

Bebeğiniz 2 Aylık

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Bebeğinizin nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Bebeğinizin 2. aya kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Bebekler bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Kendisi ile konuşulduğunda veya kucaklandığında sakinleşir.
- Yüzünüze bakar.
- Yanına gittiğinizde sizi görmekten mutlu görünür.
- Onunla konuştuğunuzda veya gülümsediğinizde gülümser.

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Hareket ederken sizi izler.
- Bir oyuncuğa birkaç saniye boyunca bakar.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Ağlama dışında sesler çıkarır.
- Yüksek seslere tepki verir.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Karın üstündeyken başını dik tutar.
- Her iki kolunu ve her iki bacağına hareket ettirir. Ellerini kısa süreliğine açar.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Bebeğinizle birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Bebeğiniz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Bebeğiniz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Bebeğinizi en iyi siz tanırırsınız. Bebeğiniz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Bebeğinizin doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Bebeğinizle ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Bebeğinizin daha iyi değerlendirilebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Bebeğinizin özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention)' "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Bebeğinizin ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz.



Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Bebeğinizin gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.

- Bebeğinizin tepkilerine olumlu yanıtlar verin. Coşkulu davranın, gülümseyin ve bir şey yaptığında onunla konuşun. Bu, ona sohbet sırasında sıra alarak “konuşmayı” öğretir.
- Bebeğinizin dil becerilerini geliştirmesine ve anlamasına yardımcı olmak için bebeğinizle konuşun, kitap okuyun ve şarkı söyleyin.
- Bebeğinizle, onu kucaklayarak ve sarılarak vakit geçirin. Bu durum onun güvende hissetmesine yardımcı olacaktır.
- Bebeğinize duyarlı olmak, onun öğrenmesine ve gelişmesine yardımcı olur. Bebeğinizle birlikteyken ekranla geçirdiğiniz vakti sınırlamak, bebeğinize daha duyarlı olmanıza yardım edecektir.
- Kendinize iyi bakın. Ebeveynlik zor bir iş olabilir! Kendinizi iyi hissettiğinizde yenidoğan bebeğinizle keyifli vakit geçirmek daha kolaydır.
- Bebeğinizin ne hissettiğini ve neye ihtiyaç duyduğunu bilmek için bebeğinizin sinyallerini fark etmeyi ve bunlara yanıt vermeyi öğrenin. Bu şekilde kendinizi daha iyi hissedeceksiniz. Bebeğiniz de güvende olduğunu ve sevildiğini hissedecek. Örneğin; sesler çıkararak ve size bakarak sizinle “oynamaya” mı çalışıyor yoksa başını başka yöne mi çeviriyor, esniyor mu veya molaya ihtiyacı olduğu için telaşlı mı?
- Bebeğiniz uyanıkken onu yüzüstü yatırın ve oyuncaklarını göz hizasında önüne koyun. Bu, onun başını yukarıda tutmasına yardımcı olacaktır. Bu etkinlik esnasında bebeğinizi yalnız bırakmayın. Eğer bebeğiniz uykulu görünüyorsa, onu güvenli bir yerde sırt üstü yatırın (battaniyesiz, yastıksız ya da oyuncaksız sert bir yatakta).
- Bebeğinizi yalnızca anne sütü veya bebek maması ile besleyin. Bebekler ilk 6 ay boyunca diğer yiyecekleri, suyu ve içecekleri tüketmek için hazır değildir.
- Ne zaman aç olduğunu anlamak için bebeğinizin işaretlerini okumayı öğrenin. Elini ağzına götürmek, başını memeye ya da biberona çevirmek veya dudaklarını yalamak gibi açlık belirtilerine dikkat edin.
- Ağzını kapatmak, başını memeden veya biberondan başka yöne çevirmek gibi bebeğinizin doyduğuna dair işaretlere dikkat edin. Bebeğiniz aç değilse onu beslemeyi bırakmanızda bir sakınca yoktur.
- Bebeğinizi sallamayın veya başkasının sallamasına izin vermeyin. Sallanmak, bebeğinizin beynine zarar verebilir hatta ölümüne neden olabilir. Eğer ağladıığında kendinizi üzgün hissediyorsanız bebeğinizi güvenli bir yere bırakın ve biraz uzaklaşın. Onu 5-10 dakikada bir kontrol edin. Bebeklerin ağlaması ilk birkaç ay daha kötüdür ancak bu durum daha iyiye gidecektir.
- Uyku ve beslenme rutinleri oluşturun. Rutinler, bebeğinizin ne beklemesi gerektiğini öğrenmesine yardımcı olacaktır.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüş birliği temelinde seçmiştir.

Bebeğiniz 4 Aylık

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Bebeğinizin nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Bebeğinizin 2. aya kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Bebekler bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Dikkatinizi çekmek için kendi kendine gülümser.
- Onu güldürmeye çalıştığınızda kıkırdar (henüz tam bir kahkaha değil).
- Dikkatinizi çekmek veya sürdürmek için size bakar, hareket eder veya sesler çıkarır.

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Eğer açsa, biberonu veya memeyi gördüğünde ağzını açar.
- Ellerine ilgiyle inceler.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- “oooo”, “aaaa” gibi sesler çıkarır.
- Onunla konuştuğunuzda sesler çıkarır.
- Sesinizi duyduğunda başını size doğru çevirir.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Onu tuttuğunuzda başını desteksiz bir şekilde sabit tutar.
- Bir oyuncakçı eline koyduğunuzda oyuncakçı tutar.
- Oyuncakları sallamak için kollarını kullanır.
- Ellerini ağzına götürür.
- Karın üstüneyken dirseklerinden/ ön kollarından güç alarak kendini arkaya doğru ittirir.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Bebeğinizle birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Bebeğiniz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Bebeğiniz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Bebeğinizi en iyi siz tanırırsınız. Bebeğiniz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Bebeğinizin doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Bebeğinizle ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Bebeğinizin daha iyi değerlendirebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Bebeğinizin özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention)' "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Bebeğinizin öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Bebeğinizin ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Bebeğinizin gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.



- Bebeğinize olumlu yanıt verin. Coşkulu davranın ve bebeğiniz sesler çıkardığında onunla konuşun. Bu ona, karşılıklı konuşmayı öğretir.
- Bebeğinizin oyuncaklara ulaşmasını, oyuncaklara vurmasını ve oyuncakları keşfetmesi için güvenli fırsatlar sağlayın. Örneğin; onu oyuncakların bulunduğu bir battaniyeye koyun.
- Bebeğinizin güvenli şeyleri keşfetmesi için ağızına almasına izin verin. Bebekler bu şekilde öğrenirler. Örneğin; kesme, yanma ve yutma tehlikesi olmayan nesnelere bakmasına, seslerini duymasına ve dokunmasına izin verin.
- Ekran süresini (TV, telefon, tablet vb.) sevdikleriyle görüntülü görüşme ile sınırlayın. Ekran süresi 2 yaş öncesi çocuklara önerilmez. Bebekler konuşarak, oynayarak ve başkalarıyla etkileşimde bulunarak öğrenirler.
- Bebeğinizi yalnızca anne sütü ya da bebek maması ile besleyin. Bebekler yaşamlarının ilk altı ayında henüz diğer yiyecekleri, içecekleri veya suyu tüketmeye hazır değildir. Bebeğinize yaşına uygun çingiraklar veya renkli bez kitaplar gibi oynaması kolay olan güvenli oyuncaklar verin.
- Bebeğinizin gün boyunca hareket etmesine, insanlarla ve nesnelere etkileşime girmesine zaman tanıyın. Bebeğinizi çok uzun süre salıncakta, bebek arabasında ya da koltukta tutmamaya özen gösterin. Uyku ve beslenme için sabit rutinler belirleyin.
- Bebeğinizi sırt üstü yatırın ve ona renkli bir oyuncak gösterin. Oyuncağı yavaşça sağa sola ve aşağı yukarı hareket ettirin. Oyuncağı takip edip etmediğini gözlemleyin.
- Birkaç dakika boyunca bebeğinizin egzersiz yapmasına (vücudunu hareket ettirmesine) yardımcı olun. Nazik bir şekilde kollarını ve bacaklarını bükerek aşağı yukarı hareket ettirin. Bunu yaparken bebeğinizle konuşun ve şarkı söyleyin.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüş birliği temelinde seçmiştir.

Bebeğiniz 6 Aylık

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Bebeğinizin nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Bebeğinizin 6. aya kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Bebekler bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Çevresindeki insanları tanır.
- Aynada kendine bakmayı sever.
- Güler.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Sizinle birlikte sırayla ses çıkarır.
- Dilini dışarı çıkarır ve üfler.
- Gıcırdama sesleri çıkarır.

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Bir şeyleri keşfetmek için ağızına sokar.
- İsteddiği bir oyuncacı almak için uzanır.
- Daha fazla yemek istemediğini göstermek için dudaklarını kapatır.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Karından sırtta doğru yuvarlanır.
- Karın üstü yatarken kollarını düz bir şekilde tutarak kendini yukarı iter.
- Otururken kendini desteklemek için ellerine yaslanır.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Bebeğinizle birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Bebeğiniz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Bebeğiniz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Bebeğinizi en iyi siz tanırsınız. Bebeğiniz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Bebeğinizin doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Bebeğinizle ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

- Bebeğinizin daha iyi değerlendirebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
- Bebeğinizin özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention)' "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.





Bebeğinizin öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Bebeğinizin ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Bebeğinizin gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.

- Bebeğinizle sıra alarak etkileşim kurun. Bebeğiniz gülümsediğinde siz de gülümseyin; o ses çıkardığında siz de onu taklit edin. Bunu yapmanız, onun sosyal olmayı öğrenmesine yardımcı olur.
- Her gün dergilerdeki veya kitaplardaki renkli görsellere bebeğinizle birlikte bakarak “kitap okuyun” ve bunlar hakkında konuşun. Bir şeyler söylediğinde (sesler çıkardığında) ve “kitabı okuduğunda” ona yanıt verin. Örneğin; bebeğiniz kitaba bakarken sesler çıkarırsa kitaptaki köpeği işaret edin ve “evet, bu bir köpek” deyin.
- Bebeğinize yeni şeyleri gösterin ve isimlendirin. Örneğin; yürüyüşe çıktığınızda arabaları, ağaçları ve hayvanları gösterin.
- Bebeğinize şarkı söyleyin ve müzik çalın. Bu, onun beyin gelişimine destek olacaktır. Ekran süresini (TV, tablet, telefon vb.) sevdiğinizle görüntülü görüşme ile sınırlandırın. Ekran süresi
- 2 yaşından küçük çocuklar için önerilmez. Bebekler konuşarak, oynayarak ve başkalarıyla etkileşime girerek öğrenirler.
- Bebeğiniz bir şeye baktığında, onu işaret edin ve o şey hakkında konuşun.
- Bebeğinizi karnının üzerine veya sırt üstü yatırın ve oyuncakları ulaşamayacağı bir yere koyun.
- Oyuncaklara ulaşmak için dönmesi için onu teşvik edin.
- Bebeğinizin ruh halini okumayı öğrenin. Eğer mutluysa, yaptığınız şeyi yapmaya devam edin. Üzgünse ara verin ve bebeğinizi rahatlatın.
- Katı gıdalara ne zaman başlayacağınız ve hangi gıdaların boğulma riski taşıdığı konusunda bebeğinizin doktoruyla konuşun. Anne sütü veya mama bebeğiniz için hala en önemli “besin” kaynağıdır.
- Bebeğinizin ne zaman aç ya da tok olduğunu öğrenin. Yiyecekleri işaret etmesi, ağızını kaşığa doğru açması veya yiyecek gördüğünde heyecanlanması aç olduğunun işaretleridir. Yiyecekleri itmesi, ağızını kapatması veya başını yiyeceklerden başka yöne çevirmesi gibi diğer belirtiler ise yeterince yediğini gösterir.
- Bebeğinizin sakinleşebileceğini öğrenmesine yardımcı olun. Yumuşak bir şekilde konuşun, onu kucaklayın, sallayın veya şarkı söyleyin ya da parmaklarını veya emziğini emmesine izin verin. Onu tutarken veya sallarken sevdiği bir oyuncak ya da peluş hayvanı verebilirsiniz.
- Bebeğiniz otururken onu yukarıda tutun. Kendi dengesini sağlamayı öğrenirken etrafına bakmasına izin verin ve ona bakması için oyuncaklar verin.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüş birliği temelinde seçmiştir.

Bebeğiniz 9 Aylık

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Bebeğinizin nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Bebeğinizin 9. aya kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Bebekler bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Yabancıların yanında utangaç, size iyice sokulmuş veya korkmuş görünebilir.
- Mutlu, üzgün, kızgın ve şaşkın gibi duyguların yüz ifadeleri gösterir.
- Adı söylendiğinde bakar.
- Ayrıldığınızda tepki verir (bakar, size uzanır veya ağlar).
- Ce-ee oynadığınızda gülümser veya güler.

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Gözden uzak bir yere bırakıldığında nesnelere arar (kaşığı veya oyuncak gibi).
- İki şeyi birbirine vurarak ses çıkarır.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- “Mamamama” ve “babababa” gibi farklı sesler çıkarır.
- Kaldırılmak için kollarını yukarı kaldırır.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Kendi başına oturma pozisyonuna geçer.
- Eşyaları bir elinden diğer eline taşır.
- Yiyecekleri kendine doğru “tırmıklamak” için parmaklarını kullanır.
- Desteksiz oturur.

*Gelişimsel tarama zamanı!

Amerikan Pediatri Akademisi tarafından tüm çocukların 9 aylık olduğunda, genel gelişim taramasından geçmesi önerilmektedir. Bebeğinizin gelişimsel taramasını doktorunuzdan isteyin.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Bebeğinizle birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Bebeğiniz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Bebeğiniz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Bebeğinizi en iyi siz tanırırsınız. Bebeğiniz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Bebeğinizin doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Bebeğinizle ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

- Bebeğinizin daha iyi değerlendirebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
- Bebeğinizin özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention)' "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Bebeğinizin öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Bebeğinizin ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Bebeğinizin gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.



- Bebeğinizin çıkardığı sesleri tekrarlayın ve bu sesleri kullanarak basit kelimeler söyleyin. Örneğin, bebeğiniz “bebebe” diyorsa, “bebebe “yı tekrarlayın, ardından “bebek” deyin.
- Oyuncakları yere veya bir oyun minderinin üzerine ulaşamayacağı bir yere koyun ve bebeğinizi onları almak için emeklemeye, kaymaya veya yuvarlanmaya teşvik edin. Onlara ulaştığında bebeğinizi kutlayın.
- Bebeğinize “güle güle” anlamında el sallamayı veya başını “hayır” anlamında sallamayı öğretin. Örneğin, evden çıkarken el sallayın ve “güle güle” deyin. Bebeğinizin kelimeleri kullanmadan önce size ne istediğini söylemesine yardımcı olmak için basit bebek işaret dilini de öğretebilirsiniz.
- Ce-ee gibi oyunlar oynayın. Başınızı bir örtüyle örtebilir ve bebeğinizin onu çekip çekmediğini görebilirsiniz.
- Bebeğinizle bir kaptaki blokları boşaltarak ve tekrar bir araya getirerek oynayın.
- Bebeğinizle benim sıram, senin sıran gibi oyunlar oynayın. Bunu bir oyuncakçı ileri geri hareket ettirerek deneyin.
- Bebeğinize bir şeyler “okuyun”. Okumak, resimler hakkında konuşmak şeklinde olabilir. Örneğin, kitaplara veya dergilere bakarken, resimleri işaret ederek onlara isimlerini söyleyin.
- Ekran süresini (TV, tablet, telefon vb.) sevdiğinizle görüntülü görüşme ile sınırlayın. Ekran süresi 2 yaşından küçük çocuklar için önerilmez. Bebekler konuşarak, oynayarak ve başkalarıyla etkileşime girerek öğrenirler.
- Boğulma riskleri ve bebeğinizi beslemek için güvenli gıdalar hakkında bilgi edinin. Parmaklarıyla ve içinde az miktarda su bulunan bir fincanla kendi kendine beslenme alıştırmaya başlamasına izin verin. Bebeğinizin yanına oturun ve yemek zamanının tadını birlikte çıkarın. Dökülmelere izin verin. “Öğrenirken dağınık ve kirlenmek eğlencelidir!”
- Yapmasını istediğiniz davranışları talep edin. Örneğin, “ayakta durma” demek yerine “oturma zamanı” deyin.
- Bebeğinizin farklı tat ve dokulara sahip yiyeceklere alışmasına yardımcı olun. Yiyecekler pürüzsüz, ezilmiş veya ince doğranmış olabilir. Bebeğiniz her yiyeceği ilk denemede sevmeyebilir. Ona yiyecekleri tekrar tekrar deneme şansı verin.
- Gizlice uzaklaşmak yerine hızlı ve neşeli bir veda edin, böylece bebeğiniz ağlasa bile gideceğinizi bilir.
- Kendini sakinleştirmeyi ve ne bekleyeceğini öğrenecektir. Döndüğünüzde “Baban döndü!” diyerek ona haber verin.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüşü birliği temelinde seçmiştir.

Bebeğiniz 12 Aylık

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Bebeğinizin nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Bebeğinizin 12. aya kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Bebekler bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Sizinle oyunlar oynar. Örneğin; el çırpma oyunları

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- “Güle güle” diye el sallar.
- Bir ebeveyne “anne” veya “baba” ya da başka bir özel isimle hitap eder.
- “Hayır” kelimesini anlar (söylediğinizde kısa bir süre duraklar veya durur).

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Bir kabın içine bir şey koyar, örneğin bir bardağın içine bir blok gibi.
- Battaniyenin altına sakladığınız daha önce gördüğünü ilgisini çeken oyuncak gibi şeyleri arar.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Ayağa kalkmak için elinizden tutarak kendini yukarı çeker.
- Mobilyalara tutunarak yürür.
- Tutulduğunda, kapağı olmayan bir bardaktan su içer.
- Küçük yiyecek parçaları gibi şeyleri başparmak ve işaret parmağı arasında toplar.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Bebeğinizle birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Bebeğiniz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Bebeğiniz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Bebeğinizi en iyi siz tanırırsınız. Bebeğiniz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Bebeğinizin doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Bebeğinizle ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Bebeğinizin daha iyi değerlendirebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Bebeğinizin özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention) "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Bebeğinizin öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Bebeğinizin ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Bebeğinizin gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.



- Bebeğinize “istenen davranışları” öğretin. Ona ne yapması gerektiğini gösterin ve bunu yaptığında olumlu kelimeler kullanın veya ona sarılıp öpün. Örneğin, evcil hayvanınızın kuyruğunu çekiyorsa, ona nazikçe nasıl sevineceğini öğretin ve bunu yaptığında ona sarılın.
- Bebeğinizle ne yaptığınız hakkında konuşun veya şarkı söyleyin. Örneğin, “Anne ellerini yıkıyor” veya “Ellerimizi böyle yıkıyoruz” diye şarkı söyleyin.
- Bebeğinizin söylemeye çalıştığı şeyi geliştirin. “Ka” derse, “Evet, bir kamyon” deyin veya “kamyon” derse, “Evet, bu büyük, mavi bir kamyon” deyin.
- Bebeğinizi, girmesini istemediğiniz şeylere giriyorsa ona bir oyuncak vererek veya hareket ettirerek hızlı ve tutarlı bir şekilde yeniden yönlendirin. “Hayır” ı tehlikeli davranışlar için saklayın. “Hayır” dediğinizde, bunu kesin bir şekilde söyleyin. fiziksel şiddet uygulamayın, bağırmayın veya ona uzun açıklamalar yapmayın.
- Bebeğinize keşfedebileceği güvenli yerler hazırlayın. Evinizi bebek için güvenli hale getirin. Örneğin, keskin veya kırılabilir eşyaları ulaşamayacağı yerlere kaldırın. İlaçları, kimyasalları ve temizlik ürünlerini kilitleyin.
- Herhangi bir zehirlenme durumunda 112’yi arayın.
- Bebeğiniz işaret ettiğinde kelimelerle karşılık verin. Bebekler bir şeyler istemek için işaret ederler. Örneğin, “Bardak mı istiyorsun? İşte bardak. Bu senin bardağın.” Bebeğiniz “bardak” demeye çalışırsa, denemesini kutlayın.
- Gördüğünüz kamyon, otobüs veya hayvanlar gibi ilginç şeyleri işaret edin. Bu, bebeğinizin başkalarının ona işaret ederek “gösterdiklerine” dikkat etmesine yardımcı olacaktır.
- Ekran süresini (TV, tablet, telefon vb.) sevdiğinizle görüntülü görüşme ile sınırlayın. Ekran süresi 2 yaşından küçük çocuklar için önerilmez. Bebekler konuşarak, oynayarak ve başkalarıyla etkileşime girerek öğrenirler.
- Bebeğinize su, anne sütü veya sade süt verin. Bebeğinize meyve suyu vermenize gerek yoktur, ancak verecekseniz günde 120 ml veya daha az %100 meyve suyu verin. Bebeğinize meyveli içecekler, soda, sporcu içecekleri veya aromalı sütler gibi diğer şekerli içecekleri vermeyin.
- Bebeğinizin farklı tat ve dokulara sahip yiyeceklere alışmasına yardımcı olun. Yiyecekler pürüzsüz, ezilmiş veya ince doğranmış olabilir. Bebeğiniz her yiyeceği ilk denemede sevmeyebilir. Bebeğinize yiyecekleri tekrar tekrar deneme şansı verin.
- Bebeğinize yeni bakıcısını tanıması için zaman tanıyın. Bebeğinizi rahatlatmak için sevdiği bir oyuncakçı, peluş hayvanı veya battaniyeyi getirin.
- Bebeğinize tencere ve tava veya davul ya da zil gibi küçük bir müzik aleti verin. Bebeğinizi gürültü yapmaya teşvik edin.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüş birliği temelinde seçmiştir.

Bebeğiniz 15 Aylık

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Bebeğinizin nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Bebeğinizin 15. aya kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Bebekler bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Oyun oynarken diğer çocukları taklit eder, örneğin başka bir çocuğun bir kaptan oyuncak çıkarmasını görüp aynısını yapmaya çalışması gibi.
- Size sevdiği bir nesneyi gösterir.
- Heyecanlandığında alkışlar.
- Oyuncak bebek veya başka bir oyuncak kucaklar.
- Size şefkat gösterir (sarılır, kucaklaşır veya sizi öper).

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Telefon, bardak veya kitap gibi şeyleri doğru şekilde kullanmaya çalışır.
- Bloklar gibi en az iki küçük nesneyi biriktirir.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- “Anne” veya “baba” dışında bir veya iki kelime söylemeye çalışır, örneğin top için “to” veya kedi için “ke” gibi
- Tanıdık bir nesnenin adını söylediğinizde ona bakar.
- Hem jest hem de kelimelerle verilen yönergeleri takip eder. Örneğin, size bir oyuncak verdiğinde elinizi uzatın ve “oyuncağı bana ver” dediğinizde sizi dinler.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Kendi başına birkaç adım atar.
- Kendini beslemek için parmaklarını kullanır.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Bebeğinizle birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Bebeğiniz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Bebeğiniz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Bebeğinizi en iyi siz tanırsınız. Bebeğiniz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Bebeğinizin doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Bebeğinizle ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Bebeğinizin daha iyi değerlendirilebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Bebeğinizin özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention) "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Bebeğinizin öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Bebeğinizin ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Bebeğinizin gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.



- Çocuğunuzun konuşmayı öğrenmesine yardımcı olun. Bir çocuğun ilk kelimeleri tam değildir. Söylediklerini tekrarlayın ve genişletin. Top için “to” diyebilir ve siz de “Top, evet, bu bir top” diyebilirsiniz.
- Çocuğunuz nesnelere gösterdiğinde onlara isimlerini söyleyin ve birkaç saniye bekleyin. Ona vermeden önce herhangi bir ses çıkarırsa onu onaylayın ve nesnenin adını tekrarlayın. “Evet! Bardak.”
- Çocuğunuzun günlük aktivitelere yardım etmesini sağlayacak yollar bulun. Dışarı çıkmak için ayakkabılarını almasına, park için atıştırmalıkları çantaya koymasına veya çorapları sepete koymasına izin verin.
- Uyku ve beslenme için düzenli rutinler oluşturun. Çocuğunuz için sakin, sessiz bir uyku rutini düzenleyin.
- Pijamalarını giydirin, dişlerini fırçalayın ve ona 1 veya 2 kitap okuyun. 1 - 2 yaş arasındaki çocukların günde 11 - 14 saat uykuya ihtiyacı vardır (şekerlemeler dahil). Tutarlı uyku saatleri bunu kolaylaştırır!
- Çocuğunuza şapka gibi farklı şeyler gösterin. Ona “Şapkayla ne yaparsın? Başına takarsın.” Şapkayı başınıza takın ve sonra sizi taklit edip etmediğini görmek için ona verin. Bunu kitap veya fincan gibi başka nesnelere de yapın.
- “Otobüsün tekerleği” gibi hareketleri olan şarkılar söyleyin. Çocuğunuzun bazı hareketleri yapmaya çalışıp çalışmadığına bakın.
- Çocuğunuzun ne hissettiğini düşündüğünüzü söyleyin (örneğin, üzgün, kızgın, sinirli, mutlu). Ne hissettiğini düşündüğünüzü göstermek için kelimelerinizi, yüz ifadelerinizi ve sesinizi kullanın. Örneğin,
- “Dışarı çıkmadığımız için sinirlisin ama birine zarar veremezsin. Hadi gidip evde oynayabileceğimiz bir oyun bulalım”.
- Öfke nöbetleri süresince bekleyin. Bu yaşta öfke nöbetleri normaldir ve çocuğunuz yorgun veya açsa daha olasıdır. Yaşı büyüdükçe öfke nöbetleri kısılacak ve daha az yaşanacaktır. Dikkatini dağıtmayı deneyebilirsiniz, ancak hiçbir şey yapmadan öfke nöbeti geçirmesine izin vermenizde bir sakınca yoktur. Sakinleşmesi ve yoluna devam etmesi için ona biraz zaman tanıyın.
- Çocuğunuza “istenen davranışları” öğretin. Ona ne yapması gerektiğini gösterin ve bunu yaptığında olumlu kelimeler kullanın veya ona sarılıp öpün. Örneğin, evcil hayvanınızın kuyruğunu çekiyorsa, ona nazikçe nasıl sevilleceğini öğretin. Bunu yaptığında ona sarılın.
- Ekran süresini (TV, tablet, telefon vb.) sevdiğinizle görüntülü görüşme ile sınırlayın. Ekran süresi 2 yaşından küçük çocuklar için önerilmez. Çocuklar konuşarak, oynayarak ve başkalarıyla etkileşime girerek öğrenirler.
- Çocuğunuzun bloklarla oynaması için teşvik edin. Siz blokları üst üste dizebilirsiniz ve o da onları devirebilir.
- Çocuğunuzun içmek için kapaksız bir bardak kullanmasına ve kaşıkla yemek yeme alıştırmaya yapmasına izin verin. Yemek yemeyi ve içmeyi öğrenmek günlük ama eğlencelidir!

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüş birliği temelinde seçmiştir.

Belirtileri Öğren. Erken Davran.

Bebeğiniz 18 Aylık

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Bebeğinizin nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Bebeğinizin 18. aya kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Bebekler bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Sizden uzaklaşır, ancak yakınlarda olduğunuzdan emin olmak için bakar.
- Size ilginç bir şey göstermek için işaret eder.
- Yıkamanız için ellerini uzatır.
- Sizinle birlikte bir kitabın birkaç sayfasına bakar.
- Kolunu geçirerek veya ayağını kaldırarak onu giydirmenize yardımcı olur.

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Süpürgeyle süpürmek gibi yaptığınız ev işlerini taklit eder.
- Oyuncak arabayı itmek gibi oyuncaklarla basit bir şekilde oynar.

*Gelişimsel tarama zamanı!

Amerikan Pediatri Akademisi tarafından tüm çocukların 18 aylık olduğunda, genel gelişim taramasından geçmesi önerilmektedir. Bebeğinizin gelişimsel taramasını doktorunuzdan isteyin.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- “Anne” veya “baba” dışında üç veya daha fazla kelime söylemeye çalışır.
- “Bana ver” dediğinizde oyuncakları size vermek gibi tek adımlı talimatları herhangi bir jest yapmadan takip eder.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Hiç kimseye veya hiçbir şeye tutunmadan yürür.
- Karalamalar yapar.
- Kapağı olmayan bir bardaktan içer ve bazen dökülebilir.
- Parmaklarıyla kendini besler.
- Kaşık kullanmaya çalışır.
- Yardım almadan bir kanepeye veya sandalyeye tırmanır ve iner.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Bebeğinizle birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Bebeğinizin yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Bebeğiniz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Bebeğiniz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Bebeğinizi en iyi siz tanırsınız. Bebeğiniz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Bebeğinizin doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Bebeğinizle ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Bebeğinizin daha iyi değerlendirilebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Bebeğinizin özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention)' "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Selekü Otizmli Bireyler Eğitim Vakfı

Bebeğinizin öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Bebeğinizin ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Bebeğinizin gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.



- Olumlu kelimeler kullanın ve görmek istediğiniz davranışlara (“istenen davranışlar”) daha fazla dikkat verin. Örneğin, “Bak oyuncacı ne kadar güzel kaldırdın.” Görmek istemediklerinize daha az ilgi gösterin.
- “Mış gibi” oynamayı teşvik edin. Çocuğunuza bir kaşık verin. böylece Oyuncak bebeğini ya da hayvanını besliyormuş gibi yapabilirsin. Ardından sırayla rol yapın.
- Çocuğunuzun başkalarının duygularını ve olumlu tepki verme yollarını öğrenmesine yardımcı olun. Örneğin, üzgün bir çocuk gördüğünde, “Üzgün görünüyor. Hadi ona bir oyuncak getirelim.”
- Çocuğunuzun etrafındakiler hakkında düşünmesine yardımcı olmak için basit sorular sorun. Örneğin, ona “Bu nedir?” diye sorun.
- Çocuğunuzun içmek için kapaksız bir bardak kullanmasına ve kaşıkla yemek yeme alıştırmaya yapmasına izin verin. Yemek yemeyi ve içmeyi öğrenmek biraz etrafı kirletse de eğlencelidir!
- Basit seçenekler sunun. Çocuğunuzun iki şey arasında seçim yapmasına izin verin. Örneğin, giyinirken ona kırmızı mı yoksa mavi gömlek mi giymek istediğini sorun.
- Uyumak ve yemek yemek için düzenli rutinleriniz olsun. Örneğin, çocuğunuz yemek yerken ve atıştırırken onunla birlikte masaya oturun. Bu, aileniz için yemek rutinleri oluşturmanıza yardımcı olur.
- Ekran süresini (TV, tablet, telefon vb.) sevdiğinizle görüntülü görüşme ile sınırlandırın. Ekran süresi 2 yaşından küçük çocuklar için önerilmez. Çocuklar konuşarak, oynayarak ve başkalarıyla etkileşime girerek öğrenirler. Çocuğunuzla birlikteken kendi ekran sürenizi sınırlayın, böylece onun sözlerine ve eylemlerine yanıt verebilirsiniz.
- Çocuğunuzun tuvalet eğitimi için hazır olup olmadığını doktoruna ve/veya öğretmenlerine sorun.
- Çoğu çocuk 2 ila 3 yaşına kadar tuvalet eğitiminde başarılı olamaz. Eğer hazır değilse, bu durum strese ve aksiliklere neden olabilir. Bu durum da eğitimin daha uzun sürmesine neden olabilir.
- Öfke nöbetlerini bekleyin. Bu yaşta öfke nöbetleri normaldir ve çocuğunuz büyüdükçe daha kısa sürmeli ve daha az sıklıkta gerçekleşmelidir. Dikkat dağıtıcı şeyler deneyebilirsiniz, ancak öfke nöbetini görmezden gelmenizden bir sakınca yoktur. Sakinleşmesi ve yoluna devam etmesi için ona biraz zaman verin.
- Çocuğunuzla yüzünüzü ona dönerek ve mümkün olduğunca göz hizasına inerek konuşun. Bu, çocuğunuzun söylediklerinizi sadece sözlerinizden değil, gözlerinizden ve yüzünüzden “görmesine” yardımcı olur.
- Çocuğunuza vücut parçalarının isimlerini öğretmeye, onları işaret ederek ve onun burnunu ve kendi burnunuzu gösterirken “İşte senin burnun, işte benim burnum” gibi şeyler söyleyerek başlayın.

Bebeğiniz 2 Yaşında

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Çocuğunuzun nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Çocuğunuz 2. yaşa kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Çocuklar bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Başkaları incindiğinde veya üzülduğünde fark eder. Örneğin biri ağlarken duraklamak veya üzgün görünmek şeklinde tepki verir.
- Yeni bir durumda nasıl tepki vereceğinizi görmek için yüzünüze bakar.

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Bir eliyle bir şeyi tutarken diğer elini kullanır; örneğin bir kabı tutarak kapağını çıkarmak gibi.
- Bir oyuncak üzerindeki anahtarları veya düğmeleri kullanmaya çalışır.
- Oyuncak tabağa oyuncak yiyecek koymak gibi aynı anda birden fazla oyuncakla oynar.

*Gelişimsel tarama zamanı!

Amerikan Pediatri Akademisi tarafından tüm çocukların 2 yaş olduğunda, genel gelişim taramasından geçmesi önerilmektedir. Bebeğinizin gelişimsel taramasını doktorunuzdan isteyin.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- “Ayı nerede?” gibi bir soru sorduğunuzda kitaptaki nesnelere işaret eder.
- “Süt ver” gibi en az iki kelimeyi birlikte söyler.
- Göstermesini istediğinizde en az iki vücut parçasını işaret eder.
- El sallamak ve işaret etmekten daha fazla jest kullanır, örneğin bir öpücük atmak veya evet anlamında baş sallamak gibi.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Bir topa vurur.
- Koşar.
- Yardımla veya yardımsız birkaç merdiven çıkar (tırmanmaz).
- Kaşık kullanarak yemek yer.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Çocuğunuzla birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Çocuğunuz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Çocuğunuz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Çocuğunuz en iyi siz tanırırsınız. Çocuğunuz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Çocuğunuzun doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Çocuğunuzla ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Çocuğunuzun daha iyi değerlendirilebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Çocuğunuzun özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention) "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Seçilmiş Otizmli Bireyler Eğitim Vakfı

Çocuğunuzun öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Çocuğunuzun ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Çocuğunuzun gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.



- Henüz net bir şekilde söyleyemese de çocuğunuzun kelimelerin nasıl seslendirildiğini öğrenmesine yardımcı olun. Örneğin, çocuğunuz “çok muz” diyorsa, “Daha fazla muz istiyorsun” deyin.
- Akranları ile birlikteyken çocuğunuzun yakından izleyin. Bu yaştaki çocuklar birbirlerinin yanında oynarlar, ancak nasıl paylaşılacağını ve sorunların nasıl çözüleceğini bilmezler. Çocuğunuza paylaşmasına, sırayla konuşmasına ve mümkün olduğunda kelimeleri kullanmasına yardımcı olarak çatışmalarla nasıl başa çıkacağını gösterin.
- Çocuğunuzun plastik bardak veya peçete gibi şeyleri masaya taşımasına izin vererek sofrayı kurmanıza yardımcı olmasını sağlayın. Yardım ettiği için çocuğunuza teşekkür edin.
- Çocuğunuzun yuvarlaması, fırlatması veya ayakla vurması için topla oynamasını destekleyin.
- Çocuğunuza, bir şeyleri nasıl çalıştıracağını ve sorunları nasıl çözeceğini öğreten oyuncaklar verin. Örneğin, bir düğmeye veya tuşa basıldığında bir değişiklik meydana getiren oyuncaklar seçin.
- Çocuğunuzun ayakkabı, şapka ve gömlek gibi yetişkin kıyafetleriyle giyme oyunu oynamasına izin verin. Bu onun rol yapmaya başlamasına yardımcı olur.
- Çocuğunuzun her öğünde istediği kadar çok veya az yemesine izin verin. Yeni yürümeye başlayan çocuklar her gün aynı miktarda veya türde yemek yemezler. Sizin göreviniz ona sağlıklı yiyecekler sunmaktır ve ne kadar yemesi gerektiğine karar vermek çocuğunuzun görevidir.
- Uyku ve beslenme için düzenli rutinler oluşturun. Çocuğunuz için sakın, sessiz bir uyku rutini oluşturun.
- Pijamalarını giydirin, dişlerini fırçalayın ve ona 1 veya 2 kitap okuyun. Bu yaştaki çocukların günde 11 ila 14 saat uykuya ihtiyacı vardır (şekerlemeler dahil). Tutarlı uyku saatleri bunu kolaylaştırır.
- Çocuğunuzun tuvalet eğitime başlamaya hazır olup olmadığını öğrenmek için çocuğunuzun doktoruna ve/veya öğretmenlerine tuvalet eğitimi hakkında sorular sorun. Çoğu çocuk 2 ila 3 yaşına kadar tuvalet eğitimi alamaz. Çok erken başlamak strese ve aksiliklere neden olabilir, bu da eğitimin daha uzun sürmesine neden olabilir.
- Çocuğunuz iyi bir yardımcı olduğunda olumlu kelimeler kullanın. Oyuncakları veya çamaşırları sepete koymak gibi basit işlerde yardım etmesine izin verin.
- Çocuğunuzla dışarıda “hazır, başla” şeklinde oyunlar oynayın. Örneğin, çocuğunuzun bir salıncağa geri çekin. “Hazır...sal...” deyin, sonra bekleyin ve salıncağı ittiğinizde “Salla” deyin.
- Çocuğunuzun sizinle birlikte basit sanat projeleri yaratmasına izin verin. Çocuğunuza boya kalemleri verin veya kağıda biraz parmak boyası koyun ve boyayı etrafa yayarak ve noktalar yaparak keşfetmesine izin verin. Çocuğunuzun görebilmesi için duvara veya buzdolabına asın.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüş birliği temelinde seçmiştir.

Çocuğunuz 30 Aylıkken

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Çocuğunuzun nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Çocuğunuz 30. aya kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Çocuklar bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Diğer çocukların yanında oynar ve bazen onlarla oynar.
- “Bana bak!” diyerek size neler yapabileceğini gösterir.
- “Temizlik zamanı” dediğinizde oyuncakları toplamaya yardım etmek gibi basit rutinleri takip eder.

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Bir bebeğe sanki yemekmiş gibi lego yedirme gibi rol yapma davranışları yapar.
- Bir şeye ulaşmak için küçük bir taburenin üzerinde durmak gibi basit problem çözme becerileri gösterir.
- “Oyuncağı yere koy ve kapıyı kapat” gibi iki adımlı yönergeleri takip eder.
- “Hangisi kırmızı?” diye sorduğunuzda kırmızı pastel boyayı işaret etmek gibi en az bir rengi bildiğini gösterir.

*Gelişimsel tarama zamanı!

Amerikan Pediatri Akademisi tarafından tüm çocukların 30 aylık olduğunda, genel gelişim taramasından geçmesi önerilmektedir. Bebeğinizin gelişimsel taramasını doktorunuzdan isteyin.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Çocuğunuzla birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Çocuğunuz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Çocuğunuz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Çocuğunuz en iyi siz tanırırsınız. Çocuğunuz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Çocuğunuzun doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Çocuğunuzla ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Çocuğunuzun daha iyi değerlendirebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Çocuğunuzun özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention) "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Çocuğunuzun öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Çocuğunuzun ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Çocuğunuzun gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.



- Çocuğunuzun ilgi alanlarını takip edebileceği, yeni şeyler deneyebileceği ve eşyaları yeni şekillerde kullanabileceği “serbest oyuna” teşvik edin.
- Olumlu kelimeler kullanın ve görmek istediğiniz davranışlara (“istenen davranışlar”), görmek istemediklerinizden daha fazla önem verin. Örneğin, “Selim’e oyuncacı çok güzel verdin” deyin.
- Çocuğunuza basit ve sağlıklı yiyecek seçenekleri sunun. Atıştırılabilir olarak ne yiyeceğini veya ne giyeceğini seçmesine izin verin. Seçenekleri iki veya üç ile sınırlayın.
- Çocuğunuza kitaplar ve hikayeler hakkında “Kim, ne, nerede?” gibi basit sorular sorun.
- Çocuğunuzun diğer çocuklarla nasıl oynayacağını öğrenmesine yardımcı olun. Paylaşmasına, sırayla oynamasına ve “sözcüklerini” kullanmasına yardım ederek ona nasıl oynayacağını gösterin.
- Çocuğunuzun kağıt üzerine boya kalemleriyle, bir tepsi üzerine tıraş köpüğü veya kaldırırma tebeşirle “çizmesine” izin verin. Eğer siz düz bir çizgi çizerseniz, onun da sizi taklit edip etmeyeceğine bakın.
- Çizgilerde iyi olduğunda, ona nasıl daire çizileceğini gösterin.
- Çocuğunuzun park veya kütüphane gibi yerlerde diğer çocuklarla oynamasına izin verin. Oyun grupları ve okul öncesi programları hakkında bilgi alın. Başkalarıyla oynamak, paylaşmanın ve arkadaşlığın değerini öğrenmesine yardımcı olur.
- Mümkün olduğunca aile yemeklerini birlikte yiyin. Herkese aynı yemeği verin. Birbirinizin arkadaşlığından keyif alın ve yemek sırasında ekran süresinden (TV, tabletler ve telefonlar vb.) kaçınin.
- Ekran süresini (TV, tabletler, telefonlar, vb.) bir yetişkinin bulunduğu bir çocuk programında günde en fazla 1 saatle sınırlayın. Çocuklar konuşarak, oynayarak ve başkalarıyla etkileşime girerek öğrenirler.
- Çocuğunuza bir şeyleri tarif etmek için büyük/küçük, hızlı/yavaş, açık/kapalı ve içeri/dışarı gibi kelimeler kullanın.
- Çocuğunuzun şekiller, renkler veya hayvanlarla basit yapbozlar yapmasına yardımcı olun. Çocuğunuz her parçayı yerine koyduğunda ona isim verin.
- Çocuğunuzla dışarıda oynayın. Örneğin, çocuğunuzun ekipmanlara tırmanması ve güvenli alanlarda koşması için parka götürün.
- Çocuğunuzun her öğünde istediği kadar çok veya az yemesine izin verin. Sizin göreviniz ona sağlıklı yiyecekler sunmaktır ve ne kadar yemek isteyip istemediğine karar vermek çocuğunuzun görevidir.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüş birliği temelinde seçmiştir.

Çocuğunuz 3 Yaşında

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Çocuğunuzun nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Çocuğunuz 3 yaşa kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Çocuklar bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Ondan ayrıldığınızda 10 dakika içinde sakinleşir, örneğin kreşe bıraktığınızda 10 dakika içinde sakinleşir.
- Diğer çocukları fark eder ve oyun oynamak için onlara katılır.

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Nasıl yapılacağını gösterdiğinizde bir daire çizer.
- Onu uyardığınızda soba gibi sıcak nesnelere dokunmaktan kaçınır.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- En az iki kez karşılıklı konuşma kullanarak sizinle sohbet eder.
- “Anne/baba nerede?”, “kim”, “ne”, “nerede” veya “neden” gibi sorular sorar.
- Kitapta hangi eylemin gerçekleştiği sorulduğunda “koşmak”, “yemek yemek” veya “oynamak” gibi cevaplar verir.
- Sorulduğunda adını söyler.
- Çoğu zaman başkalarının anlayabileceği kadar iyi konuşur.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Büyük boncuklar veya makarna gibi nesnelere ipe dizer.
- Bol pantolon veya ceket gibi bazı kıyafetleri kendi başına giyer.
- Çatal kullanır.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Çocuğunuzla birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Çocuğunuz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Çocuğunuz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Çocuğunuz en iyi siz tanırırsınız. Çocuğunuz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Çocuğunuzun doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Çocuğunuzla ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Çocuğunuzun daha iyi değerlendirilebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Çocuğunuzun özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention) "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Seçkin Otizmli Bireyler Eğitim Vakfı

Çocuğunuzun öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Çocuğunuzun ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Çocuğunuzun gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.



- Çocuğunuzun kendi sorunlarını sizin desteğinizle çözmesi için teşvik edin. Sorunu anlamasına yardımcı olmak için sorular sorun. Çözümler düşünmesine, birini ve gerekirse daha fazlasını denemesine yardımcı olun.
- Çocuğunuzun duyguları hakkında konuşun ve ona nasıl hissettiğini açıklamasına yardımcı olacak kelimeler verin. Çocuğunuza üzgün olduğunda derin nefes almayı, sevdiği bir oyuncaya sarılmayı veya sessiz, güvenli bir yere gitmeyi öğreterek stresli duygularını yönetmesine yardımcı olun.
- Çocuğunuzun uyabileceği birkaç basit ve net kural belirleyin, örneğin oyun oynarken nazik eller kullanın. Eğer bir kuralı çiğnerse, onun yerine ne yapması gerektiğini gösterin. Daha sonra, çocuğunuz kurala uyarsa, onu fark edin ve tebrik edin.
- Çocuğunuzla birlikte okuyun. “Resimde ne oluyor?” ve/veya “Sence bundan sonra ne olacak?” gibi sorular sorun. Size bir cevap verdiğinde, daha fazla ayrıntı isteyin.
- Sayma oyunları oynayın. Vücut parçalarını, merdivenleri ve her gün kullandığınız veya gördüğünüz diğer şeyleri sayın. Bu yaştaki çocuklar sayıları ve saymayı öğrenmeye başlarlar.
- Çocuğunuzla onunkinden daha uzun cümleler kurarak ve kelimeleri doğru bir şekilde söyleyerek dil becerilerini geliştirmesine yardımcı olun. Söylediklerini tekrarlayın, örneğin “mu lazım” ve sonra “muz istiyorum” diyerek daha “yetişkin” kelimelerin nasıl kullanılacağını gösterin.
- Çocuğunuzun yemek yapımına yardım etmesine izin verin. Ona meyve ve sebzeleri yıkamak veya karıştırmak gibi basit görevler verin.
- Çocuğunuza 2 veya 3 adımlı talimatlar verin. Örneğin, “Odana git ve ayakkabılarınıla montunu al.”
- Ekran süresini (TV, tabletler, telefonlar, vb.) bir yetişkinin bulunduğu bir çocuk programında günde en fazla 1 saatle sınırlayın. Çocuğunuzun yatak odasına herhangi bir ekran koymayın. Çocuklar konuşarak, oynayarak ve başkalarıyla etkileşime girerek öğrenirler.
- Çocuğunuza “Mini mini bir kuş donmuştu” veya “Fış fış kayıkçı” gibi basit şarkılar ve tekerlemeler öğretin.
- Çocuğunuza içinde kağıt, boya kalemleri ve boyama kitapları olan bir “aktivite kutusu” verin.
- Çocuğunuzla birlikte çizgiler ve şekiller boyayın ve çizin.
- Çocuğunuzun diğer çocuklarla oynaması için teşvik edin. Bu, arkadaşlığın değerini ve başkalarıyla nasıl geçineceğini öğrenmesine yardımcı olur.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüşü birliği temelinde seçmiştir.

Çocuğunuz 4 Yaşında

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Çocuğunuzun nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Çocuğunuz 4 yaşa kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Çocuklar bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Oyun sırasında başka biriyimş gibi davranır (öğretmen, süper kahraman, köpek)
- Etrafta çocuk yoksa "Ali ile oynayabilir miyim?" gibi çocuklarla oynamak ister.
- İncinmiş veya üzgün olan çevresindeki kişileri rahatlatır. Örneğin, ağlayan bir arkadaşına sarılmak gibi.
- Oyun parkında yüksekten atlamamak gibi tehlikelerden kaçınır.
- "Yardımcı" olmayı sever.
- Bulunduğu yere göre davranışını değiştirir (ibadet yeri, kütüphane, oyun alanı).

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Nesnelerdeki birkaç rengi söyler.
- İyi bilinen bir hikayenin devamında ne olduğunu anlatır.
- Üç veya daha fazla vücut parçası olan bir kişi çizer.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Dört veya daha fazla sözcük içeren cümleler söyler.
- Bir şarkıdan, hikayeden veya tekerlemeden bazı kelimeler söyler.
- "Futbol oynadım" gibi gün içinde olan en az bir şey hakkında konuşur.
- "Palto ne içindir?" veya "Pastel boya ne içindir?" gibi basit sorulara cevaplar verir.

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Büyük bir top atıldığında çoğu zaman yakalar.
- Yetişkin gözetiminde kendi kendine yemek servisi yapar veya su döker.
- Bazı düğmeleri açar.
- Pastel boya veya kalemli parmakları ve baş parmağı arasında tutar (yumruk değil).

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Çocuğunuzla birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Çocuğunuz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Çocuğunuz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Çocuğunuz en iyi siz tanırırsınız. Çocuğunuz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Çocuğunuzun doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Çocuğunuzla ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Çocuğunuzun daha iyi değerlendirebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Çocuğunuzun özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention)' "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Çocuğunuzun öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.

Çocuğunuzun ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Çocuğunuzun gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.



- Çocuğunuzun yeni yerlere ve yeni insanlarla tanışmaya hazır olmasına yardımcı olun. Örneğin, rahat olmasına yardımcı olmak için hikayeler okuyabilir veya rol yapabilirsiniz (mış gibi oyun).
- Çocuğunuzla birlikte kitap okuyun. Ona hikayede neler olduğunu ve bundan sonra ne olabileceğini düşündüğünü sorun. Çocuğunuzun renkler, şekiller ve boyutlar hakkında bilgi edinmesine yardımcı olun. Örneğin, gün içinde gördüğü şeylerin renklerini, şekillerini ve boyutlarını sorun.
- Çocuğunuzun bir şeyler istemek ve sorunları çözmek için “kendi sözcüklerini” kullanmaya teşvik edin.
- Bununla birlikte nasıl yapacağını da gösterin. İhtiyacı olan kelimeleri bilmiyor olabilir. Örneğin, çocuğunuzun birinden bir şey almak yerine “Sıra bende olabilir mi?” demesine yardımcı olun.
- Çocuğunuzun başkalarının duygularını ve olumlu tepki verme yollarını öğrenmesine yardımcı olun. Örneğin, üzgün bir çocuk gördüğünde, “Üzgün görünüyor. Hadi ona bir oyuncak getirelim.”
- Olumlu kelimeler kullanın ve görmek istediğiniz davranışlara (“istenen davranışlar”) dikkat edin. Örneğin, “O oyuncacı çok güzel paylaşıyorsun!” deyin. Görmek istemediklerinize daha az ilgi gösterin.
- Çocuğunuza yapmasını istemediğiniz bir şeyi (“istenmeyen davranış”) neden yapamayacağını basit bir şekilde anlatın. Bunun yerine ne yapabileceği konusunda ona bir seçenek sunun. Örneğin, yatağın üzerinde zıplayan bir çocuğa “Yatağın üzerinde oturabilirsin, uyuyabilirsin ama zıplamak istiyorsan dışarı çıkıp oyun oynayabilir ya da müzik açıp dans edebiliriz.”
- Çocuğunuzun park veya kütüphane gibi yerlerde diğer çocuklarla oynamasına izin verin. Yerel oyun grupları ve okul öncesi programları hakkında bilgi alın. Başkalarıyla oynamak çocuğunuzun paylaşmanın ve arkadaşlığın değerini öğrenmesine yardımcı olur.
- Mümkün olduğunda çocuğunuzla birlikte yemek yiyin. Meyve, sebze ve tam tahıllar gibi sağlıklı yiyeceklerin tadını çıkarırken ve süt ya da su içerken sizi görmesini sağlayın.
- Sakin, sessiz bir uyku rutini oluşturun. Yatmadan önce 1 - 2 saat boyunca ekrandan (TV, telefon, tablet vb.) kaçının ve çocuğunuzun yatak odasına herhangi bir ekran koymayın. Bu yaştaki çocukların günde 10 - 13 saat uykuya ihtiyacı vardır (şekerlemeler dahil). Tutarlı uyku saatleri bunu kolaylaştırır!
- Çocuğunuza hayal gücünü teşvik eden oyuncaklar veya eşyalar verin, Örneğin kıyafet giydirme, yemek yapar gibi yapacağı tencere ve tavalar veya inşa edeceği bloklar gibi. Pişirdiği yemeği yiyormuş gibi yaparak hayali oyunlarda ona katılın.
- Çocuğunuzun “neden” sorularını yanıtlamak için zaman ayırın. Cevabı bilmiyorsanız, “bilmiyorum” deyin veya çocuğunuzun cevabı bir kitaptan, internetten veya başka bir yetişkinden bulmasına yardımcı olun.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüş birliği temelinde seçmiştir.

Çocuğunuz 5 Yaşında

Bebeğin İsmi

Bebeğin Yaşı

Bebeğin Doğum Tarihi

Gelişimsel dönüm noktaları önemlidir! Çocuğunuzun nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar. Çocuğunuz 5 yaşa kadar ulaştığı gelişimsel dönüm noktalarını kontrol edin. Bu formu yanınıza alın ve bebeğinizin her rutin sağlık kontrolünde doktorunuzla, bebeğinizin ulaştığı gelişimsel dönüm noktası ve bundan sonra nelerin beklenebileceği hakkında konuşun.



Çocuklar bu dönemde genellikle neler yapar?

Sosyal/Duygusal Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Diğer çocuklarla oyun oynarken kurallara uyar veya sırayla oynar.
- Sizin için şarkı söyler, dans eder veya rol yapar.
- Çorapları eşleştirmek veya yemekten sonra masayı toplamak gibi evdeki basit işleri yapar.

Bilişsel Alandaki (öğrenme, düşünme, problem çözme) Gelişimsel Dönüm Noktaları

- 10'a kadar sayar.
- İşaret ettiğinizde 1 ile 5 arasındaki bazı sayıları söyler.
- "Dün", "yarın", "sabah" veya "gece" gibi zamanla ilgili kelimeler kullanır.
- Etkinlikler sırasında 5-10 dakika boyunca dikkatini verir. Örneğin, hikaye zamanı sırasında veya sanat ve el sanatları esnasında dikkatini sürdürür(ekran süresi sayılmaz).
- Adındaki bazı harfler yazar.
- İşaret ettiğinizde bazı harfleri adlandırır.

Dil/İletişim Alanındaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Duyduğu veya uydurduğu bir hikayeyi en az iki olayla anlatır. Örneğin, bir kedi ağaçta mahsur kalmış ve bir itfaiyeci kurtardı.
- Ona bir kitap ya da hikaye okuduktan ya da anlattıktan sonra bu kitap ya da hikaye hakkındaki basit soruları yanıtlar.
- Üçten fazla karşılıklı konuşma ile bir sohbeti devam ettirir.
- Basit kafiyeli sözcükleri kullanır veya bilir (yat-sat, kedi-yedi...vb.).

Hareket/Fiziksel Alandaki Gelişimsel Dönüm Noktaları

- Bazı düğmeleri düğmeler.
- Tek ayak üzerinde zıplar.

Doktor ile paylaşılması gereken önemli noktalar:

- Çocuğunuzla birlikte yaptığınız şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yapmaktan hoşlandığı şeyler nelerdir?
- Çocuğunuzun yaptığı veya yapmadığı sizi endişelendiren bir şey var mı?
- Çocuğunuz, önceden sahip olduğu herhangi bir beceriyi kaybetti mi?
- Çocuğunuz erken doğum sonucu mu dünyaya geldi, herhangi bir özel sağlık sorunu veya ihtiyacı var mı?

Çocuğunuz en iyi siz tanırırsınız. Çocuğunuz bir veya daha fazla dönüm noktasına ulaşamıyorsa, bir zamanlar sahip olduğu becerilerini kaybetmişse, endişeleriniz varsa; zaman kaybetmeden harekete geçin. Çocuğunuzun doktoruyla konuşun, endişelerinizi paylaşın ve gelişimsel tarama hakkında bilgi alın. Çocuğunuzla ilgili endişeleriniz hala devam ediyorsa:

1. Çocuğunuzun daha iyi değerlendirebileceği bir uzmana sevk edilmesini isteyin; ve
2. Çocuğunuzun özel eğitim ve destek hizmetlerinden yararlanıp yararlanamayacağını öğrenmek için yaşadığınız bölgedeki

Aile Sağlığı Merkezi ile ve Rehberlik Araştırma Merkezi ile irtibata geçin.

**Beklemeyin!
Erken hareket etmek
gerçekten fark yaratabilir.**

Gelişimsel Dönüm Noktaları içeriği ve görselleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (U.S. Centers for Disease Control and Prevention)' "Learn the Signs. Act Early!" adlı programından SOBE Vakfı tarafından uyarlanmıştır.



Çocuğunuzun öğrenmesine ve gelişmesine destek olun.



Çocuğunuzun ilk öğretmeni olarak onun öğrenmesine ve beyin gelişimine destek olabilirsiniz. Aşağıdaki basit ipuçlarını ve etkinlikleri deneyin. Çocuğunuzun gelişimine nasıl yardımcı olabileceğiniz konusunda daha fazla fikir edinmek ve sorularınızı sormak için bebeğinizin doktoru veya öğretmenleriyle görüşün.

- Çocuğunuz kendini bağımsız hissetmek ve neler olduğunu test etmek için “karşılık vermeye” başlayabilir. Olumsuz kelimelere verdiğiniz ilgiyi sınırlayın. Yapabileceği, liderliği ele almasına ve bağımsız olmasına izin veren alternatif aktiviteler bulun. İyi davranışları fark etmeye özen gösterin.
- “Sana yatma zamanı olduğunu söylediğimde sakın kaldın.” gibi cümleler kurun.
- Çocuğunuza ne oynadığını sorun. “Neden?” ve “Nasıl?” sorularını sorarak cevaplarını genişletmesine yardımcı olun. Örneğin, “Yaptığın köprü çok güzel. Neden onu oraya koydun?”
- Yapbozlar ve yapı taşları gibi çocuğunuzun bir şeyleri bir araya getirmeye teşvik eden oyuncaklarla oynayın.
- Çocuğunuzun zamanı anlamaya başlamasına yardımcı olmak için kelimeler kullanın. Örneğin, haftanın günleri hakkında şarkılar söyleyin ve hangi gün olduğunu bilmesini sağlayın. Zamanla ilgili bugün, yarın ve dün gibi kelimeler kullanın.
- Mükemmel yapmasa bile çocuğunuzun kendi başına bir şeyler yapmasına izin verin. Örneğin, yatağını toplamasına, gömleğinin düğmelerini iliklemesine veya bir bardağa su doldurmasına izin verin.
- Yaptığında onu kutlayın ve yapmanız gerekmeyen hiçbir şeyi “düzeltmemeye” çalışın.
- Çocuğunuzun ve kendinizin duyguları hakkında konuşun ve bunları etiketleyin. Kitap okuyun ve karakterlerin sahip olduğu duygular ve neden sahip oldukları hakkında konuşun.
- Kafiyeli sözcüklerle oyunlar oynayın. Örneğin, “Kedi-yedi, oyun-koyun,vb.
- Çocuğunuza oyunlarda kurallara uymayı öğretin. Örneğin, basit masa oyunları, kart oyunları veya “Simon der ki” oynayın.
- Evinizde çocuğunuzun üzgün olduğunda gidebileceği bir yer oluşturun. Çocuğunuzun güvende olduğunu bilmesi ve gerektiğinde sakinleşmesine yardımcı olmak için size gelebilmesi için yakınında kalın.
- Çocuğunuzun ekran başında geçireceği süreye (TV, tablet, telefon vb.) günde 1 saati geçmeyecek şekilde sınırlar koyun. Aileniz için bir medya kullanım planı yapın.
- Çocuğunuzla birlikte yemek yiyin ve birlikte konuşarak aile zamanının tadını çıkarın. Herkese aynı yemeği verin. Yemek sırasında ekran başında vakit geçirmekten (TV, tablet, telefon vb.) kaçının.
- Çocuğunuzun sağlıklı yiyeceklerin hazırlanmasına yardım etmesine izin verin ve birlikte tadını çıkarın.
- Çocuğunuzun resimlere bakarak ve hikaye anlatarak “okumaya” teşvik edin.
- Hafıza ve dikkati geliştirmeye yardımcı olan oyunlar oynayın. Örneğin, kart oyunları, SOS, sıcak-soğuk veya dedektifçilik oynayın.

Bu gelişimsel dönüm noktaları kontrol listesi, standartlaştırılmış ve doğrulanmış bir gelişim tarama aracının yerine geçmez. Bu gelişimsel dönüm noktaları, çoğu çocuğun (%75 veya daha fazlasının) yaşa göre yapabildiklerini gösterir. Konu uzmanları, bu gelişimsel dönüm noktalarını mevcut veriler ve uzman görüş birliği temelinde seçmiştir.