Derleme

Anne-Bebek Etkileşimi

A Review About Mother-Infant Interaction

Ayşegül Ulutaş[1], Ayşe B. Aksoy[2], Zekeriya Çalışkan[1]

[1]İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Malatya, Türkiye
[2]Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümü, Ankara, Türkiye

Özet
Bireysel ve sosyal bir varlık olan insanın gelişiminde doğum öncesi dönemden itibaren anne oldukça önemlidir. Çocuğun gelişiminde zamanın çoğunu birlikte geçirdiği annesinin ve içinde yaşadığı çevrenin büyük önemi vardır. Özellikle yaşamın ilk iki yılını kapsayan bebeklik döneminde bebeklerin anneleri ile etkileşimleri bebeğin sağlıklı büyümesine ve gelişmesine, dolayısıyla topluma uyum sağlayan bir birey olmasına yardımcı olur. Annelerin bebeğin ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik ebeveynlik rollerini etkili bir şekilde yerine getirebilmesi, bebekleri ile olan etkileşimleri ve bebek gelişim bilgileri ile ilgilidir. Anne-bebek etkileşimi ve bebek gelişim bilgileri birlikte düşünüldüğünde bebek ve anne arasında birbirlerini etkileyebilen, karşılıklı bir ilişkinin olduğu ifade edilebilir. Bu nedenle bu araştırmada sağlıklı anne-çocuk ilişkisinin erken yıllardan başlanarak geliştirilmesine yönelik farkındalık yaratmak, anne-bebek etkileşimine yönelik önerilerde bulunmak, dolayısıyla topluma uyum sağlayan bireylerin yetişmesine katkı sağlamak amaçlanmıştır.
Anahtar Kelimeler: Anne, Bebek, Etkileşim.

Abstract
In the development of human being, who are both individual and social beings, the mother has a great significance beginning from prenatal period. Mothers with whom children spent most of their time and the environment where they live have a great importance in that development. Especially during the infancy period that covers the first two years of life, the interactions of infants with their mothers enables their healthy development and growth and therefore, to make them an individual adapting to the society. The fact that mothers can fulfill effectively their parenthood roles to supply the needs of their infants is related with their interaction with their infants and their knowledge on infant development. Considering mother-infant interaction and infant development knowledge together, it can be stated that there is a mutual interactive relationship between the mother and infant. For that reason, the purpose of this investigation is to raise awareness for developing the healthy mother-child relationship beginning from early years, to make recommendations for the mother-infant interaction, and therefore to contribute to bring up individuals who adapt to the society.
Keywords: Mother, İnfant, İnteraction.

Giriş

Bebeklik dönemi, bağlanma güvenliği açısından oldukça önemli bir süreci kapsar. Bebeklik döneminde gelişimin sağlıklı olabilmesinde anne ve baba önemli rol oynar. Sıfır-iki yaş arasında bebeğe sahip olan annelerin bu yaş aralığındaki bebeklerin gelişim özelliklerini bilmesi ve oyun aracılığıyla çocuğun özerkleşmesini sağlayabilmeleri anne-bebek etkileşimi için önem taşır. İnsanlar, doğdukları andan itibaren sosyal bir yaşamın içine girerler; çünkü bebeklerin hayatta kalabilmeleri için yaşamsal ihtiyaçlarının giderilmesi gerekir. Dolayısıyla bebek, söz konusu ihtiyaçları giderilirken kendisine en yakın kişi olan annesi ile etkileşime girer (1). Gözlemler, doğumdan sonraki ilk yıllarda beslenme ile bakım yanında anne ile bebek arasındaki duygusal ilişkinin sanıldığından çok daha önemli olduğunu kanıtlar. Bu dönemde bebeğin gereksinimleri çok sade olmakla birlikte bunların yetersiz karşılanması, sonradan giderilmesi çok güç olan olumsuz sonuçlar doğurur (2). Bebekler, kendileriyle ilgilenen kişileri takip ederler.

Bebekler, yetişkinlerin sesine ve hareketlerine ilgi göstererek onlarla yakın ve sıcak ilişkiler kurarlar (3). Anne babanın ve ailenin diğer üyelerinin bebekle olan etkileşimi, bebeğin aile içinde bulunduğu yeri belirler. Çocuğa yöneltilen davranışlar, ilk yaşantıların gerçekleşmesinde önemlidir. Ailede anne ve babanın çocuğa karşı tutumu doğduğu günden itibaren çocuğun üzerinde kalıcı izler bırakır. Anne-baba-çocuk etkileşiminde yüz yüze ilişkilerin güçlü olması, çocuğun gelişimi üzerinde önemli rol oynar (4, 5). Anne ve babaların, çocukların ihtiyaçlarını dikkate alabilmeleri için doğumdan başlayarak onlarla iletişim kurmaları gerekir. İhtiyaçların tümüyle karşılandığı bir ortam, aynı zamanda çocuğun kendine ve çevreye olan güveninin oluşmasına yardımcı olur.

Güvenli bağlanan bebekler, acıktıklarında annelerinin beslenme ihtiyaçlarını karşılayacaklarını, korktuklarında korkularını giderme konusunda yardımcı olacaklarını bilirler. Anneleri yanlarından ayrıldığında tekrar döneceğini düşünerek güven duyarlar (6). Anne-bebek etkileşiminde anne ve bebek birbirlerini

etkilemek ile birlikte yakın çevredeki toplumsal ve fiziksel ortamlardan da etkilenirler (7).

Çocuk yetiştirme inançlarındaki farklılıklardan dolayı ebeveynler çocuklarıyla farklı etkileşim biçimleri kullanırlar. Farklı kültürlerde ebeveynlerin kullandıkları çeşitli etkileşim biçimleri, iletişim, ağlamaya verilen tepkiler, eğitim, taşıma ve tutmadır. Bunlar aşağıda özetlenmiştir (8).

İletişim Kurma: Tüm ebeveynler bir şekilde çocuklarıyla iletişim kurar. Bazı kültürel gruplardaki ebeveynler çocuklarıyla daha fazla sözel iletişim kurarlar. Diğerleri ise çoğunlukla vücut hareketlerini, yüz ifadelerini kullanırlar ve fiziksel olarak dokunarak iletişim kurarlar.

Ağlamaya Verilen Tepkiler: Tüm ebeveynler çocuklarının ağlamasına bir şekilde tepki verir. Bazı kültürel gruplardaki ebeveynler çocuklarının ağlamasından endişe duyarlar ve hemen tepki verirler. Diğerleri daha az kaygılıdır ve tepki vermeleri daha uzun sürer. Bazıları çocuklarının huzursuzluğunu ortadan kaldırmak için bebeğin davranışlarına karşılık olarak kucağına alıp okşayıp, beslerken diğerleri emzik veya fiziksel uyarı kullanırlar.

Eğitim: Tüm ebeveynler çocuklarının eğitimine önem verir. Bazı kültürel gruplardaki ebeveynler eğitim vermenin ebeveynlik görevinin bir parçası olduğuna inanırlar. Diğer kültürlerde ise okullardaki öğretmenlerin bu görevi yerine getirmekten sorumlu olduğuna inanırlar.

Taşıma (Kucaklama) ve Tutma (Destekleme): Tüm ebeveynler çocuklarını kucaklayarak desteklerler. Bazı çocuklar günün büyük bölümünde kol askıları veya beşiklerde tutulur. Bazıları ise ebeveynlerinin veya büyükanne/büyükbabalarının kollarında taşınırlar. Bazı çocuklar nadiren kucaklanır. Evde veya çevrede özgür şekilde hareket ederler.

Kennell ve Klaus'a göre annenin bebeğini erken dönemde emzirmesi, bebeğine dokunması, kucaklaması, göz göze iletişimde bulunması, konuşması, sevmesi, okşaması, öpmesi bebeği ile olan etkileşiminde kullandığı en etkili davranış modelleridir. Annelerin bebekleri ile etkileşimleri bakım, korunma, beslenme, emzirme, taşıma, sıkıntı sinyallerine cevap verme, uyarma, gülümseme, yüksek tonlamalı bebek konuşması gibi biyolojik kaynaklı gereksinimler dikkate alındığında genellikle evrenseldir. Bebek bakımı genelde sezgisel ana babalık olarak da bilinen biyolojik yönleri içerir. Anne-bebek etkileşiminde dört temel sistem vardır: özellikle emzirmeyi içeren birincil bakım, genellikle taşıma amaçlı yapılan vücut teması sistemi, vücut motor uyarım sistemi ve yüz yüze etkileşim sistemidir (9-12).

Birincil bakım: Yeni doğan bebek anneyi yeni ve değişik durumlarla karşılaştırır. Bu değişikliklerin üstesinden gelebilmek için annenin bebek bakımına ve doğum sonrası değişikliklere hazırlanması gerekir. Yeni doğan bebeğin çevreye uyum sağlayabilmesinde bakım gereksinimlerinin karşılanması önemlidir. Bebeğin birincil bakımında emzirme, bebeğin günlük temizliği, uyku ihtiyaçları anne tarafından karşılanır. Bebeğin temel gereksinimlerinden en önemlisi besin gereksinimidir. Bebek, 4 ile 6 aylık olana kadar bütün besin gereksinimini anne sütü ya da özel mama ile karşılar. Doğumdan sonraki ilk dakikalarda anne, emzirme yoluyla bebeği ile tanışır, bebek annesinin kokusunu tanır ve yabancıların kokusundan ayırt edebilir. Anne ve bebek emzirme sırasında birbirleri ile sevgi alışverişinde bulunurlar. Bebeğin en önemli gereksinimlerinden diğeri günlük bakımı ve temizliğidir. Bebeğin ilk haftalardaki temizlik bakımı, onun temiz ve güzel görünmesinden çok cildini yaralardan ve hastalıklardan korumaya yöneliktir. Yeni doğan bebekler beslenme ve temizlik bakımı dışında kalan süreyi uyku ile geçirirler. İlk 2 ay 16-18 saatlerini uyku ile geçiren bebekler, 2. aydan sonra daha fazla uyanık kalırlar. Bebeğin birincil bakımını sağlamak, annenin annelik rolünü yerine getirmesine ilişkin özgüvenini artırır. Anne, bebeğin gereksinimlerini karşılarken ebeveynliğe ilişkin yeni rollerine uyumu da kolaylaşır. Doğumdan sonraki 3. günden 6. haftaya kadar geçen sürede anne, annelik rolünü benimser ve anneliğe uyum sağlar.

Vücut teması sistemi: Vücut teması, genellikle taşıma amaçlı gerçekleştirilir. Annenin teni bir bebek için hem fiziksel hem de duygusal yönden en sağlıklı yerdir. Anne rahminden dünyaya geçiş her bebek için büyük bir adaptasyon sürecidir. Bebeğin ilk aradığı ortam güvenli, tanıdık ve rahat bir ortamdır. Doğumdan sonraki ilk 1-2 saat annenin bebeği ile vücut temasının büyük önemi ve uzun süren birçok faydası vardır. Kucağa alınmak ve okşanmak, ilk günlerden itibaren bebeğin temel ihtiyaçlarındandır. Bebeği sıcak ve yavaş tutmak (desteklemek), sert ve soğuk tutuşlara tercih edilmelidir. Bebek, doğum ile ana rahmindeki hayatından kendi başına olduğu hayata geçiş

yaptığından erken vücut teması (kanguru teması) doğal bir süreçtir. Çıplak durumdaki yeni doğanın göğsünün, annenin çıplak göğsüne yatırılıp, uygun bir örtü ile sarılarak kuru ve ılık tutulmasıyla sağlanır. Bebeğin annesinin sol göğsünde tutulması, kalp seslerini hissederek yatışmasına yardımcı olur.

Vücut motor uyarım sistemi: Bebeğin dokunma duyusu bebek doğar doğmaz çalışır. Yeni doğan bebeklerde belirli uyarımlara beden otomatik tepkiler verir. Bebeğe uyaran vermek için en uygun zaman onun en uyanık ve rahat olduğu zamandır. Bebek annenin kucağında iken başını ona doğru çevirebilir, arama, emme ve kavrama refleksiyle fiziksel iletişim kurar. Bebeğin dudakları dokunmaya karşı çok hassastır. Memenin kenarına değer değmez emme hareketi için başlarını çevirirler. Bebeğin derisi de çok hassas olup, dış etkenlerden kolayca etkilenebilir. Bebeğin yanağına dokunulduğunda o yana dönmesine, ağzını açmasına ve emme hareketleri yapmasına arama refleksi yardımcı olur.

Yüz yüze etkileşim sistemi: Bebek, doğumundan itibaren tepki alan, tepki veren, algısal kapasitesi olan bir varlıktır. Bir bebeğin ilk sosyal davranışı gülmesidir. Bebek duyuları olan ve duyusal olarak aktif bir varlıktır. 20-25 cm uzaklıktaki objeleri rahatlıkla görüp takip edebilir ve bir noktaya odaklanabilir. Bu durum onun çevreyi araştırmasını ve tanımasını, sosyal ilişkilerini geliştirmesini sağlar. Bu sayede bebeğin anne ile göz göze iletişimi başlar. Annesi ile göz göze geldiğinde mutlu ve rahat olduğunu ifade etmek için gülümser. Bebeklik döneminde anne ve bebek arasındaki duygusal iletişim öncelikle yüz yüze bakma, vücut duruşu, dokunma ve ses çıkarma ile olur. Bebek büyüdükçe daha karmaşık ve üstün sistemler geliştirse de yüzyüze etkileşim ve karşılıklı bakış, duygulanımın paylaşılması ve etkileşimin düzenlenmesinde çekirdek rolü oynar.

Bebeklerin ağlama, gülme, dikkatini yoğunlaştırma gibi duygusal işaretleri çevresindeki insanların özellikle de annenin ilgisini çeker. Annenin ya da çevredeki insanların duygusal tepkileri de bebeklerin ilgisini çeker. Anne-bebek etkileşimine yönelik analizler bebek üç aylık olduğunda etkileşimdeki her bir ortağın diğerinin işaretlerine uygun ve zamanında tepki vermesi karmaşık bir iletişim sistemini oluşturur. Bebek, dış dünyaya karşı verdiği sinyallerin alındığını, ihtiyaçları çevresindekiler tarafından yeterli şekilde karşılandığında fark eder. Bebek bu sinyallerle annesiyle karşılıklı bir iletişime geçer. Bu ilk iletişim onun ileride diğer insanlarla kuracağı ilişkinin ya da sosyalleşmenin temelini oluşturur (13, 14). Yaş ilerledikçe duygusal ifadeler bebeklerde amaçlı araçlara dönüşür. Bebekler çevresindeki insanları anlayabilmek için onların duygusal işaretlerini gözlerler. Bebeklerle olumlu duygusal alışverişleri genellikle anneler başlatır. Dördüncü ve beşinci aylarda anne ve bebek arasındaki etkileşimler bir cee oyunundaki gibi ver ve al'ı içermeye başlar. Önce anne oyunu başlatır, bebek eğlenerek gözlem yapar. Dokuz aylık olduklarında bebekler anneleri ya da yakın çevresindeki insanlar gülümsemeden gülümseyerek alışverişin başlatıcısı haline gelirler. 12. ayda bebek anne ile rolleri değiştirir ve etkileşime etkin bir şekilde katılır. Bunu gerçekleştirirken insan konuşmasının sıra ile konuşma örüntüsünü deneyerek öğrenirler. Sıra ile konuşmak dil ve iletişim becerilerini kazanmak için yaşamsal bir değere sahiptir. Bebeklerin oyunlar sırasındaki olgunluk oyunları ve sözelleştirmeleri ikinci yaşlarındaki dil gelişiminin göstergesidir (15, 16). Annenin bebeğinin ihtiyaçlarını algılama düzeyi bebeği ile olan etkileşimini etkiler. Anne bebeğini gözlemleyerek onun gereksinimlerini anlayabilir ve bebeği ile daha uyumlu ilişkilere girebilir. Anneleriyle uyumlu ilişki içinde olan bebeklerin çevrelerine karşı daha ilgili oldukları ve daha az korku duygusuyla yaklaştıkları görülür. Bebeğin seslendirmelerine tepkide bulunan annelerin bebeklerinin daha uyanık, canlı, zihinsel açıdan daha olgun oldukları görülür. Bebeğe gösterilen tepkilere ağlayan bebeğin yanına gitme, farklı sesler çıkaran bebeğe ilgiyle bakma, bebek sustuğunda bebeğin bu farklı seslerinin benzerini çıkarma, gülen bebeğe gülme davranışları birer örnektir. Annelerin bebekleriyle olumlu etkileşimleri bebeklerin çevreye karşı daha meraklı olmalarını ve çevredeki nesneleri keşfetmeye daha açık olduklarını gösterir. Annelerin bebekleri ile aşırı etkileşimleri ya da bebeklerini sürekli gözetim altında tutmaları bebeklerde bağımsızlık duygusunun oluşmasına engel olabilir. Bebeklerin bağımsız hareket etmeye istekli oldukları gözlemlendiğinde etkileşime gereksinim gösterdiklerinde ya da etkileşime açık olduklarında annenin duyarlılık davranışlarını göstermesi gerekir (17). Her etkileşim aşaması, anne ya da bebekten birinin etkileşimi başlatması ve karşılıklı selamlaşma ile başlar, hareketli ve değiş tokuş içeren yüz ifadeleri ve seslendirmelerle artar. Yüz ifadeleri ve seslendirmelerle bebek, kolları ve

bacaklarıyla yaptığı heyecanlı hareketlerle annesine doğru yönelir. Bu etkileşimler süresince bebek annesi ile birlikte aktif olma eğilimindedir. Anne ve bebeğin rollerinin değiştiği yer, verdikleri tepkinin zamanlaması kısmındadır. Bir bebeğin etkileşimi başlatması ve etkileşimden çıkması, bebeğin kendi kendini yöneten ritmini ifade eder (18).

Anne-bebek etkileşiminde annenin bebeğin her bir davranışının değerli olduğu konusundaki farkındalığı ve bebeğin davranışlarını doğru anlayıp ona uygun cevaplar verme becerisinde annenin duyarlılığının rolü büyüktür. Erken dönemde anne-bebek etkileşiminin ifade edilmesi için anne duyarlılığını açıklamak önemlidir.

Anne Duyarlılığı

Duyarlılık, ebeveynin çocuğun yaşına uygun ihtiyaçlarına cevap verebilirliği olarak tanımlanır (19). Anne duyarlılığı, ailedeki etkileşim örüntülerinin önemli bir öğesidir. Erken dönemde anne-bebek etkileşimini tanımlamak için kullanılan bir kavram olup, bebeğin işaretlerine sürekli ve uygun şekilde cevap verme ve annelik yeteneği olarak tanımlanır (12). Anne duyarlılığı erken dönemde anne bebek etkileşimini tanımlamak için bağlanma kuramında kullanılır. Kavram, Mary Ainsworth ve John Bowlby'nin birlikte çalışmaları sonucunda 1978 yılında oluşturulmuş, bağlanma kuramına eklenmiştir (20). Anne duyarlılığı iyi bir ebeveynlik için gerekli bir unsur olup, annenin olayları çocuğunun bakış açısıyla algılayabilmesini sağlar. Bağlanma ilişkilerinin oluşumunda önemli olan anne duyarlılığı, sadece bebeğin doğuştan bağlanma özelliğinde değil, aynı zamanda bebeğe karşı cevaplayıcı olan ebeveyn bağlanma seviyesinde de önemli rol oynar (21). Hayatın ilk birkaç yılı çocuğun gelişiminde çok önemlidir. Ebeveynler ve çocukların ilk bakıcıları onların bilişsel, duygusal ve sosyal gelişiminde önemli bir rol oynar. Anneler çoğu zaman ekonomik, psikolojik ve sosyal zorlukların üstesinden gelmek için çabalar, bebekleriyle etkileşime girmek için mücadele ederler. Eğitim eksikliği, işsizlik ve yoksulluk, annelerin çocuk gelişimi konusunda yeterince bilgiye sahip olmalarını engeller. Söz konusu engellerle karşılaşan anneler çocuklarıyla duyarlı, olgun ve duygusal etkileşime girmede zorlanabilirler. Duyarlı ebeveynlik, çocuğun işaretlerine karşı ilgi ve farkındalık duygularını ifade eder. Çocuğun ihtiyaçlarına ebeveyn tarafından duygusal yönden cevap verilir. Anne duyarlılığı aynı zamanda karşılıklılığın merkezinde bulunduğundan anne ve bebek arasındaki iletişimi destekler ve bağlanma güvenliğini korur Bebeğin ihtiyaçlarının annesi tarafından zamanında, ilgili ve duyarlı bir yaklaşımla karşılanması, anne duyarlılığının ve anne-bebek ilişkisinin temellerinin atılmasını sağlar. Bebek, anne duyarlılığı karşısında çevreye yönelmeye başlar ve sosyal farkındalığı gelişir. Dolayısıyla bebekle doğumdan itibaren sevgi, ilgi ve duyarlılığa dayalı bir etkileşimde bulunulması, bebeğe zengin uyarıcı fırsatı sunulması önemlidir (22, 23). Annelerin bebeklerini etkin dinleyebilmeleri için sözsüz etkin dinleme konusunda ek bilgiler edinmeleri gerekir. Bebeklerin gereksinimlerinin karşılanması, sorunlarının çözümü, üç yaş ve üzerindeki çocuklara yardımcı olmaktan farklıdır. Annelerin bebeklerine yardımcı olabilmeleri için onları mutlaka anlamaları gerekir. Bebekler konuşamadıklarından annelerin dinlemesi değişik türde olacaktır. Anne, bebeğinin sözsüz iletisini (ağlama gibi) çözümlediğinde yaptığı işlemin doğruluğunu anlayabilmek için geri bildirimde bulunmalıdır. Örneğin, anne, bebeğinin ağlama davranışını "üşüyor" olarak algılayabilir. Bebeğinin üstünü örttüğünde bebek ağlamaya devam ediyorsa anne bebeği için "rüyasında korkmuş olmalı" çözümünü yapar ve bebeğini kucağına alarak sallar. Bebek tekrar ağlamaya devam ederse "karnı aç" çözümlemesini yapar ve süt dolu biberonu bebeğinin ağzına verir veya bebeğini emzirir. Bebek ağlamayı bırakırsa "evet sonunda beni anladınız, karnım açtı" işaretini anneye vermiş olur (24). Bebekler yaşama devam edebilmek için anne-babalarına bağımlı kalırlar, anne-babalar ise doğuştan bakım sağlama tepkilerini korurlar. Bebekler işaret davranışlarıyla yetişkinde duyarlılık davranışı ortaya çıkarırlar. Pek çok bebek, annenin yanıtladığı davranışları tekrarlayarak gösterir. Bebeklerdeki gülümseme, görsel olarak yüze sabitlenme ve cıvıldama gibi işaret davranışları anne-babanın ilgisini ve dikkatini çeker (6). Duyarlı anneler, çocuklarının verdikleri işaretleri doğru bir şekilde alırlar ve çocuğun gereksinimlerine uygun tepkiler verirler. Ebeveyni duyarlı olan çocuklar konuşmayı daha hızlı öğrenirler, bilişsel gelişimleri hızlıdır, güvenli bağlanma, anne ve babanın sözünü dinleme ve toplumsal açıdan yeterlilik eğilimleri daha yüksektir (11). Bebek, konuşmalarına cevap aldıkça kendine olan güveni artar ve olumlu sosyal davranışlar sergilemeye teşvik edilmiş olur. Bebeğin

mesajlarının anne tarafından doğru bir şekilde anlamlandırılması ya da tahmin edilmesi kolay olmadığından annenin bebeğin sözel ve sözel olmayan davranışlarına tepkide bulunma şekli de zor olur. Bu durumda annenin bebeğin işaretlerini kendi ifadeleriyle yinelemesi, doğru algılayıp algılamadığını kontrol etmesi gerekir. Örneğin, "Biraz süt mü istiyorsun? Acıktın değil mi?" gibi. Bu tür ifadeler bebeğin diğer zamanlarda kendini açıkça ifade etmesini kolaylaştırır, kendi isteklerinin farkına varmasını sağlar ve annede farkındalık oluşturduğu için kendine güveni artar (17).

Anne-bebek etkileşiminde annenin bebeğinin davranışlarını takip ederek davranışlara zamanında tepki vermesi, annenin karşılıklı etkileşim davranışını ifade eder. Anne ve bebeklerin etkileşim sırasında karşılıklı uyum ve etkileşim içinde olmaları anne-bebek ilişkisini düzenler ve dengede tutar. Anne-bebek etkileşiminin önemli diğer öğesi ise anne karşılıklılığıdır.

Ane Karşılıklılığı (Eş Zamanlı Davranış)

Karşılıklılık (eş zamanlı davranış), ebeveynlerin çocukları ile etkileşimleri sırasında çocuğun hareketlerini takip etmesi ve çocuğun davranışlarına zamanında cevap vermesidir (25). Karşılıklı etkileşimde anne ve çocuğun davranışları arasında geçici uyum söz konusudur. Karşılıklılık hayatın ilk yılında gelişir, anne ve çocuk arasındaki uyum benzerliğinin düzeyini yansıtır. Anne-babalar bebeğin uygun zamanlarda toplumsal olarak davranma ve başkalarından ipucu alma yeteneğinin ortaya çıkmasını sağlar (26). Bebeklerin ve ebeveynlerin karşılıklı etkileşim ve uyum içinde olmaları gerekir. Ebeveynler, bebeklerinin ihtiyaçlarını hissetmek ve karşılamak için yardıma gereksinim duyarlar; ihtiyaçları karşılanan bebeklerin ise istekleri giderek azalır ve gelişimi ilerler (27). Karşılıklı etkileşim, yüz yüze olma, göz kontağı kurma, ortak dikkate sahip olma ve iletişim ortağının fikirlerine karşılık verilmesini içerir; çocuğa hem farklı sözcük türlerini nasıl kullanacağı hem de bu sözcükleri farklı ve değişik durumlarda nasıl kullanacağını öğrenme fırsatı sunar. Aynı zamanda sözel ve sözel olmayan davranışları, bilgi ve iletişimi destekler. İyi bir etkileşimden hem çocuk hem de çocukla etkileşimde bulunan kişi bilgi edinir ve tatmin olur (28). Karşılıklılık, anne-bebek ortaklığında olumlu sosyal davranışların zamana bağlı uyumunu ifade eder. Bebekle anne arasında olumlu karşılıklılığın yaşanması anne-bebek ilişkisinde dengeleyici ve düzenleyici bir rol oynar (29). Anne karşılıklılığı, çocuğun büyümesi ve gelişimi için önemli katkılar sağlayan, sosyal etkileşim esnasında anne ve bebek arasında hormonal, psikolojik ve davranışsal uyaranların karşılıklı değişimini sağlar. Bebeklerde ve annelerde ritmi (eş zamanlı davranış uyumu) düzenler, biyolojik saati ayarlar. Etkileşimler sadece beslenme, bakım ve korunma amaçlı değildir. Sosyal bağları etkileyen beyindeki bağların olgunlaşmasında da önemli bir rol oynar (30). Anne ile bebeğin karşılıklı, iç içe geçmiş bağlanma davranışları göstermesi, etkileşim 'dansında' (anne ve bebeğin davranışlarının eş zamanlı uyumu) birbirleriyle uyumlu olmalarını sağlar. Anneler, bebeklerinin gereksinim işaretlerini beklerler ve bunlara yanıt verirler. Bebek, gereksinimlerini ağlayarak, gülerek ya da değişik sesler çıkararak belirtir. Anne ona baktığında bebek annesine karşılık verir. Anne de etkileşim becerileri sayesinde bu karşılıklı etkileşim dansına katılır. Bütün insanların karşılıklı etkileşim sırasında kendine özgü bir uyumu bulunur ve bu uyum benzer şekillerde gerçekleştirilir. Bebekler söz konusu olduğunda anneler genellikle gülümseme, bakma, kaşlarını kaldırma ya da gözlerini sonuna kadar açma gibi davranışlar göstererek seslerini özel bir şekilde kullanırlar. Anneler bebekleriyle genellikle bebeklerinin ses tonunu yakalayarak benzer şekilde konuşmaya çalışırlar. Anne ile bebek arasında bağ kurmada en önemli bileşen gerçek karşılıklı etkileşimin gelişmesi yani anne-bebek ikilisinin uyumlu şekilde doyum sağlayarak ve zevk alarak dans edene kadar (karşılıklı etkileşim-eş zamanlı davranış) prova yapmasıdır. Bunun için anne-bebek etkileşiminin yeterli sürede gerçekleşmesi gerekir. Karşılıklı etkileşim sürecinin çok daha düzgün ve öngörülebilir hale getirilmesi anne-bebek arasında doyurucu karşılıklı etkileşimi güçlendirir (11).

Karşılıklı etkileşim davranışları, annenin bebeğine model olarak genellikle müzik eşliğinde ritmik şekilde hareket etmesini de içerir. Bebekler ilk aylarda ritmik hareketler yapan annesine kollarını, bacaklarını sallayarak, ses taklitleri yaparak tepki verirler; verdikleri tepkiler, annenin kullandığı ritmik hareketlere uygun değildir. Annenin model olmasıyla sesleri ve hareketleri taklit ederler. Ritmik hareketler karşısında bebeklerde sağa sola, öne arkaya sallanma, oturma pozisyonu alma, yerinde yaylanma ve el çırpma hareketleri görülür (31). Model alma ya da başka bir ifadeyle taklit ya da gözlem yoluyla öğrenme karşılıklı etkileşim

davranışlarının güçlü bir gelişim kaynağıdır. Annesi ellerini çırptıktan sonra ellerini çırpan bir bebek gözlem yoluyla öğrenme davranışı sergiler. Taklit etme güdülerini etkileyen çeşitli etmenler bulunur. Bunlar, davranışın pekiştirildiği ya da cezalandırıldığı kendi geçmiş deneyimleri, gelecekte pekiştirme ya da cezalandırılmaya yönelik beklenti, modelin ödüllendirildiğinin ya da cezalandırıldığının gözlenmesidir. Bebeğin zaman içinde gelişen bilişsel becerileri ve yetilerinin anne-bebek ilişkisinde etkili olduğu görüşü ile bebeklerin annelerinin davranışlarını etkiledikleri fark edilerek anne-bebek ilişkisinin çift yönlü bir ilişki olduğu düşüncesi son yıllarda önem kazanmıştır. Zamanla sadece anne ya da babanın etken olduğu modelden çıkılarak bebeğin de karşılıklı etkileşimlerde etken olduğu karşılıklı etkileşim modeline geçiş olmuştur (7).

Sonuç olarak, anne ve bebek arasındaki etkileşimin, bebeğin doğumundan itibaren başlayarak bireyin hayatı boyunca gelişimine etki edebileceği söylenebilir. Etkileşimin en önemli yanı bebeğin ileriki yaşamında insanlarla ilişkilerinde önemli rolünün olmasıdır. Anne ve bebek arasında yaşamın ilk yıllarında başlayan, temelinde sevgi ve güven bulunan bağlılık ilişkisi çocuğun ileriki yaşamında ona yardımcı olacak önemli adımı oluşturur. Ebeveyn-bebek ilişkisi, bebeğin güven ve güvensizlik duymasını büyük ölçüde belirler. Anne bebeğinin ihtiyaçlarını zamanında ve sevgi dolu bir yaklaşımla karşılarsa bebekte güven duygusunun gelişimi kaçınılmazdır. Bebeğin davranışlarının anne tarafından doğru anlaşılması, yorumlanması, annenin bu davranışlara doğru ve hızlı cevap vermesi; kısacası anne-bebek etkileşiminin iyileştirilmesi bebeğin gelişiminin hızlanmasında önemli rol oynar. Anne ve bebek arasındaki duygusal yakınlık, bebeği sosyal çevrenin olumsuzluklarından kurtarmak için değerlidir. Bebek doğduğu andan itibaren annenin ona dokunması, okşaması, emzirmesi, öpmesi, göz teması kurması, altını temizlemesi, onu doyurması, kucaklaması, işaretlerine uygun cevaplar vermesi, bakımını yapması, konuşması, gülmesi ve sarılması, anne-bebek etkileşiminde etkililiği sağlamada ve bebekte "ben seviliyorum, değerliyim" duygusunun gelişiminde önemlidir. Bu bilgiler ışığında bebeğin birincil bakımını üstlenen anneler, bakıcılar veya babalar anne-bebek etkileşimine yönelik eğitim programları ile desteklenebilir, eğitim merkezleri açılarak anne-bebek etkileşim konusunda annelere danışmanlık hizmetleri verilerek konuyla ilgili kitapçık, broşür vb. materyaller dağıtılabilir.

Bu çalışma, "Ev Merkezli Anne-Bebek Etkileşim Programının Annelerin Duyarlılık ve Karşılıklı Etkileşim Davranışları ile Bebeğin Gelişimine Etkisi" adlı doktora tezinden üretilmiştir.

Kaynaklar

1. Atay M. Erken çocukluk döneminde gelişim 2. Kök 2011, Ankara.
2. Yörükoğlu A. Çocuk ruh sağlığı. Özgür 2011, İstanbul.
3. Karacan E. Yaşamın ilk bir yılında anne-bebek etkileşimi ve bebeklerde dil gelişimi, Uzmanlık Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü 1998, Ankara.
4. Özgüven İE. Ailede iletişim ve yaşam. Pdrem 2001, Ankara.
5. Erkan S. Aile ve aile eğitimi ile ilgili temel kavramlar. Fulya Temel (Ed.), Aile eğitimi ve erken çocukluk eğitiminde aile katılım çalışmaları. Ankara: Anı 2010: 1-48
6. Miller PH. Gelişim psikolojisi kuramları. İmge 2008, Ankara.
7. Hortaçsu N. Çocuklukta ilişkiler: Anne baba, kardeş ve arkadaşlar. İmge 2004, Ankara.
8. Trawick-Swith J. Erken çocukluk döneminde gelişim (Çok kültürlü bir bakış açısı). (B. Akman, Çev.). Nobel 2013, Ankara.
9. Keller H, Lohaus A, Völker S, Cappenberg M, Chasiotis A. Temporal contingency as an independent component of parenting behaviour. Child Development 1999; 70: 474-85.
10. Taşkın L. Doğum ve kadın sağlığı hemşireliği. Sistem Ofset 2005, Ankara.
11. Bee H, Boyd D. Çocuk gelişim psikolojisi. (G. Okhan, Çev.). Kaknüs 2009, İstanbul.
12. Öztürk S. Roy adaptasyon modeli'ne göre postpartum dönemdeki annelere verilen eğitimin anne duyarlılığın etkisi. Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü 2011, Erzurum.
13. Weinberg MK, Tronick EZ, Cohn J F, Olson KL. Gender differences in emotional expressivity and self-regulation during early infancy. Developmental Psychology 1999; 35: 175-88.
14. Paktuna Keskin S. Anneye güvenli bağlanma. Boyut 2013, İstanbul.
15. Rome-Flanders T, Cronk C. A longitudinal study of infant vocalizations during mother-infant games. Journal of Child Language 1995; 22: 259-74.
16. Berk LE. Çocuk gelişimi. (A. Dönmez, Çev). İmge 2008, Ankara.
17. Davaslıgil Ü. Bebeklik dönemi (0-2 yaş). Haluk Yavuzer (Ed.), Ana baba okulu. İstanbul: Remzi Kitabevi 2013:15-42.

18. Özakkaş T. Güvenli bir dayanak. Ebeveyn-çocuk bağlanması ve sağlıklı insan gelişimi. (S. Güneri, Çev). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim 2012, İstanbul.
19. Feldman R, Eidelman AI, Rotenberg N. Parenting stress, infant emotion regulation, maternal sensitivity and the cognitive development of triplets: A model for parent and child influences in a unique ecology. Child Development 2004: *75*(6): 1774-91.
20. Kemppinen K. Early maternal sensitivity continity and releated risk factors. Doctoral Dissertation, University of Kuopio, Kuopio 2007.
21. Brenner G, Slater A. Theories of infant delopment. Blackwell 2004, USA.
22. Gülay H, Akman B. Okul öncesi dönemde sosyal beceriler. Pegem Akademi 2009, Ankara.
23. Bohr Y, BinNoon N. Enhancing sensitivity in adolescent mothers: Does a standardised, popular parenting intervention work with teens? Child Care in Practise 2014; 20(3): 286-300.
24. Gordon T. Etkili anne-baba eğitimi. (D. Tekin, N. Özkan, Çev). Profil 2014, İstanbul:.
25. Bernard K, Meade EB, Dozier M. Parental synchrony and nurturance as targets in an attachment Building upon mary ainsworth's insights about motherinfant interaction. Attachment and Human Development 2013;15(5): 507-23.
26. Gander MJ, Gardiner HW. Çocuk ve ergen gelişimi. (B. Onur, Çev). İmge 2010, Ankara.
27. Koşaner S. 0-6 aylık ilk bebekler. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü 1987, Ankara.
28. Diken İH. Erken çocukluk döneminde dil becerilerini geliştirme. Maya Akademi 2012, Ankara.
29. Giuliano RJ, Skowron EA, Berkman ET. Growth models of dyadic synchrony and mother-child vaga tone in the context of parenting at risk. Biological Psychology 2014; 5*:* 1-8.
30. Feldman R, Magori-Cohen R, Galili G, Singer M, Louzoun Y. Mother and infant coordinate heart rhythms through episodes of interaction synchrony. Infant Behavior and Development 2011; 34: 569-77.
31. Dikici Sığırtmaç A. Okul öncesi dönemde müzik eğitimi. Kare 2005, İstanbul.

Sorumlu Yazar:

Ayşegül ULUTAŞ
İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Çocuk Gelişimi Bölümü, MALATYA, TÜRKİYE
E-mail: aysegul.ulutas@inonu.edu.tr