|  |  |
| --- | --- |
| UZM.DR. ÖZLEM MURZOĞLU – ÇOCUK SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI KLİNİĞİ | |
| ÇOCUK GELİŞİM BASAMAKLARI:  **BEBEĞİNİZİN 4. AYI** |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| BEBEĞİNİZİN ADI |  | DOĞUM TARİHİ |  | BUGÜNÜN TARİHİ |

|  |
| --- |
| Çocuğunuzun nasıl oynadığı, öğrendiği, konuştuğu ve hareket ettiği, onun gelişimi hakkında önemli ipuçları sunar.  Gelişim basamakları, bir çocuğun belirli bir yaşa geldiğinde genellikle yapabileceği şeyleri gösterir. Bebeğinizin 4. ayın sonunda ulaştığı basamakları kontrol edin. Bu formu doldurup yanınıza alın ve doktorunuzla çocuğunuzun ulaştığı basamaklar ve bundan sonra ne bekleyeceğiniz hakkında konuşun. |

Bebekler bu yaşta neler yapabilir?

|  |
| --- |
| Sosyal & Duygusal |

* İnsanlara kendiliğinden gülümser.
* İnsanlarla oynamayı sever ve oyun bittiğinde ağlayabilir.
* Gülümseme veya kaşlarını çatma gibi bazı hareketleri ve yüz ifadelerini taklit eder.

|  |
| --- |
| Dil & İletişim |

* Konuşur gibi sesler çıkarmaya başlar.
* Duyduğu sesleri taklit eder.
* Açlığını, ağrısını veya yorgun olduğunu göstermek için farklı şekillerde ağlar.

|  |
| --- |
| Bilişsel |

* Mutlu ya da üzgün olduğunu bilmeni sağlar.
* Sevgiye karşılık verir.
* Tek eliyle oyuncağına uzanır.
* Ellerini ve gözlerini birlikte kullanır: Bir oyuncağı gözleriyle fark edip ona uzanmak gibi.
* Hareket eden nesneleri bir yandan diğer yana gözleriyle takip eder.
* Yüzleri yakından izler.
* Tanıdık insanları ve nesneleri uzaktan tanır.

|  |
| --- |
| Hareket & Fiziksel Gelişim |

* Başını desteksiz sabit tutar.
* Ayakları sert bir yüzey üzerindeyken bacaklarını aşağı doğru iter.
* Yüz üstünden sırt üstüne döner.
* Eline aldığı oyuncağı veya dönence gibi sarkan oyuncakları sallar.
* Ellerini ağzına götürür.
* Yüz üstü yatarken dirseklerinden destek alarak vücudunu kaldırır.

|  |
| --- |
| Aşağıdaki durumlarda vakit kaybetmeden çocuğunuzun doktoruyla konuşun:   * Nesneleri hareket ederken izlemiyorsa * İnsanlara gülümsemiyorsa * Başını sabit tutamıyorsa * Agulamıyor veya ses çıkarmıyorsa * Ağzına bir şey götürmüyorsa * Ayaklar sert bir yüzeye yerleştirildiğinde bacaklarla aşağı itmiyorsa * Bir veya iki gözünü her yöne hareket ettirmekte zorlanıyorsa   **Bu yaş için olası gelişimsel gecikme belirtilerinden herhangi birini fark ederseniz, çocuğunuzun doktoruna haber verin.** |

|  |
| --- |
| Bebeğinizin öğrenmesine ve gelişmesine yardımcı olun! |

|  |
| --- |
| Bebeğinizin öğrenmesine ve gelişmesine yardımcı olabilirsiniz. Her gün birlikte konuşun, okuyun, şarkı söyleyin ve oynayın. Aşağıda, 4 aylık bebeğinizle birlikte eğlenebileceğiniz bazı aktiviteler bulunmaktadır. |

|  |
| --- |
| 4 Aylık Bebeğiniz İçin Yapabilecekleriniz: |



* Bebeğinizi tutun ve onunla konuşun; bunu yaparken neşeli olun ver gülümseyin.
* Uyku ve beslenme düzeni için rutinler belirleyin.
* Bebeğinizin neyi sevip neyi sevmediğine çok dikkat edin; ihtiyaçlarını en iyi nasıl karşılayacağınızı ve bebeğinizi mutlu etmek için neler yapabileceğinizi böylece daha iyi bileceksiniz.
* Bebeğinizin seslerini taklit edin.
* Bebeğiniz ses çıkardığında heyecanlı davranın ve gülümseyin.
* Bebeğinize kitap okuyup veya ona şarkı söyleyip geçirdiğiniz sakin zamanlar yaratın.
* Oynaması için çıngıraklar veya renkli resimler gibi yaşına uygun oyuncaklar verin.
* Ce-eee gibi oyunlar oynayın.
* Uzanabilmesi için oyuncaklarını bebeğinizin yanına koyun.
* Bebeğinizin oyuncaklara uzanması ve çevresini keşfetmesi için güvenli fırsatlar sağlayın.
* Bebeğinizin eline oyuncaklar veya çıngıraklar verin ve tutmasına yardımcı olun.
* Ayakları yerde olacak şekilde bebeğinizi dik tutun ve bebeğiniz destekle “ayakta” dururken onunla şarkı söyleyin veya onunla konuşun.

|  |
| --- |
| Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents,  4.Baskı’dan uyarlanmıştır. Daha fazla bilgi için [**www.cdc.gov/ActEarly**](http://www.cdc.gov/ActEarly)adresine gidin. |

|  |  |
| --- | --- |
| MEDIA ALERT: American Academy of Pediatrics To Announce New Recommendations  for Children's Media Use | Adapted from CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics. This milestone checklist is not a substitute for a standardized, validated developmental screening tool. |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **UZM.DR.**  **ÖZLEM**  **MURZOĞLU** | **Barbaros Mah. Ak Zambak Sok. No: 3**  **Uphill Towers A/30 Ataşehir İstanbul**  0 216 688 44 83 - 0 546 688 44 83  [info@ozlemmurzoglu.com](mailto:info@ozlemmurzoglu.com)  [www.ozlemmurzoglu.com](http://www.ozlemmurzoglu.com) |  |