

# Çocuk Ruh Sağlığı

Doç. Dr. Serdal SEVEN

— 5. Baskı —





Doç. Dr. Serdal SEVEN

## ÇOCUK RUH SAĞLIĞI

ISBN 978-605-0022-09-4  
DOI 10.14527/9786050022094

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2018, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik, kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayınev**idir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** ve **Pegemindex.net** tarafından yayınları taranmaktadır; indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

1. Baskı: Ocak 2008, Ankara  
5. Baskı: Mart 2018, Ankara

Yayın-Proje: Pelin Özdemir  
Dizgi-Grafik Tasarım: Ayşe Nur Yıldırım  
Kapak Tasarımı: Pegem Akademi

Baskı: Sarıyıldız Matbaacılık Ltd. Şti  
İvogsan Ağaç İşleri Sanayi Sitesi 523. Sk. No:31  
Yenimahalle-ANKARA  
(0312 395 99 94)

Yayıncı Sertifika No: 36306  
Matbaa Sertifika No: 23593

### **İletişim**

Karanfil 2 Sokak No: 45 Kızılay / ANKARA  
Yayınevi: 0312 430 67 50 - 430 67 51  
Yayınevi Belgeç: 0312 435 44 60  
Dağıtım: 0312 434 54 24 - 434 54 08  
Dağıtım Belgeç: 0312 431 37 38  
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60  
İnternet: [www.pegem.net](http://www.pegem.net)  
E-ileti: [pegem@pegem.net](mailto:pegem@pegem.net)

## **Doç. Dr. Serdal SEVEN**

1977'de Muş'ta doğdu. İlkokulu Muş Ağaçlık Köyü İlkokulunda, Ortaokulu Muş Lisesi orta kısmında; liseyi Van Alparslan Anadolu Öğretmen Lisesi'nde bitirdi. 1999'da Celal Bayar Üniversitesi Demirci Eğitim Fakültesi'nde lisans, 2001 yılında Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde Yüksek lisans ve Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nde Çocuk Gelişimi ve Eğitimi alanında doktora öğrenimini tamamladı. 2013 yılında çocuk gelişimi alanında doçent unvanını aldı. Çalışma alanı olan okul öncesi eğitim, çocuk ruh sağlığı, çocuklarda bağlanma, anne duyarlılığı, medyanın etkileri konularında kitap ve makaleleri olan yazar halen Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğretim Üyesi olarak çalışmaktadır.

## **Okuyucuya Not**

Bu kitabın temel amaçlarından biri çocuk ruh sağlığı alanı hakkında okuyucuya güvenilir bilgiler vermektir. Bu amaçla kitabın ilk iki bölümünde çocuk ruh sağlığının kavramsal çerçevesi oluşturulmuştur. Bu iki bölümün yapısı gereği okuyucu için yeni sayılabilecek birçok terim tanıtmaktadır. Bu nedenle de alana yabancı okuyucular için başlangıçta anlaşılma güçlüğü olabilir. Alana yabancı okuyucuların önce 3-10. bölümleri sonra 1 ve 2. bölümleri okumalarını önerilir. Böylece okuyucu önce kitabın kendisiyle ilgili neleri anlattığını sonra da bunun için gerekli kavramsal çerçeveyi tanımış olacaktır.



## ÖN SÖZ

Anne, baba veya öğretmen olarak çocuk veya çocuklarla ilgilenmek zor ama eğlenceli bir uğraştır. Çocuklar büyüdükçe değişir ve yeni bir hal alırlar. Bu süreçte onlarla ilgilenen herkesin zaman zaman kaygıyla sorma gereği duydukları sorular vardır: “Çocuğum normal mi?”, “Bu davranış acaba ruhsal bir bozukluğa mı işaret ediyor?”, “Bu çocuk neden böyle yapıyor” gibi. Bu soruların cevabı iki temel yaklaşım ile açıklanabilir. Birinci yaklaşım çocuğun gelişim özellikleri; ikincisi ise ruhsal olarak normal kavramıdır. Çocuğun yaşı ilerledikçe normallik kriterleri de değişecektir. Dolayısıyla konunun gelişim ve normallik çerçevesinde ele alınmasına ihtiyaç vardır. Bu kitapta konular bu çerçevede ele alınarak işlenmiştir. Okuyucuya çocuğun belirli gelişim özellikleri tanıtılarak ruh sağlığı dinamikleri açıklanmıştır.

Kitabın hazırlanması sürecinde ruh sağlığı ile ilgili mevcut kaynaklardaki bilgilerin güncelliklerini yitirdikleri görülmüş ve Dünya literatüründeki en güncel araştırmalar ve bilgiler derlenmeye çalışılmıştır. Bu doğrultuda çocuk ruh sağlığının kavramsal çerçevesi de bu bilgilere göre kitabın ilk iki bölümünde yeniden şekillendirilmiştir. Ayrıca, kitabın 3-6. bölümlerinde ruh sağlığının gelişimsel temelleri ile çocuğun çevresi, özellikle de ailesi üzerinde durulmuştur. 7-9. bölümlerde çocuklarda görülen ruhsal bozukluklar incelenerek okuyucuyu yönlendirecek bilgiler sunulmuştur. 10. bölümde ise özel durumlardaki çocuklar konu alınmıştır.

Kitap, çocukla ilgili herkes tarafından rahatlıkla yararlanılabilecek bir kaynak olarak hazırlanmıştır. YÖK’ün Okul Öncesi Öğretmenliği programına uygun hazırlanan bu kitabın birçok lise ve üniversite programında ilgili dersler için önemli bir kaynak olması beklenmektedir.

Bu kitabın hazırlanmasında benden desteğini esirgemeyen Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Çocuk Gelişimi ve Eğitimi programı öğretim elemanlarına, kitabın şekillenmesine katkıları olan sayın Prof. Dr. Ayla OKTAY’a, anneme, eşime, Pegem Akademi yayın ekibine ve öğrencilerime sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Mart, 2018

Doç. Dr. Serdal SEVEN



# İÇİNDEKİLER

Ön Söz.....	v
İçindekiler.....	vii

## 1. BÖLÜM

### RUH SAĞLIĞI KAVRAMI

(ss: 2-20)

Ruh Sağlığı Nedir?.....	2
Normal ve Anormal Davranış .....	4
Ruh Sağlığının Önemi .....	7
Ruh Sağlığının Tarihçesi .....	9
Ruh Sağlığı Modelleri .....	12
Büyüsel Model .....	13
Medikal Model .....	14
Psikolojik Model .....	16
Sosyal Model.....	18
Politik Model .....	20

## 2. BÖLÜM

### RUH SAĞLIĞINA KURAMSAL BAKIŞ

(ss: 22-38)

Psikanaliz.....	22
Freud Psikanalizi .....	22
Psikanalizde Ruh Sağlığı ile İlgili Temel Konular .....	26
İnsancı Yaklaşım.....	27
Ruh Sağlığı ve Carl Rogers.....	28
Abraham Maslow ve Kendini Gerçekleştiren Kişilik .....	31
Pozitif Ruh Sağlığı .....	32

### 3. BÖLÜM

#### SOSYAL VE DUYGUSAL GELİŞİM VE RUH SAĞLIĞI

(ss: 40-57)

Duygular .....	41
Duygusal Gelişim Dönemleri.....	42
Sosyal Gelişim.....	48
Erikson ve Psiko-Sosyal Gelişim Kuramı .....	48
İlk Sosyal İlişkiler ve Etkileşimsel Gelişim Dönemleri .....	50
Okul Öncesinde Sosyal Gelişim .....	52
İlişkiler.....	52
Sosyal Yeterlilik.....	54
Sosyal Beceri Eksikliği .....	55

### 4. BÖLÜM

#### BAĞLANMA VE RUH SAĞLIĞI

(ss: 60-75)

Bağlanma Nedir? .....	60
Bağlanmanın Kurulması ve Gelişimi .....	61
İçsel Çalışma Modeli .....	62
İçsel Çalışma Modelinin Etkileri.....	63
Duygusal İşaretleri Okuma: Karşılıklı Düzenleme.....	64
Bağlanmanın Sınıflandırılması.....	67
Bebeklikten Ergenliğe Bağlanmanın Etkileri.....	69
Bağlanmada Bireysel Farklılıklara Neden Olan Faktörler .....	73
Anne Bakımı .....	73
Mizaç .....	73
Klinik Durumlar .....	74
Anne Dışı Bakım.....	74



## 5. BÖLÜM

### ÇOCUĞUN SOSYALLEŞMESİ VE RUH SAĞLIĞI

(ss: 78-90)

Sosyalleşme Süreci.....	79
Sosyalleşme ile İlgili Kavramlar.....	80
Birey .....	80
Sosyal Figürler ve Sosyal Roller.....	82
Sosyal Güçler .....	83
Bebeklikten Ergenliğe Sosyalleşme .....	86
0-3 Yaş Kendini Tanıma .....	87
3-6 Yaş Sosyal Figür ve Rollerini Tanıma .....	89
7-11 Yaş Sosyal Normları Tanıma Dönemi .....	90
12-18 Yaş Sosyal Normları Bütünleştirme .....	90

## 6. BÖLÜM

### AİLEDE ÇOCUK

(ss: 92-110)

Aile ve Yapısı .....	93
Ailenin Dönemsel Yaşam Süreci .....	96
Ailesel Faktörler ve Ruh Sağlığı.....	98
Anne-Babanın Eğitim Düzeyi.....	98
Sosyo-Ekonomik Düzey.....	98
Annenin Çalışma Durumu .....	99
Ailede Roller .....	101
Annenin Rolü .....	101
Babanın Rolü .....	103
Büyük Baba ve Büyük Annenin Rolü.....	104
Bakıcı Faktörü .....	105
Anne Baba Tutumları .....	106
Ebeveynlik Tarzları .....	106
Aile İçi Çatışma .....	109

## 7. BÖLÜM DUYGUSAL BOZUKLUKLAR

(ss: 112-130)

Kaygı .....	112
Korku .....	116
Uyku Bozuklukları .....	120
Kekemelik.....	127
Seçici Mutizm .....	129

## 8. BÖLÜM DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI

(ss: 132-147)

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu .....	132
Çalma.....	136
Yalancılık .....	138
Saldırganlık .....	140
Kıskançlık.....	142
İnatçılık .....	145

## 9. BÖLÜM PSİKO-FİZYOLOJİK BOZUKLUKLAR VE ALIŞKANLIK BOZUKLUKLARI

(ss: 150-166)

Tik (Seyirce).....	150
Yeme Bozuklukları .....	153
Altını İslatma (Enürezis) .....	159
Dışkı Kaçırma (Enkoprezis).....	161
Parmak Emme .....	163
Tırnak Yeme .....	165

## 10. BÖLÜM

### ÖZEL DURUMLARDA ÇOCUK

(ss: 168-193)

Hastalık ve Çocuk .....	168
Hasta Çocuk .....	169
Hasta Ebeveyn .....	172
Ölüm ve Çocuk .....	173
Çocukta Ölüm Kavramının Gelişimi .....	174
Bir Yakınının Ölüm Karşısında Çocuğun Tepkileri .....	176
Ölüm Durumunun Açıklanması.....	179
Boşanma ve Çocuk .....	182
Boşanma Süreçleri.....	184
Boşanma Kararının Açıklanması.....	185
Çocukların Boşanma Karşısındaki Tepkileri ve Boşanmanın Sonuçlarına Alışmaları.....	187
Boşanma Sonrasında Dikkat Edilmesi Gerekenler .....	189
Üvey Ebeveyn.....	190
Yeni Aile Kurma Süreci .....	191
Yapılması Gerekenler .....	192
Kaynakça.....	195



# 1. BÖLÜM

## RUH SAĞLIĞI KAVRAMI

### Amaçlar

- *Ruh Sağlığı kavramını tanımlayabilme.*
- *Sergilenen herhangi bir davranışın normal olup olmadığını değerlendirebilme.*
- *Ruh sağlığının önemini kavrayabilme.*
- *Ruh sağlığının tarihçesini bilme.*
- *Ruhsal sağlığına temel bakış açılarını kavrayabilme.*

### Anahtar Konular

- *Ruh Sağlığı Nedir?*
- *Normal ve Anormal Davranış*
- *Ruh Sağlığının Önemi*
- *Ruh Sağlığının Tarihçesi*
- *Ruh Sağlığı Modelleri*
  - *Büyüsel Model*
  - *Medikal Model*
  - *Psikolojik Model*
  - *Sosyal Model*
  - *Politik Model*

## RUH SAĞLIĞI NEDİR?

20. yüzyılın başlarında ortaya çıkan ruh sağlığı kavramı yine aynı yüzyılın ortalarında özellikle de Dünyadaki büyük savaşlarla birlikte önem kazanmıştır. İlk bakışta ruh sağlığı ruhsal bozuklukların olmaması durumu olarak düşünülmektedir. Bu betimleme yanlış olmasa da ruh sağlığını açıklamaktan uzaktır. Çünkü ruh sağlığı, ruhsal bozukluğun olmaması durumundan daha fazla anlam taşır. Yörükoğlu'na (1996) göre ruh sağlığı, "kişinin kendisiyle ve çevresiyle sürekli bir denge ve uyum içinde olması"dır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO), (2004) ruh sağlığını "bireyin potansiyelini başarma ve yaşamda normal sayılan baskı durumları ile başa çıkabilme özellikleri ile bir sosyal ve duygusal iyi olma durumu" olarak tanımlamıştır. Buna göre, ruh sağlığı bir birey için yeteneklerini fark etme, hayatın normal stresiyle başa çıkma ve topluma katkı sağlayarak iyi olmaya çalışma gibi becerileri gerektirir. Bu tanımlara göre, ruh sağlığı sadece ruhsal bozukluğu olanları değil bütün bireyleri ilgilendirmektedir. Hiçbir grup ruhsal bozukluklardan bağımsız değildir. Herkes muhtemel ruhsal bozukluk riski altındadır. Ancak, maddi olanakları düşük olanlar, evsizler, işsizler, şiddet kurbanları, göçmenler ve mülteciler, çocuk ve ergenler, ihmale uğrayan kadın ve yaşlılar daha yüksek risk altındadırlar (WHO, 2003)

Ruh sağlığının tanımı genellikle çocuklar için de geçerlidir. Ancak, çocukların sürekli ve hızlı bir gelişim sürdürdüğü düşünüldüğünde çocuk ruh sağlığına yönelik ölçütleri yeniden gözden geçirmek gerekir. Çocuk ruh sağlığı, sürekli değişen ve gelişen zihinsel, fiziksel ve sosyal yeterliliklere, kritik dönemlere ve bu kritik dönemlerdeki çevresel faktörlere göre ele alınmalıdır. Ayrıca çocuk davranışlarının aynı yaş grubu içerisinde değerlendirilmesi de büyük önem taşır. Çünkü 2 yaşındaki bir çocuğun yabancılardan korkması normal iken 6 yaş grubu içerisinde aynı çocuğun bu davranışı anormaldir. Çocuklarda ve ergenlerde ruh sağlığı Health Advisory Service tarafından şu niteliklerle tanımlanmıştır (Akt.Dogra, Par-kin, Gale, & Frake, 2002):

- Kişisel ilişkilerini yürütme kapasitesi
- Psikolojik gelişim sürecinin devamı
- Yaş ve seviyeye uygun oyun ve öğrenme kapasitesi
- Doğru ve yanlışla yönelik gelişen ahlak duygusu
- Yaşına ve gelişimine uygun davranışlar

Bu tanım ruh sağlığının ideal bir durumunun olduğunu ve ona ulaşılmaya çalışıldığını ifade etmektedir. Diğer benzer bir tanım Mental Health Foundation, (1999) tarafından yapılmıştır. Buna göre duygusal olarak sağlıklı çocukların sahip olmaları gereken yeterlilikler şunlardır:

- Psikolojik, duygusal, entelektüel ve ruhsal olarak gelişme
- Kişiler arası ilişkiler başlatma ve geliştirmede yeterlilik
- Yalnız kalma ve yalnızlıktan hoşlanma
- Diğerlerinin farkında olma ve onları empatik olarak anlama
- Oyun ve öğrenme
- Doğru ve yanlış hissinin gelişimi
- Problem ve aksaklıkları çözme ve onlardan bir şeyler öğrenme

Her iki tanım da çocukların neleri yapmaları gerektiği üzerinde durmuştur. Bu şekilde çocukların ne zaman ruhsal olarak sağlıklı olmadıklarına ilişkin net bilgiler edinilmiştir. Ruh sağlığı kültürel bağlantılarla geniş kapsamlı bir kavramdır. Bu tanımlar daha çok Batı dünyasının görüşünü yansıtmaktadır. Buna rağmen bu tanımlar çocuk ruh sağlığının nasıl olması gerektiği konusunda genel bir tanım için başlangıç noktası oluşturur. Şunu hatırlamakta yarar var ki, ruh sağlığı durağan bir durum değildir. Ruh sağlığı pek çok faktöre bağlıdır ve bu faktörlerdeki değişiklikler ruhsal durumda da değişikliğe yol açmaktadır (Dogra, Parkin, Gale, & Frake, 2002).

## NORMAL VE ANORMAL DAVRANIŞ

Genellikle ruh sağlığı bozuk olanlar için “anormal” terimi kullanılır. Normal insan dendiğinde de o kişinin ruhsal bir bozukluğunun veya akıl hastalığının olmadığı akla gelir. Ancak “normallik” ve “anormallik” kavramlarının pek çok tanımı yapılmıştır. The Concise Oxford Dictionary’ye (2001) göre normallik, dışarıda ne olursa olsun zihnin içsel durumunun sabit tutulmasıdır. Ottosson’a göre, birinin olağandan daha düşük fonksiyonel performansı varsa o anormaldir (Ottosson 1995’den Akt. Tengland, 2001, s23). Amerikan psikiyatrist Sabshin normalliğin dört yaklaşımla tanımlandığını ileri sürmüştür (Sabshin, 1967’den Akt. Fernando, 1995). Bu tanımlar şunlardır:

1. Normallik hastalığın yokluğu, sağlık anlamına gelmektedir.
2. Normallik zihindeki ideal durumdur.
3. Normallik bir grup içerisinde bir bireyin ortalama düzeyde işlevsellik göstermesidir.
4. Normallik bir zaman periyodu boyunca bireyin davranışlarında doğru ve kabul edilebilir olanlara karar verme sürecidir.

İnsan davranışında normal ve anormal arasındaki sınırı tespit etmek kolay değildir. Bu sınırı tespit edebilmek için farklı yaklaşımlar geliştirilmiştir.

Kuramsal sosyologlar psikiyatriye dayalı bozuklukları sosyal sapma formu olarak düşünmüşlerdir. Hasta, hastalıklı olarak kabul edilir. Çünkü o yerel norm kodlarını ve sosyal davranışları ihlal etmiştir. Sapma olarak düşünülen bir davranışa kültürel tepkinin hastanın iyileşmesine veya daha da kötüleşmesine etki edebildiği bir gerçektir. Kültürel yapı bir bozukluğun ilk sunumunun nasıl olacağına etki eder ve bazen bozukluğu kapatabilir bazen de süresini uzatabilir. Fakat biyolojik ve yapısal faktörleri göz önüne almak da pek çok bozukluğu ve oluşumunu açıklamakta gereklidir (Tengland, 2001).