

COVID 19 SÜRECİNDE ÇOCUKLAR: GELİŞİMSEL İHTİYAÇLAR VE ÖNERİLER

Neriman ARAL*, Burçin AYSU**, Gül KADAN***

Özet

Doğum öncesi dönemden başlayarak yaşamın sonuna kadar devam eden gelişimsel görevler ve gelişimsel ihtiyaçlar her dönemde oldukça önemlidir. Gelişim, kalıtım ve çevrenin etkileşimi sonucunda ilerlemektedir. Bu kapsamda çevreden gelebilecek olumlu ya da olumsuz değişimler, gelişimde önemli problemlere neden olabilmektedir. Son günlerde yaşanan COVID 19 pandemisi de bu kapsamda önemli çevre etkilerinden biridir. Çin'in Vuhan kentinde başlayan ve hızla yayılan salgın hastalıktan dolayı son günlerde hem Dünyada hem de Türkiye'de olağanüstü günler yaşanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemik ilan edilen bu durum insan hayatında pek çok değişikliği de beraberinde getirmiştir. COVID 19 pandemisinden dolayı çocuklar oldukça fazla etkilenmiştir. Çocuklar gelişim alanlarının özelliklerinden dolayı birtakım durum ya da önlemleri yetişkinler kadar anlamlandıramamakta, risklere duyarsız davranabilmekte, geçmişte yaptığı davranışları yapmak isteyebilmekte ve bu isteklerine paralel olarak birtakım olumsuz davranış içerisine girebilmektedir. Çocukların içinde buldukları bu durumu olumlu yöne çevirebilmek için birtakım önlemlerin alınması gerekmektedir. Bu önlemlerin alınabilmesi için bebeklik döneminden ergenlik dönemine kadar çocukların gelişimsel ihtiyaçlarının belirlenmesi ve pandemi ile birlikte olumsuz yönde gerçekleştirebilecek bu ihtiyaçlara yönelik öneri alınması gerekmektedir. Tüm bu düşünceler ışığında araştırmada, çocukların gelişimsel ihtiyaçlarının birtakım kuramlara dayandırılarak açıklanması ve COVID 19 pandemi sürecine yönelik ailelere önerilerde bulunmak amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda COVID 19 pandemisinde çocukların gelişimsel ihtiyaçlarına yönelik yapılan araştırmalar incelenmiştir. Yapılan araştırmalara ve literatür bilgisine dayanarak ailelere önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Gelişim, Gelişimsel ihtiyaçlar, Çocuk, Salgın hastalık, Aile

* Prof. Dr. Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, aralneriman@gmail.com. Orcid No: 0000-0002-9266-938X

** Dr. Öğr. Üyesi Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, burcinaysu@windowslive.com. Orcid No: 0000-0003-3881-191X

*** Öğr. Gör. Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Bölümü, gulkadan@gmail.com Orcid No: 0000 0002 1430 8714

CHILDREN IN THE COVID 19 PROCESS: DEVELOPMENTAL NEEDS AND RECOMMENDATIONS

Gül KADAN, Burçin AYSU, Neriman ARAL

Abstract

Developmental tasks and developmental needs starting from the prenatal period until the end of life are very important in every period. Development progresses as a result of the interaction of heredity and environment. In this context, positive or negative changes that may come from the environment can cause important problems in development. The recent COVID 19 pandemic is also one of the important environmental effects in this context. Due to the rapidly spreading epidemics began and in Wuhan city of China in recent days in both the world and in Turkey as well as being experienced extraordinary days. This situation, declared as a pandemic by the World Health Organization, has brought many changes in human life. Children have been greatly affected by the COVID 19 pandemic. Due to the characteristics of their developmental areas, children cannot make sense of certain situations or measures as much as adults, they can be insensitive to risks, they may want to do the behaviors they have done in the past, and may engage in some negative behaviors in parallel with these requests. Certain measures should be taken in order to turn this situation of children into a positive direction. In order to take these measures, it is necessary to determine the developmental needs of children from infancy to adolescence and to take suggestions for these needs that can be realized negatively with the pandemic. In the light of all these considerations, the study aimed to explain the developmental needs of children based on certain rules and to make suggestions to families regarding the COVID 19 pandemic process. For this purpose, researches on the developmental needs of children in the COVID 19 pandemic were examined. Based on the researches and literature information, suggestions were made to the families.

Keywords: Development, Developmental Needs, Child, Epidemic, Family

Giriş

Doğum öncesi dönemden ölüme kadar devam eden, kalıtım ve çevre etkileşiminin bir ürünü olan gelişim oldukça önemlidir. Gelişim, doğum öncesi dönemden itibaren başlamakta, düzenli, sıralı ve ilerleyici değişimler yaşanarak ölüme kadar devam etmektedir. Üstelik gelişim, tek bir alanda değil, sosyal- duygusal, fiziksel, psikomotor ve bilişsel gelişim alanlarından oluşmaktadır (Deniz, 2017; Şahin, 2018). İnsan yaşamı üzerinde derin etkiler

bırakabilecek olan gelişim birtakım faktörler tarafından etkilenmektedir. Bu etkenlerden biri, çocuğun içinde bulunduğu aile, diğeri ise toplumda yaşanan değişimlerdir.

Çocuk gözlerini aile ortamında açmakta ve ailenin çocuğa sunduğu imkan ve olanaklar yanında anne-babanın çocukla iletişim tarzı, psikolojik ve fizyolojik durumları gelişim üzerinde belirleyici olabilmektedir (Öngören ve Yılmaz, 2018; Sağlam, 2017). Aile içinde birbirleriyle ve çocuklarıyla kurdukları iletişim çocukların bilişsel, sosyal-duygusal, dil gelişimlerine katkı sağlamaktadır. Çocuklar daha sonraki süreçte gösterecekleri yaşam deneyimlerini ebeveynlerini rol-model alarak edinmekte ve bu davranışları içselleştirerek kendi yaşamlarını düzenlemektedirler. Ebeveynlerin çocuklarıyla istedik yönde iletişim kurabilmelerinde ise psikolojik ve fizyolojik sağlıklarının iyi durumda olması oldukça önemlidir (Arıkan ve Aydoğan, 2001; Öngören ve Yılmaz, 2018). Ebeveynlerin çocuklarına sağladıkları imkan ve olanaklar çocukların bilişsel ve psikomotor becerileri başta olmak üzere tüm gelişim alanlarını olumlu yönde etkileyebilmektedir. Ebeveynlerin belirli bir iş ya da gelir durumlarının olması bu kapsamda çocuklara sunulacak imkanların artmasıyla birebir bağlantılıdır (Ulaş, 2008).

Gelişimde ailenin yanında toplum da bu kapsamda etkilidir. Özellikle toplumda tüm kesimi etkileyebilecek doğal afetler ve salgın hastalıklar gelişim üzerinde önemli etkilerde bulunabilmektedir (Şahin ve Sipahioğlu, 2002). Toplumda belirli dönemlerde ortaya çıkabilen doğal afetler ve salgın hastalıklar sadece sağlığı etkilememekte, aynı zamanda ortaya çıkardığı önlemler kapsamında gelişim üzerinde önemli etkilerde de bulunabilmektedir (Bjorkdahl ve Carlsen, 2019). Bu kapsamda 2020 yılında başlayan COVID 19 pandemisi de toplumsal kökenli olan ve gelişim üzerinde etkileri bulunan salgın hastalıktır.

Çin'in Vuhan kentinde 2019 yılının sonlarında başlayan COVID 19, ateş, öksürük, nefes darlığı ve solunum yolu hastalıkları belirtileri ile başlayan ölümcül bir hastalıktır (Hughes, 2020). Hastalığın insandan insana kolaylıkla bulaşma özelliği, hastalığa karşı tüm dünyada acil önlemler alınmasını gerektirmektedir (Qiu vd., 2020). Hastalığa yönelik alınan önlemler ile iş yerleri ve okullar kapatılmış, belirli yaş grubunda olan çocukların ya da bireylerin evde karantina uygulamaları başlamıştır. Bu durum ise ailede iş ya da gelir kaybına ya da çocukların özgürce yaptıkları gelişim görevlerini yapamamalarına neden olmuştur (Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı, 2020). Her ne kadar bu önlemler hastalığın kontrol edilebilmesi açısından önemli olsa da gelişim üzerinde de birtakım etkilerde bulunabilmiştir. Yapılan literatür taramasında Türkiye'de COVID 19 pandemisinin çocuklar üzerindeki etkilerine yönelik araştırmaların genel olarak tek bir alan üzerinde yoğunlaştığı belirlenmiş (Akoğlu ve Karaaslan, 2020; Mart ve Kesicioğlu,

2020; Sarman vd., 2020; Tarkoçin vd., 2020), ancak bütüncül gelişim alanlarına yönelik araştırmalara rastlanılmamıştır. Bu nedenle de araştırmada çocukluk dönemindeki gelişimsel ihtiyaçlarının belirlenerek önerilerde bulunması amaçlanmıştır.

Bebeklik Dönemi (0-2 Yaş) Temel İhtiyaçlar

Doğumdan sonraki ilk iki yıllık süreç, oldukça hızlı değişim ve dönüşümlerin yaşandığı bir dönemdir. Bu dönemde bebek yeni ve bilmediği bir dünyaya gelmekte, etrafında olan kişi ve nesnelere iletişime geçmekte ve dönemin sonunda da pek çok deneyimi kazanarak, bağımsızlığını elde etmiş bir bireye dönüşmektedir. Her ne kadar bu dönemde bebeğin temel ihtiyaçları oldukça basit gibi gözükse de bir o kadar da hayati öneme sahiptir. Bu dönemde bebeğin temel gelişimsel ihtiyaçlarına aşağıda yer verilmiştir.

Temel Güven Duygusu

Bebek hiç tanımadığı bir ortama gözlerini açtığı anda bu ortamda birtakım temel ihtiyaçlarının başkaları tarafından karşılanmasına muhtaçtır. Erikson'un da üzerinde durduğu temel güvene karşı güvensizlik döneminde bu ihtiyaçların karşılanması ileriye yönelik bir yatırım olmakta, bebek etrafını güvenilir bir yer olarak görmekte ve hem meslek hayatında, hem de sosyal yaşamında olumlu kazanımlar elde etmektedir (Akt. Aral ve Kadan, 2018). Bebeğin ihtiyaçlarının zamanında karşılanması sevgi dolu, tutarlı bir şekilde davranılması, onunla konuşulması, oyun oynanması temel güven duygusunun oluşmasında etkili olmaktadır. Bebekle girilen iletişimde sakin ve kararlı olmak, kaygı ve korkuların bebeğe yansıtılmaması temel güven duygusunun oluşmasında çok önemlidir. Bebek, anne-baba ya da ona bakım veren kişinin endişe, kaygı ve korkusunu çok rahatlıkla fark edebilir. Bu durum çocuğun temel güven duygusunu olumsuz yönde etkileyerek, onun gelecek yaşantısına olumsuz yansıma yapabilir (Baykoç, 2006; Çağdaş, 2009; Kandır, 2007; Tok, 2016).

Sevme ve Sevilme

Sevme ve sevilme tüm canlılar için oldukça önemlidir. Maslow'un ihtiyaçlar piramidinde de üzerinde durduğu sevgi ve ait olma ihtiyacı, bebeğin ileriye yönelik yatırım yapmasına yardımcı olmaktadır. Sevgi her dönemde önemli olsa da bebeklik döneminde daha büyük önem taşımaktadır. Bebeğin temel güven duygusunun gelişmesinde, ihtiyaçlarının karşılanmasında sevgi dolu yaklaşımlar gösterilmesi ve bu sevginin bebeğe de hissettirilmesi önemlidir (Coşkun ve Deniz, 2017).

Hareket Edebileceği Alanlar ve Oyun

Bebeklik döneminde bebek, etrafını oyun yoluyla keşfetmektedir. Piaget'nin bilişsel gelişim kuramında da belirttiği şekilde bebeğin, ilk başta kendi vücudunda başlayan oyun faaliyetleri zamanla etrafındaki birey ve kişilere yoğunlaşmaktadır (Akt. Bütün-Ayhan, 2017). Bebeğin oyun oynaması yönünde desteklenmesi, keşfetmelerine olanak verilecek ortamın sağlanması oldukça önemlidir. Özellikle bebeğin, bir-iki yaşlarında emeklemeye ve yürümeye başlamasıyla artan hareket gelişiminin desteklenmesine ve güven içinde hareket edebilecekleri ortamların sağlanmasına ihtiyacı vardır (Gizir, 2017).

Rutinlerin Devam Ettirilmesi

Bebeklerin rutinlerine bakıldığında bunların günde 16-20 saat uyumak, beslenmek ve kişisel bakımlarının yapılması olduğu söylenebilir. Bu ihtiyaçlarının bebeğin ihtiyaçlarına göre düzenlenmesi ve mümkün olduğunca bu düzenin değiştirilmemesi gerekmektedir (Coşkun ve Deniz, 2017).

Yapılan araştırmalarda bebeklik döneminde ebeveynlerle sıcak bir iletişimin tatmin edici ve yeterli ilişkilerin bebeklerin ilerleyen dönemlerde kendilerini yeterli olarak algılayıp, etrafıyla kuracağı iletişimde önemli olduğuna yönelik sonuçlara ulaşılmış, bir başka ifadeyle çocuğun sosyal ve duygusal gelişiminde bir yatırım olduğu belirlenmiştir (Davaslıgil, 2001; Mahler vd., 2003). Bu etkiler göz önüne alındığında COVID 19 pandemi sürecinde yaşananlar bebeklerin gelişimi üzerinde de etkide bulunabilecektir. Bu süreçte bebeğin etrafında o güne kadar alışık olmadığı birtakım olaylar yaşanmaktadır. Bebek her ne kadar ne olduğunu tam olarak bilmese de farklılığı da hissedebilmektedir. Ebeveynlerin toplumda ortaya çıkan salgın hastalığa yönelik endişe ve korkuları bebeğin temel gelişimsel ihtiyaçlarını karşılayamaması ya da yeterli şekilde karşılayamaması ile sonuçlanabilmektedir. Bu durum ise bebeğin gelişimsel ihtiyaçlarında birtakım sorunlara yol açabilmektedir. Bu nedenle ailelerin bu konuda desteklenmeleri ve bu konuda bilgilendirilmeleri gerekmektedir.

Okul Öncesi Dönem (2-6 Yaş) Gelişimsel İhtiyaçlar

Okul öncesi dönem insan hayatında oldukça önemli olan bir dönemdir. Bu dönem, hayatın sonraki yıllarını denetleme ve düzenleme imkanı vermesi açısından kritiktir. Çocuk iki yaşına geldiğinde gelişim alanlarında anne-babadan kısmen bağımsız hareket edebilme özgürlüğünü de kazanmış durumdadır. Bu dönemde çocuğun ihtiyaçları bir önceki dönemle benzer olsa da farklı özellikleri de içermektedir.

Güven İhtiyacı

Bebeklik döneminde oluşan temel güven, bu dönemde çocuğun kendine ve etrafındaki bireylere güven duyabilmesine doğru evrilmektedir. Çocuk artık kendisi yürüyebilmekte, koşabilmekte, kendini besleyebilmekte, akranları ile bir araya gelerek ilişkilerini yönetebilmektedir. Bu dönemde çocuğun bağımsız bir birey olma ihtiyacı ön plana çıkmaktadır. Erikson bu dönemde çocuğun kendisine yabancı olan bu dünyayı anlamlandırmaya çalıştığını belirtmektedir. Çocuğun girişimlerde bulunduğunu ve bu girişimler sonucunda eğer başarı kazanırsa girişimcilik duygusunun oluşacağını, ancak ebeveynleri tarafından bu girişimlerin engellenmesi durumunda kendi yeteneklerine yönelik bir kuşku geliştireceğini de belirtmektedir. Üstelik ebeveynlerin çocuğun tek başına yapmak istediği deneyimlerine karşı engelleyici tavır içinde olmaları, çocukların yeteneklerinden kuşkulananmalarının yanında güvensizliğe de neden olabilmektedir (Fazlıoğlu, 2017). Ayrıca bu dönemde her ne kadar akranlar ve öğretmen önemli hale gelmeye başlasa da ebeveynler, çocukların hala kahramanıdır ve onların korkulu, kaygılı görünüşleri çocuğun güven duygusuna zarar verebilmektedir (Baykoç, 2006).

Özbakım Becerileri

Okul öncesi dönem çocuğu, gelişim alanlarına paralel olarak artık kendi temel ihtiyaçlarını karşılayabilmektedir. Çocuğa bu dönemde sağlanacak en önemli destek onların gelişen ihtiyaçlarına uygun ortamın sağlanmasıdır. Çocuğun kendi başına yemek yeme deneyimlerine izin verilmesi, oyuncaklarını toplaması konusunda desteklenmesi, tuvalet alışkanlığının devam ettirilmesi, kişisel bakımında olumlu örnek olunması gerekmektedir. Bunların yanında önemli olan bir diğer faktör de uykudur. Çocuğun gelişimi için uyku önemli bir ihtiyaçtır. Uyku düzeninin devamının sağlanması, uyku öncesi rahatlatıcı etkinlikler yapılması ve her gün aynı saatte uykuya gitmesinin sağlanması, çocuğun gelişimsel ihtiyaçları için oldukça önemlidir (Coşkun ve Deniz, 2017; Tanju, 2011; Waters vd., 2013).

Hareket ve Oyun İhtiyacı

Okul öncesi dönem çocukları için oyun oldukça önemli olan bir besin olarak düşünülebilir. Çocuğun uyku saatleri dışında kalan zamanın çoğu oyun oynayarak, hareket ederek, koşarak, zıplayarak, atlayarak geçmektedir. Bitmek bilmez bir enerji içinde sürekli olarak oradan oraya koşturma etkinlikleri devam etmektedir. Oyun çocuğun etrafında anlam veremediği şeyleri anlamlandırma aracı, öğrenme materyali, çevresini keşfetmede önemli bir güçtür. Çocuklar sadece evde değil dışarıda da oynamak isterler ki bu onların aynı zamanda gelişimsel bir ihtiyaçtır. Piaget ve Vygotsky çocukların oynadıkları oyunların bilişsel, dil, sosyal- duygusal gelişim

alanlarının yanında psikomotor gelişimleri üzerinde de olumlu etkilerde bulunduğunu belirtmektedir (Durualp ve Aral, 2015). Oyun kuramcılarının üzerinde de durdukları gibi oyun, çocukların dili, oyuncaklar ise kelimeleridir. Üstelik bu oyuncakların çok fonksiyonlu ya da pahalı özellikler içeren oyuncaklar olmasına da gerek yoktur. Basit bir tencere, kaşık bile çocuğun elinde önemli bir oyun aracı haline gelmekte, bizim anlamlandıramadığımız olağanüstü özellikler kazanabilmektedir (Poyraz, 2012). Bu kapsamda çocukların son zamanlarda oynadıkları araçlardan biri de teknolojik araçlardır. Teknolojik araçlarda kullanılan görüntü ve müzikler çocukları büyülemekte, ebeveynlerin çocuklarına teknolojik araçları vakit geçirmek ya da beslenmelerine yardımcı olmak için vermeleri bu araçlara olan ilgiyi arttırmaktadır. Bu dönemde çocukların çevrelerinde olan her şeyi potansiyel oyun aracı olarak görmeleri sonucunda da teknolojik araçları çocuklar sıklıkla kullanmaktadır (Kol, 2018; Muis vd., 2015; Schmid vd., 2008).

Sevgi ve Saygı

Tıpkı bebeklik döneminde olduğu gibi okul öncesi dönemde de çocukların sevmeye, hareketlerinden dolayı kişiliklerinin eleştirilmemesine ihtiyaçları vardır. Özellikle bu dönemde çocuklar sadece ebeveynlerinden değil, akranlarından, öğretmenlerinden, yetişkinlerden kısacası iletişimde bulunduğu herkesten sevgi ve saygı görme ihtiyacı içindedir (Coşkun ve Deniz, 2017).

Akran İlişkileri

Okul öncesi dönemde önemli olan ihtiyaçlardan biri de çocukların akranları tarafından kabul edilmesi, onlarla oynaması, oyunlara dahil edilmesidir. İlk başta iki ya da üç kişiden oluşan ve kısa süreli olan akran ilişkileri, üç yaşından sonra daha uzun süreli ilişkilere dönüşebilmektedir. Çocuklar dönemin başında paylaşmadıkları oyuncaklar nedeniyle tartışıp kavga ederken, sonraki süreçte güçlü ilişki ve işbirliği geliştirmektedir. Çocuklar akran ilişkileri aracılığıyla paylaşma, iletişim becerilerini kazanmakta, duygu ve davranışlarını düzenlemektedir (Kılıç, 2015).

Tüm bu gelişimsel ihtiyaçlarının yanında okul öncesi dönem, çocuğun ileriye yatırım yaptığı bir dönem olmasından da eşsizdir. Bu dönemde çocuk sezgileriyle hareket etmekte, etrafında olan pek çok durumu kendi bilişsel yapısına göre organize etmektedir. Çocuk benmerkezci düşünme özelliğinden dolayı olayları başkası açısından görememekte, etrafında olan her türlü olayı sihirli, doğaüstü güçlerle açıklamaktadır. Kendine göre oluşturduğu bilişsel şemalarında özelden özele akıl yürüterek, olayların tek bir noktasına odaklanmaktadır (Bütün-Ayhan, 2017). Çocuk bu dönemde etrafında olan her şey hakkında sürekli soru sormakta ve gelişen gramer

yapısına katkıda bulunmakta, etrafında olan kişilerin konuşma ve davranışlarını kendine rol model olarak içselleştirmektedir (Yıldız- Bıçakçı ve Aral, 2017).

Gelişimin hızlı olduğu okul öncesi dönem çocukları COVID 19 nedeniyle evde kalmak zorunda kalmışlardır. Bununla birlikte, sürekli virüs, mikrop, hastalık gibi kavramları sık sık duymaya başlamışlardır (Russell vd., 2020). Bu kavramlar, bilişsel gelişim açısından yeterli olgunluk düzeyinde olmayan çocuklar için farklı düşünceler oluşturmuştur (Fan vd., 2020; Qiu vd., 2020; Pisano vd., 2020).

Çocukların hareket edebilecekleri ortamların kısıtlanması, okula gidememeleri, arkadaşları ile bir arada olamamaları ya da dışarıya çıkamamaları onlarda duygusal ve davranışsal problemlerin oluşmasına neden olabilmektedir. Üstelik çocukların dışarıya kısıtlı sürelerde çıkmak durumunda kalmaları, fiziksel ve motor gelişim alanlarında olumsuz sonuçlara neden olabilir. Çocuğun sağlıklı büyümesi için temiz havadan yararlanması gerekmektedir. Temiz hava ve oksijen çocuğun gelişen fizyolojik sistemi üzerinde olumlu etkilere sahiptir. Özellikle güneş alımı, çocuğun D vitamini ihtiyacını karşılayarak, kemiklerin güçlenmesine yardımcı olmakta, bağışıklık sistemini güçlendirmektedir (Ceylan, 2017). Aynı zamanda çocuğun açık havada koşması, atlaması ve dengesini sağlaması da temel motor becerilerin gelişmesine, temel motor becerilerin gelişmesi de ilerideki hareket yeteneğinde önemli etkilere neden olmaktadır (Özer, 2017). Karantina süreci ile çocukların evde kalmak zorunda kalmaları birtakım olumsuz davranışların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Ebeveynler de bu olumsuz davranışları denetleyebilmek adına teknolojik araçları daha sık yoğunlukta kullanmaya başlamışlardır (Sarman vd., 2020). Ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını kontrol edebilmek için teknolojik araçlara sınırsız erişim izni vermeleri de (Aral ve Doğan-Keskin, 2018; Sapsağlam, 2018) ilerideki dönem için tehdit oluşturabilecek bir durum olarak görülebilmektedir.

Okul Dönemi (6-12 Yaş) Gelişimsel İhtiyaçlar

Okul dönemi (6-12 yaş) çocuğun okula başladığı, akademik başarılarının, akran ilişkilerinin önemli olduğu bir dönemdir. Bu dönemdeki çocukların gelişimsel ihtiyaçları da aşağıda açıklanan kavramlar üzerinde şekillenmektedir.

Akademik Başarı İhtiyacı

Çocuğun okula başlaması ile akademik beceriler ön plana geçmektedir. Çocuk öğrenmek, başarılı olmak, öğretmeni ve ebeveynleri tarafından takdir edilmek istemektedir. Çocuğun başarılı olması sonucunda kendine olan

güveni ve özsaygısı da gelişmektedir. Yine bu dönemde çocukların akranları ile spor faaliyetlerinde başarılı olmak istemeleri de onların kendilerine güven duymalarına ve ileride yapacakları girişimlere de bir yatırım olmaktadır (Bredekamp, 2015; Santrock, 2016). Bu dönemde çocuk Erikson'a göre Başarıya Karşı Aşağılık Döneminde yer almaktadır. Çocuk yeni bilgiler edindikçe, akademik benlik saygısı olumlu yönde gelişim göstermektedir. Akademik başarının olumlu yönde yapılanması ise çocuğun okula devamını arttırmakta ve ileride iyi bir iş ve meslek sahibi olmasını da sağlamaktadır. Freud ise bu dönemi gizil dönem olarak belirtmekte ve akran ilişkilerinin her şeyden önemli olmaya başladığının altını çizmektedir (Akt. Aral ve Kadan, 2018).

Sevgi, Saygı ve Güven İhtiyacı

Okul dönemindeki çocuklar da tıpkı bebeklik ve okul öncesi dönemde olduğu gibi sevmeye, sevlilmeye, takdir edilmeye ihtiyaç duyarlar. Bazen yaptıkları davranışlarda bir onay arama ihtiyacı da hissederler. Akademik başarıları ya da sportif faaliyetlerde başarılı olma istekleri bu sevgi- saygı ihtiyacından kaynaklanabilmektedir. Sevildiğini hisseden, saygı duyulduğunu gören çocukta güven duygusu da perçinlenir. Bu nedenle çocuğa koşulsuz sevgi verilmelidir (Coşkun ve Deniz, 2017). Aynı zamanda bu dönemde çocuğun duygu ve düşüncelerini ifade etmesine izin verilmesi, çocuğun güven duygusu için önemlidir. Çocuk duygu ve düşüncelerinin dikkate alındığını, etkili bir şekilde dinlendiğini bilmek ister (Sağlam, 2017).

Akran İlişkileri

Okul dönemi, akran ilişkilerinin derinleştiği yıllardır. Okul öncesi dönemden farklı olarak bu dönemde yakın arkadaşlık ilişkileri kurulmakta, çocuklar zamanlarının büyük kısmını akranlarıyla bir arada geçirmek istemektedir. Çocukların akran ilişkileri onları destekleyen, uzun süreli ilişkileri içeren bir kavram haline gelmektedir (Aral ve Kadan, 2018).

Hobiler, Oyun ve Boş Zaman İhtiyacı

Okul dönemindeki çocuklar, önceki dönemlere göre her ne kadar daha durgun bir gelişim sürecinde olsalar da, oyun oynamak hala onlar için oldukça önemlidir. Her ne kadar okul döneminde çocukların oyun oynamaları ebeveynleri ya da çevresindeki yetişkinler tarafından hoş karşılanmasa da, çocukların gelişim süreçlerinin devam ettiği bu dönemde de oyundan pek çok yeni davranış öğrenebilmektedirler. Yine bu dönemde çocuklar arasında popüler olan bir başka alışkanlık koleksiyon yapmaktır. Farklı materyallerle gerçekleştirilen koleksiyonlar adeta akran grubuna kabulün bir parçası haline gelebilmektedir (Kılıç, 2018). Okul döneminde

olan çocukların pek çoğunun kendine ait cep telefonu, tableti bulunmakta, sosyal medyayı kullanmakta, arkadaşlarıyla bu yönde iletişim kurabilmektedir. Teknolojik araçların uygun şekilde kullanılması ile çocuklar pek çok olumlu davranış özelliği kazanabilmektedir. Gelişimlerine uygun olan ve sınırlı sürelerde kullanılan teknolojik araçlar çocukların sosyal gelişimlerini ve akademik becerilerini etkileyebilmektedir (Büyükkancı ve Müldür, 2017; Murphy ve Beggs, 2003; Sylvester ve Greenidge, 2009).

Okul döneminde çocuklar için oldukça önemli olan okul, COVID-19 pandemi salgınının başlamasıyla kapanmış, çocuklar öğretmenlerinden ve akranlarından uzak kalmışlardır. Bir de bu duruma belirsizlikler eklendiğinde çocuğun psikolojik semptomlar vermesi kaçınılmaz hale gelmiştir. Pek çok çocukta depresyon, kaygı, saldırganlık, öfke gibi davranışlar bu dönemle birlikte artmıştır (Brom vd., 2020; Fan vd., 2020; Qiu vd., 2020; Pisano vd., 2020; Russell vd., 2020). Bu dönemde bilişsel gelişim açısından çocukta birtakım sınırlamalar ortadan kalkmış olsa da, çocuklar hala tam olarak soyut düşünememektedir. Bu durumda çocukların hastalık ya da enfeksiyonların kendilerine ve çevrelerine verecekleri zararı doğru değerlendirememelerine neden olmaktadır (Baykoç, 2006). Çocukların tüm arkadaşlarının aynı durumda olmasını bilmelerine rağmen okul açıldıktan sonra başarısız olacaklarını sınıf tekrarı yapacaklarını düşünmeleri de endişe düzeylerini arttırabilmektedir (Kılıç, 2018). Karantina sürecinin bu dönem çocukları üzerindeki bir diğer etkisi de hareketlerinin kısıtlanmasıdır. Okul dönemi çocukları bu dönemdeki hareketlerle önceki dönemde kazanmış oldukları hareket becerilerinde de ustalaşmaktadır. Çocukların tüm bu becerileri kazanmasında ise ortamın özgürce hareket edebileceği şekilde düzenlenmesinin önemi ortaya çıkmakta, kısıtlanmamaları gerektiği vurgulanmaktadır (Gallahue vd., 2014).

Ergenlik Dönemi (12- 18 Yaş) Gelişimsel İhtiyaçları

Ergenlik dönemi (12-18 yaş) insan hayatında oldukça önemli ve bir o kadar da karışık ve dengesizlikleri içinde barındıran bir dönemdir. Ergenin ihtiyaçları önceki dönemlere göre benzer olsa da birtakım farklılıklar da göstermektedir.

Kimlik Karmaşası

Ergenlik dönemindeki en önemli gelişimsel ihtiyaçlardan biri dönemin sonunda kimliğini çözümleyebilmesidir. Freud tarafından genital dönem, Erikson tarafından kimlik oluşturmaya karşı kimlik karmaşası adı verilen bu dönemde ergen kim olduğuna, gelecekte ne yapmak, nerede olmak istediğine yönelik bir dizi problemle karşı karşıyadır. Bu sorunları çözümlemeye çalışmaktadır. Bu sorunları çözümlerken, genelde kendisine rol-model olarak alacağı kişileri seçmektedir. Bu rol-modeller ünlü kişiler, sporcu, sanatçı,

öğretmen, eğitimci olabileceği gibi, ailesinden birisi de olabilir. Ergen, özdeşim kuracağı bu kişiye yönelik bağlılık hissetmekte, bu kişiye yönelik çevreden duyacağı düşünceler onu etkileyebilmektedir (Yöndem ve Eren-Artan, 2018). Ergenlik döneminin başlangıcında olan bu karmaşa, ergenin yaşadığı deneyimlerle çözümlenmektedir.

Duyguların Yönetimi

Hall kuramında, ergenlerin duygularının ve düşüncelerinin kabul edilmesini istediklerini belirtmektedir. Duygularında yaşadıkları karmaşa ve iniş-çıkışlar, dalgalanmalar, duygu ve düşüncelerin kabul edilmesiyle çatıştığında, ebeveyn-çocuk arasında problem yaşanmaya başlar (Ulusoy vd., 2005; Yöndem ve Eren- Artan, 2018).

Risk Alma Davranışları, Hayali İzleyici ve Kişisel Masal

Ergenlik dönemi risk alma dönemidir. Ergen “bana bir şey olmaz” düşüncesine sahiptir. Bu düşüncenin altında ergen benmerkezciliği ile ortaya çıkan hayali izleyici ve kişisel masal kavramları yatmaktadır. Hayali izleyici olan ergen, herkesin kendisini izlediğini düşünmekte, bunun için kişisel bakımına aşırı özen göstermekte ve kendini beğendirmek için toplum önünde olmaya çalışmaktadır. Kişisel masalda ise yaşadıklarını bir masal olarak değerlendirmekte, kendisini bu masalın başkahramanı olarak görmekte ve yaşamaktadır. Bu durumlar da ergenin kolaylıkla risk almasına neden olabilmektedir (Aral ve Kadan, 2018).

Akran İlişkileri

Ergenlik döneminde akran ilişkileri hayati öneme sahiptir. Ergen akranlarıyla bir arada olmak istemekte, okul dışındaki faaliyetlerin çoğunda onlarla iletişime geçmektedir. Bir akran grubunda olmak ergenin kendini gerçekleştirmesinde önemlidir. Bu nedenle bir akran grubuna girebilmek için kendine uygun olmayan fikir ve düşünceleri sahiplenmektedir. Bu kapsamda ergenin bağımsız davranması ve kendine ait bir dünyasının olma isteği de öne çıkmaktadır. Ergen bu sınırlarda dilediği gibi hareket etme özgürlüğüne sahiptir (Wise, 2000). Ergen evde olduğu sürede cep telefonu ya da sosyal medya araçlarıyla akranlarıyla olan iletişim ve etkileşimlerini devam ettirmek istemekte, bu nedenle teknolojik araçları çok fazla kullanmaktadır (Yanar, 2015).

Ergenin gelişim özelliklerine bakıldığında, COVID-19 Pandemi sürecinde yaşanan durumların ve getirilen sınırlamaların ergenin gelişimsel görevleriyle zıt olduğu görülmektedir. Ergen evde kalarak, arkadaş grubundan soyutlanmakta, kardeşleri ya da ailesiyle zaman geçirmek zorunda kalmaktadır. Tüm bu durumlar ise ergenlerde engellenme yaratmakta, engellenme sonucunda ergen saldırgan davranışlar sergilemekte,

bunlar da öfke ya da depresyon, kaygı gibi duygu durumlarının yaşanmasına neden olmaktadır (Brom vd., 2020; Pisano vd., 2020; Russell vd., 2020). Bunlarla birlikte ergen “bana bir şey olmaz” düşüncesi ile yasaklanmış davranışları yapabilmektedir. Yasakları delegecek şekilde hareket ederek, karantina önlemlerine uymamak gibi davranışlar gösterebilmekte ya da sosyal mesafe kuralını hiçe sayacak şekilde davranabilmektedir.

Sonuç ve Öneriler

Çin’de 2019 yılında başlayan ve aylar içinde tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19, insan sağlığında olumsuz sonuçlara yol açan pandemik bir problem olarak kabul edilmiştir. Sadece belirli bir kitleyi değil, toplumdaki her kesimi etkileyebilen bu hastalıkla tüm dünyada mücadele edilmekte ve buna yönelik önlemler de alınmaktadır. Alınan önlemler, karantina ve sosyal mesafe uygulamaları da pek çok kitle üzerinde olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir.

COVID-19 virüsüne karşı alınan önlemler kapsamında çocuklar gelişim alanlarının olgunlaşmamışlıkları nedeni ile durumu anlamakta zorlanmaktadır. Bu süreçte aile içi çatışmalar, anne-babalık rollerinin bozulması, belirsizlik sonucunda yaşanan korku, kaygı, sosyal fobi gibi psikolojik problemler oldukça fazla görülmektedir. Özellikle çocuklarda tüm bu problemlere eklenen duygusal ve davranışsal problemler süreci zorlaştırmaktadır. Oysaki çocukların gelişim alanlarına yönelik alınacak tedbirler, rutinlerin devam ettirilmesi, evde yapılacak farklı etkinlik ve aktivitelerle bu doğal ancak bir o kadar da zor süreç aşılabilecektir.

Unutulmaması gereken bu zor sürecin er ya da geç biteceği, ancak geride bıraktıklarının kalıcı olacağıdır. Bu gerçekten hareketle alacağımız bazı önlemler ile bu zor süreçten aile sistemi ve toplum olarak çıkmak mümkündür. Bu doğrultuda bebeklik döneminden ergenlik dönemine kadar olan süreçte çocukların gelişimsel ihtiyaçları göz önüne alınarak aşağıdakiler önerilebilir.

Bebeklik dönemindeki bebeğin gelişimsel ihtiyaçlarına yönelik öneriler

Bebeğin temel güven duygusunun oluşumu için bebeğin ihtiyaçlarının zamanında karşılanması gerekir. Bu ihtiyaçları karşılarken sevgi dolu ve sıcak bir iletişim ortamı yaratılmalıdır.

Ebeveynlerin bebekleriyle olan iletişimlerini bebeğe dokunarak, bebekle konuşarak ve oyun oynayarak gerçekleştirmeleri gerekir.

Bebeğin ayaklarına ve bedenine yapılan masajlar, onu rahatlatır. Bu nedenle ebeveynlerin bebeklerinin ayaklarına ve bedenine masaj yapmaları bebeği rahatlatılabilir.

Bebeğin etrafındaki uyaranlar onun gelişimini etkiler. Bu nedenle etrafında ses çıkaran oyuncaklar bulundurulmalıdır. Müzik onu rahatlatacaktır. Rahatlatıcı ve dinlendirici müzikler dinlenilmelidir.

Bebeğin kaliteli uyku geçirmesi kolaylaştırılmalıdır. Bunun için ortamın ısısına, nemine ve gürültüden uzak olmasına dikkat edilmelidir.

Bebeğin günlük rutinleri değiştirilmemelidir. Uyku, banyo, yemek saatlerinin belli bir düzende olması önemlidir.

Ebeveynler ne kadar kaygılı olurlarsa olsunlar, bu kaygılarını bebeğe yansıtılmaya özen göstermelidir.

Bebeğin hareket edebileceği ortamlar yaratılmalıdır, emeklerken ve yürürken etrafın güvenli olmasına dikkat edilmelidir. Bebeğin hareket girişimleri gereksiz yere engellememelidir. Etrafta kırılabilir, çocuğun güvenliği açısından zararlı olan eşyalar varsa bunlar bir süreliğine kaldırılmalıdır.

Okul öncesi dönemdeki çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarına yönelik öneriler

Ebeveynler çocuklarıyla COVID-19 ile ilgili konuşmalı ve çocuğun sahip olduğu bilgileri öğrenmeye çalışmalıdır. Çocuğun yanlış bilgileri varsa düzeltilmelidir. Soru sorduğu kadar, kısa ve küçük bilgiler verilmelidir.

Okul öncesi dönem çocukları aynı şeyleri defalarca sorabilir. Bu onun gelişimsel özelliklerinden kaynaklanmaktadır. Çocuğun aynı şeyleri sorması durumunda, ebeveyn her defasında çocuğa aynı cevabı vermelidir.

Ebeveynlerin çocuğa hastalığı ve hastalığa karşı alınacak önlemleri, oyunla ya da kendi oluşturacakları resimli kartlar ve hikayelerle anlatmaları gerekmektedir.

Ebeveynler çocuklarının korku ve kaygılarını asla hafife almamalıdır. Çocuğun kendisini ifade etmesine izin verilmelidir. Oynadığı oyunlara ya da yaptığı resimlerine tepki verilmemelidir. Resim ve oyunun çocukların içinde buldukları durumun ve anlatamadıkları duygu ve düşüncelerin dışı vurum şekli olduğu unutulmamalıdır.

Ebeveynlerin COVID 19 sürecinin geçici olduğunu çocuklarına anlatmaları gerekmektedir.

Ebeveynler COVID 19 ile ilgili kaygılarını çocuklarına yansıtılmaya özen göstermelidir.

Ebeveyn gerekli açıklamaları çocuklarına yaptıktan sonra COVID-19 ile ilgili çok fazla konuşmamalıdır. Hatta belirli bir süre çocuğun yanında COVID-19 ile ilgili konuşmamaya özen gösterilmelidir.

Çocuğun “Anne siz ölebilir misiniz? Virüs seni öldürürse ne olur?” gibi sorular sorması durumunda ebeveynin kaygı durumunu kontrol etmesi gerekmektedir.

Uyku takibi yapılmalıdır. Gerekğinde bir uzmandan yardım istenmelidir.

Çocuklar belirsizlikten korkarlar. Bu nedenle bu süreçte kontrolün ebeveyn kendi elinde olduğunu çocuğa vurgulamalıdır.

Uyulması gereken kurallardan bahsedilmelidir.

Ev içinde alınacak kurallar çocukla birlikte belirlenmelidir.

Oyun, banyo, yemek, uyku rutinleri oluşturulmalıdır.

Çocuk yapabileceği ölçüde evin rutinlerine dahil edilmelidir. Örneğin, çatalları tabakların yanına dizmesine izin vermek gibi.

Ev içinde ortak etkinlik rutinleri oluşturulmalıdır. Küçük yaştaki çocukların zamanı anlayabilmesi için kum saatinden yararlanılabilir. Gün içinde, belirli bir saat belirleyip bu saat aralığında ailenin her üyesinin katılacağı ortak bir etkinlik yapılabilir.

Çocuğun teknoloji kullanımını hem sağlığı hem de güvenliği için kontrol edilmelidir. Normalde okul öncesi dönem çocuğu günde 30 dakika teknolojik araçları kullanabilir, COVID 19 sürecinde teknolojik araçların kullanım süresinde esneme yapılsa da bu esneme saatlerce olmamalıdır.

Ebeveyn teknolojik araçları çocuklarıyla birlikte kullanmalıdır. İzlediği çizgi filmlerle ilgili konuşulmalı, etkileşimli oyunlar oynanmalıdır.

Ebeveynin çocuğa olumlu rol-model olması gerekmektedir, teknolojik araçlardan öncelikle ebeveynlerin uzak durması gerekmektedir.

Okul dönemindeki çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarına yönelik öneriler

Sabah çocuk uyandıktan sonra yatak kıyafetlerini değiştirip ev içinde uygun bir kıyafet giymesine rehberlik edilmelidir. Uzaktan eğitimden yararlanırken yatak kıyafetleri değil, ev içinde giyilebilecek uygun bir kıyafet giymesi sağlanmalıdır. Bu derse karşı olan tutumunu olumlu yönde etkileyecektir.

Uyku saatinin, yemek saatinin, ders çalışma saatinin ve dinlenme saatinin pandemiden önce nasılsa aynı şekilde devam ettirmesine özen gösterilmelidir.

Çocuğun derslerinden arta kalan zamanlarında oyun oynamasına fırsat verilmelidir.

Zaman zaman arkadaşları ile ya da öğretmeniyle telefonda ya da internet aracılığıyla görüntülü konuşmasına imkan yaratılmalıdır. Ortak bir görüşme zamanı belirlenmelidir.

Çocukla durumu konuşup, yaşına ve gelişim düzeyine uygun bilgiler verilmelidir.

Çocuğun korku ve kaygılarını ifade etmesine izin verilmelidir.

Evde olan materyallerden koleksiyon yapması veya uzun zamandır zaman ayıramadığı koleksiyonla ilgilenmesi desteklenebilir.

Ebeveyn çocuk ile birlikte kitapları, dolabı ya da giysileri gibi kişisel eşyalarını düzenleyebilir.

Sanatla ilgilenmesi desteklenmelidir.

Ev içinde serbest zaman saati belirlenmelidir. (Örneğin kahvaltıdan sonra bir saat gibi). Ailenin her üyesinin kendine ait bir zamanı olduğu, bu sürede herkesin istediği bir aktivite yapabileceği vurgulanmalıdır.

Teknoloji kullanımına sınırlama getirilmelidir. Okul dönemindeki çocuklar normalde günde 45 dakika ile bir saat teknolojik araç kullanabilir. Pandemi sürecinde sürede esneme olsa da, bu esneme asla saatlerce olmamalıdır.

Gelişimlerine uygun olmayan sitelere girmesine izin verilmemeli, bu durum ebeveyn tarafından kontrol edilmelidir. Oynadığı oyunları ya da izlediklerini kontrol ederek, ebeveyn-çocuk birlikte izlemeli ya da birlikte oynamalıdır.

Ergenlik dönemindeki çocukların gelişimsel ihtiyaçlarına yönelik öneriler

Çocuğun özel eşyalarına, kıyafetlerine, çekmecelerine kısaca onun hayatına saygı gösterilmelidir.

Çocuğa imkanlar ölçüsünde kişisel bir alan belirlenmelidir. Evin özelliğine göre bu evin bir köşesi, çalışma masası veya varsa çocuğun kendi odası olabilir.

Çocuğa ait olan özel alana onun izni olmadan girilmemelidir.

Çocuğun korkularını, kaygılarını ifade etmesine izin verilmelidir.

Sınavlara hazırlanan çocuğa anlayışla yaklaşılmalı, duygularını ifade etmesine izin verilmeli, endişeleri konuşulmalı ve ona destek olunmalıdır.

Arkadaşlarını, telefonla ya da internet aracılığı ile görüntülü arayarak iletişime geçmesine izin verilmelidir.

Çevrim içi risklerin getirebileceği güvenlik sorunları yönetilmelidir.

Ailecek ortak yapılacak eğlenceli aktiviteler belirlenmelidir.

Çocuğun kişisel bakımına özen gösterilmelidir.

Uyku, yemek, banyo, ders çalışma ve dinlenme rutinlerini mümkün olduğunca pandemi öncesindeki gibi devam ettirmesi için çocuğa destek olunmalıdır.

Kaynakça

- Akoğlu, G. ve Karaaslan, B.T. (2020). COVID 19 ve izolasyon sürecinin çocuklar üzerindeki olası psikososyal etkileri. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2), 99-103
- Aral, N. ve Doğan-Keskin, A. (2018). Examining 0-6 year olds' use of technological devices from parents of view. *The Turkish Journal on Addiction*, 5(2), 317-348. Doi:10.15805/addicta.2018.5.2.0054.
- Aral, N. ve Kadan, G. (2018). Sosyal gelişim. N. Aral ve Z.F. Temel(Eds.). *Çocuk gelişimi İçinde* (s. 236-262). Ankara: Hedef Yayınları.
- Arıkan, K. ve Aydoğan, G. (2001). Konsültasyon- liyezon psikiyatrisinde depresyon tanısı ve ayırıcı tanısı. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 5(1-4), 5-11.
- Baykoç, N. (2006). *Hastanede çocuk ve genç*. Ankara: Gazi Yayınları.
- Bjorkdahl, K. ve Carlsen, B. (2019). *Pandemics, publics and politics*. Singapore: Palgrave Pivot.
- Bredenkamp, S. (2015). *Erken çocukluk eğitiminde etkili uygulamalar*. (Çev. H. Z. İnan & T. İnan). Ankara: Nobel Yayınları.
- Brom, C., Lukovsky, J., Gregor, D., Hannemann, T., Strakova, J. ve Svoricek, R. (2020). Mandatory home education during the COVID-19 lockdown in the Czech Republic: A rapid survey of 1st – 9th graders' parents. *Researchgate*. <https://www.researchgate.net/publication/340738244>.
- Bütün-Ayhan, A. (2017). Bilişsel gelişim. N. Aral ve T. Duman (Eds.). *Eğitim psikolojisi*. İçinde (s. 104-128). Ankara: Pegem Yayınları.
- Büyükkancı, A. ve Müldür, M. (2017). Teknoloji kullanımının yazma becerilerine yansımalarına ilişkin öğretmen görüşleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(27), 22-38.
- Ceylan, R. (2017). Fiziksel gelişim. N. Aral ve T. Duman (Eds.). *Eğitim psikolojisi*. İçinde (s. 56-73). Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Coşkun, L. ve Deniz, Ü. (2017). Çocukların temel ihtiyaçları. N. Aral (Ed.). *Çocuk ve iletişim*. İçinde (s. 26-58). Ankara: Vize Yayınları.

- Çağdaş, A. (2009). *Ana-baba-çocuk iletişimi*. (2. Baskı). Ankara: Kök Yayınları.
- Davaslıgil, Ü. (2001). Bebeklik dönemi (0-2 yaş). H. Yavuzer (Ed.). *Ana-baba okulu*. İçinde (s. 13-38). (9. Baskı). İstanbul: Remzi Yayınları.
- Deniz, Ü. (2017). Gelişim. N. Aral ve T. Duman (Eds.). *Eğitim psikolojisi*. İçinde (s. 32-53). Ankara: Pegem Yayınları.
- Durualp, E. ve Aral, N. (2015). *Oyun temelli sosyal beceri eğitimi*. Ankara: Vize Yayınları.
- Fan, J., Zhou, M., Wei, L., Fu, L., Zhang, X. ve Shi, Y. (2020). A qualitative study on the psychological needs of hospitalized newborns parents during COVID-19 outbreak in China. *Iran Journal Pediatr*. Doi: 10.5812/ijp.102748.
- Fazlıoğlu, Y. (2017). Sosyal gelişim. N. Aral ve T. Duman (Eds.). *Eğitim psikolojisi*. İçinde (s. 154-176). Ankara: Pegem Yayınları.
- Gallahue, D.L., Ozmun, J.C. ve Goodway, J.D. (2014). *Motor gelişimi anlamak: Bebekler, çocuklar, ergenler, yetişkinler*. (Çev. D.S. Özer ve A. Aktop). Ankara: Nobel Yayınları.
- Gizir, Z. (2017). Motor gelişim. A. Köksal- Akyol (Ed.). *Erken çocukluk döneminde gelişim I: 0-36 ay*. İçinde (s. 198-238). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Hughes, C. (2020). Some implications of COVID-19 or remote learning and the future of schooling. *Current and Critical Issues in Curriculum, Learning and Assessment*, 36, 3-17.
- Kandır, A. (2007). *Gelişimde 3-6 yaş: Çocuğum büyüyor*. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Kılıç, Ş. (2015). Çocuk ruh sağlığına etki eden faktörler: Anne babalık davranışları, kardeş ve akran ilişkileri, televizyon ve bilgisayar. A. Güngör- Aytar (Ed.). *Ruh sağlığı*. İçinde (s. 10-60). Ankara: Hedef Yayınları.
- Kılıç, Ş. (2018). Orta çocukluk dönemi. F. Güngör- Aytar (Ed.). *Gelişim psikolojisi*. İçinde (s. 118-158). Ankara: Hedef Yayınları.
- Kol, S. (2018). *Erken çocukluk döneminde teknoloji kullanımı*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Mahler, M.S., Pine, F. ve Bergman, A. (2003). *İnsan yavrusunun psikolojik doğumu*. (Çev. A. N. Babaoğlu). İstanbul: Metis Yayınları.

- Mart, M. ve Kesicioğlu, O.S. (2020). COVID 19 pandemi sürecinde ailelerin evde oynamaya ilişkin görüşleri. *Turkish Studies*, 15(4), 945-958. DOI: 10.7827/TurkishStudies.44381.
- Muis, K.R., Ronelluci, J., Trevors, G. & Duffy, M.C. (2015). The effects of technology mediated immediate feed back on kindergarten students' attitudes, emotions, engagement and learning outcomes during literacy skills development. *Learning and Instruction*, 38, 1-13. Doi:10.1016/j.learn.instruc.2015.02.001.
- Murphy, C. ve Beggs, J. (2003). Primary pupils and teachers use of computers at home and school. *British Journal of Educational Technology*, 34(1), 79-83.
- Öngören, S. ve Yılmaz, E. (2018). Rastlantısal krizler. K. Tepeli ve E. Durualp (Eds.). *Aile yaşam döngüsü*. İçinde (s. 288-328). Ankara: Hedef Yayınları.
- Özer, D. (2017). Motor gelişim. N. Aral ve T. Duman (Eds.). *Eğitim psikolojisi*. İçinde (s. 76-102). Ankara: Pegem Yayınları.
- Pisano, L., Galimi, D. ve Cerniglia, L. (2020). A qualitative report on exploratory data on the possible emotional/behavioral correlates of Covid-19 lockdown in 4-10 years children in Italy. *Researchgate*, <https://www.researchgate.net/publication/340620013>.
- Poyraz, H. (2012). *Okul öncesinde oyun ve oyun örnekleri*. (4. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B. ve Yu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33, 1-3. Doi:10.1136/gpsych-2020-100213.
- Russell, M.V., Russell, S.J., Croker, H., Packer, J., Ward, J., Stansfield, C., Mytton, O., Bonell, C. ve Booy, R. (2020). School closure and management practices during coronavirus outbreaks including COVID-19: A rapid systematic reiew. *Lancet Child Adolescence Health*, 4, 397-404.
- Sağlam, M. (2017). Aile içi iletişim. N. Aral (Ed.). *Çocuk ve iletişim*. İçinde (s. 308-324). Ankara: Vize Yayıncılık.
- Santrock, J.W. (2016). *Yaşam boyu gelişim*. (Çev. G. Yüksel). (13. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.

- Sapsağlam, Ö. (2018). Social media awareness and usage in preschool children. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 9(31), 728-746.
- Sarman, A., Tuncay, S. ve Sarman, E. (2020). COVID 19 pandemi sürecinde medyanın 3-18 yaş arasındaki çocuklar üzerindeki olumsuz psikolojik etkisinin önlenmesi. *Van Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13, 69-75.
- Schmid, R.F., Miodrag, N. ve DiFrancesco, N. (2008). A human computer partnership the tutor/child/computer triangle promoting the acquisition of early literacy skills. *Journal of Research on Technology in Education*, 41, 63-84.
- Sylvester, R. ve Greenidge, W.L. (2009). Digital story telling: Extending the potential for struggling writers. *The Reading Teacher*, 63(4), 284-295.
- Şahin, C. ve Sipahioğlu, Ş. (2002). *Doğal afetler ve Türkiye*. Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Şahin, S. (2018). Çocuk gelişimine giriş. N. Aral ve Z. F. Temel (Eds.). *Çocuk gelişimi*. İçinde (s. 16-31). Ankara: Hedef Yayınları.
- Tanju, E.H. (2011). Okul öncesi dönemde davranış problemleri ve alınabilecek önlemler. G. Uyanık-Balat ve H. Bilgin (Eds.). *Okul öncesi eğitimde sınıf yönetimi*. İçinde (s. 45-84). Ankara: Eğiten Kitap Yayınları.
- Tarkoçin, S., Alagöz, N. ve Boğa, E. (2020). Okul öncesi dönem çocuklarının pandemi sürecinde (COVID 19) davranış değişiklikleri ve farkındalık düzeylerinin anne görüşlerine göre başvurularak incelenmesi. *Turkish Studies*, 15(6), 1017-1036. DOI: 10.7827/TurkishStudies.44338.
- Tok, E. (2016). Okul öncesi dönemde gelişim. R. Zembat (Ed.). *Okul öncesi eğitime giriş*. İçinde (s. 116-133). Ankara: Hedef.
- Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı (2020). *COVID 19 yeni koranavirüs hastalığı*. <https://cobi19bilgisaglik.gov.tr/tr/>. 25.04.2020 tarihinde erişilmiştir.
- Ulaş, H. (2008). Ekonomik kriz ve ruh sağlığı. *Türkiye Psikiyatri Derneği Bülteni*, 11(3), 35-38.
- Ulusoy, D., Demir, N.Ö. ve Baran, A.G. (2005). Ergenlik döneminde intihar algısı: Lise son sınıf gençliği örneği. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 22(1), 259-270.

Waters, K.A., Suresh, S. ve Nixon, G.M. (2013). Sleep disorders in children. *The Medical Journal of Australia*, 199, 31-35. Doi:10.5694/mja.13.10621.

Wise, I. (2000). *Adolescence*. London: Karnac Books.

Yanar, E. (2015). *Ergenlerin sosyal medya tutumlarının kişisel gelişimleri üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Nişantaşı Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yıldız-Bıçakçı, M. ve Aral, N. (2017). Dil gelişimi. N. Aral ve T. Duman (Eds.). *Eğitim psikolojisi*. İçinde (s. 132-150). Ankara: Pegem Yayınları.

Yöndem, Z.D. ve Eren, A. (2008). Deprem stresi ile baş etme stratejileri ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 60-75.