğrenmeye ve bilgiyi özümsemeye ihtiyacı vardır.

Bütün bunları gerçekleştirmek için anne-baba çocuğu tanımak, yeteneklerini sınamak ve geliştirmek üzere uygun faaliyetler oluşturmalıdır. Bunun için bebeğin gelişim süreci içinde gün-

lük başarı grafiği yakından izlenmeli ve dikkatler olumlu faaliyetlerine odaklanmalıdır. Ona katılmak, onun önünde ve onunla birlikte bazı faaliyetleri yaparak örnek olmak en sağlıklı yöntemdir. Etkili ve olumlu anne-baba olmanın birinci koşulu bireyin içinde tutumlarında, ikinci koşulu ise eylemlerinde ortaya çıkar. Zihninde açıklık ve netlik yaşayan, iyi iletişim kurabilen, kurala uyulması için öfkelenmeden, tartışmadan sakın ve sabırlı bir şekilde isteklerini tekrarlayan anne-baba başarılı olur.

Ancak etkili anne-baba olmak; sevgi göstermek kadar bilgili olmayı, emek ve zaman harcamayı gerektirir. İşte bu uygulama kitabı, erken gelişim yıllarına ilişkin "çocuk gelişimi" konusunda anne-babayı bilgilendirmek ve "çocuğun gelişimine nasıl katkıda bulunabileceklerini" onlara anlatmayı amaçlamaktadır.

Tıpkı Çocuk Eğitimi El Kitabı'nda olduğu gibi, bu kitapta da konular kolay okunabilen yalın bir dille kaleme alınmış, resimlerle somutlaştırılmaya çalışılmıştır.

Ancak kitabın yararı büyük ölçüde "kendini değiştirmek" üzere okunmuş olmasına bağlıdır. Bilgiler ancak böyle bir olumlu yaklaşımla özümsemiştiği takdirde uygulamaya kolaylıkla geçilebilir.

Kitabın 2 yıl boyunca sponsorluğunu üstlenen Ülker Gıda Sanayii A.Ş.'ye, yazımı süresince müsveddeleri titizlikle okuyan asistanım Esra İşmen'e, araştırma görevlisi Asena Gürpınar'a, ısrarla beni teşvik eden ve cesaretlendiren eşim Dr. Nurgül Yavuzer'e, sayfa ve kapak düzenini özenle gerçekleştiren Ömer Erduran'a, sıcak ilgisiyle kitabın yayınlanmasında beni yüreklen-diren Erol Erduran'a teşekkür ederim.

# Doğum

Doğum öncesi dönem bir oluşum evresi olması nedeniyle, çocuğun yaşamı ve geleceği açısından büyük önem taşır. Buna bağlı olarak cenin bu evrede dış uyarımlardan büyük ölçüde etkilenmediğinden gebelik sırasında annenin psikolojik durumunun bebek üzerinde önemli etkisi vardır. Annedeki gerginlikler, anne kanının kimyasal yapısında oluşturduğu etkiler yoluyla ceninin sinirsel-salgısal ve diğer yapılarını etkiler. Bu nedenle araştırmalar, annenin içinde bulunduğu ortamın, ceninin doğum öncesi çevresini etkilediğini göstermiştir.

Çalışmalar, gebelik sırasında kaygı ve zorlanma içinde olan annelerden doğan çocukların, 2.5 yıl sonra gözlemlendiğinde, toplumsal ilişkilerde çekingen olduklarını, oyunlara katılma isteği göstermediklerini, tehlikeler karşısında diğer çocuklardan daha çok kaygı gösterdiklerini ortaya koymaktadır.

Bütün bunlar gebelik sırasında annenin ruh sağlığının ne kadar önem taşıdığını göstermektedir. Doğum öncesi koşullar kadar, doğum esnasındaki koşulların da hijyen ilkelerine uygun olması ve annenin doğumu tam teşekküllü bir hastane ortamında yapması önemlidir. Çünkü doğum sırasında yaşanabilecek herhangi bir sorun, doğrudan çocuğun gelecekteki gelişimini etkileyecektir.

Annenin hamileliğini düzenli ve istikrarlı bir ortamda yaşaması için, babanın gerek gebelik sırasında gerekse doğum ve sonrasında eşine destek vermesi beklenir. Örneğin, babanın doğumda bulunması sadece anneye psikolojik destek sağlamakla kal-

maz, aynı zamanda anneye doğumda yardımcı olmasına ve bebeği gördüğü andan itibaren ona bağlanıp daha çok ilgi göstermesine de olanak sağlar.

Bebek doğduktan sonra anne-babanın davranışlarında bazı değişiklikler olur. Eve gelen bu yeni canlıya alışmak, kendi hayatlarını yeniden düzene sokmak, anne baba için özveri isteyen bir iş halini alır. Eğer bebek planlanarak doğmuşsa uyum daha kolay ve zevkli olacaktır. Aksi takdirde bebek daha yaşamın ilk günlerinde beklenen “kabulü” ve “sıcaklığı” görmeyecek, buna bağlı olarak da sağlıksız bir ortamda mutsuz bir hayata merhaba diyecektir.





# Yeni Doğan (0-1 Ay)

## YENİ DOĞAN'IN GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

Yeni doğan bebeğin davranıŐları çok sınırlıdır. Bu ilk davranıŐlar ilkel olmalarına rağmen geliŐimin temelini oluŐtururlar. Bebeklerin doğumdan itibaren bazı refleksler(\*) zerinde egzersiz yapabilme ve kendi hareketlerini düzenleme eğilimleri vardır. Onlar evreye yanıt verme biçimlerine sahiptirler. Bu yanıtla-rın baŐında da çevreye uyum gelir. Bebeklik döneminden iti-baren uyum, çocuğun yaŐamında keŐfetme, deneme-yanılma, soru sorma, deneyimlerde bulunma gibi etkin olaylar biçimin-de görülür.

Yeni doğanın tepkileri yalnızca olgunlaŐma ve fiziksel gelişim durumuna bağlı değildir; aynı zamanda uyanıklık ve tokluk du-rumuyla da yakından ilgilidir. Bebek doğduğu andan itibaren yüksek bir öğrenme potansiyeline sahip olmakla birlikte, **yapa-bildikleri, öğrendiklerine oranla azdır.** O, çevresine büyük ilgi duymakta, anlamaya çalıŐmakta ve özellikle parlak hareketli objelere, seslere ve insan yüzlerine tepki vermektedir. **Dođumla birlikte o duymakta, görmekte, hissetmekte ve her an öğren-mektedir.** Bu nedenle onun yanında olmaya ve çevresini algıla-masına yardım etmeye zen gösterilmesi gerekmektedir. ocuk, ilkel koordinasyonlardan, zihinsel hareket ve kuralları dzenleye-

---

(\*) Refleks: DođuŐtan gelen, belli bir uyaran sonrasında ortaya çıkan istem dıŐı hare-ket (rn. göz kırpmak).



bilmek anlamına gelen işlemlere, yani daha karmaşık ve yüksek düzeydeki yapılara doğru belirgin bir çaba içindedir.

Önceleri her şeyi annesine bağımlı olan bebeğin, yaşça büyüdükçe kendi yaşamını kendisinin denetleyebilme gücünü göstermesi beklenmektedir. Bunun gerçekleşmesi için çocuğun kuşkusuz zengin-uyarıcı çevreye ihtiyacı vardır. Uygun ortamda büyüyen çocukların, yeterli uyaranların olmadığı ortamlarda büyüyen çocuklardan daha iyi bir gelişme gösterdikleri bilinen bir gerçektir.

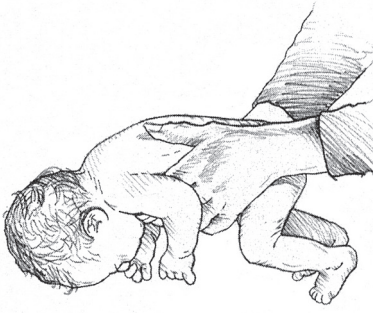
Yeni doğan algılayabilir (görebilir, işitebilir, koklayabilir, tat alabilir, acıya duyarlıdır), nefes alabilir, çevreye bakabilir. Dokunma ve yerinin değiştirilmesi durumlarına karşı hassastır.

Bebekler büyük refleks kapasitesine sahip olarak doğarlar. Tepkilerinin çoğu refleks örüntülerden oluşmaktadır. Yeni doğan otomatik olarak uyaranlara bağlı tepkiler verir. Bazı ilkel refleksler bebeğin yaşaması için gerekli olan reflekslerdir. Nefes alma, emme, yakalama gibi. Tabanlarına dokunulduğunda bebeğin otomatik olarak ayaklarını göğsüne doğru çektiği (Babinski refleksi) veya avuç içine dokunulduğunda yine otomatik olarak parmaklarını sıkıdığı görülür.

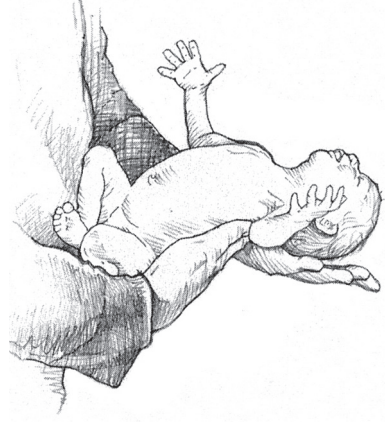
Yeni doğanın en önemli tepkilerinden biri de moro reflektir. (*Resim 2*) Bu tepki biçiminde, yeni doğan kollarını yanlara doğru atar, parmaklarını gerer, sonra el ve kollarını sanki biri kucaklıyormuşçasına ortada kavuşturur. Baş pozisyonlarının ansızın değiştirilmesi sırasında ya da kendileri için sürpriz sayılacak ani değişiklikler karşısında gösterilen bu tepki 3.-4. aydan itibaren kaybolur.

## BEDEN DURUŞU VE MOTOR BECERİLERİ

- Yeni doğan karından kavrayarak havada tutulduğunda baş öne düşer ve gövde düzeyinden daha altta kalır, kalçalar tümüyle bükülmüş, kol ve bacaklar aşağı sarkar durumdadır.



1. Karnından kavrayıp havada tutma.



2. Moro refleksi.

Yüzükoyun konuma getirildiğinde, bebek, yanağı masanın üstüne bakacak biçimde başını hemen yana döndürür. Dizlerin karın altına çekilmesiyle kalçalar bir çıkıntı oluşturur, adeta kamburumsu bir görünüme bürünür. Kollar bütünüyle bükülmüş olarak göğse yakın tutulur. (Resim 1)

- Moro refleksi belirli bir uyarana karşısında hemen ortaya çıkan, simetrik bir duruştur. (Resim 2) de görüldüğü gibi anenin bebeğin başını desteklediği elini birden hafifçe bırakmasıyla moro refleksi görülür.
- Oturur konuma çekerken başın geride kalışı belirgin biçimde göze çarpar. (Resim 3)
- Kolların altından kavrayıp havada dimdik tutarken, yavaş yavaş kaslarını gevşetip kendini bırakmadan önce birkaç saniye boyunca simetrik biçimde kasılıp bu duruşun korunması omuz kaslarında ve üst kollarda iyi bir kas tonusu<sup>(\*)</sup> ve kas gücünün varlığını gösterir. (Resim 4)

(\*) Kas tonusu: Kas gerginliği.



3. Oturur konuma çekme.



4. Kolların altından kavrayıp dik tutma.

- Avuçla ve elin tamamını kullanarak yakalama refleksleri görülür. Bunun yanı sıra kendini yerleştirme, emme ve yutma temel refleksler arasındadır. Yeni doğan, ayrıca tekmeleme, sıçrama, sallanma, tırmalama, sürtme, gürültü çıkarma gibi hareketlerden bazılarını yapar. Bu hareketlerin tümüyle yapılabilmesi için bebeğin 6-7 aylık olması gerekir. Ancak birkaç haftalık bebek bile parmaklarını kolaylıkla oynatabilir ve tekme atabilir.

Verilen bu bilgilerden de anlaşılacağı gibi, yeni doğanın motor becerileri sınırlılıkları nedeniyle o kadar etkileyici değildir. Başını kaldıramaz. Yatarken dönemez ve oturamaz. Birkaç hafta sonra bazılarını yapmaya başlar. Bir aya kadar çenesini yerden ve yataktan kaldırmaya başlar. İki aya kadar yakınındaki nesnelere vurarak algılamaya çalışır.

# HALUK YAVUZER

## ÇOCUĞUNUZUN İLK 6 YILI

*Araştırmalar, çocukluk yıllarında kazanılan davranışların yetişkinlikte, bireyin kişilik yapısını, tavırlarını, alışkanlıklarını, inançlarını ve değer yargılarını büyük ölçüde biçimlendirdiğini ortaya koymaktadır.*



*Bu nedenle, bebeklik yıllarından başlayarak bireyin desteklenmeye, önkoşulsuz kabul, ilgi ve saygı görmeye, paylaşmayı öğrenmeye ve bilgiyi özümsemeye gereksinimi vardır. İşte bu kitap, erken gelişim yıllarının*

*önemi nedeniyle, hem bu dönemdeki gelişim özelliklerini, hem de olması gereken uyarıcı ve sevecen yakın çevre koşullarını ana-babalara anlatmayı amaçlamaktadır.*

ISBN 978-975-14-0614-9



KDV'den muafdir