

SBC IPUCU SAYFASI

EÇG İpucu Sayfası: Erken Çocukluk Gelişimi (0–5 Yaş)

Erken Dönem ve Sadece Anne Sütüyle Besleme (0–6 Ay)

- **Bilmeniz Gerekenler:** Sadece anne sütü—su ve yiyecek yok.
Emzirme, gelişim geriliği ya da engeli olanlar da dahil tüm bebekler için faydalıdır. Eğer bebeğiniz emme veya beslenmede zorlanıyorsa, engelli bebeklere yönelik destek konusunda eğitim almış bir Bebek ve Küçük Çocuk Beslenmesi (IYCF) danışmanından yardım alın
- **Neden:** Bağışıklık oluşturur, beyin gelişimini destekler ve bağlanmayı güçlendirir.

İpucu: Her 2–3 saatte bir veya bebek işaret verdiğinde (ağlama, yumruğunu emme) besleyin.

- **Yardım için gidilebilecek yerler:** Aile sağlığı merkezi, hemşireler veya emzirme destek grupları.

Tamamlayıcı Beslenme (6+ Ay)

- **Tanıtılacak Gıdalar:**
 - 6–8 ay: ezilmiş sebzeler, yumuşak meyveler, lapa
 - 9–11 ay: yumuşak gıdalar (haşlanmış patates, pilav).
 - 12+ ay: aile yemekleri, küçük parçalar halinde kesilmiş.

Engelli çocukların, yiyeceklerin kıvamının değiştirilmesine ya da özel beslenme yöntemlerine ihtiyaçları olabilir. Çocuğun verdiği işaretleri gözlemleyin; beslenmede sorun yaşarsanız çocuk beslenme uzmanına danışın.

İpucu: Ek gıdaya yavaş yavaş başlarken anne sütü vermeye devam edin.

- **Yardım İçin Gidebileceğiniz Yerler:** Sağlık ocağı, yerel beslenme uzmanı veya çocuk doktoru.

Gelişim Dönüm Noktalarını İzleme (Adım Adım)

Yaş	İzlenecek Temel İşaretler:
1 ay	Kollarını/bacaklarını hareket ettirir, yüzlere bakar.
2 ay	Güler, gözleriyle nesneleri takip eder.
3–4 ay	Başını dik tutar, gırtlaktan sesler çıkarır.
5–6 ay	Yuvarlanır, ismine tepki verir.
7–9 ay	Desteksiz oturur, alkışlar.
10–12 ay	Emekler, "anne/baba" der.
13–18 ay	Yürür, ilgi göstermek için işaret eder.
19–24 ay	İki kelimelik cümleler kurar, hareketleri taklit eder.
25–36 ay	Hayali oyunlar oynar, şekilleri sınıflandırır
37–48 ay	Zıplar, isimleri ve renkleri bilir.
49–60 ay	10'a kadar sayar, şekiller çizer.
61–72 ay	Harf yazar, basit hikayeler anlatır.

Unutmayın, çocuklar farklı hızlarda gelişir. Engeli olanlar da dahil bazı çocuklar, gelişim basamaklarına daha geç ya da farklı şekillerde ulaşabilir. İlerlemeyi kutlayın ve endişelendiğinizde bir sağlık uzmanına/doktora danışın.

Evde Nasıl İzlenir:

- Davranışları gözlemlemek için oyun ve günlük rutinleri kullanın.
- Yürümeye, konuşmaya veya başkalarıyla oynamaya başladıkları zamanları not alın.

Ne Zaman Doktora Görünmeli:

- Çocuk 2 aylıkken göz teması kurmuyorsa.
- 9 aylıkken oturmuyorsa.
- 18 aylıkken kelime söylemiyorsa.
- Kazanılmış becerileri kaybetmeye başlıyorsa.
- Çocuk duyuşal zorluk belirtileri gösteriyorsa (örneğin, seslere ya da dokulara aşırı tepki veriyorsa).
- Çocuk hareket etmede ya da koordinasyonda zorluk yaşıyorsa.

ECE İpuçları Sayfası: Erken Çocukluk Eğitimi (3–6 Yaş)

Gelişim Alanları:

- **Bilişsel:** Yapbozlar, taklit oyunları, sınıflandırma.
- **Fiziksel:** Tırmanma, koşma, blok istifleme
- **Duygusal:** Duygularını ifade etme, rahatlık arama.
- **Motor Beceriler:** Boya kalemleri kullanma, topu fırlatma ve yakalama, oyuncakları düşürüp alma.

Evde Destek İpuçları:

- Bir oyun alanı oluşturun.
- Açık uçlu sorular sorun: "Ne görüyorsun?", "Sırada ne olacak?".
- Etkinlikleri çocuğun becerilerine uyarlayın. Örneğin, görme zorluğu yaşayan çocuklar için daha büyük puzzle parçaları ya da dokunabileceği (dokunsal) kitaplar kullanın.
- Tüm çocukların, yetenek farkı gözetmeksizin katılabileceği kapsayıcı oyunları teşvik edin.

Evde Öğrenme:

- **Konuşma:** Nesneleri adlandırmak ve eylemleri tanımlamak için günlük aktiviteleri kullanın.
- **Okuma:** Her gün resimli basit hikayeler anlatın.
- **Sayma:** Düğme veya meyve gibi günlük eşyaları kullanın.
- **Şarkı Söyleme:** Tekerlemeler kelimeleri ve hafızayı öğretir.
- **Birlikte Yapma:** Yaşa uygun olarak birlikte temizlik, eşyaları düzenleme veya çamaşır katlama gibi işler yapın
- İletişimde zorlanan çocukları desteklemek için görsel programlar veya işaret dili kullanın.
- Duyusal hassasiyeti olan çocuklar için duyuşal açıdan uygun materyaller sağlayın (örneğin, yumuşak dokular, sessiz alanlar).

Çocuk Koruma İpuçları

İhmal

- Çocuk kirli, aç veya sık sık hasta görünüyor.
- Nadiren konuşuyor veya etkileşimde bulunuyor.

Ne Yapmalı: Ebeveyn/bakım verenle nazikçe konuşun. Ebeveynlere danışmanlık için çocuk koruma ekibine yönlendirin.

Engelli çocuklar, ihmal ya da istismara karşı daha savunmasız olabilir. Açıklanamayan yaralanmalar, aşırı korkulu davranışlar veya kazanılmış becerilerde gerileme gibi belirtilere dikkat edin

Şiddet İçeren Disiplin

- Bağırma, tokatlama veya tehditler.
- Çocuk korkulu, içine kapanık veya agresif.

Ne Yapmalı: Ebeveynleri/ bakım verenleri sakın bir ses tonu kullanma, seçenekler sunma ve net rutinler belirleme gibi daha iyi alternatiflere teşvik edin.

Ev İçi Şiddet

- Çocuklarda uyku sorunları, anksiyete ve hatta bazı durumlarda şiddet içeren davranışları taklit etme görülebilir.

Nelere Dikkat Etmeli:

- Çocuğun davranışlarında ani değişiklikler.
- Bazı yetişkinlere karşı korku.

Destek İpuçları: Yargılamadan dinlemek, yerel kadın veya aile danışmanlık destek hizmetlerine yönlendirmek önemlidir.

Bakım verenlerin, engelli çocukların haklarını anlamalarını ve kapsayıcı destek hizmetlerine erişimlerinin olmasını sağlayın.