

Çocukta "Emme Gereksinimi" ve Sütten Kesilme

Cavit BİNBAŞIOĞLU

Çocuğun doğumdan sonra en önemli gereksinimi, annesinin sütünü emmektir. Bu, önce bir tepke (refleks) olarak ortaya çıkar. Yeni doğan çocuğun ilk yaptığı hareketlerden biri, dudağının emme hareketi yapmasıdır. Bu nedenle, bu hareketin, içgüdüsel bir nitelik taşıdığı kabul ediliyor. Psikoloji kitaplarında, çocuğun daha anne rahminde iken bile, parmak emdiğine ilişkin fotoğraflar vardır. (Salk, L.; Çocuğun Duygusal Sorunları, 1974, s.50) Böyle bir durum, çocuğun doğumdan sonraki yaşamı için hazırlayıcı bir rol oynar. Çocuk, başlangıçta anne sütü ile beslenmelidir. Uzmanlar, anne sütünün inek sütünden daha besleyici olduğu konusunda hemfikirdirler. Araştırmalar, anne sütüyle beslenen çocukların, diğerlerinden daha sağlıklı olduğunu gösteriyor. Yine uzmanlar, her annenin kendi çocuğuna yetecek kadar sütü bulunduğu kanısındadırlar. Çocuk, uygun beden ağırlığında ise, annenin sütü yetiyor, demektir. Çocuk, hiç değilse, ilk üç ayda anne sütü ile beslenmelidir. Çocuğun anne sütünden kesilmesi de, en erken dokuz on aylık olduktan sonra olmalıdır. Zorunlu olmadıkça, inek sütü verilmemesi öneriliyor. İnek sütü verildiği zamanda da ilk ayda yarı yarıya, diğer aylarda üçte biri sulandırılmalıdır. 4-6 ayda meyve pürelere, 6-8 ayda azar azar kaynamış yumurta sarısı, tuzsuz peynir, sebze püresi yiyebilir.

Çocuğun, annesini emmesinin, besin değeri yanında, duygusal bir etkisi de vardır. Bu durumda, çocuk kendisini güven içinde ve daha rahat hisseder. Annenin sütü fazla ise, emici araçlarla akıtılması sağlanmalıdır. Dr. Duprat'ın belirttiğine göre, çocuğun anne tarafından emzirilmesi, bunun yapılabildiği bütün durumlarda tercih edilmelidir. Çünkü, anne sütü, çocuğun o andaki gereksinimlerine tam yanıt verecek bir niteliktedir. E.Weis ve English'e göre de, çocuğun, besinini biberondan değil de, doğrudan doğruya annesinden aldığı zaman duyduğu doyum ve sevinç, ona ilerdeki sağlığı ve mutluluğu için belirli bir "güven duygusu" aşılır. (Foulquie, P.; Pedagoji sözlüğü, 1994, s.150)

Eskiden annenin çocuğuna belli saatlerde süt vermesi gerektiğine, bunun çocuğu iradeli olmaya alıştıracı bir yönü olduğuna inanılıyordu. Son yıllarda bu görüşten ayrılmıştır. Çocuğa, gereksinim duyduğu zamanlarda süt vermenin daha uygun olacağına dair bir

kanı vardır. Önemli olan, çocuğun açlık belirtisi göstermesidir. Bununla birlikte, bu, "çocuğa her kıpırdanıpta meme verilecek" demek değildir. Her çocuğa verilecek sütün aralığı, beslenme özelliğine göre düzenlenmelidir. Bu, gündüz 2-3 saat olabilir. Gece beslenmeleri daha uzun aralıktadır. Sonra, gece uyanıp meme aradığı zaman, birazcık su vermekle yetinilebilir.

Çocuk, biberona alıştırılırken de önce günde bir öğünle başlamalı, sonra 3-4 öğüne kadar da çıkarılmalıdır. Tabii, diğer zamanlarda da emzirilmelidir. En sonra sütten kesilir. Bir yaşından sonra, biberon da kesilerek çocuk, yemek yemeye alıştırılmalıdır. Bunun en uygun zamanı, çocuğun bardak tutabilecek bir duruma gelmesidir. Bu zamanda çocuk, sütünü, bardağı ile içebilecek bir olgunlaşma düzeyine erişir.

1956 yılında tarafımızdan ülkemizde 80 köy, kasaba ve kent çevresinde yapılan bir araştırmada sütten kesme yaşı genellikle şöyledi:

Genellikle Çocuğun Sütten Kesilme Yaşı

Yaş	Sayı	Yüzde
1. 6 aylıktan bir yaşına kadar	18	22
2. 12 aylıktan 18 aylığa kadar	28	35
3. 18 aylıktan 24 aylığa kadar	22	28
4. 2-2,5 yaşından 3-4 yaşlarına kadar	8	10
5. "Çocuğa göre değişik zamanlarda" diyenler	4	5
TOPLAM	80	100

Bu araştırmadan, anne sütünün yeterli olmaması dışında, çocukların büyük bir kısmının bir yaşından sonra da emzirildiği görülmektedir. Kent ve kasabalarda bunun süresi biraz daha aşağı inmektedir. (Binbaşoğlu Cavit. Türkiye'de Çocuk Eğitimi Üzerinde Bir Araştırma. Yayınlanmadı.)

Sütten kesme yöntemi olarak bazı anneler, eskiden memeye acı sürme, kömürle karalama ve hatta kıl yapıştıralarak çocuğu korkutma yoluna giderlerdi. Bu, sakıncalı bir davranıştır. Bugün bunları uygulayanların bulunduğunu pek sanmıyoruz. Sütten erken kesmek ne kadar sakıncalı ise, geç kesmek de o kadar sa-

kıncalıdır. Sütten geç kesilen çocuklar, anneye bağımlı kalırlar. Bu durumda çocuk, her şeyi "hazır" bulmaya alışır. Bu nedenle, bu, eğitim bakımından, uygun bir davranış değildir. Çocuk, daha küçük yaştan itibaren, çaba harcamayı öğrenmelidir.

Çaba harcamak ve bunun sonucunda bir iş başarıp mutluluğa erişmek, çocuk için kendine "güven" verici bir davranıştır. Çocuk, bunun zevkine varmalıdır.

İki yaşından sonra çocuğa kaşık tutma alışkanlığı kazandırılabilir. Çocuk, dengeli beslenmelidir. Yediği besinlerde, kalori ve vitamin değeri dikkate alınmalıdır. İki üç yaşlarından sonra çocuk, yemek yemeyi, artık belli aralıklarla yapmaya başlamalıdır. Yemek zamanı geldiği halde yemeyenlere, bir süre sonra yemeğin kaldırılacağı ve ileriki öğüne kadar yemek yi-yemeyeceği bildirilmelidir. Buna karşın, hâlâ yemek yemek istemiyorsa, o zaman da yemek ortadan kaldırılmalıdır. (Enç, Mitat; Ruh Sağlığı Bilgisi, 1974, s.258-259).

Küçük çocuklara gerektiğinde emzik verilmektedir. Bu, genellikle, ağlayan bir çocuğu susturmak amacıyla yapılır. Böyle bir davranış belki, geçici olarak, bir işe yarayabilir. Fakat, çocukta bir alışkanlık haline getirilmesi doğru değildir. Çünkü, emziğe alıştıırılan çocuklar, çevreleriyle pek ilgilenmemektedirler. Bu durumun, çocuğun çevresi ile ilgilenmesini engellediği sanılıyor. Bu durumda, kabul edilmelidir ki, çocuğun zihni gelişemez. Bunun için, eğitimde emzik kullanma alışkanlığına pek yer vermemek gerekir.

Erken sütten kesilen çocukların da, emme gereksinimlerini başka yollarla giderdikleri kabul edilmektedir. Bu gibi çocuklar, parmak emme yoluna gidebilirler. Çocuk, bir kez bunu keşfederse, bundan sonra da yine yine yapar. Bu gibi çocuklar, kendilerini mutsuz hissederler. Huzursuzluk ve sinirlilik belirtileri gösterirler. Aceleci bir kişilik yapısı geliştirirler. Bu durumda bulunan çocuk, önce ağlar sonra sesiz kalır ve en sonra da uykuya dalar. Uykuya dalma, bir "gerçeklerden uzaklaşma" davranışıdır. (Salk, L.; a.g.e., s.58)

Görüldüğü üzere, sütten kesilme, çocuğun yaşamında önemli bir yer tutmaktadır. Sütün veriliş şekli ve kalitesi, çocuk kişiliği üzerinde etki yapacak bir güce sahiptir. Anne sütünden biberona ve oradan da sulu besinlere ve nihayet katı besine geçiş, bir sıra ve düzeni gerektirmektedir. Bunların her biri, çocuk eğitiminde uyulması gereken, fakat çok kez unutulmuş, birer öneme sahiptir.