

KURAM

KUMLUCA REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ DERGİSİ

YIL: 1 SAYI: 3 MART 2020

2019- 2020 Eğitim Öğretim Yılı

*Batı Antalya Özel Eğitim ve Rehberlik
Öğretmenleri Ara Dönem Toplantısı Yapıldı*

**DİKKAT EKSİKLİĞİ HİPERAKTİVİTE
BOZUKLUĞU**

**ÖZEL EĞİTİMDE AİLELERİN EĞİTİM
SÜRECİNDEKİ ÖNEMİ**

İFADE EDİCİ DİL GELİŞİMİ



Şehitler Ölmüş Vatan Bölünmez

**ÖZ DİSİPLİN
GELİŞTİRME**

**ÇOCUKTA DUYGUSAL
GELİŞİM**

**ÇOCUKLARDA
YALAN SÖYLEME**



**ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ
YAZI DİZİSİ
Dr. Kürşat ÖĞÜLMÜŞ**



KÜNYE

Sunuş :

Murat KAVLAK

Tasarım :

Hüseyin ERDEM

Hazırlayan:

Mustafa Şamil ŞEN

Hüseyin ERDEM

Basım Yayın Kurulu

Mustafa Şamil ŞEN

Hüseyin ERDEM

Yasin ŞEN

Canan DEMİRTAŞ

Esmegül KUŞCU

Merve Bahşi KAPLAN

İsa DERİNKUYU

Adres:

Sarıkavak Mh. Kumluca Otogarı.

Kat – 2

Kumluca/ANTALYA

Tel:

0242 887 17 87

E-Posta:

kumlucaram@gmail.com

kuramdergi@gmail.com

Web: kumlucaram.meb.k12.tr

KURAM dergisi; Kumluca Rehberlik ve Araştırma Merkezi tarafından akademisyen, öğretmen ve alanla ilgilenen gönüllülerin yazılarını paylaşmak, "Özel Eğitim" alanında farkındalık oluşturmak , toplumu bilinçlendirmek ve rehberlik faaliyetlerinde bulunmak üzere maddi bir kazanç beklemeden sosyal sorumluluk çerçevesinde çıkarılmış bir dergidir.



Değerli okurlarımız;

Değişen, dönüşen ve gelişen dünyada eğitimin yerinde sayması mümkün mü?

Değişim, dönüşüm ve gelişim bizim üç anahtar sözcüğümüz. Her şey bu kelimelerin bizlerdeki karşılığıyla anlam kazanıyor.

Bu süreçteki döngü ilk olarak eğitimin değişimi ile başlar. Eğitim sisteminin bir parçası olarak fikirler, projeler ve örnek çalışmalar... Bunların hepsine hayallerimiz diyebiliriz. Hayallerimiz eğitim sistemi için ne kadar önemli ise değişim de o kadar önemlidir. Bu süreçte eğitim neferleri olarak bizler hayaller kuracağız, yeni ufuklar açacağız , hayallerini vatan sevgisiyle temellendiren bu ülkenin evlatlarının verdiği mücadelelerinde sorumluluğunun bilinciyle bu hayalleri gerçekleştirmek için önce küçük adımlarla, sonra yürüyerek ve daha sonra koşarak bu hayallerimizi gerçekleştireceğiz. Hayallerimize ulaştığımızda yerimizde saymadan, yeni hayaller kurarak değişim sürecine katkıda bulunmuş olacağız. Böylece değişim dönüşümü kendiliğinden beraberinde getirmeye başlamış olacak. Değiştikçe ve dönüştükçe hep birlikte göreceğiz ki gelişimde bir sistem döngüsü içersinde gerçekleşmiş olacak.

"Her şey hayalden başlar, bunun temelinde inanç yatar, inanırsanız başarırsınız."

Bu hassasiyetle çıkmış olduğumuz yolda KURAM dergisi aracılığıyla karınca misali eğitim geliştirme sürecine küçücük bir katkı sunabiliyorsak ne mutlu bize...

Bir sonraki sayımızda görüşmek dileğiyle...

Murat KAVLAK

Kumluca Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürü

İÇİNDEKİLER

ANA KONULAR

ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ OLAN ÇOCUKLAR VE EĞİTİMLERİ

ÖÖG olan çocukların zekâ kapasiteleri normal ya da normale yakın olmasına karşın, kendilerinden beklenen başarıyı gösterememektedirler. Belirgin bir problemi olmadığı halde, okul yaşantısının başından itibaren başarısızlık yaşayan birçok çocuk vardır...

YAZI: DR. KÜRŞAT ÖĞÜLMÜŞ S: 5

DİKKAT EKSİKLİĞİ HIPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU

Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB) çocukluk çağında görülen psikiyatrik bir bozukluktur. Tedavi edildiğinde ilerleme ve düzelme elde edilebilir...

YAZI: ESRA NOĞAY S: 13

ÖZEL EĞİTİMDE AİLELERİN EĞİTİM SÜRECİNDEKİ ÖNEMİ

Özel eğitim denildiğinde ilk akla gelen şey hep öğrenci olmuştur. Planlamaların, eğitimlerin, ekinliklerin hedef noktasında öğrenci konulmuştur.

YAZI: MEHMET FATİH HORT S: 14

İFADE EDİCİ DİL GELİŞİMİ

Çocuklarda ilk dilin kazanılması ve dil gelişimi ile ilgili konular, dilbilimin yoğun bir çalışma alanı haline gelmiştir.

YAZI: ABDULLAH DEMİR S: 18

ÖZ DİSİPLİN GELİŞTİRME

Öz disiplin, bir insanın duygularını, isteklerini, içgüdülerini ve davranışlarını kontrol etme becerisidir. Öz disiplin, bir insanın duygularını, isteklerini, içgüdülerini ve davranışlarını kontrol etme becerisidir. Öz disipline sahip olmak, bir şeye karar verip onu uygulamaya koymak ve yolunuza çıkan herhangi bir engelle, rahatsızlık hissine rağmen devam edebilmek demektir.

YAZI: PINAR KOÇYİĞİT S: 18

ÇOCUKTA DUYGUSAL GELİŞİM

Bir aile düşünün, anne ile baba bir tarafta konuşmaya başlıyor. Anne güler yüzle sesleniyor bugün neler oldu biliyor musun? diye. Baba, ne oldu, diye içtenlikle karşılık veriyor. Biri bir tarafta bir şeyler anlatıyor, diğeri öbür tarafta tebessüm ediyor gülüyorsa ortada cıvıldaayan neşeli konuşmalar oluyorsa...

YAZI: GÜLDEN ZORLU S: 21

ÇOCUKLARDA YALAN SÖYLEME

Yalan, insanların birbirine düşmesine, toplumdaki ahengin bozulmasına sebep olduğu için, çok çirkin bir fiil olarak kabul edilmiştir. ...

YAZI: YASİN ŞEN S: 23



2019 - 2020 Eğitim - Öğretim yılı Batı Antalya özel eğitim öğretmenleri ara dönem toplantısı yapıldı. Kumluca Milli Eğitim müdürü Mehmet Ali GİRGİN'in de iştirakiyle yapılan toplantıda işbirliği içinde yapılacak çalışmalar ve Kuram dergisi görüşüldü.

Toplantıda Akdeniz Üniversitesi Kumluca Sağlık Bilimleri Fakültesi öğretim üyesi Dr. Utku BEYAZIT "Çocuklarda cinsel gelişim" konulu eğitim verdi.





ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ OLAN ÇOCUKLAR VE EĞİTİMLERİ

DR. KÜRŞAD ÖĞÜLMÜŞ
Kırıkkale Üniversitesi
Özel Eğitim Bölüm Başk.

Şubat sayısındaki yazarın yazısının devamıdır;

Özel Öğrenme Güçlüğü Olan Çocukların Psikolojik Özellikleri

ÖÖG olan çocukların zekâ kapasiteleri normal ya da normale yakın olmasına karşın, kendilerinden beklenen başarıyı gösterememektedirler. Belirgin bir problemi olmadığı halde, okul yaşantısının başından itibaren başarısızlık yaşayan birçok çocuk vardır. ÖÖG olan çocuklar görsel, işitsel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönlerden problemleri olmamasına karşın okuma, yazma ve matematik alanlarındaki güçlükler yaşamaktadırlar. Çocuğun zekâ kapasitelerine bakarak aileler çocukta belli bir başarı beklemelerine karşılık, çocuk beklentilere karşılık verememektedir. Ailenin, okulun, yakın çevre gruplarının çocukta beklentileri arttıkça bu beklentilere cevap veremeyen çocukta ikincil ruhsal sorunlar yaşan

maktadır. Bu çocukların kaygısı daha yoğun yaşadığı, depresif belirtiler gösterdiği ve kişiliklerinin örselendiği gözlemlenmektedir. Ancak ÖÖG yalnızca okul çağını değil bir ömrü etkileyecek bir yetersizlik durumu olduğu için öğrenme güçlüğü olan kişilerin sıkıntısı yalnızca ilkökul yıllarında değil, eğitimin ileriki aşamalarında, okul dışındaki sosyal ilişkilerde her türlü etkinlik esnasında ve iş yaşamında da devam edebilmektedir.

Özel Öğrenme Güçlüğü Olan Çocukların Tanılanması

ÖÖG tanısının koyulması ÖÖG riski taşıyan öğrencilere yönelik yapılacak yardımların ilk adımını oluşturmaktadır. Ancak resmi tanı almadan önce ÖÖG riski taşıyan öğrencilerin bazı ön değerlendirmelerden geçirilmesi gerekmektedir. Diğer bir deyişle, ÖÖG tespit edilmeden önce bazı ön bilgilerin toplanması gerekmektedir. Ön bilgilerin toplanması hem uzmanlar tarafından daha sağlıklı bir değerlendirme yapılmasına katkı sağlarken hem de öğrencilerin yanlış tanı almalarının önüne geçecektir. Her ne kadar öğrenme güçlüğüünün belirtileri ayırıcı olsa da, ÖÖG bir çocukta diğerine büyük farklılık gösterebilmektedir. Bir çocuk okumada güçlük yaşarken baş-

ka bir çocuk matematikte zorluk yaşayabilmektedir. Matematikte başarılı olan bir çocuk ise anlamada güçlük yaşayabilmektedir. ÖÖG olan öğrencilerde görülen erken belirtiler farklı yaş dönemlerine göre aşağıda verilmektedir.

Okulöncesi dönemde ÖÖG'nin erken belirtileri:

- Sözcükleri telafuz etmede güçlük
- Doğru sözcükleri bulmada güçlük
- Alfabeyi, rakamları, renkleri, şekilleri, haftanın günlerini öğrenmede güçlük
- Yönergeleri takip etmede güçlük
- Kalem ve silgi gibi araçları tutmada güçlük
- Ayakkabısının bağcıklarını bağlamada, giysisinin düğmelerini iliklemede güçlük

5-9 Yaş arası dönemde ÖÖG'nin erken belirtileri:

- Harfler ve sesler arasında bağlantı kurmada güçlük
- Sesleri kullanarak sözcük üretmede güçlük
- Okurken basit kelimeleri karıştırma
- Sürekli okuma hataları yapma
- Basit matematik kavramlarını anlamada güçlük
- Zamanı söyleme ile ilgili becerilerde güçlük
- Yeni becerileri öğrenmede güçlük

10-13 Yaş arası dönemde ÖÖG'nin erken belirtileri:

- Okuduğunu anlamada veya matematik becerilerini anlamada güçlük
- Açık uçlu sorulara cevap vermede güçlük
- Okumayı veya yazmayı sevmeme veya yüksek sesle okumadan kaçınma

- Günlük yaşamında düzensizlik (ödevlerinin düzensiz olması, odasının dağınık olması gibi)
- Kötü el yazısı

Amerika Birleşik Devletleri'ndeki (ABD) tanılama süreci incelendiğinde ÖÖG tanısı koymak için çocuğun zihinsel yeteneği ile başarısı arasında bir ya da daha fazla akademik alanda ciddi tutarsızlık bulması gerekmektedir. Fakat ÖÖG'nin tanılanmasında tutarsızlık kavramının kullanılması bazı uzmanlar tarafından eleştirilmektedir. Öncelikle zeka testleri güvenilir olmamakta ve birçok çocuk için adil bir test olarak kabul edilmemektedir. Tutarsızlığın belirlenmesinden elde edilen sonuçların, öğrencinin eğitim programını belirlemedeki etkisi oldukça azdır. Ayrıca bu süreç hangi müdahale yöntemlerinin etkili olacağının belirlenmesine faydalı olmamaktadır. ÖÖG olarak sınıflandırma sürecinde bazı kriterler bulunmaktadır. Kapsayıcı kriter olarak, öğrencide formal ve informal değerlendirmeler sonucunda, algılanan potansiyel ile gerçek başarı arasında istatistiki olarak anlamlı derecede ciddi tutarsızlık gözlemlenmelidir. Dışlayıcı kriter olarak, öğrencide görülen ÖÖG öncelikli olarak görsel veya işitsel yetersizlikten, zihinsel yetersizlikten, duyu/davranış bozukluğundan veya kültürel farklılıklardan kaynaklanmamalıdır. İhtiyaç kriteri olarak, öğrenci özel eğitim hizmetlerine ihtiyacı olduğunu göstermelidir. Özel destek almadığı sürece öğrencinin yetersizliği öğrenmesini olumsuz etkilemelidir.

ABD'de kullanılan diğer yöntem ise Müdahaleye Yanıt Verme/Müdahaleye Tepki (Response to Intervention)'dir. Tanılama sürecinde karşılaşılan problemler nedeniyle özellikle ABD'de Müdahaleye

Tepki yöntemi kullanılarak ÖÖG tanısı yapılmaktadır. Karar verme sürecinin yürütülmesi bir veri toplama sistemine dayanmaktadır. Aşamaların sayısı okuldaki öğrencilerin bir müdahaleye verdikleri farklı tepkilere, toplanılan verilere ve yapılan ölçümlere dayanarak değişebilmektedir. Tüm öğrencilerin çıktılarını/sonuçlarını artırmak için verilecek kararın veriye dayalı olması gerekmektedir. RTI, özel eğitimi önleyici bir yaklaşımdır ve erken tarama ile akademik alanda zorlukları olan ve risk altında bulunan çocuklara erken müdahalede bulunmayı sağlamaktadır. Örneğin, A okulu üç basamaklı RTI modeli kullanıyor olsun. Kimin okuma, yazma ve matematik gibi akademik alanlarda zorluk yaşadığını belirlemek için tüm öğrenciler bir yılda üç kere taramadan geçmektedir. Bu tarama da Mehmet ile Elif'in okuma alanında aldıkları puanlar, okuma düzeylerinin sınıf seviyesinin altında olduğunu göstermiştir. Bu durum tespit edildikten sonra, bu iki öğrenciye kendi sınıf ortamlarında kendi sınıf öğretmenleri tarafından ek öğretim yapılır. Bu RTI'nin 1. aşamasıdır. Öğrenciler bu aşamada bir ilerleme göstermezse bir üst basamak olan 2. aşamaya geçerler. Bu defa her iki öğrenci 25 dakika süren, küçük grup içinde sunulan ve ders saatlerinin dışında ve kendi öğretmenleri tarafından verilen ek okuma öğretimlerine katılırlar. Bu ek okuma öğretiminin sonunda Mehmet'in okumasında anlamlı bir ilerleme olmuştur (çünkü Mehmet müdahaleye yanıt vermiştir) ve ek bir yardıma ihtiyacı yoktur. Fakat Elif, okumayla ilgili yapılan ölçümlerde düşük puan almaya devam ettiği için yapılan müdahaleye tepki vermediği görülmüştür. Dolayısıyla Elif RTI'nin bir üst ve en son basamağı olan 3. aşama'ya taşınır. Bu aşamada,

Elif günlük olarak, dersin dışında, 50 dakikayı kapsayan, daha küçük grup içinde sunulan ve okuma öğretimi konusunda bir uzmandan ek öğretim alır. Eğer Elif, bu müdahaleye de yanıt vermezse yani okuma alanında bir gelişim göstermezse, bu kez öğrenci özel eğitim açısından değerlendirilmesi için ilgili kuruma gönderilir¹³. Türkiye'de ise ÖÖG tanısı devlet hastanelerinde "Özürlü Sağlık Kurulu" tarafından verilen rapor ile konulmaktadır. Süreç çocuğun öğrenmede yaşadığı güçlüklerin fark edilmesiyle başlamaktadır. Doktora götürülen çocuk uzman doktorlar tarafından WISC-R testi sonucu ve diğer kapsamlı değerlendirmelerden sonra tanı alabilmektedir. WISC-R testinde çocuğun normal zeka seviyesinde puan alması ve testin alt boyutlarında en az 10 puan fark olması ÖÖG tanısını çağrıştırmaktadır. ÖÖG doğrudan akademik ve bilişsel becerilerle ilgili olduğu için çocukların büyük çoğunluğu okul döneminde fark edilmektedir. Okul döneminde ÖÖG'den şüphelenilen öğrenciler sınıf öğretmenin, rehber öğretmenin ve okul müdürünün görüşü ile Rehberlik Araştırma Merkezlerine (RAM) yönlendirilebileceği gibi doğrudan hastaneye de gidebilmektedirler. Çocuğunda bir sorun olduğunu düşünen ve bunun için çocuk doktorlarına başvuran aileler doktorların doğru tanı ve hızlı yönlendirmeleri ile erken özel eğitim programlarından faydalatabilmektedir. Ancak ÖÖG konusunda ailelerin, eğitimcilerin ve çocuk doktorlarının yeterli bilgi düzeyinde olmaması ve/veya konuya gereken önemi vermemeleleri, çocukta bir sorun olduğu düşünülse bile, hızlı ve doğru tanı konulamadığı için, gereken değerlendirme ve destek özel eğitim hizmetleri zamanında yapılamamaktadır.

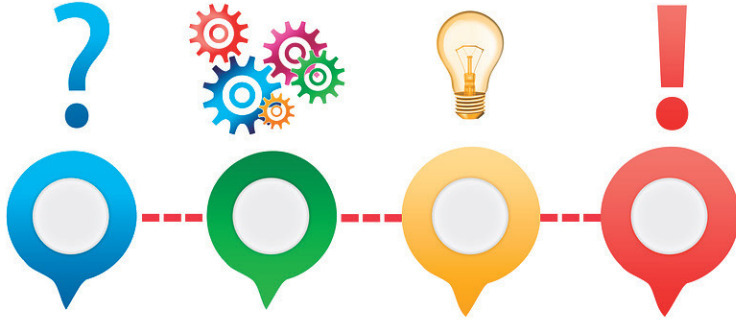
ÖÖG şüphesiyle RAM'a yapılan başvurularda da son zamanlarda ciddi artışlar yaşanmaktadır. Bunun en büyük sebebi ÖÖG hakkında farkındalık düzeyindeki artıştır. Ancak sayıdaki artışla birlikte öğrenme güçlüğü olan bireylerin tanılanması sürecinde bazı aksaklıklar yaşandığı da görülmektedir. Yaşanan bu aksaklıklar genel olarak tıbbi tanılar ile eğitsel tanılar arasında bulunan tutarsızlıklar, fark edilme sürecinde ailelerin ve sınıf öğretmenlerinin farkındalığının az olması, RAM personelinin eğitim gereksinimi, değerlendirme formlarının

Öğretmenlere Tavsiyeler

- Öğrencinizde eğitsel bir sorun hissettiğinizde ilk olarak öğrencinin ailesi ile görüşünüz.
- Çalıştığınız okulda rehber öğretmen varsa öğrencinizin durumdan haberdar olmasını sağlayınız.
- Öğrencinize tanı koyulması için RAM'a yönlendiriniz.
- Öğrencinizde ÖÖG'ye eşlik eden rahatsızlıklar gözlemlediyseniz mutlaka aileye haber veriniz.
- Öğrencinizi RAM'a yönlendirmek için eğitsel değerlendirme isteği formu doldurmanız gerektiğini unutmayınız.

Ailelere Tavsiyeler

- Çocuğunuzda eğitsel bir sorun hissettiğinizde ilk olarak öğretmene başvurunuz.
- Çocuğunuza ÖÖG tanısı konulduysa, bunun bir güçlük olduğunu kabul ediniz. "İstemediği için yapmıyor, istese her şeyi başarır" düşüncesinden kendinizi uzaklaştırınız.
- Çocuğunuza karşı tutarlı olunuz. Bir gün sabırlı ve anlayışlı iken bir sonraki gün sıkılmış ve mutsuz davranmayınız.
- ÖÖG ile ilgili deneyimi olan öğretmen, psikolog ve özel eğitim öğretmenlerinden destek alınız. Kendi başınıza sorunlarla baş etmeye çalışmayınız.
- Çocuğunuzda eşlik eden başka psikiyatrik sorunlar varsa gerekli tedavileri ertelemeyiniz.
- Sağlık kurulu raporu ve RAM raporu alabilmek için ilgili kurumdan önceden randevu almanız gerektiğini unutmayınız.
- Çocuğunuzun hastanede ve RAM'da değerlendirmesinin yapılacağı günlerde daha dinç, uykusunu almış ve kahvaltısını etmiş bir şekilde gitmesini sağlayınız.
- Raporunuzun geçerlilik süresinin bir ya da iki yıl olduğunu unutmayınız.
- Sağlık kurulu raporunda engel oranı gibi bir alanın olduğunu ve ÖÖG olan çocuklar için bu bölüme genellikle %20, %30 oranlarının yazılabileceğini unutmayınız.



yetersiz ve öğrenme güçlüğü olan bireyleri ayırt ediciliğinin düşük olması, kullanılan materyallerin standart olmaması, değerlendirme ortamlarının uygun olmaması ve paydaşlar arasındaki iletişimin az olması noktalarında yoğunlaşmaktadır. Tüm bu şartlar göz önüne alındığında çocuğu gözlemleyen kişinin belirtileri fark ederek durumun farkına varabilmesi hayati derecede öneme sahiptir. Bu nedenle çocukla doğrudan temas içerisinde olan herkesin öğrenme güçlüğü belirtileri hakkında bilgi sahibi olması gerekmektedir. Aşağıda tanılama sürecinde dikkat edilmesi gereken hususlar ile ilgili olarak öğretmen ve ailelere yönelik tavsiyeler yer almaktadır.

- Eğitsel değerlendirme isteği formunu gerçekçi bir şekilde doldurunuz ve öğrencinizle ilgili belirtmek istediğiniz özel noktalar varsa formda ilgili yere mutlaka yazınız.
- Öğrenciniz ÖÖG tanısı aldıktan sonra sınıfınızdaki diğer öğrencilere ve onların ailelerine ÖÖG hakkında bilgi veriniz.
- Öğrencinize ÖÖG tanısı koyulduktan sonra Bireysel Eğitim Planı (BEP) hazırlamanız gerektiğini unutmayınız.
- Öğrencinizin eğitim çalışmalarında tutarlı olunuz. Bir gün sabırlı ve anlayışlı iken diğer gün sıkılmış ve kızgın davranmayınız.

Alacağınız raporların ileriki yıllarda çocuğunuza bir problem yaratacağı yönünde bir kaygınız varsa;

- Çocuğunuzun okul hayatında ve sosyal hayatta zorlukları aşması için özel eğitime ihtiyacı varsa bu raporları çıkar-

mak gerekmektedir.

- Rapor yenilenme zamanı geldiğinde eğer tanının kalktığı tespit edilirse bazı aileler engel oranının %0 olduğunu belirten bir rapor talep ederek ileride yaşanan sorunların önüne geçmeye çalışmaktadır.
- Aldığınız raporlar o kurumla sizin aranızdaki özel belge niteliğindedir. Sağlık kurulu raporu sadece ulusal engelliler veri bankasına kaydedilir.

Özel Öğrenme Güçlüğü Olan Çocukların Eğitimleri

Özellikle okul öncesi dönemde erken müdahale çok önemlidir. Gelişiminin en hızlı olduğu bu dönem ihmal edildiğinde, ilköğretime başladıktan sonra okuma, yazma, matematik, duygusal ve sosyal alanlarda farklı problemlerle karşılaşmaktadır. Erken çocukluk döneminde, özel öğrenme güçlüğü riski taşıyan çocuklara kalıcı problemler oluşmadan yetersizliklerin üstesinden gelebilmelerine yardımcı olarak çocuğun okula güçlü bir başlangıç yapmasını sağlayacak bireysel eğitim programları uygulanmalıdır.

Okul öncesi eğitim programlarında aşağıdaki yer alan becerilere yoğunlaşılmalıdır.

Okul öncesi eğitim programları görsel, işitsel, dokunsal algılar başta olmak üzere tüm duyuları kapsayacak biçimde etkinliklerle zenginleştirilmelidir.

Okul öncesi eğitim programında fonetik çalışmalara yer verilmesi, okumaya hazırlık çalışmalarının erken dönemde başlatılması problemin erken fark edilmesi ve azaltılması ya da üstesinden gelinmesi için yararlı olacaktır.

Motor gelişim etkinliklerine yer verilmesi, özellikle kaba motor etkinliklere olanak sağlayan mekanların düzenlenmesi görsel motor alanda çocuğun deneyerek kendini geliştirmesine, mekansal ve uzamalı ilişkiler alanında beceri kazanmasına, beyin her iki tarafının birlikte kullanılması, yön ayırımı, vücudun koordinasyonu ve benzer birçok alanda gelişimin sağlanması açısından yararlı olacaktır.

Dikkat, algı, bellek etkinliklerine sıklıkla yer verilmelidir. İlerleyen dönemlerde ise öğrencilerin ebeveynleri, çocuklarının normal sınıflarda yeterli eğitimi alamadığını fark ettiklerinde başvurdukları yol genellikle özel ders aldirmek veya dershanelere göndermek olmaktadır. Denenen bu yollar kısmi etki yaratmakla birlikte, sorunu çözmekte yeterli olmamaktadır. Bu sorunun devam ettiğini gören aileler öğrencinin üzerine daha fazla gitmekte ve özgüven problemlerinin artmasına sebep olabilmektedir. ÖÖG olan çocuklar özellikleri yönüyle birbirlerinden çok farklı oldukları için eğitimlerinde belli bir yöntem ve program izlenememektedir. ÖÖG yaşayan bireylerde temel hedef, kendine güven duygularını geliştirmek ve başarılı oldukları yönlerini keşfetmelerini sağlayarak gelişimlerine yardımcı olmaktır. Yapılan çalışmalar, öğretmenlerin kaynaştırma eğitimi konusunda gerekli eğitimi almadıklarını ailelerin ise özel eğitimin varlığından ve yasal haklarından genel olarak haberdar olmadıklarını göstermektedir. Bunlar ÖÖG olan çocukların eğitim ortamından yeterince yararlanamamasına yol açan en önemli nedenlerdir. Kaynaştırma programının başarıya ulaşabilmesi ÖÖG olan kaynaştırma öğrencilerine yönelik olarak okul

ortamlarında yapılan düzenlemelerin niceliği ve niteliğine bağlıdır. 1.1.2009 tarihinden başlayarak ÖÖG tanısı almış çocukların rehabilitasyon merkezlerinde verilecek olan destek eğitim programlarından yararlanmasına ilişkin düzenlemeler yürürlüğe girmiştir. Bu tanıyı alan çocuklar için 750 saati içeren "Özel Öğrenme Güçlüğü Destek Programı" geliştirilmiştir. Gereksinime dayalı olarak, sunulacak özel eğitim ile bireylerin yaşam kalitesinin artırılması, yaşamlarını bağımsız olarak idame ettirebilmelerini kolaylaştırmaktadır. Dolayısıyla bu durum ÖÖG olan birey ailelerinin de kaygı ve stres düzeylerinin azalmasını sağlayacaktır.

ÖÖG olan çocukların eğitiminde ailelerinde önemli rol ve sorumlulukları vardır. Öncelikle ÖÖG etkilerinin akademik ve eğitsel alanları kapsadığı düşünülse de hem ÖÖG tanısı almış çocukların hem de ailelerinin hayatlarında fiziksel, psikolojik, sosyal ve çevresel alanlarda etkiler oluşturmaktadır. Bu nedenle özellikle okul sistemi içinde ÖÖG ile tanılanmış çocukların eğitime ilişkin alınacak tedbirlerin ailenin katılımı, aile içi ilişkiler, ailenin eğitim düzeyi ve sosyo-kültürel özellikleri gibi değişkenlerin göz önünde bulundurularak kapsayıcı ve katılımcı bir bakış açısıyla tasarlanıp uygulanması gerekmektedir. Özellikle aile içinde çocuğun yaşadığı ÖÖG'nin ebeveynlerin yaşamına etki edebileceği hususu, eğitsel ve psiko-sosyal hizmet sunan tüm paydaşlar tarafından dikkate alınmalıdır. Toplumda ve okulda buna dair farkındalık yaratılması ve sunulacak hizmetlerin mutlaka aileleri de kapsamı gerekmektedir.

Özel Öğrenme Güçlüğü Olan Çocukların Eğitimleri ile İlgili Aile ve Öğ-

retmenlere Öneriler

ÖÖG risk faktörü taşıyan öğrencilerin ilköğretime başlama döneminde okul öncesi öğretmeni, birinci sınıf öğretmeni, rehber öğretmenler ve ailelerinin çocuğun genel özellikleri, ihtiyaçları ve yaklaşım konusunda görüşmeleri ve ortak karar almaları problemin üstesinde gelinmesinde yararlı olacaktır. Okul-aile işbirliği bu çocukların erken tanınmaları ve erken müdahale için gereklidir.

ÖÖG olan çocuklar duygu durumlarına ilişkin sözel olmayan ipuçlarını yeterli düzeyde ve doğru olarak algılamada problemler yaşamakta ve bu ipuçlarını kullanarak duyguları isimlendirmede yetersizlikler sergilemektedirler. Bu problemler ÖÖG olan çocukların sosyal kabulünü olumsuz yönde etkilemekte ve sosyal becerilerini geliştirme fırsatlarını da azaltmaktadır. Anne babaların ve öğretmenlerin ÖÖG olan çocukların sözel olmayan ipuçlarını algılama becerilerindeki olası yetersizlikleri hakkında bilgilendirilmeleri ve ilgili becerileri nasıl geliştirilebilecekleri konusunda desteklenmeleri de önemlidir.

ÖÖG ailelerin öğrenci başarısında dikkat etmeleri gereken bir husustur. ÖÖG konusunda ailelere alan uzmanlarınca yönlendirici, bilgilendirici ve rahatlatıcı hizmetlerin verilmesi gerekmektedir. Çünkü ebeveynlerin bu konuda yanlış bilgi sahibi olmaları ya da psikolojik olarak kendilerini kötü hissedebilmelerinden dolayı ÖÖG için velilerin geç yönlendirilmesi ÖÖG tanısının konma zamanını geciktirmekte ve öğrencilere de zamanında faydalı olunamamaktadır.

Öğretmenlerin ÖÖG olan öğrencilerin özellikleri ve eğitimle-

ri hakkında bilgi sahibi olmaları, bu öğrencilere yönelik daha etkili eğitim sağlayabilmeleri açısından faydalı olmaktadır. Ayrıca, ÖÖG olan çocukların büyük çoğunluğunun kaynaştırma ortamlarında eğitim gördükleri göz önüne alındığında, hem ilgili sınıf ve branş öğretmenlerinin hem de rehber öğretmenlerinin bu öğrenciler ve eğitimleri konusunda yeterli bilgiye sahip olmaları, bu öğrencilerin akademik ve sosyal açıdan başarılı olabilmeleri için oldukça önemlidir.

ÖÖG yaşayan öğrencilerin erken tespiti gelişimlerinde çok önemli olduğu için okullarda tarama amaçlı test ve tekniklerin kullanılarak bilişsel özellikleri ortaya çıkarılan öğrenciler için bireysel eğitim programları hazırlanmalıdır. Yapılan eğitim programlarında çocukların zayıf yönlerinin ele alınması yanında güçlü taraflarını da kullanmaya yönelik çalışmalara özen gösterilmelidir²⁰.

ÖÖG'nin erken tanınması erken müdahalenin gerçekleştirilebilmesi için son derece önemli olduğu için özellikle erken çocukluk alanında görev yapan uzmanlar kilit rol oynamaktadır. Aşağıda erken çocukluk döneminde görev yapan uzmanlara yönelik bazı öneriler yer almaktadır.

- Çocukların okul olgunluğuna ulaşmadan okula başlamaları gelişimsel ve psikolojik açılarından sakıncalı olabilmektedir.
- Çocukların 5-7 yaş aralığında rahatlıkla saptanabilen öğrenme güçlüğü, dikkat eksikliği gibi bozukluklara sahip olup olmadıkları değerlendirilmelidir.
- ÖÖG olan çocuklar belirlenmeli ve onlara yönelik eğitimler verilmelidir.

- Aileler özel öğrenme güçlüğü veya dikkat eksikliği bulunan çocuklarla iletişim ve eğitim konusunda bilgilendirilmeli ve psikolojik açıdan olumlu davranış stilleri geliştirmeleri sağlanmalıdır.
- ÖÖG olan çocuklara daha farklı bir eğitim öğretim yöntemi sağlanmalıdır.
- Aileler ÖÖG hakkında bilgilendirilmelidir.
- Okul olgunluğu ve hazır bulunuşluluk konuları hakkında öğretmen ve aileler bilgilendirilmeli ve çocukların gelişim süreçleri yakından takip edilmelidir.
- Erkek çocuklarının rol model olarak benimsedikleri babalarıyla daha fazla iletişim kurmaları sağlanmalı ve bu şekilde okul olgunluğuna daha kolay ulaşmaları sağlanmalıdır.
- Okul olgunluğunu kazanmada aile içi iletişimin önemi büyük olduğundan bu iletişimin en doğru ve etkili biçimde sağlanması konusunda anne babalara bilgi verilmelidir.

Ailelerin Yasal Hakları

Milli Eğitim Bakanlığı ÖÖG olan bireylerin yaşamış oldukları güçlükleri hafifletmek adına bir takım uygulamalar yapmaktadır. Bu konu ile ilgili yeni bir genelge yayınlarak bazı değişiklikler yapmıştır. Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından 19.09.2017 tarihinde yayınlanan 2017/28 Nolu (Kaynaştırma Yoluyla Eğitim Uygulamaları) genelge ile çocukların hakları açıkça belirtilmektedir. Aşağıdaki tablolarda ailelerin yasal hakları ve dikkat edecekleri önemli noktalara değinilmektedir.

Tablo 3. Ailelerin ve ÖÖG olan çocukların hakları

- Okul ve kurumlarda bireyselleştirilmiş Eğitim Programı Geliştirme Birimi oluşturularak öğrenciler için (BEP) hazırlanacaktır.
- Yazılı ve sözlü değerlendirmelerde öğrencilerin BEP'leri dikkate alınacaktır.
- Öğrencilerin başarılarının değerlendirmesinde kullanılacak yöntem, teknik, ölçme araçları ve değerlendirme süresi, değerlendirme zamanı, değerlendirme aralıkları, değerlendirmeden sorumlu kişiler ve değerlendirmenin yapılacağı ortam BEP geliştirme biriminin görüş ve önerileri doğrultusunda belirlenecektir.
- ÖÖG olan öğrencilerin değerlendirilmesi sözlü olarak yapılacaktır.
- Yazılı sınavlar kısa cevaplı ve az sorulu olarak düzenlenecektir.
- Sınavlarda uygun araç-gereç, cihaz ve yöntemlerden yararlanılacaktır.
- İhtiyacı olan bireyler için yazılı sınavlarda refakat etmek üzere bir öğretmen görevlendirilecektir.
- Öğrencilerin başarılı olabilecekleri ses temelli cümle (tümme varım)/çözümleme (tümünden gelim)/karma yöntemlerden öğrenciye uygun olan bir yöntemle okuma yazma öğretimi yapılacaktır.
- Okul ve kurumlarda öğrencilere bireysel ve grup eğitimi verilebilmesi için destek eğitim odası açılacaktır

Tablo 3'de belirtilen haklar doğrultusunda aileler Tablo 4'de yer alan tedbirlerin almasını okulların Rehberlik Birimleri'nden talep edebilirler.

Tablo 4. Ailelerin BEP toplantılarında talep edebileceği haklar

Rehberlik Birimleri çeşitli önlemler almak amacıyla BEP birimiyle yılda en az iki defa toplantı düzenlerler.

- Bu toplantılarda öğrencinin dersine giren sınıf öğretmeni, branş öğretmenleri ve öğrencinin ailesinin bulunması zorunludur.
- Bu toplantının amacı çocuğunuz için alınabilecek önlemleri belirlemek, okul ve sınıf içi yapılanmayı sağlamaktır. Bunun sonucunda çocuğun o yıla ait eğitim hedefleri belirlenmiş olur.
- Bu toplantıların her kaynaştırma öğrencisi için düzenlenmesi zorunludur.

Tablo 5. Ailelerin BEP raporuna yazdırılmasını talep edebilecekleri tedbir kararları

- Sınıf içi oturma konumu öğrencinin öğretmene en yakın, mümkünse orta sırada penceren uzak bir konumda olmasını talep edebilirsiniz.
- Öğrenci kodlamalı sınavlarda zorluk yaşıyorsa kodlayıcı talep edebilirsiniz.
- Okumada zorluk yaşayan bir öğrenci için yazılı yerine sözlü sınav yapılmasını talep edebilirsiniz. Ya da sınavların birebir farklı bir ortamda okutman desteğiyle yapılmasını isteyebilirsiniz.
- Çocuğunuzun okuma performansı kötü ve bu durumdan dolayı psikolojik olarak kötü etkileniyor ise sınıf içi etkinliklerde sesli okumadan muaf sayılabilme hakkı söz konusudur.
- Çocuğunuzun yazma performansı sınıf seviyesinin altında ve zorluk çekiyorsa BEP kurulunda yazılı sınavlardaki yazım yanlışı, dil bilgisi ve yazı bozukluklarından not düşürülmemesini talep edebilirsiniz. Ya da sınavların sözlü olarak yapılmasını talep edebilirsiniz.
- Tahtadan deftere yazma problemi yaşayan öğrenciler için işlenen her dersin özet halinde fotokopilerinin alınmasını talep edebilirsiniz.
- ÖÖG olan çocukların akademik başarısızlıklarından dolayı yaşadıkları özgüven problemlerinin önüne geçmek adına derslerdeki küçük başarılarını ya da çabalarını ödüllendirmek motivasyon sağlamak adına önemlidir. Bunu da BEP kurulunda belirtip kurul kararları içine alabilirsiniz.
- Çocuğunuza özel sınav talep ettiğinizde hazırlanan sınavın içeriği sınıf seviyesinin çok altında olmamalı ancak sorular net ve anlaşılır hazırlanmalıdır. Ayrıca yazıların 16 puntunun üzerinde olmasına ve renkli kağıtların kullanılmasına dikkat edilmelidir. Gerekli durumlarda ek süre tanınması talep edilebilir.
- ÖÖG olan çocuklar özellikle okuma anlama, dil bilgisi kuralları, heceleme, hikaye tamamlama, boşluk doldurmada zorluk yaşarlar. Bu durum kurulda tartışılabilir.
- Okulunuz destek eğitim odalarında uygulanmak üzere; haftalık ders saatinin %40'ını aşmayacak şekilde (haftalık 30 saat ders yapan bir okul için 12 ders) desteklenmesini istediğiniz derslerden bireysel ders talep edebilirsiniz.

Özel Öğrenme Güçlüğü Olan Çocuğa Sahip Ailelerin Göz Önünde Bulundurması Gereken Önemli Noktalar

Testler, ÖÖG'nin değerlendirilmesinde asla tüm resmi görmede tek başına yeterli değildir. Testler bireyin herhangi bir hastalığının olup olmadığını ya da bireyin öğrenme fırsatlarını engelleyen diğer problemlerin olup olmadığını göstermez. Aynı şekilde bireyin öğretiminde uygun materyal ve yöntemlerin kullanılıp kullanılmadığını veya bireyin potansiyel çalışmasını engelleyen duygusal durumların olup olmadığını göstermede yeterli değildir. Bu nedenle tanı ekibi genellikle öğrenciler, aileler ve öğretmenler ile görüşmeler yapar, bireyin akademik çalışmasını ve oyun oynama anlarını gözlemler, okul kayıtlarını ve varsa tıbbi kayıtları inceler. Görüşmeler gibi informal yöntemlerle de bireyin nasıl düşündüğünü ve yaşadığı güçlüklerle nasıl yaklaştığını değerlendirebilir. Bireyin aile özgeçmişi ile ev ortamının anlaşılması da öğrenme biçiminin yorumlanması da

boşanma, kardeş kavgası ya da yakın zamanda aile bireylerinde bir kayıp olması gibi) öğrenmek ister. Belki bu nedenlerden biri çocuğunun okul performansını etkilemektedir. Ayrıca okul ve sınıf ortamının incelenmesi de önemlidir. Fakat bu incelemeler her zaman uygun şekilde gerçekleştirilememektedir. Bazı tanı ekipleri sadece bu incelemeler dışındaki diğer değerlendirme sonuçlarına

test sonucunu etkileyebilir). Açık sözlü olmak genelde en iyi yöntemdir.

Çocuğunuza yapılacak değerlendirmeye okulda neden zorluklar yaşadığını bulmaya çalışılacağını söyleyin. Bazı uzmanların bu zorluklar konusunda kendisiyle konuşmak isteyeceğini, çocuğunun bazı farklı eğitsel etkinlikler içinde bulunacağını ve uzmanların bazı testler yapacağını ifade edin. Bu testlerin okulda yapılanlardan farklı olduğunu, geçmesi ya da kalması gereken bir not alması gerekmediğini çünkü testin amacının nasıl öğrendiği hakkında bilgi sahibi olmak olduğunu açıklayın. Değerlendirme süresince geri bildirim vermesi konusunda cesaret verin. Testi uygulayan uzmanın hangi görevin/etkinliğin çocuk için daha kolay olduğu, çocuğun sorulara nasıl yaklaştığı ve çözümleri nasıl yaptığı konusunda çocukta n a l a c a ğ ı h e r



önemlidir. Bu nedenle tanı ekibinin aile işbirliğine ihtiyacı vardır. Aile, çocuğunun büyümesi ve davranışları konusunda mümkün olduğunca fazla bilgi paylaşmalıdır. Eğer çocuğunun bilişsel, fiziksel, sosyal ya da duygusal gelişiminde bir şüpheniz varsa bunu tanı ekibi ile paylaşmalısınız.

Tanı ekibi yakın zamanda bir sağlık probleminin olup olmadığını ya da aile ile ilgili bir durumun olup olmadığını (taşınma,

odaklanmaktadır.

Okul ortamı ve eğitim uygulamalarının öğrenme problemlerinde önemli oranda payı bulunmaktadır. Eğer değerlendirme ekibi bunun farkında olmazsa onlara karar vermeyi nasıl gerçekleştirdiklerini sorunuz. Çocuğunuza değerlendirme yapılmadan önce ona ne olacağı hakkında verdiğiniz kadar bilgi verin. Bu olmazsa çocukta belki stres, kaygı ve kafa karışıklığı olabilir (bunlar

türlü bilgi konusunda memnun kalacağını belirtin. Test çok zor olursa testi uygulayan uzmanın testi durduracağı ve başka bir uygulamaya geçebileceği konusunda çocuğunuzu bilgilendirin. Çocuğu aşağılayıcı veya suçlayıcı açıklamalardan kaçının: "Biz senin neden başarısız olduğunu anlamak için..." vb. yerine "Bu testlerin okulun sana en iyi öğretim yöntemini bulmada yardımcı olacağını düşünüyoruz" gibi söylemler kullanmak daha iyi



bir açıklama olacaktır. Yaşı büyük çocuklar ya da yetişkinler ÖÖG değerlendirme süreci için daha çok bilgiye ulaşmak isteyebilir. Bu nedenle onlarla sorularına cevap alabilecekleri değerlendirme öncesi bir ön görüşme yapılabilir. Bu görüşmede çocuğun güveninin sarsılmaması için yalan söylenmemelidir. Ayrıca değerlendirme sonucu ile verilen tüm belgeleri saklamalısınız. İlerde bu belgeler gerekli olabilir. Değerlendirme tamamlandığı zaman aile olarak tanı ekibinin bulgularını tartışmak için görüşmeye davet edileceksiniz. Çocuğunuzda herhangi bir yetersizlik belirlenmişse resmi olarak belgelendirilmiş öneriler de yapılmış olacaktır, çünkü çocukta bir yetersizlik bulunduysa yasa gereği çalışmaların hemen başlatılması gerekmektedir. Görüşmede tanı ekibi sizinle değerlendirme sonuçlarını paylaşacak çocuğunuzun güçlü ve zayıf yönlerini ve tanılanan

yetersizliği size açıklayacaktır. Çocuğunuz için seçenekler sunulacaktır. Yasaya göre çocuğunuzun en az kısıtlayıcı ortamda eğitim alması gerekmektedir. Fakat öğrenme güçlüğü olan bireylerin büyük çoğunluğu normal sınıflarında özel eğitim desteğiyle eğitime devam ederler. Kararlaştırılan özel eğitim yerleştirmesi ve özel eğitim hizmetlerinden sonra okul BEP'i hazırlar. Bu program ulaşılacak hedefleri, okul yerleşim kararlarını, özel uyarlamaları ve özel eğitim hizmetlerini kapsar.

Kaynakça:

Zor Çocukların Eğitiminde Psikoeğitsel Yaklaşımlar (2019), Vizetek Yayıncılık, Ankara



DİKKAT EKSİKLİĞİ HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU

ESRA NOĞAY

RAM Özel Eğitim Bölüm Başkanı

Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB) çocukluk çağıda görülen psikiyatrik bir bozukluktur. Tedavi edildiğinde ilerleme ve düzelme elde edilebilir. Tedavi edilmediğinde hayatının tüm evresinde psikiyatrik ve sosyal daha yoğun sorunlara yol açabilir. Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunun gözlemlenebilir bir çok belirtisi bulunmaktadır. Başlıklar altında gruplarsak eğer;

“Aşırı Hareketlilik”

Çocuğun kendi yaşatlarına oranla belirgin olarak fazla hareketli olmasıdır. Bu hareketlilik oyun, okul ve günlük işlevlerde, aile ve diğer bireyler için sorun oluşturmaktadır.

“Dürtüsellik”

Acelecilik, istekleri erteleyememe, sorulan sorulara çok çabuk yanıt verme, başkalarının sözlerini kesme ve sırasını beklemekte güçlük çekme gibi özelliklerdir.

“Dikkat Eksikliği”

Dikkatin bir noktaya toplanabilmesinde güçlük, dış uyaranlarla dikkatin çok kolay dağılabilmesi, unutkanlık, eşyalarını veya oyuncaklarını sık sık kaybetme ve düzensizlik gibi belirtilerdir.

Tüm belirtiler ayrı ayrı ele alınarak değerlendirme yapılmalıdır. Çünkü bazı vakalarda gözlemlenen belirtiler tek ortaya çıkabildiği gibi bir bütün olarak da gözlemlenebilir.

Daha ayrıntılı örneklendirdiğimizde;

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu yaşayan bireyler çoğu zaman; elleri , ayakları kıpır kıpırdır. Oturduğu yerde kıpırdanıp durur. Oturması beklenen durumlarda oturduğu yerden kalkar. Uygunsuz olan durumlarda koşuşturur. Tırmanır. Sakin bir biçimde boş zamanları geçirmekte, etkinliklere katılmakta, işbirliği ile yada tek başına oyun oynamakta zorluk çeker. Oyuncakları amacına uygun oynamakta zorluk çeker. Sürekli

hareket halindedir. Çok konuşur. Sorulan soruları soru tamamlanmadan önce cevap verir. Sırasını bekleme güçlüğü vardır. Başkalarının sözünü keser ya da yaptıklarının arasına girer. Dikkatini ayrıntılara veremez. Okul ödevlerinde, işlerinde ve yapılması gereken diğer etkinliklerinde dikkatsizce hatalar yapar. Üzerine aldığı görevlerde ya da oynadığı etkinliklerde dikkati dağınık. Kendisine konuşulduğunda çoğu zaman dinlemiyormuş gibi görünür. Yönergeleri izlemez ve okul ödevleri ve görevlerini tamamlayamaz. Üzerine aldığı görevleri ve etkinlikleri düzenlemekte zorluk çeker. Sürekli bilişsel çabayı gerektiren görevlerden kaçınır, bunları sevmez ya da bunlarda yer almaya karşı isteksizdir. Üzerine aldığı görevleri unuttur. Etkinlikler için gerekli olan şeyleri kaybeder. Dikkati dış uyaranlarla kolaylıkla dağınık. Günlük etkinliklerde çoğu zaman unutkanlıktır.

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu birçok belirti grubunu içerdiği için ve bazı psikiyatrik bozukluklarla sık olarak birlikte görüldüğü için başka psikiyatrik bozukluklarla karıştırılabilmektedir. Bunlar arasında bilişsel alanda gözlenen gecikme, öğrenme güçlüğü, ruhsal davranışsal bozukluklar ve madde kullanımı gibi psikiyatrik bozukluklar en sık görülenleri olarak literatüre kaydedilmiştir.

Çocuk psikiyatrisi kliniklerinde Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu genellikle iyi bir psikiyatrik değerlendirme ve öykü alınarak doğru tanı konulabilmektedir. Psikiyatri servisinin uygun göreceği şekilde ilaç, psikolojik danışma gibi tedavi yöntemleri uygulanabilmektedir. Tedavi sürecinin psikiyatri servisinin uygun gördüğü şekilde ve yoğunlukta olması ve sıkı bir şekilde takip edilmesi tedaviyi imkanı kılacak ve çocuğun şimdi ve gelecekteki hayatını olumlu şekilde etkileyecektir. Tedavi edilmediği takdirde okul, sosyal ve gelecek yaşantısı bu durumdan olumsuz bir şekilde etkilenecektir.

Tanı konan birey, konulan tanı raporlaştırıldığında okulda ayrıca desteklenmesi için bağlı bulunan Rehberlik ve Araştırma Merkezine okul aracılığıyla hastane raporu ile birlikte başvurabilir. Hastane tanısı ve Rehberlik ve Araştırma Merkezinde yapılacak değerlendirme sonucunda eğitim tedbiri alınarak bireyin özelliklerine yönelik ihtiyaç duyduğu alanlarda yoğun olarak okulda da desteklenmesi sağlanabilir. Bireyin ihtiyaç duyduğu akademik, sosyal ve psikiyatrik desteği alması her alanda gelişmesi ve sosyal çevresine uyum sağlayabilmesi açısından olumlu etkiler yaratacaktır.



ÖZEL EĞİTİMDE AİLELERİN EĞİTİM SÜRECİNDEKİ ÖNEMİ

Mehmet Fatih HORT
Özel Eğitim Öğretmeni

Özel eğitim denildiğinde ilk akla gelen şey hep öğrenci olmuştur. Planlamaların, eğitimlerin, ekinliklerin hedef noktasında öğrenci konulmuştur. Eğitimde sadece tek bir odak noktasına yönelmek günümüz eğitim anlayışında fark edilemez bir problem haline gelebilmektedir. Bu durum eğitim sürecinin işlevselliğini yitirmesine ve süreçten alınan verimin düşmesine yol açmaktadır. Eğitimde kaliteyi artırmak için süreç içindeki tüm faktörleri bir bütün olarak ele almak ve uygulamalarımıza bunu yansıtmak zorundayız. Sizlere eğitimin önemli bir parçasından bahsetmek istiyorum. Eğitim sürecinin belki de en önemli faktörlerinden biri “Aile”dir. Eğitim aile ile başlar, aile ile var olur, ailede şekillenir. Fakat çoğu zaman aile ikinci plana atılmakta veya ailenin sürece yeteri kadar katkı sağlamamasından dolayı, geçmişten günümüze savunulan “eğitim bir bütündür” anlayışına engel olmaktadır. Öncelikli olarak aileye eğitim konusunda sorumluluğunun sadece, çocuğun barınma ve beslenme ihtiyaçlarını karşılamak olmadığını idrak ettirmeli ve ailenin çocuğa yönelik destek ve uygulamalarla çocuğun eğitim hayatına katkıda bulunabilmesi sağlanmalıdır. Özellikle ailenin çocuğa yönelik bilinçli uygulamaları çocuğun bilişsel, dilsel, hareketssel, duygusal ve sosyal gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Çocuğun bütünsel gelişimi için ailenin desteği kaçınılmazdır. Her aile bir eğitimcidir aslında çünkü çocuğun kişilik ve karakter gelişiminde, olumlu davranış geliştirilmesinde birebir öğretim yapar. Bundan dolayı aileyi bu sürece dahil etmek ve aileyi aktif hale getirmek en önemli amaçlarımızdan biri haline gelmesi gerekir.

En güzel aile kaşif olan ailedir, çocuğunu keşfeden, çocuğun uçsuz bucaksız denizinde iyi bir serüven yaşamasını bilendir.



İFADE EDİCİ DİL GELİŞİMİ

Abdullah DEMİR
Sarıcasu Özel Eğitim Meslek Okulu

Çocuklarda ilk dilin kazanılması ve dil gelişimi ile ilgili konular, dilbilimin yoğun bir çalışma alanı haline gelmiştir. Dilin karmaşık yapısını öğrenmek için, dilbilimde en çok kullanılan yöntemlerden biri, çocuğun dili kazanma sürecindeki aşamalar, izlemektir.

Çocuklarda dil gelişimi ile ilgili çalışmaların çoğu dizim bilgisi (sözdizimi syntax) ve anlambilim (semantics) yönünden yapılmaktadır. Dizim bilgisi, cümlelerin yapısını inceleyen bir dilbilim dalıdır. Sözcüklerin cümle içinde sıralanmaları, dillerin cümle yapılarının belirlenmesi, özne-tümleç ve yüklem bir dildeki sıralanışı ve adların sıfatlarla bir araya geliş biçimleri konularıyla ilgilidir. Anlambilim, dili anlam yönünden ele alan, dilin düşünceyle, sesle düşünce arasındaki ilişkilerle ilgili bir dilbilim dalıdır.

Çocukların dili anlamlı kullanıp kullanmadıklarını ölçmek amacıyla bazı testler geliştirilmiştir. Bu testler genellikle sözcük dağarcığı ve söz dizimine önem vermekte, ayrıca uygun bir standarda göre çocuğun dili kullanımını ölçebilmektedir. Ancak çocuğun dil gelişiminin değerlendirilmesinde kullanılacak testlerin genel gelişim testleri ile birlikte uygulanması değerlendirme açısından daha sağlıklı olacaktır.

Her ne kadar yapılandırılmış testler, çocukların dili kullanımlarını değerlendirmede etkili olsa da, testlerin sınırlı olduğu düşüncesiyle daha uzun süreli gözlem ve değerlendirmelere gereksinim olduğu düşünülmektedir. Çocuğun çevresinde yapılan gözlemler, ailesinden ve okulundan alınan bilgiler, çocuğun kendisini ifade edebilme ve çevresiyle iletişim kurabilme becerisiyle ilgili bilgi vermede önem kazanmaktadır.

Çocuğun dil gelişimi izlendiğinde, dili anlama ve konuşmada belli aşamalar geçirdiği görülür. Yeni doğan döneminde (0-6 hafta) bebek refleksif sesler çıkarır. Bunlar, farklılaşmamış sesler olarak adlandırılmakta, amaçsız, anlamsız ve rastlantısal olarak çıkarılmaktadır. Bir süre sonra bu sesler farklılaşarak, uyarıcıyla ilişkili olarak, genellikle açlık ve rahatsızlık ağlamaları şeklinde değişikliğe uğrarlar. Gıgıldama dönemi olarak belirlenen 6 hafta ile 3 ay arasında bebek ses oyunları ile ses üretiminden zevk aldığını belli eder. A-u-o gibi ünlülerin uzatılması ile s-k-g gibi yumuşak damak ve gırtlak seslerinin çıkarılması bu dönemin en belirgin özelliği sayılmaktadır. Bebek artık annesinin sesine de gülümsemektedir. Mırıldanma (Babbling dönemi) 3-6 aylar arası olup, bebek b-m-p gibi dudak seslerini çıkarmaya başlamıştır. Bebeğin ses mekanizması üzerindeki kontrolünün arttığı ve kendi çıkardığı sesleri taklit ettiği görülür. 6-9 aylar arasındaki mırıldanmanın tekrarı (Lalling) döneminde, bebeğin çıkardığı sesler hece tekrarına doğru değişmektedir ve ba-ba, ma-ma gibi ünlü-ünsüz türü birleşimler en sık rastlanan yapılardır. Bebek ses oyunlarında ritm kullanmaktadır. Ses-sözcükler döneminde (9-12 ay), tekrarlama ve çeşitlenmiş mırıldanma görülür.

Bu dönemde çıkarılan sesler, ana dile ait seslerdir. "Jargon" denilen, anlaşılmayan fakat entonasyonu nedeniyle düz cümle ya da soruya benzeyen yapılar ve çocuk için sözcük veya cümle yerini tutan yapılar, bu dönemin en belirgin özelliğidir. 12-18 aylar arasında çocuklar, ilk sözcüklerini söylerler ve bu ifadeler bulundukları durumla birlikte yorumlanmalıdır. 18-24 aylar arasında çocuklar tek sözcükleri ard arda getirerek iki ve üç sözcüklü birleşimler oluştururlar. Çocuğun bu dönemde 100-200 arasında sözcüğü vardır. Çocuğun söylediği sözcüklerin çeşidi incelendiğinde çoğunluğu isim olmak üzere birkaç fiil, sıfat ve zamirleri de kullandığı görülür. 2-3 yaş arası, dilbilgisi yeteneğinin ve sözcük dağarcığının en hızlı geliştiği dönemdir. 3-4 yaşlar arasında çocukların birçoğu kendi ana dillerinin temel yapılarını öğrenirler. Söz dizimi yapısı yetişkininkine benzer. Sözcük dağarcığı 900 civarındadır. Geçmiş, şimdiki ve geniş zaman kullanımı görülür. Çocuklar genellikle, 4-5 yaşlarında kendi dillerinin dilbilgisi yapısını tamamiyle öğrenmiş olurlar.

kin kuralları zaman içinde öğrenilecektir. Çocuklar konuşmaya ait her bir kuralı farklı yaş dönemlerinde kazanmakta ve bir sonraki yaşta yeni beceriyi öğrenirken eskisini geliştirmektedirler. Örneğin; 2-2,5 yaş öncesindeki çocuklar, karşılarındaki kişinin kendilerini dinlemesini beklemeden konuşmaya başlar ve bunu sürdürürler. 2,5-3 yaşlarında ise, söyleyeceklerini tüm çevresindekilerle değil, konuşmaya başlamadan önce konuşacağı kişiye yönelerek onun adını söyleyip daha sonra anlatacaklarını paylaşma eğilimindedir. Ancak bunu yaparken de kendisini dinleyecek olan kişinin dikkatini toplamasına fırsat vermemektedir.

Konuşmayı devam ettirmede en önemli kurallardan birisi çocuğun anlatacaklarını belli bir sıra izleyerek ifade etmesidir. Konuşmanın diğer temel kuralı ise "Ortak bir konu" nun olmasıdır. 2 yaşında bir çocuk kısa süreli bellek ve kısa süreli dikkate sahip olduğundan konuşma konularını sıklıkla değiştirme eğilimindedir. 2-3 yaş arasında, belli bir konu üzerinde konuşma becerisi gelişmesine

bilgiyi de içermektedir.

3 yaş döneminde, çocuğun cevapları yetişkinin önceden söylediği içerik ve söz diziminin benzeridir. Bu da çocuğun konuşmasının akıcı olmasını sağlar ve yanlış anlama olasılığını azaltır. Bunun yanı sıra, 3 yaşındaki bir çocuğun ifadesinin yeterli olduğu düşünülmese de, konuşma örnekleriyle ilgili yapılan bazı çalışmalar, 3 yaş çocuğunun, dinleyicinin dikkatini toplamakta başarısız olduğunu ve cevap verilmesini gerektirmeyen tek yönlü konuşmalara yöneldiklerini göstermiştir. Aynı çalışmalarda, 4-5 yaş düzeyindeki çocukların kendilerini dinleyenlerle daha çok etkileşime girdikleri ve konuşulan konuya katılımlarının daha fazla olduğu gözlenmiştir.

İfade Edici Dil Gelişiminde Grup ve Bireysel Eğitimin Önemi

İfade etme ile ilgili etkinlikler genel olarak küçük gruplarda daha iyi yürütülmektedir. Grup çalışmasının yararları şunlardır:

1. Çocuğun yaşıtları ile etkileşim ve iletişim kurmasına fırsat verir.
2. Büyük gruplar, oynanan oyunlar yapılan etkinlikler ve tartışma ortamları için elverişlidir.
3. Gruplar; rica etmek, yönerge vermek, önermek, soru sormak, sorulara cevap vermek gibi durumlara daha fazla olanak sağlar.
4. Dili iyi kullanan çocuklar diğerleri için uygun bir model olabilirler; çocuklar genellikle kendilerinininkine yakın dil özellikleri olan daha büyük yaş çocuklarını model almayı tercih ederler.

Bireysel çalışmanın gerekli olduğu durumlar ise aşağıda belirtilmektedir:

1. İçerik kapanık, pasif ve dikkati



Karşılıklı Konuşmanın Gelişimi

Normal dil gelişimine sahip olan bir çocuk, konuşmaya nasıl başlayacağını, nasıl devam ettireceğini, söyleyeceklerini dinleyicilere ve farklı durumlara göre nasıl uygun hale getirebileceğine iliş-

rağmen çocuk nadiren belli bir konuda birbirini izleyen iki cevap verebilmektedir. Çocuğun cevabı genellikle önceden söylenen yetişkinin cevabıyla ilgilidir ve bazı durumlarda bunu tekrar etmesi yeterli olacakken bu cevap ek bir

dağınık çocuklar için bireysel çalışma daha uygundur.

2. Çocukların bazı kavramları anlamaları ve öğrenmeleri bireysel çalışma ortamında daha kolaydır.
3. Grup çalışması için iyi bir temel oluşturur.

ilgisini çekmeli ve uygun gelişim düzeyinde olmalıdır.

1. Kullanılan sözcükler çocuğun anlama düzeyinde olmalıdır.
2. Yetişkin ya da eğitimci, çocuk için iyi bir model olmalıdır.
3. Çocuğun yetiştikine dikkatini vermesi önemlidir. Eğer çocuk, seçilen materyallere ilgi

mutlaka yeni bir materyal verilmelidir.

8. Çocuğun ilgisini çekmeyen bir etkinlikte ısrar edilmemelidir.
9. Çocuğun öğrendiklerini pekiştirebilmesi için gerekli olan tekrarlamaları yaptığından emin olunmalıdır.
10. Çocuğa hatalarını düzeltmesi için zaman verilmelidir. Bu, çocuğun kendisine olan güvenini geliştirecektir.
11. Genelleme yapabilme, çocuklar için önemli bir beceridir. Çocuk yeni öğrendiği becerileri mümkün olduğunca farklı durumlarda pek çok kez ve eğitimciden farklı kişilerle de tekrarlanmalıdır.
12. Çocuğun ne söylediğiyle ilgilenilmeli ve söylediklerini nasıl ilettiğine dikkat edilmelidir.
13. Çocuk çevresindekilere iletişim kurmak istediğinde çevresindeki kişilerin de ona cevap vermeleri sağlanmalıdır.
14. Çocuk ile konuşurken ona sürekli soru soran ve onu sürekli izleyen bir yetişkin modeli olunmamalıdır. Çünkü böyle bir davranış, çocuğu konuşmaktan uzaklaştıracak ve ona zayıf bir iletişim modeli sağlayacaktır.

Kaynakça

1. Aksan, D. (1977-82), Her Yönlüyle Dil. 3 cilt. Ankara: TDK.
2. Doç.Dr. Özgür Aydın, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Programı, Güz 2010
3. Terrace, H.S.; Petitto, L.A.; Sanders, R.J. ve Bever, T.G. (1979). Can an ape create a sentence? Science, Vol.206, No. 4421 (Nov.23, 1979), 891-902
4. Toklu, O. (2003). Dilbilime Giriş. Ankara: Akçağ Yayınları.



Dil öğretimi, çocuğun ilgilendiği etkinliklerin bir parçası olarak değerlendirilmektedir. Örneğin; çocuk jimnastik saatlerini seviyorsa "Koş", "Zıpla", "Yürü", "Atla" gibi sözcükler bu etkinlik sırasında pekiştirilebilir. Bununla birlikte, yapılacak etkinliğin ilgi çekici şekilde çocuğa sunulması da dil becerilerinin öğretilmesini kolaylaştırıcı olacaktır. Dil, kısa sürede kazanılan ve gelişen bir beceri olduğundan çocuğun gün boyunca kullanacağı bir araç gibi düşünülmeli ve çocuk her söylediği sözcük için desteklenmelidir. Ayrıca çocuk sürekli olarak konuşması için yönlendirilmelidir. Çocuk konuşmadan gereksinimleri tahmin edilip giderildiği sürece konuşma gereksinimini hissetmeyecektir. Örneğin; oyuncağını uzanamayacağı bir yerde gördüğünde onu istemek için konuşma ihtiyacı duyacaktır.

Eğitim için Temel Kurallar

Kullanılan materyaller çocuğun

göstermiyorsa etkinlik çocuğun ilgilendiği konuya yönelik olarak hazırlanmalıdır. Bu, çocuk kuralları koyar demek değildir. Ancak çocuk yapılacak etkinliğe ne kadar istekli olursa o kadar çabuk öğrenir.

4. Etkinliklerin çoğu farklı amaçlar için de kullanılmalıdır. Örneğin: kum ve su gibi görme-dokunma ve işitme ile ilgili organları uyaran araştırma niteliğindeki oyunlar ve hayali oyunlar anlama ve ifade etmeyi geliştirmek için kullanılabilir.
5. Materyalleri amacına uygun kullanmadan önce çocuğa onları tanıması için fırsat verilmelidir.
6. Çocuk bir etkinlikte uzun süre ilgileniyorsa, etkinlik değiştirilmemelidir. Çünkü bu, çocuğun halen o etkinlikten bir şeyler öğrendiğini göstermektedir.
7. Çocuğun hareketlen monotonlaşmaya başladığında



ÖZ DİSİPLİN GELİŞTİRME

PINAR KOÇYİĞİT
REHBERLİK ÖĞRETMENİ

Öz disiplin, bir insanın duygularını, isteklerini, içgüdülerini ve davranışlarını kontrol etme becerisidir. Öz disipline sahip olmak, bir şeye karar verip onu uygulamaya koymak ve yolunuza çıkan herhangi bir engeli, rahatsızlık hissine rağmen devam edebilmek demektir. Öz disiplin insanlar arasında fark yaratmamızı sağlayan en önemli faktörlerden biridir. Bir kişide işini iyi yapma azmi, kararlılığı ve sabrı varsa, sonucun başarısız olma ihtimali çok düşüktür. Öz disiplin, bireyin kendi öğrenme hedeflerini belirlediği, üst biliş, motivasyon ve davranışları açısından aktif ve yapıcı bir süreçtir. Ayrıca öz disiplin, bireyin duygu, motivasyon ve üst bilişsel izleme ve kontrol süreçlerinin yanı sıra sahip olduğu inançların ve bu inanç süreçlerinin birbiriyle etkileşiminden oluşmaktadır.

Öz disiplin kavramı tek başına ele alınacak bir kavram değildir. İlişkili olduğu pek çok kavram

vardır. Bunlardan bazıları şu şekildedir; öz düzenleme, istikrarlı olmak, irade sahibi olmak, kararlılık, iç motivasyona sahip olmak, azim-istek, sabır, hedeflerimizin olması, planlı-programlı olmak, inanç sahibi olmak, öz güven, cesaret, yeterlilik, dayanıklılık vb. Bu yeterliliklere sahip olan kişilerin öz disiplin özelliğinin de yüksek olduğunu söyleyebiliriz. İnsanları birbirlerinden farklı kılan en önemli özellik yetenek, okulda verilen eğitim, ya da salt zekâ değil, öz disiplindir. Öz disiplinle her şey mümkündür. Eğer öz disiplin yoksa en basit hedef bile imkânsız bir hayal gibi görünür.

Öz disipline sahip bireyler, öğrenmek için gösterdikleri çabalarda her zaman aktif numdadırlar; zira kişisel olarak belirledikleri hedeflere ulaşmak için sahip oldukları yetenekleri, kabiliyetleri, dezavantajları ve sınırlılıklarını bilmektedirler. Aynen bir çıkarma işleminin doğruluğunu anlamak için sağlama işlemi yapmak gibi. Bireyler, koydukları ya da belirledikleri amaçları göz önünde bulundurarak kendilerini sürekli olarak izlerler ve gösterdikleri gelişimleri daima göz önünde bulundurlar. Bu eylem

bireylerin öğrenme metotlarını geliştirmek için motivasyon ve haz alma duygularını artırır. Motivasyon ve öğrenme metotlarının uyumundaki üstünlükler yalnızca akademik başarı getirmekle kalmaz; aynı zamanda geleceğimizi daha iyimser bir şekilde değerlendirmemize yardımcı olur. Öz disiplin, yaşam boyu öğrenme yeteneklerinin geliştirilmesi bakımından eğitimde önemli bir yaşantı oluşturur. Öyle ki lise ya da kolejden mezun olan öğrenciler, informal şekilde kendileri için gerekli birçok şeyi okul atmosferi dışında öğrenmek ve uygulamak zorundadırlar. Söz konusu yöntemi benimsemeyi başaran öğrenciler, uzun dönemde yaratıcı proje geliştirmede (sanat, edebiyat, icatlar gibi) oldukça başarılı bir grafik sergilerler.

Ayrıca öz disiplin bize gereksiz ve zararlı dürtülerle baş edebilme iradesini ve becerisini kazandırır. Kendimizi kötü hissetmemizi sağlayan davranışlarımızı denetleyebilmemizi ve hayattaki önceliklerimizi belirleyerek hedeflerimize daha iyi odaklanmamızı sağlar. Ama öz disiplini ceza olarak algılamak gerekir. Çünkü öz disiplin bir anlamda aklın, duyguların ve vücudun gerçek sahibi olmak demektir. Aslında gerçek özgürlük bu değil midir? Zira değeri olan

her şeyi başarmak disiplin ister. İsteddiğimiz bir şeyi başardığımızda ise çok büyük mutluluk duyarız. Bu duygu bizi daha iyi şeyler yapmaya sevk eder ve yaşam enerjimizi yükselterek bizleri daha dinamik, özgüvenli ve inançlı kılar. Kendimizi gerçekten çok iyi hissederiz. Çeşitli araştırmalardan varılan sonuçlar başarılı insanların daha sağlıklı olduklarını ve daha uzun yaşayabildiklerini göstermektedir.

ÖZ DİSİPLİN NASIL KAZANILIR?

Öz disiplin kazanmak için öncelikle kendi modelimizi çıkarmamız gerekir. Bu sebeple, nasıl olmak istediğimizi belirleyip, belirlediğimiz bu modele uygun davranmayı ve düşünmeyi seçmeliyiz.

Öz disiplin konusunda atılacak en önemli adım haz duygusunu erteleyebilmeyi öğrenmektir. Hazzı erteleyebilmek gerçekten istediğimiz şey uğruna bekleyebilmeyi, ilgili konuda gerçekten kararlı olmayı ve sabır edebilmeyi gerektirir. Eğer bu savaşı vermezsek, vazgeçersek ya da ertelersek, doyurulmayan bu istek tekrar tekrar canlanacak ve bizi rahatsız edecektir.

Bu konuda bize düşen, öncelikle-
rimizi belirlemek ve kişisel hedeflerimizle ilgili bir vizyon yaratmaktır. Sonrasında iç gözümüz sürekli vizyonumuzun üstünde olmalı ve asla istenilenden daha azına razı olunmamalıdır.

1960 yıllarında Stanford Üniversitesi tarafından yapılan bilimsel bir çalışmada 4 yaşındaki çocuklara bir araştırmacı tarafından lokum benzeri şekerler sunulmuş, ancak bir süre beklerlerse -sadece bekleyebilen çocuklara- bu şekerlerden iki tane verileceği söylenmiştir. Çalışmanın sonucu 15-20 dakika kadar bekleyebilen çocukların öz disiplin yetkinlik

ve becerilerinin yüksek olduğunu gösterecektir. Bu çalışmaya katılan çocukların ancak 1/3 ü bekleyebilmiş ve ikinci şekeri almaya hak kazanabilmişlerdir. Çalışmanın ikinci aşamasında her iki



grupta yer alan çocuklar liseden mezun olduklarında tekrar izlenmiş ve ortaya önemli farkların çıktığı görülmüştür. Sonuçlara göre, bekleyen çocukların daha olumlu, iç motivasyonu daha yüksek, daha amaca yönelik ve kararlı davranışlar sergiledikleri saptanırken, beklemeyenlerin sorunlu, inatçı, kararsız, özgüveni zayıf, güven vermeyen kişiler oldukları ve halen hazzı erteleme becerisini geliştiremedikleri saptanmıştır. Beklemeyen çocuklar ayrıca Amerika'da, bizdeki yükseköğretime geçiş sınavlarına benzer olarak uygulanan SAT sınavlarında önemli bir farkla daha az başarılı olmuşlar, evlilik, meslek seçimi, gelir düzeyi ve sağlık gibi hayati önem taşıyan konularda başarısız olmaya devam etmişlerdir. Yani bu araştırma da gösteriyor ki öz disipline sahip olmak hayatımızın tüm alanlarını etkileyen bir beceridir. Anlık hazzı erteleyebilme becerisi göstermek bize hayatımız

boyunca büyük kazançlar sağlayabilir. Sonuçta başarıya ulaşmak azim, sabır, kararlılık ve ümit ister.

ÖNERİLER

Yapılan araştırmalar öz disiplinin ve iç motivasyonun gücünü ha-

yata katmamızı sağlayacak yedi aşamalı bir süreçten geçmemizi öneriyor. Bu sürecin gerektirdiği aşamalar sırasıyla;

- 1. Hedef Belirleme:** Tam olarak ne istediğinizi açık bir şekilde belirleyin. Böyle yapmak sizin bu uğurda çaba gösterme isteğinize temel olacaktır. Daha sonraları, konuyla ilgili duygu ve dürtüleriniz arttıkça, bu kıvılcım büyüyecek, tutkulu bir ateşe dönüşecektir.
- 2. Modelleme:** Örnek alabileceğiniz kişiler bulun. Hedeflerinize ulaşabileceğinize olan inancınızı pekiştirebilmek için benzer hedeflere ulaşabilmeyi başarmış başka insanların da olduğunu bilmek sizin için önemli olacaktır. Bu kişilerin uyguladığı yöntemler, takip ettiği yollar size ilham verebilir.
- 3. Hedefinize ulaşmış olduğunuzu ve bu durumun size kazandırdığı avantajları hayal**



edin. Görüntü canlı olsun, öyle ki bu görüntüyü hissedebildiğinizi, koklayabildiğinizi, duyabildiğinizi ve hatta dokunabildiğinizi varsayın. “Yapabileceğimi düşünüyorum” yerine “yapabileceğimi biliyorum” cümlesini kullanmayı deneyin.

4. Eyleme Teşvik Eden Duygular:

Canlandırdığınız görüntünün atomik bir doğası vardır ki, bu sayede vücudunuzu bir başarıma tutkusu kaplayacaktır. Bu tutkuyla artık bundan sonraki eylem aşamalarını gerçekleştirebilecek motivasyona sahipsiniz.

5. Planlama: Hedefinize ulaşabilmek için tam olarak nelere ihtiyacınız olduğunu ve bunun ne kadar zamanınızı alabileceğini belirleyin. Bu aşama tutkunuzun yakıtı olacak ve canlandırdığınız görüntünün elle tutulur bir plana dönüşmesine sebep olacaktır.

6. Bilgi ve Beceri: Hedefe ulaşmak için bir plan hazırladığınızda, bu planı uygulamak için

gerekli olan bilgi ve becerileri de edinmeniz gerekir. Öncelikle, bu konuda gereken her şeyi öğrenebileceğinizle ilgili özgüveninizi geliştirmelisiniz. Daha sonraları, kazandığınız her beceriyle birlikte başaracağınıza dair olan inancınız artacak ve hedefinize daha yakın hissedeceksiniz.

7. Zorluklarla Savaşmak Konusunda Göstereceğiniz Azim ve Dayanıklılık:

Azimli olmak vizyonundan vazgeçmemeyi, ne kadar sürerse sürsün ve zor olursa olsun hedefe varılacağını düşünmeyi gerektirir. Zorluklarla baş etmek konusundaki dayanıklılık ise yenilgilere, güçlüklerle, fiziksel ve duygusal acılara rağmen başarıma azmini gösterebilmektir.

Kaynakça:

1. Alcı, B. ve Altun, S. (2007). *Lise Öğrencilerinin Matematik Dersine Yönelik Öz Düzenleme Ve Biliş Üstü Becerileri, Cinsiyete, Sınıfa Ve Alanlara*

Göre Farklılaşmakta Mıdır?, Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 16, Sayı 1, 2007, s.33-44, İstanbul.

2. Arslan, S. ve Gelişli, Y. (2015).

Algılanan Öz-Düzenleme Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması,

Sakarya University Journal of

Education, 5/3 (Aralık 2015)

ss. 67-74, Sakarya.



ÇOCUKTA DUYGUSAL GELİŞİM

GÜLDEN ZORLU REHBERLİK ÖĞRETMENİ

Bir aile düşünün, anne ile baba bir tarafta konuşmaya başlıyor. Anne güler yüzle sesleniyor bugün neler oldu biliyor musun? Diye. Baba ne oldu diye içtenlikle karşılık veriyor. Biri bir tarafta bir şeyler anlatıyor, diğeri öbür tarafta tebessüm ediyor gülüyorsa ortada cıvıldaayan neşeli konuşmalar oluyorsa... Peki çocuk ne yapıyor. Çocuğun hiçbir şey yaptığını görmüyorsun. Odanın bir kenarında çocuk kendi kendine oynuyor aslında. Ancak, kulağında annenin mutlu bir sesi, babanın aynı duygu bütünlüğü ile karşılık veren gülümseten paylaşımları...

Bu anne baba ne yapıyor? Çocuğu duygusal olarak besliyor. Ne demek duygusal olarak beslemek. Duygu dünyasını güçlendiriyor. Duygusal gelişimini destekliyor. Duygusal gelişim ailede sağlıklı iletişim ile olur. Zihin besinini duygulardan alır. Çocukların duygu dünyası ne kadar güçlü ise zihin de o kadar güçlüdür. Duygu dünyası ne kadar zayıf ise zihinsel gelişim de zayıftır. İçeride kapanık, alıngan, mutsuz, öfkeli, dikkati dağınık vs. çocuklara baktığımızda duygusal

olarak da zayıf olduklarını görüyoruz. Aile içinde değerlilik hissi veren konuşmalar arttıkça çocuk duygusal olarak gelişir.

Bir çocuk düşünün... Ailenin temel ahlaki kültürel değerleriyle hiç alakası yok. Aileye hiç benzemiyor. Çocuk aileden değil, başka yerden keyif alıyor. Bu çocuk aile ile bütünlük kurmuş diyebilir miyiz? Peki aile çocuğa tesir edebilir mi? Çocukla bağ kurabilir mi?



Bu konuda Doğan Cüceloğlu hocanın bir anısını okumuştum. Şöyle anlatıyor. Bir gün gemide yolculuk yapıyorduk. Çocuklar ile gemiye binmiş bir çift gördüm. Bu aile başka bir aile ile karşılaşiyor ve sohbet etmeye başlıyor. Ailenin küçük çocuğu denizde gemi görüyor. Heyecanla babasına sesleniyor, 'büyük gemi geçiyor' diye. Arkadaşı ile konuşan babası oğluna 'Tamam, anladık' diye

cevap veriyor. Çocuk anneye koşuyor. 'Büyük gemi geçiyor' diye anne gemiye bakmadan o tarafa dönüp 'evet, tamam' diyor. Heyecanını yenemeyen çocuk babasına tekrar dönüyor büyük gemi geçiyor diye. Babası cevap veriyor: 'Anladık, yeter artık'. Çocuk şaşırıp öylece kalakalıyor.

Geminin denizde yüzüp gitmesi sıradan bir şey ama çocuk için heyecan verici. Anne babalar yaşamda birçok gemileri kaçırıyorlar. Çocukların ergenlik döneminde yaşadığı problemlerin sebebi çocukluk döneminde kaçırılan gemilerden ibaret. Çocukların ilköğretim yıllarında yaşadığı problemlerin sebebi 0-6 yaşta kaçırılan gemilerden ibaret.

Çocuğun gözüyle olaylara bakmak çok önemli. Yetişkin ruhuyla baktığımız zaman sıkıcı geliyor. Çocuğun hissettiği şeye önem vermeliyiz ki çocukla duygusal birliktelik kurabilelim.

Çocukla kurulan duygusal birliktelikte, çocuğun duygusal ihtiyaçları karşılanır. Çocuğun heyecanına, coşkusuna, enerjisine aynı duygu düzeyi ile karşılık verilir. Çocuğun yaşama sevincini, çocuksu coşkusunu kaybetmesi için sağlıklı iletişim kurulur.

Aileyi bir arada tutan bağlar



duygusal birliktelik, duygusal paylaşımlar ile başlar, sosyal yaşamda oyun ve etkinliklerle devam eder. En az 2 saat birliktelik aidiyet duygusunun gelişmesi için önemli. Birlikte kahvaltı yapmak, birlikte akşam yemeği yemek, haftanın belli gün ve saatlerinde etkinlik ve oyun saati olarak belirlemek, aile toplantıları, uyku öncesi yarım saat sohbet etmek çocukla bağ kurmak için önemli.

Anne baba ile bağı zayıflayan çocuk, eşyaya tutunmaya çalışıyor. Çocuklar duygusal desteği, teselli, ilgi ve sevgiyi Tv ve internette arıyor. Çocuk anne baba ile olmayı tv'ye tercih etmeli. Anne babanın içtenliği, mutluluğu aile içindeki huzur çocuğun duygu dünyasını güçlendirir. Aile bütünlüğü olan evde çocuk kendini güvende, rahat hisseder, sakin ve huzurlu olur.

Çocukla bağ kuramayan, kendini veremeyen anne baba yorulur. Çocuğa tesir edebilmek için bağ kurmak lazım. Çocukla bağ kurulabilirse, çocukla işbirliği ve uyum sağlayabiliriz. Çocukla bağ kurmak için güven duygusu ve aidiyet oluşturmak ilk başlangıç noktasıdır. Öncelikle, onları iyi dinleyerek, duygularını ifade etmesini sağlamalıyız. Daha sonra

nasıl konuşacağımızı, düşünce ve isteklerimizi nasıl ileteceğimizi bilmeliyiz.

Duygusal gelişim ailede sağlıklı iletişim ile olur. Çocukla iletişim kurarken; tebessüm ve güler yüzle başlamak, sonrasında sessizlik, empati, olduğu gibi kabul, saygın bir iletişimle devam etmek duygusal gelişim için çok önemlidir.



ÇOCUKLARDA YALAN SÖYLEME

YASİN ŞEN
REHBERLİK ÖĞRETMENİ

Yalan, insanların birbirine düşmesine, toplumdaki ahengin bozulmasına sebep olduğu için, çok çirkin bir fiil olarak kabul edilmiştir. Dinimiz, yalan söylemeyi haram kılmış, dünyada da ahirette de huzur, mutluluk ve kurtuluşun doğru söylemekte olduğunu bildirmiştir. Çoğu inanışta ve kültürde yalan söylemek yalan konuşmak toplumda kabul görmeyen zarar verici bir yoldur. Yalan bir hatayı gizlemek amacıyla gerçeğe uygun olmayan davranış girişimlerinde bulunmaktır. Bu girişim sözel yolla, jest yoluyla ya da susma yoluyla olabilir.

Sosyal bir davranış olan yalanın amacı; başkalarını aldatmaktır. Yalan bazen zararını gördüğümüz, bazen de kısa süreli bize faydası dokunan ama hepimizin karşılaştığı acı bir gerçektir. Yalan, insanlığın varoluşuyla başlayan ve devam eden bir gerçektir.

Bilirsiniz "Dünyada ölümden başkası yalan" diye bir söz vardır, ve "yalan"ın da hayatımızda yer edindiği de kaçınılmaz bir gerçekliktir. Yalan söylemek, artık hayatımızda yediğimiz yemek, içtiğimiz su kadar doğal ve hatta bu ihtiyaçlarımızla iç içe geçmiş durumdadır.

Küçüğümüz büyüğümüz, yaşlımız, gencimiz hepimiz bir şekilde yalan söylüyoruz. Aslında hepimiz yalan söylememiz gerektiğini çok iyi biliyoruz. Yalanın zayıf karakterli insanların silahı olduğunun da farkındayız. Peki bunları bile bile bizler neden yalan söylemeye devam ediyoruz? Neden herkes yalan söylüyor, yalan söyleme hastalığı bizde nasıl yerleşiyor?

İki ana nedenden dolayı yalan söylüyoruz:

1. Cezadan kaç(ın)mak. Babasının dayağından korkan çocuk yalan söyler çünkü doğru söylerse ceza ile karşılaşacaktır. Ödevini yapmayan öğrenci yalan söyler çünkü, öğretmenin kendisine düşük not vermesini istememektedir.
2. Mükafat (ödül) elde etmek. Küçük çocuk ilgiyi üzerine çekmek için yalan söyler, göreceği ilgi onun mükafatıdır. Tüccar kalitesiz malı kaliteli diye anlatır, alacağı ücret onun ödülüdür.

Cezadan kurtulmak ya da ödüle ulaşmak amacıyla yalan söyleyen bizler acaba yalanı nereden öğreniyoruz?

1. Ailemizden: Küçüklüğümüzden beri anne babalarımız bize yalan söylüyor. "Oğlum sesiz ol sana çikolata alacağım." "Akşam baban gelince sana oyuncak getirecek". Sanki demeyin, bebek ne anlar

yalandan. Ancak zihni, bu yalanlarını otomatik olarak kaydeder. Çocuk biraz büyür ve sonra başka yalanlara şahit olur. Eve gelen telefona baba "evde yok de oğlum" der. Annesi 9 yaşındaki oğluya minibüse biner ama üç beş kuruş kar yapabilmek için "o henüz 5 yaşında, okula gitmiyor" diyerek yalan söyler. Evde çekiştirdiği komşusunu, mahallede görse güler yüz gösterip över. Böyle bir ailede büyüyen çocuk yalanın gayet doğal bir şey olduğunu düşünerek kendisi de yalan söylemeye başlar.

2. Basılı ve görsel yayınlardan: Bir gün televizyonunuzu sadece izlediğini programlardaki yalanları bulmak için izleyin. Aşk dizilerinde, aksiyon filmlerinde, magazin programlarında, sabah programlarında, reklamlarda, haberlerde sizce ne kadar yalana rastlarsınız? Maalesef yalan söylemeyi biz daha küçüklüğümüzde televizyonlardan öğreniyoruz. En masum çizgi filmlerde, romanlarda bile yalana maruz kalan bizlerin bilinçaltına yalan o kadar normal bir şey olarak kazınıyor ki, sonrasında onu içimizden söküp atmak çok güçleşiyor.
3. Çevremizden: Ailemiz yalan söylemese, televizyon izlemesek de çevremizde yalan söyleyen o kadar kimse var ki. Kısacası arkadaşlarımız, komşularımız, amcalarımız, teyzelerimiz gözümüzün içine baka baka yalan söyleyebiliyorlar. Bazen şaka olsun yalan söylüyorlar ama sonuçta netice değişmiyor ve biz yine yalana muhatap oluyoruz.

Bazı araştırmacılar, yalanı, söyleyenin patolojisini, yalanın hedefini ve içeriğini göz önünde bulundurarak, şöyle sınıflandırmışlardır

1. Faydalı yalanlar: İlişkilerimizin iyiliği için
 2. Histerik yalanlar: İlgi toplamak için
 3. Savunma için söylenen yalanlar: Kendimizi zor durumdan kurtarmak için
 4. Telafi etmek için söylenen yalanlar: Başkalarını etkilemek için
 5. Kötülük için söylenen yalanlar: Kişisel çıkarlar elde etmek için
 6. Dedikodu için söylenen yalanlar: Abartarak laf yaymak için
 7. İmalı yalanlar: Yarı doğru ile yanlış yönlendirme yapmak için
 8. Aşka gelip söylenen yalanlar: Başkalarının çıkarlarını gözetmek için
 9. Patolojik yalanlar: Kendimizi ve başkalarını hırpalamak için
- Yalancılık günümüzde bir meslek ve hatta daha da ileri, bir sanat olmuş. Teknolojik ilerlemelerin bu kadar hızlı ve yoğun yaşanması da engelleyemiyor yalanı ve yalan söylemeyi. Hatta yalan ve yalancılık çağa ayak uydurup hızla büyüyüp ve gün be gün gelişim gösteriyor. Tıpkı bir bukailemun gibi ortama, çağa, mesleğe, sanata, kısacası her şeye uyum sağlıyor. Yalan söylemek, ille ağızımızdan çıkan kelimeler değildir. Hile yapmak, dolandırmak, kalpazanlık yapmak ve daha bir çok şeyi yapmak yalanın diğer branşları olmaktadır. Politikacılar, sanatçılar, bilim adamları kısacası tüm meslek dallarında rastlayabiliriz yalan ve yalancılara. Örneğin; kuduz aşısını Pasteur'ün bulmadığını, Toussaint adında rakibi olan bir başka veterinerin deneyleri sonucunda elde ettiğini, kendi bulmuş gibi gösterdiğini ve bunun sonucu olarak ta Toussaint'in birkaç ay sonra, sinir krizi geçirerek öldüğünü biliyor muydunuz? Yalan, dünyanın yapılabilecek en kolay mesleği, icra edilebilecek

en kolay sanatı, keşfedilebilecek en zor şeyleri kolayca keşfede bilmenin en kolay yoludur. Karşımızdaki insanın, yalan söylediğini anlasak bile, bir çoğumuz bunun doğruluğunu araştırma ihtiyacını duymuyoruz. Karşımızdakilerin duymak istediklerini onlara söylemek, onların mutluluğunu görüp karşılığında ödüllendirilmek, hepsi küçücük bir yalanın büyük eserleridir. Eğer doğruyu söylemiş olsanız başınıza gelebilecekleri asla tahmin edemezsiniz. Ama söylediğiniz yalan kariyerinizi artırabilir, ödül almanızı sağlayabilir, maaşınızın artmasına neden olabilir.

Artık günümüzde, inkar etmenin bu kadar rahat olması, suça teşviki körüklemekte, insanların duymaktan hoşlanacakları şeylerin söylenmesi, yalanın cazibesini ve boyutunu, bir gökdelenin daima yükselen katları durumuna sokmaktadır. Git gide manevi değerlerin yozlaşması, kapitale dayalı sistemin içerisinde, insanların daha fazla para kazanma hırsı ile zamanın çoğunu çalışmaya ayırması ve kısa yoldan başarı ve zengin olma arzusu, yalan ve yalancılığın günümüzün en cazip mesleği durumuna gelmesine sebep olmaktadır.

Sabah yatağıımızdan kalktığımız andan, gece yatağı girip uykuya dalmamıza kadar geçen sürede, sayısız yalan ve yalancıyla karşılaşmaktayız. Kahvaltıda yediğimiz ekmeğın gramajının eksik olmasından tutun da; televizyonda haberleri izlerken konuşan politikacının, ekonominin mükemmel durumundan, demokrasinin tıkr tıkr işlemlerinden bahsetmesine kadar hep yalan vardır.

İşine geç kalan memurun söylediğı bahaneden, dersine çalışmayan öğrencinin uydurduğu klasik "akşam elektrikler kesikti, çalışmadım" bahanesinin altında yine aynı yalan vardır.

Yalancılık artık günümüzün mesleğidir. Eskiden dürüstlüğün her şeyin üstünde olduğu söylenirdi, şimdilerde de yine söylenen bu. Ancak, eskisi kadar artık üstünde durulmamaktadır. Ne yazık ki mesleklerin icrasında ve üretilen politikaların temelinde yatan asıl gerçek yalancıdır. Reklamların tabanını oluşturan da aynı yalancıdır. İnsanları etkilemenin temelinde de aynı yalan karşınıza çıkar. Artık karizmatik liderlerin yerini günümüzde, insanları en iyi etkileyen ve bunu yaparken de onların duymaktan hoşlanacakları şeyleri, onlara en güzel şekilde ifade edebilenler almıştır. Yani gerçek yalancılar....

Ve ne yazık ki, yalancıdan hala kimse ölmemektedir...

Çocukların Söyledikleri Yalanları Üç Gruba Ayırabiliriz

1. Sözde yalanlar 7 yaş öncesi yalanlardır

Bunlara yalan denmez. Çocuk bu dönemde gerçek ve hayalin farkını yapamaz. Çünkü çocukta gerçekçilik duygusunun zaman içinde gelişmektedir. Gerçeğe bir ölçüde bağılı kalındığı gibi tümüyle başka bir olayda yaratılabilir. Çocuğun kendi ürünüdür ve bu kurduğu hayali gerçek gibi algılayabilir.

2. Alışık Haline Gelen Yalanlar

7 yaş sonrası çocuklarda görülür. Yani artık çocuk gerçeğe gerçeğe olmayanı ayırt etmesinden sonra devam eden yalanlardır. hayali yalanlardan daha önemli yalanlar söz konusudur. Bu tür yalanlar birtakım bencilce istekleri gerçekleştirmek için bilerek ve isteyerek başkalarını aldatmaktır.

3. Patolojik Yalanlar

duygulanım bozukluğundan kaynaklanan yalanlardır. Patolojik yalanların temelinde en sık aşağılık duygusu ve güç istemi ile karşılaşmaktadır. Patolojik yalancı

çocuk sevinçli ve kaygısız görülür ki bu ilgi çekicidir. Çocuk okulla ilgilenmez, aile içindeki olaylara kayıtsızdır, gerçek arkadaşlığı aramaz, davranışları oldukça çocuksudur, duygusal ve ahlaki olarak olgunluğa ulaşamamıştır. Patolojik yalan duygulanımda bir gerilemenin ifadesidir.

Çocukta Yalan Söyleme Davranışını Ortaya Çıkarabilecek Faktörler

Aile çocuğun sadece fiziksel değil duygusal ihtiyaçlarını da karşılamalıdır. En temel olan sevmeye ve sevilme duygusal ihtiyacının farkında olmalı ve çocuğun bu ihtiyacına karşılık vermelidir. Çocuğunu sevdiğini söylemeli, ondan sevgi gördüğünde mutluluk duyduğunu ifade etmelidir. Ebeveyn çocuğunu dokunarak, öpererek sevmeyi ihmal etmemelidir.

İlgi beklentisinde olan çocuk daha çok yalana başvurmaktadır. Çünkü çocuk için ilgi ekmek kadar su kadar gereklidir. Normal şartlarda bu ilgiyi göremeyen çocuk yalan söyleyerek ilgiyi üzerine çeker. Bu ilgi ister ona kızgınlık şeklinde olsun ister ceza şeklinde olsun çocuk için önemli değildir. Önemli olan ilgidir ve bu ilgiyi elde etme yollarının hepsi mubahtır.

1. Ebeveynler çocuklarını ayrı bir birey olarak kabul etmekte zorlanırlar. kendi isteklerini, hedeflerini çocuklarına yüklerler. Kendi yapamadıklarını çocuklarının yapmasını, kendi yaşayamadıklarını çocuklarının yaşamasını isterler. Ancak çocuklarımız farklı bireylerdir bu sebepler onların duygularını anlamaya yönelik empati kurmak ve çocuğun duygu ve düşüncelerini aktarabileceği uygun ortamlar oluşturmak gereklidir.

2. Çocuğun her davranışına müdahale etmek çocukta engellenmişlik hissi yaratır. Çocuk isteklerini düşüncelerini

yerine getirmek için bu sefer yalanlara başvurabilir. Ayrıca çocuğun düşünceleriyle dalga geçilmesinde çocuğun düşüncelerini saklamasına veya ailesinin beğeniceği düşüncelere sahipmiş gibi yalan söylemesine neden olabilir bunun yerine çocukların yaratıcılığını sergilemesine izin verilmeli düşüncelerine saygı duymalıdır.

3. Çocukların olumlu davranışları ödüllendirmeli ve pekiştirmeli, olumsuz davranışlar gözlemlendiğinde ise bu davranışların yapıcı şekilde düzeltilmelidir.

4. Ebeveyn çocuğunun gelişim düzeyini takip etmeli. Gelişim evrelerinin özelliklerini bilmeli ve çocuğunun kapasitesinin keşfetmelidir. Bu kapasite ve sınırlar dahilinde ondan başaramayacağı şeyleri istemelidir.

5. Aile çocuğunu kesinlikle Akranları ile karşılaştırmamalıdır. Çocuğun başarı ve başarısızlığını çocuğun kendi yetenekleri içinde ve süreç içindeki gelişmeleri dikkate alarak değerlendirmeli.

6. Ebeveynin çocuğa uyguladığı normalden fazla ve gereksiz yasak ve baskılar yalan söylemenin zemini oluşturur. Yasak ve baskıların nedenleri anlatılmalı, ortak kararlar doğrultusunda hareket edilmelidir.

7. Çocukların ilgi ve yetenekleri doğrultusunda onları destekleme, ilgi ve yetenekleri dışındaki alanlarda zoraki yönlendirmelerden kaçınma,

8. Çocuğun söylediği yalanın türü boyutu ne olursa olsun eğlenceli bile olsa pekiştirmekten ve ödüllendirmekten kaçınmak gerekir.

Yalan Söyleyen Çocuğa Sahip Ailelere Öneriler

1. Yalan söyleme davranışıyla mücadele etmek için ilk olarak çocuğunun ne tür yalan söylediği keşfedilmelidir.

2. Gelişimsel süreç değerlendirilmelidir. Çocuğun 6-7 yaşına kadar söylediği yalanlar ahlaki bir hata gibi görülmemelidir. Çünkü çocukların bu dönemde yalan söylemesi gelişiminin bir parçası olarak değerlendirilir. Bu dönemdeki yalanlara karşı tepkiler abartılmamalı, yalanlara ve çocuğun yalan söylemesine karşı cezalandırıcı yaklaşılmalı, çocuğa karşı öfke sevilme gibi tutumlara girilmemelidir. Bununla birlikte çocuğa sık sık doğru söylemenin önemi anlatılmalıdır.

3. Çocuğun çevresindeki yetişkinler çocuğa iyi birer model olmalıdır. Etrafında yalan söyleyen ebeveyn gören çocuk bir süre içinde yalan söylemeye başlayacaktır. Ayrıca çocuklar genelleyerek öğrendikleri için ebeveynin belli durumlarda yalan söylediğinin farkına varamaz ve her koşulda yalan söylemeye başlar. Ayrıca bazı aileler çocuklardan kendileri ile birlikte yada kendi adlarına yalan söylemelerini isterler. Bu tür durumlar çocuğun yalanı normal bir durum olarak algılamasına neden olur.

4. Çocukla sürekli iletişim halinde olunmalıdır. Neler yaşadığı sorulmalı, anlatılmalıdır. Yalan söylediği fark edildiğinde "o olay acaba şöyle olmuş olabilir mi?" şeklinde olasılıklar anlatılmalıdır. Çocuğa kesinlikle yalan söylüyorsun, doğruyu söyle, bu böyle olamaz gibi yargılayıcı cümleler kullanılmamalıdır.

5. Çocuğu yalan söylemesine neden durumlar saptanmalı. Bu durumları yaşamayı engellenmelidir. Eğer durum engel-

lenemez ise çocuğun bu tür durularda kaldığında neler yapması gerektiği somut örneklerle sık sık anlatılmalıdır.

6. Yalan söylemeye başladığı ilk dönemlerde çocuk bir suçluluk duygusu duymaya başlar. Çocuk iyi takip edilmeli ve yalan söyleyip söylenmediğini fark edilmelidir. Yalan söylediği anlaşıldığında çocuğu bu suçluluktan kurtarma amaçlı itiraf etmesine yardımcı olunmalıdır. Ancak bu itiraf çocuk kendi ve etrafı ile barışık bir durumda yapmalıdır. Suçluluk duygusu yalan söyleme davranışı kökleşmeden önce yaşanır. Eğer aile çocuğun yalan davranışlarına aşırı sert, tepkisel ve cezalandırıcı yaklaşırsa çocukta da suçluluk duygusu görülmemeye başlanır.
7. Yalan söyleyen çocuk ailesinin onunla olan mücadelesinin kendi iyiliği için olduğunu bilmelidir. Burada bir güç gösterisi değil, yardım söz konusu olmalı ve ona güven vermeli.
8. Yalan çocukta özgüven eksikliğinin belirtisidir. Çocukta ki yalan davranışın sönmesi için mutlaka tek başına, sahip olduklarıyla çok değerli olduğu söylenmelidir. Yapabildiği davranışlar üzerine düşülerek özgüveni yükseltilmelidir.
9. Kısaca, önce çocukta yalan söylemesinin nedenlerin bulunması gerekir. Sonra çocuğa doğruluğun yararları, sağlayacağı mutluluk somutlaştırılarak öğretilmelidir.

10 adımda usta bir yalancı çocuk yetiştirmenin yolları :

1. 'Sakin yalan söyleme, yoksa...' diyerek tehdit edin. Çocuklar zaten baskı altında oldukları için yalan söylerler. Yalan söyleyen çocuğu bir de tehdit etmek çocuğu yalancılıkta ustalaştırmaktan başka

işe yaramaz.

2. Çocuğunuza yalan söyledikçe ve çocuğunuz yalanınızı fark ettikçe "şaka yapmıştım" deyin. Çocuk yalanının fark edildiğini hissedince, yalanının adına "şaka" demeyi öğrenir. Çocuk işine geldiğinde yalan, yakalanacağını hissettiğinde "şaka" diyerek kendini kurtarmayı öğrenir.
3. Çocuğunuz kendinden büyük birisinin yalanını yakaladığında, "Çocuklar yalan söylemez, büyüklerin işine sen karışma" deyin. Böylesi bir söz, çocuğu yalandan uzaklaştırmaz, aksine yalanı meşrulaştırır. Yalanı büyüklerin kullanabileceğine çocuğu inandırır. Çocuk her ne kadar kendinden büyükler tarafından "Sen küçüksün" diyerek ayrımcılığa uğrasa da, büyüklerin sergilediği davranışları kendi de büyüyünce yapmak üzere zihninin bir noktasına çalar saat kurar gibi yerleştirir. Günü geldiğinde iyi bir yalancı olur çıkar.
4. Çocuğunuzun yalanını fark ettiğinizde "Neden yalan söyledin?" diye sorun. Çocuğa sorulacak bu soru anlamsızdır, çünkü cevabı yoktur. Ayrıca böylesi bir soru çocuğa "Sen yalancısın!" etiketinin yapıştırılmasına neden olur ki, çocuk artık kendini "yalancı" olarak tanımlayabilir. Eğer çocuk kendini bir defa "Zaten ben yalancıyım" diye tanımlarsa, yalan söylerken yüzü kızarmaz bir yalancı oluverir.
5. Çocuğunuz henüz 6 yaşından küçükse yalan söylediğinde 'yalan söyleyenin cehennemde atılacağını' söyleyin. 6 yaşından küçük çocuklar "yalan nedir, doğru nedir"i ayırt edemez. Bu yaştaki çocuklara dinî tehditle yalandan uzak tutmaya çalışmak, yalanı önleyeme-

yeceği gibi, çocuğun dinden soğumasına da neden olur. 6 yaşından küçük çocukları yalandan alıkoymak için ahlakî eğitim yerine, örnek model yöntemiyle eğitmek gerekir.

6. Çocuğunuzun iyi bir yalancı olmasını istiyorsanız, ona verdiğiniz sözde durmayın. Çocuklar kendilerine verilen sözleri çok özenle takip ederler. Ebeveynlerin kendilerine verdiği sözde durmaması çocuğun "sözde durmanın çok da önemli olmadığı" ahlakını geliştirir ki bu da yalancılığın temelidir.
7. Çocuğunuzun yalanını gördüğünüzde, yalan söylemeyen çocukları ona örnek gösterin. Çocuklar hiç bir zaman kendilerinin başkalarıyla kıyaslanmasından hoşlanmazlar. Hele ki yanlış bir davranış sergileyen çocuğa bir başka çocuk örnek göstererek doğru yola çekmeye çalışmak çocuk için oldukça inciticidir.
8. Çocuğunuzun iyi bir yalancı olmasını istiyorsanız, kendi yalanınızı "pembe yalan" ve "masum yalan" diye sevimli hale getiriniz. Yalan yalandır. Anne-babanın bu yalana bir de pembe renkli kıyafet giydirip şirin göstermesi çocuk açısından da vakti geldiğinde uygulanacak bir yöntem olarak öğrenilir.
9. Çevrenizde yalanınız fark edildiğinde kendinizi kurtarmak için çocuğunuzu şahit gösterin. Çocuk, yetişkinlerin birbirlerine karşı nasıl da yalan söylediğini ve fark edilen bir yalanın nasıl şahitlendirileceğinin ilk provalarını böylece anne-babası ile yapar. Kendi de dara düştüğünde ve yalanı ortaya çıktığında bazen etrafındakileri bazen de mukaddes değerleri kendisine şahit tutar.

10. Çocuğunuzun usta bir yalancı olmasını istiyorsanız ona hayatın kurnazlıklarını öğretin. Yalan ile kurnazlık ikiz kardeşlerdir. Yalandan korkan kişi kurnazlığa sığınır. Kurnazlıkta becerikli olabilmek için iyi bir yalancı olmak gerekir. Anne-babalar çocuklarına kurnazlık sanatını zaman zaman gösterirken aslında çocuklarını iyi bir yalancı olarak yetiştirdiklerini bilmelidir.

Yetişkinler Yalan Söylemekten Nasıl Kurtulabilir?

1. Yalan söylemekten kurtulmak için şunlar yapılabilir:
2. Yalandan kurtulmanın en önemli adımlarından biri eleştiriye açık olmaktır. Eleştirilmekten korkup korkmadığımızı tespit etmek önemli. Korkuyorsak bu korkuyu üzerimizden atmaya çalışmalıyız. Alinganlığı bırakıp bize yöneltilen her eleştiriye kendimizi geliştirme adına bir fırsat gibi görmeliyiz.
3. Önemli bir adım da her şeyi göze alarak doğruyu söyleme cesaretini göstermektir. Bunun için geçmişte ve bugün söylediğimiz yalanları gözden geçirmek iyi bir başlangıç.
4. Söylenilen yalanlarla nelerin gizlendiğini, yalanların arkasındaki korkuları, endişeleri, kazanımları gözden geçirmeliyiz..
5. "Yalan söylediğimizde neler kaybettik? Bizi yalan söylemeye teşvik eden kazanımları, doğruyu söyleyerek de elde edebileceğimiz yollar var mı?" Bu soruların muhakemesini yapılmalıdır.
6. Sıklıkla söylenilen bir yalan varsa, önce ondan kurtulmayı denemeliyiz.
7. Eskiden yalan söylediğimiz anları hayalimizde canlandırarak sanki o anı ilk kez yaşıyormuş gibi karşımızdakine

doğruyu söyleyerek bu hatayı düzeltebiliriz.

8. Unutmayalım ki dünyaya bir yalancı olarak gelinmez. Kendimizi "ben yalancıyım" diye etiketlemek yerine "bu güne kadar zaman zaman yalan söylediğim anlar oldu. Bu, hiçbir zaman doğru söylemediğim anlamına gelmez" şeklinde telkin edebiliriz.
9. Hata yapmaktan korkmamalıyız. Kimse hata yapmak, ya da başkalarının hatalarıyla uğraşmak istemez. Ancak hata yapmak ne yasaktır, ne de tümüyle kabul edilmez bir şeydir.

"Yalan Dedektörü" Olmamız Mümkün mü?

Klinik psikoloji alanında dünyaca tanınan ve David J. Lieberman'ın araştırmalarına göre, birinin yalan söyleyip söylemediğini aşağıdaki ipuçlarıyla anlayabilirsiniz:

- Yalan söyleyen kişi göz temasından kaçınır, göz göze gelmemek için elinden geleni yapar.
- Yalan söyleyen ya da bir gerçeği saklayan kişi, ellerini ve kollarını daha az kullanır.
- Kendisine soru sorulduğunda elleri sımsıkı kapanıyorsa ya da avuçları aşağı dönükse bu yalanın ya da kandırmanın sinyalidir.
- Ellerini yüzüne ya da boynuna doğru götürüyor olabilir ama bedeniyle teması sadece bu kısımlarla sınırlı kalır.
- Verdiği cevap nedeniyle içinin rahat olduğunu göstermeye çalışan kişi belli belirsiz kaçmak bir şekilde omzunu silker.
- Kişinin el kol hareketleri ile söylediği sözler arasında zamanlama hatası vardır. Baş hareketleri mekaniktir.
- Şaşırmış, korkmuş ya da mutlu olmuş rolü yapıyorsa, yüzünde beliren ifade, ağız bölgesiyle sınırlı kalacaktır.

- Yalan söyleyen kişi ayakta dururken ya da otururken konuşma sırasında sırtını dik tutmaz.
- Kendisini itham eden insandan uzaklaşmak isteğiyle muhtemelen bakışlarını kapıya doğru çevirir.
- Konuştuğu insanla ya çok az fiziksel temas kurar ya da hiç kurmaz.
- İşaret parmağını ikna etmek istediği kişiye yöneltmez.
- Kendisini itham eden kişiyle arasına bir takım nesneler koyar.
- Bilinçaltından sızan gerçek duygular, düşünceler ve niyetler dil sürçmesi şeklinde ortaya çıkar.
- Karşısındaki kişi anlattığı hikâyeye inanana kadar fazladan bilgi vermeye devam eder. -Sorulara asla doğrudan cevap vermez, dolaylı olarak ima eder.
- Yalan söyleyen kişi, 'ben, biz ve bizim' gibi zamirleri ya çok az kullanır ya da hiç kullanmaz.
- Kullandığı kelimeler açık ve net olmayabilir.
- Sorulan soruya oranla aşırı bir tepki gösterir.
- Yalan söyleyen kişi, bütün sorularınıza cevap verebilir ama kendisi size soru sormaz"
- Konu değiştirildiğinde rahatlar ve gerginliği azalır.
- Haksız yere suçlandığına sinirlenmez.
- 'Gerçeği söylemek gerekirse', 'Dürüst olmak gerekirse' ve 'Neden yalan söyleyeyim ki' gibi cümleler kullanır.
- Soruyu önceden düşünmüş ve cevabı hazırlamıştır.
- Sorunuzu tekrar etmenizi ister ya da soruya soruyla karşılık verir.

Kaynakça :

Klinik psikolog David J. Lieberman

