

KU RAM

KUMLUCA REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ DERGİSİ

YIL: 1 SAYI: 8 AĞUSTOS 2020

2019- 2020 Eğitim Öğretim Yılı

İlçemizde bulunan Kumluca Özel Eğitim Uygulama okulunun tanıtımı için röportaj yaptık.



KUMLUCA ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA OKULU

EVDE EĞİTİM ÖNERİLERİ - OTİZM
PROF. DR. AMANDA WEBSTER

Otizm ve Kaynaştırma, Wollongong Üniversitesi



OTİZM

EĞİTİM SİSTEMİNİN DEĞER KÜMESİ

ERKEN CİHAZLANDIRMA

ÇÖZÜM ODAKLI KISA
SÜRELİ PSİKOLOJİK DANIŞMA



Bu ülkenin 1 milyondan fazla öğretmeni var. Ben de onlardan biriyim. Hepimiz çocukların yanında olacağız. Gerçekten inanırsak, askıya aldığımız 'okul heyecanını' bu yıl da layıkıyla yaşar, çocuklarımıza yaşatırız. İşe lütfen, maskemizi takarak başlayalım"

Ziya SELÇUK
Milli Eğitim Bakanı



MASKENİ TAK OKULLAR AÇILSIN



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;

Büyük bir sevinç ve heyecanla dergimizin ağustos sayısı ile karşınızdayız.

16 Mart tarihinden itibaren pandemi nedeniyle bir süre yüz yüze eğitime ara vermiştik. Araya mesafeler girmişti. Öğrencilerimize EBA ve farklı programlar üzerinden canlı derslerle eğitim vermeye çalıştık. Alışık olmadığımız bambaşka bir süreçti. Bütün öğrencilerimiz aynı imkânlara sahip değildi. İdareciler ve öğretmenler süreçte bütün öğrencilerine ulaşmak için ellerinden gelen mücadeleyi verdiler. Öğretmenlerin ne kadar fedakâr olduğunu hep birlikte gördük. Öğrencilerine ders anlatmak için mutfak dolabını, buzdolabını, yer sofrasını tahta yapan öğretmenlerimizi hep birlikte gördük ve gurur duyduk. Sonuç olarak uzaktan eğitim sürecini başarıyla yönettiler. Her ne kadar uzaktan eğitim başarılı bir şekilde yönetilse de öğrencisinden öğretmenine hepimiz okul zilini, okul sıralarını, tenefüs, kantin sırasını çok özledik.

Ve özlenen günler artık çok yakın

Eğitim camiasının bütün fertleri 31 Ağustos tarihinde uzaktan eğitimle de olsa bir araya geliyor. Öğretmenler ve öğrenciler ise 21 Eylülde yüz yüze eğitim yapmanın sevinç ve güzelliğini yaşamak için gün sayıyor.

Yeni eğitim-öğretim yılında camiamıza başarılar diliyorum.

Murat KAVLAK

Kumluca Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürü

İÇİNDEKİLER

KUMLUCA ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA OKULU

Kumluca Özel Eğitim Uygulama Okulu müdürü Mahmut AVCI, kurumumuz, öğretmenlerimizin üstün gayreti ve özveriyle orta ve ağır düzeyde zihinsel yetersizlik tanınması almış çocuklarımızın güvenle , kaliteli ve nitelikli bir eğitim alabilecekleri bir kurumdur diye belirtti...

RÖPORTAJ S:4

EVDE EĞİTİM ÖNERİLERİ- OTİZM

Otizm spektrum bozukluğu olan çocuklar COVID-19 ev de kapanma süreci ve sonrasında birçok özel problemlerle yüzleşmektedir. Bu çocuklar bilgiyi işleme ve öğrenme süreçleri bakımından diğer çocuklarla farklı özelliklere sahiptir...

YAZI: PROF. DR. AMANDA WEBSTER S:6

OKUL FOBİSİ

Okul fobisi çocuğun okulda yaşadığı sıkıntı, gerginlik, huzursuzluk nedenidir. Herhangi bir huzursuzluk ya da gerginliğin okul fobisi olarak tanımlanabilmesi, çocuğun yaşlarına göre abartılı tepki göstermesi durumudur...

YAZI: GÜLDEN ZORLU S:9

OTİZM

Otizm spektrum bozukluğu (OSB), erken dönemde ortaya çıkan, sosyal etkileşim ve sosyal iletişimde bozukluk, sosyal etkileşim ve toplumsal ilişki geliştirmede sorunlar, **YAZI: ESRA NOĞAY: 12**

EĞİTİM SİSTEMİNİN DEĞER KÜMESİ

Bir insan ne kadar bilgili ve yetenekli olursa olsun bir çocuğu olduğunda (kalıtsal potansiyelleri saklı kalmakla birlikte) tüm donanımları sıfırdan başlar...

YAZI: MUSTAFA ŞAMİL ŞEN S: 15

ERKEN CİHAZLANDIRMA

Doğumdan önce, doğum anında veya doğduktan sonra meydana gelen nedenlerle, kulağın sesi duyma özelliğini tamamen veya kısmen yitirmesi durumuna, işitme engeli işitme kaybı ya da işitme yetersizliği denir...

YAZI: VELİ CAN TÜRKÖĞLU S: 17

ÇÖZÜM ODAKLI KISA SÜRELİ PSİKOLOJİK DANIŞMA

Çözüm odaklı terapi 1970'li yıllarda Steve de Shazer tarafından temeli atılan soruna ve geçmişe odaklanmaktan ziyade çözüme ve geleceğe-geleceği de etkileyen bugüne odaklanan terapidir. De Shazer, sorunu çözmeye odaklanmaktansa doğrudan çözüme....

YAZI: PINAR KOÇYİĞİT S:19

ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ HABERLERİ

Milli Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından hizmete sunulan ve 210.000 aktif kullanıcıya ulaşan "Özelim Eğitimdeyim" mobil uygulaması üzerinden "Pandemi Sürecinde Duygularını Paylaşır Mısın?" ..

S: 22



KUŞLUCA ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA OKULU



Kuşluca Özel Eğitim Uygulama Okulu müdürü Mahmut AVCI, kurumumuz, öğretmenlerimizin üstün gayreti ve özverisiyle orta ve ağır düzeyde zihinsel yetersizlik tanılanması almış çocuklarımızın güvenle, kaliteli ve nitelikli bir eğitim alabilecekleri bir kurumdur diye belirtti. Okulumuz ilköğretim ve ortaokul düzeyinde eğitim vermektedir dedi.

KUŞLUCA ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA OKULU 1. VE 2. KADEME



Okulumuz, öğrenciyi merkez alan bir yaklaşımla hazırlanan programlarla; zihinsel, fiziksel, işitsel, görsel, sosyal, duygusal, dil ve konuşma güçlüğü ve davranış problemlerini azaltmak, öz bakım, bağımsız

sız yaşam ve işlevsel akademik becerilerini geliştirmek, kendi kendilerine yeterli bir duruma gelmelerini ve topluma uyumlarını, uygun eğitim programları ile özel yöntem, personel, araç ve gereç kullanarak; ilgileri, gereksinimleri, yetenekleri ve yeterlilikleri doğrultusunda üst öğrenime, iş ve meslek alanlarına ve hayata hazırlanmalarını, sağlamayı amaçlamaktadır.

Okulumuzun uyguladığı eğitim öğretim faaliyetleri kapsamında

- 1. ve 2. Kademe orta ağır zihinsel yetersizliği olan bireyler ile otizm özelliği gösteren bireylerin(orta ağır), özel eğitim müfredatları çerçevesinde, akademik, sosyal, bilişsel, psikomotor, kişisel ve toplumsal becerilerde gelişmelerini sağlayarak bağımsızlığını elde edebilen bireyler haline gelmesini sağlamaları,
- Bir üst kademeye geçecek olan öğrencilerimizin ön koşul becerilerinin de olabildiğince geliştirilmesini sağlayarak üst kademeye hazır hale gelmelerini sağlamaları,
- Özel eğitime muhtaç bireylerin ailelerine gerekli danışmanlık hizmetlerini vermek.
- Toplum ile özel eğitime muhtaç bireylerin bütünleşmesini sağlamaları, amaçlanmıştır.

OKUL KADROSU ve DERSLİK SAYISI



Okulumuz, 22 Öğretmen ile 8 derslikte, 34 öğrencimize hizmet vermektedir.

OKULUMUZDA EĞİTİM ÖĞRETİMİ YAPILAN DERSLER:

Türkçe: Öğrencilerimizin Türkçe dersinde kendilerini ifade edebilmeleri ve Türkçe'yi etkili bir şekilde kullanmaları amaçlanmaktadır. 1. kademede okuma yazma dersi olarak verilmektedir.

Matematik: Öğrencilerimizin matematik dersi kapsamında basit düzeyde sayısal bilgilerini geliştirmek,

Beslenme Sağlık ve Güvenlik: Bu derste beslenme becerilerini yerine getirme ve sağlıklı beslenme alışkanlıklarını kazanmaları,

Günlük Yaşam Becerileri: Günlük hayatta daha bağımsız bir hayat sürmeleri ve öz bakım becerilerini kazanmaları,

İletişim Becerileri: Öğrencilerimizin kendilerini daha iyi ifade edebilmeleri ve diğer bireylerle sağlıklı iletişim kurabilmeleri,

Sosyal Becerileri: Bu dersimizde öğrencilerimizin akranlarıyla ve diğer bireylerle sosyalleşmeleri ve ortama uyum sağlamaları,

Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi: Manevi değerlerimize sahip bireyler yetiştirmek,

Beden Eğitimi ve Spor: Oyun spor ve fiziki etkinlikler yapılarak öğrencilerin fiziksel olarak gelişmeleri

Müzik ve Oyun: Müzikal aletlerle öğrencilerimizin dinleme ve ritim tutma becerilerini geliştirmeleri

Görsel Sanatlar ve El Becerileri: Öğrencilerimizin resim yapma ve el becerilerini geliştirmeleri, amaçlanmaktadır.

OKULUMUZ İMKANLARI ve FAALİYETLERİMİZ

Okul bahçemiz



Sınıf öğretmenlerimizin hiç yanlarından ayrılmadığı öğrencilerimiz, okulumuzun geniş bahçesinde güvenle kaynaşmakta ve oyun oynamaktadır.

Yemekhanemiz



Okul öğrencilerimize öğlen beslenme "Sağlık ve Güvenliği" dersi çerçevesinde ücretsiz yemek verilmektedir.

Ücretsiz Okul Servisi



Çocuklarımızı evlerinden servis anneleri teslim almakta, ücretsiz servisle okulumuza gelmektedirler. Okulumuza giriş ve çıkışlarda yine öğretmenlerimiz çocukları güvenli bir şekilde servislerden almakta ve servise bindirmektedir.

Atölye ve Ders Faaliyetleri



Her çocuğumuz için hazırlanan Bireyselleştirilmiş Eğitim Planları ile çocuklarımızın akademik beceriler yanında (okuma yazma ve matematik), öz bakım, günlük yaşam, toplumsal uyum, dil ve konuşma ve psikomotor becerilerine dönük eğitimler vermekteyiz.

Bu eğitimler kapsamında bir çok atölye faaliyetleri de okulumuzda yürütülmektedir.

COVID 19 SÜRECİ - EĞİTİM ÖĞRETİME HAZIRLIK



Okulumuzun açılışının yaklaştığı süreçte, sınıflarımızın ve diğer alanların sterilize edilmesi, maske vb koruyucu önlemlerin alınmasını sağladık. Milli Eğitim Bakanlığımızın talimatları doğrultusunda çocuklarımızın güvenle ve sağlıklı eğitim almalarını sağlayacağız



Evde eğitim gören otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara sahip aileler için çocuklarının özel ihtiyaçlarını karşılamada yardımcı olabilecek öneriler



Prof. Dr. Amanda Webster

Otizm ve Kaynaştırma, Wollongong Üniversitesi

Otizm spektrum bozukluğu olan çocuklar COVID-19 ev de kapanma süreci ve sonrasında birçok özel problemlerle karşılaşmaktadır. Bu çocuklar bilgiyi işleme ve öğrenme süreçleri bakımından diğer çocuklarla farklı özelliklere sahiptir.

Bu çocukların, genellikle bağımsız olarak görevleri tamamlamada ve zaman yönetiminde problem yaşadıkları araştırmalar ile ortaya çıkmıştır. Benzer şekilde, içerisinde yazma becerisi gerektiren ya da yoğun şekilde dil bilgisi gerektiren ve başkalarıyla iletişim içeren görevlerde de aynı zorlukları yaşadıkları tespit edilmiştir.

Otizmli çocukların belirli görevleri belirli yerlerle ilişkilendirdikleri bilinmektedir. Örneğin okul ödevlerinin ya da okuma yazma faaliyetlerinin okulda değil de evde yapılmasına karşı direnç gösterebilirler. Akranlarına göre endişe seviyeleri yüksek olan bu çocuklarda, günlük rutinlerindeki değişimler ya da belirsizlikler, öğrenme süreçlerini de olumsuz etkileyebilir.

Normal çocuklar için ev içerisinde eğitim alanı

oluşturmak, yeni rutinler belirlemek ve çocukların ilgilerine göre eğitim materyalleri almak gibi genel öneriler veliler açısından güzel bir başlangıç olabilir. Bunlara ek olarak, otizm spektrum bozukluğu olan çocuğa sahip ailelerin daha farklı ihtiyaçlara ve eğitsel stratejilere ihtiyacı vardır.

Uzaktan eğitim ya da ev ödevlerinde yaşanan problemler ile ilgili yapılan bilimsel araştırmalara, velilere farklı stratejiler önermektedir.

Ev ödevleri için plan oluşturun

Evde eğitim gören öğrenciler için okul tarafından



verilen ev ödevleri genellikle verilen ödev materyallerini doldurmak ya da okuma ve yazma becerileri gerektiren görevler içermektedir. Velilerin ev ödevi olarak öğretmenlerden beklentileri de bu tür ödevler verilmesidir.

Fakat araştırmalar, otizm spektrum bozukluğu olan çocukların akranlarına göre daha az ödev yaptıklarını, ayrıca bu öğrencilerin, akranlarına

göre ev ödevlerini daha zor bulduklarını ve daha fazla kaygı yaşadıklarını ortaya çıkarmaktadır. Veliler ise eğer çocuklarının öğretmenleri ile sınırlı ya da kapalı bir iletişim içerisindeyse, çocuklarına verilen ödevler ile ilgili kafa karışıklığı yaşayabilmektedir.

Buna benzer sorunlar, çocukların kaygı düzeyinde artışa neden olabilmekte, aileler ve çocuklar arasındaki gerginliği artmasına neden olmaktadır. Araştırmalar ev ödevleri ile ilgili önceden bir planlamanın yapılmasının (ev ödevlerinin yapılacağı yer, içerik düzenleme vb) ailelere ve çocuklara yardımcı olabileceğini göstermektedir.

Ev ödevi planında, öğretmenler çocukların bu ev ödevinde neler öğrenmesi gerektiğini ve hangi ödevlerin diğerlerine göre daha faydalı olduğunu açıkça aileye anlatır ve açık bir iletişim kurar.

Aileler hangi beceri ve bilgilerin çocuklar için öğrenilmesini gerektiğini bildikten sonra, ev ödevlerinin yapılacağı süre ve çocuklarının ihtiyaçlarına göre yer mekan vb. düzenlemeleri kendileri yaparlar.

Örneğin, öğretmenler verdikleri ödevlerin sonlarında bir ev ödevi planı da önererek, çocukların önceki bilgi ve becerileri ile birlikte yeni öğrendikleri becerileri içeren bir çizelge koyabilirler. Aileler bu becerilerin çocuk tarafından öğrenilip öğrenilmediğini ise kendileri kontrol edebilirler. Bunun için gerekirse ses ve görüntü kaydı, ya da hikayeleştirme gibi yöntemleri kullanarak bazı etkinliklerde kendi çocuklarının performanslarını öğretmenler ile birlikte değerlendirebilirler.

Hikayeleştirmeye örnek olarak ise kukla kullanımı verilebilir. Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların kullanacağı bu kuklalar, diğer insanların akıllarından neler geçtiğini ya da farklı durumları ifade etmelerinde bir araç olarak kullanılabilir, böylece yaşayabilecekleri stres azaltılabilir.

Çocukların özel ilgilerini kullanın

Otizm spektrum bozukluğu olan öğrenciler stres düzeylerini düşürmek için ya da kendilerini yatıştırmak için bazı özel nesne ya da davranışlara odaklanabilirler. Atak ya da kriz dönemlerinde özel ilgiler mevcut kaygıya ek başka kaygılarında ortaya çıkmasını da engelleyebilir.

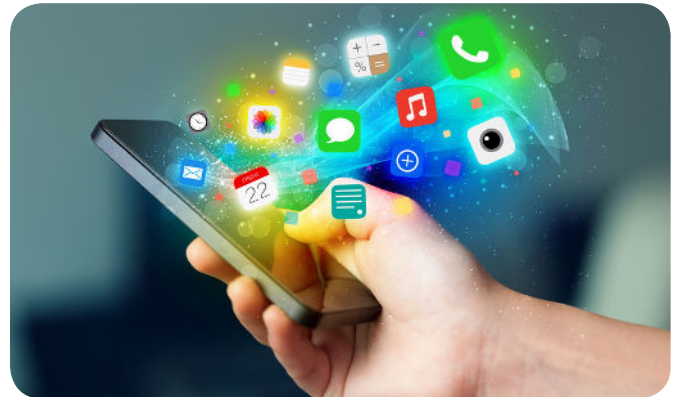
Araştırmalar eğitim öğretimde yapılacak adaptas-



yonlarla birlikte otizm spektrum bozukluğu olan çocukların özel ilgilerinin akademik ve sosyal beceriler kazanmasına katkı sağlayacağını ortaya çıkarmaktadır. Örneğin, legoya karşı ilgisi olan çocuklarda, öğretmenler matematik dersi için çıkarma ve toplama işlemlerinde bu legoları kullanabilir.

Özel ilgiler ayrıca çocukların yeni görevleri gerçekleştirirken verilen görevlerle daha fazla ilgilenmelerini sağlamakta ve bu görevlerde geçirdikleri zamanı da uzatmaktadır. Bu özel ilgilerini (materyal vb.) içeren etkinlikler, bu çocukların bu aktivitelere daha fazla önem vermelerini ve aktivite içeriklerine daha fazla odaklanmalarını sağlayabilmektedir.

Özel ilgi alanlarını kullanarak farklı branştaki öğretmenler çocuklara yeni şeyler öğretebilir. Örneğin uzaya ilgili olan çocuklara, uzay ile ilgili bir proje verebilir, bu projede öğrenciler; solar sistemi inceleyen bilim adamları (Tarih), uzay araştırmalarının önemi (Türkçe, Fen Bilimleri) ve uzay istasyonunu tasarımı (matematik vb) konularını yapabilir.



Teknolojiyi Kullanmak

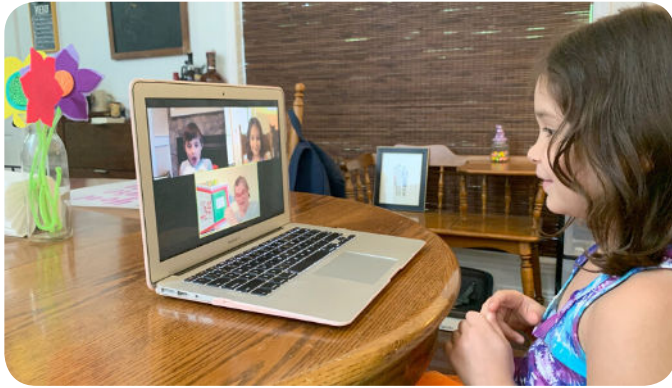
Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların eğitiminde teknoloji kullanmak çocukların kalıcı bir öğrenme gerçekleştirmelerini ve bir çok beceri

geliştirmelerini sağlayabilir.

Cep telefonlarında bulunan bir çok aplikasyon kolay ulaşılabilir ve ucuz araçlardan birisidir. Bu aplikasyonlar otizm olan çocukları görsel öğrenme modeli olarak eğitim öğretimlerinde motive edici olabilir.

Bu aplikasyonlar, çocuklarda dil, dil bilgisi ve matematik becerilerinin geliştirilmesinde de kullanılabilir. Ayrıca bunlar, günlük, yapılacaklar listesi ve dil bilgisi kartları oluşturulmak için kullanılabilir.

Çocuklarınızın akranlarıyla iletişim kurmalarını sağlayacak yollar bulun



Otizm spektrum bozukluğu olan çocukların sosyal becerilerde zorluklar yaşamalarına rağmen, birçok eğitimci akran dayanışmasının bu çocuklar üzerinde pozitif bir etkisi olduğunu söylemektedirler. COVID-19 sürecinde, sınıf arkadaşları ve diğer akran gurubu arkadaşlar, otizmlili öğrencilere eğitim öğretimlerinde cesaret verebilir ya da ev ödevlerinde destek olabilirler. Böylece pandemi sürecindeki belirsizlik azaltılmış olur ve öğrencilerin özgüvenleri artırılmış olur.

İnternet üzerinden online iletişim kurmak, otizm tanınması almış çocukların daha az dikkatini dağıtacak çevresel etkenler içermesi ve daha az iletişim aracı kullanılması nedeniyle daha uygun hale gelmektedir.

Öğrenciler Google hangouts yada meet gibi uygulamaları kullanarak, oyunlar oynayabilirler ve birlikte etkinlikler yapabilirler.

Yardım isteyin ve herşeyi kendiz yapmaya çalışmayın
Uzmanlardan yardım almak, velilerin daha az izole hissetmelerini ve daha az kaygı yaşamalarını sağlar. Bu süreçte çocuklarınızın eğitimlerinde rol alan



ilgili bakanlıklar, kurumlar ve çocuğunuzun öğretmenlerinden yardım alabilirsiniz.

Sosyal medya üzerindeki gruplar aracılığıyla otizm spektrum bozukluğu olan çocuklara sahip ailelerle görüşebilirsiniz. Bu tür sosyal ağların, velilerin stresini düşürdüğü ve çocukların akranlarıyla iletişim kurmalarına yardımcı olduğu tespit edilmiştir.

Çeviri : Hüseyin ERDEM

Kumluca Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Çocuk Psikoloğu Öğretmeni



PSİKANALİZ Mİ PSİKOTERAPİ Mİ?

Psikiyatrist ve psikanalitik yönelimli Psikoterapist Aziz Arıcı'ya göre psikanaliz kişinin iç dünyasına yönelik bir düşünüş geliştirmeyi amaçlıyor.

PSİKANALİZ HASTALIKLARA NASIL YAKLAŞIYOR?

Psikanaliz temelde hem ruhsal hem de bedensel hastalıklara bilinçdışı işleyişin varlığından yola çıkarak bakar. Bu bilinçdışı işleyiş bilinçdışı düşlem dünyasıdır. Psikanaliz de bu bilinçdışı düşlem dünyasının anlaşılmasına yönelik olarak kişiyi dinler, anlamaya ve yorumlamaya çalışır. Psikanaliz uygulaması sadece hastalıkların iyileştirilmesi süreci değil; kişinin kendi iç-ruhsal dünyasına dair bir düşünüş geliştirmesine de yardımcı olur.

PSİKANALİZ VE PSİKOTERAPİ ARASINDA NE GİBİ FARKLILIKLAR BULUNUYOR?

Uygulama farklılıklarından söz edebiliriz. Psikanaliz diğer psikoterapi yöntemlerinden farklı bir çerçevede çalışır. Çerçeveden kasıt haftada üç ila beş seans sıklığında düzenli bir yoğunluktur. Divana uzanma şeklinde uygulanır. Uzun yılları kapsayacak bir süreçtir. Psikoterapi deyince çok çeşitli, farklı uygulamalar akla gelir. Psikanalize yakın denebilecek psikoterapi uygulamaları da vardır. Bunlara psikanalitik yönelimli psikoterapiler denir. Ama kişinin iç dünyasını ve sorunlarını anlamada psikanalizden çok farklı yol izleyen psikoterapi uygulamaları da vardır. Psikoterapi uygulamasında temel amaç, başvuran kişide aktüel olan sorunu çözümlemeye yöneliktir. Halbuki psikanalizde uzun vadede kişinin iç dünyasına yönelik bir düşünüş geliştirme vardır.



OKUL FOBİSİ

Gülden Zorlu

Rehberlik Öğretmeni

// Bir çocuğun okul deneyiminin beyin işlevi ve anatomisinde gerçek değişimler yarattığı biliniyor” – **Mel Levine**

Okul fobisi çocuğun okulda yaşadığı sıkıntı, gerginlik, huzursuzluk nedenidir. Herhangi bir huzursuzluk ya da gerginliğin okul fobisi olarak tanımlanabilmesi, çocuğun yaşlarına göre abartılı tepki göstermesi durumudur. Okul fobisinin en çok görüldüğü yaşlar, 5 – 6 yaş grubu ile 11 – 12 yaş grubudur. 1900’lü yıllarda okul ve eğitim sürecinin daha sistematik hale gelmesi ile okul fobisi tanımı da literatüre girmiştir.

Sanıldığı gibi aksine okul fobisi, sadece çocukta okula başladığı süreçte değil, ileriki süreçlerde de yaşayacağı bir durum olabilir. Bu durum her çocukta görülebilir.



Okul Fobisi ve Nedenleri

Anneden ilk ayrılık okul fobisi sürecini başlatır. Annesine ve anne yerine bağlandığı baba, anne-

anne, babaanne, bakıcıya bağlı olan çocuk sevdiği ve alıştığı bir ortamdan, sevdiklerinden ayrılmak istemez. Çocuğun alışma süreci içinde gösterdiği direnç, tepkiler zamanla ortadan kaybolmadığında bu durum kaygıya dönüşebilir.

Okul fobisinin nedenlerine ilişkin iki farklı görüş bulunmaktadır.

1. görüş: Anne – Baba Tutumlarından kaynaklı olduğuna dair.

Bu görüşe göre iki farklı tutum aynı sonucu doğurmakta. Aşırı koruyucu aile tiplmesi ile aşırı serbest tutum içindeki aile tiplmesi. Bunlardan ilki çocuklarının farklı ortamlarda kişilik gelişimlerine sürekli müdahale ettiği için çocukta bağımsız karar verme, başkaları ile iletişime geçme faaliyetini sekteye uğratır. İkincil olanda ise tamamen otoritesiz bir yaklaşım çocukta uyum sağlayamama davranışı yaratır. Özellikle anne – babada var olan bir yapısal kaygı eğilimi de 2.görüşte ifade edilecek olan çocuktaki fobiye tetiklemektedir.

2. görüş: Biyolojik genetik yapının yol açtığına dair.

Bu görüşe göre çocuk kaygı eğilimli bir genetik kodlama ve yapısal durumundan dolayı bunu yaşamaktadır. Kimyasal ve nörolojik bir alt nedenden dolayı oluşmaktadır.

Kişisel görüşüme göre bu ikincil görüş ile birincil görüşün birbirini nedensel olarak destekler nitelikte olduğudur. Önemli olan tetikleyen nedenlerin neler olduğunu bulmak, nasıl bir tekniğin çözümü destekleyecektir.



Okul Fobisi'ni Tetikleyen Unsurlar:

- Anne – Baba arasında yaşanan sorunlar, özellikle babanın anneye şiddet uygulaması durumlarında çocuk annenin yanında kalmak isteyebilir.
- Ailede karşılaşılan hastalık, göç, ölüm, sosyo – ekonomik değişiklikler
- Okul, öğretmen değişikliği
- Okuldan tatil ya da farklı nedenlerle uzak kalmama
- Okulda çocuğun öğretmeni ile sorun yaşaması, diğer çocuklar tarafından şiddet görmesi
- Çocuğun cinsel taciz, istismara maruz kalması
- Performans kaygısı: Çocuğun kendi potansiyelinden yüksek başarı beklemesi, anne – babaların, öğretmenlerin mükemmeliyetçi tutumları



Okul Fobisi Yaşayan Çocukların Temel Özellikleri

- Endişe
- Hassasiyet yoğunluğu
- Duygusal yoğunluk
- Çabuk etkilenme
- Karşı tarafın duygularını fazla önemseme



Okul Fobisi ve Annenin Rolü

Çocuk doğal gelişimi içerisinde psikolojik, fizyolojik, zihinsel gelişimi açısından 3 yaşa kadar anneye yapışık yaşar. Bu yapışıklık durumu 5 yaşa kadar devam etmekte çocuğun doğal bireyselleşme sürecini

gerçekleştirebilmesi için ebeveynler tarafından yavaş yavaş bağımsızlık davranışları desteklenmelidir. Eğer anne – baba çocuğun yapışık davranış eğilimlerini besler, onlar da çocuğa yapışık davranırlarsa, yetişkin kimliğinde dahi bireylerin anneye bağımlı oldukları gözlemlenebilir. Bu bağımlılık davranışı sadece anneye yönelik olmayabilir, anneyi temsil eden baba, babaanne, anneanne de olabilir. Okul fobisi bu bağlamda “ayrılma kaygısı bozukluğu” dur. Tıpta buna “seperasyon anksiyetesi” denilmektedir.



Okul Fobisi Yaşayan Çocuğa Yaklaşım Nasıl Olmalıdır?

- Okul fobisi yaşayan çocuk, şımarıklık yapıyor diye kınanır, eleştirilir, uyum sağlaması için zorlanırsa bu durum ona zarar verebilir. Kaygı durumunu çocuk elinde olmadan yaşamaktadır, en önemli yaklaşım ona karşı gösterilecek anlayıştır. Bu durum erken çözülmezse ileride yaşlıları ile geziye gidemez, herhangi bir etkinliğe katılamaz, başka bir evde kalmaz.
- Yeni bir kardeş olması durumunda, çocuğa duyulan sevginin dengeli bir şekilde devam etmesi gerekir.
- Anne – Baba öğretmenleriyle işbirliği içinde olarak çocuğun okulda güven ortamında olduğunu hissettirmelidir.
- Çocuğun anne – baba dışında farklı ortamlarda kalabilmesi desteklenmelidir. İlk önce yakınlarında kalarak alıştırılmalı, daha sonra farklı ortamlarda anne – babasız bağımsız davranabileceği ortamlar hazırlanmalıdır.
- Çocuk okula gitmek istemediği durumlarda okula gitmesi yönünde ikna edilmelidir. Gerekirse, anne, baba ile gitmelidir bir süre. Çocuğa verilen sözler tutulmalı ve tutarlı davranılmalıdır.
- Okul fobisinin derecelerine göre çocuğun okula alışma süreci desteklenmelidir. Çocuk okula gidiyor, sınıfa girmiyorsa gerekirse kapıda anne ya da baba beklemelidir.
- Okul fobisi olan bir çocuk, okula ilk başladığı

yıllarda öğretmeni tarafından “bırakın okula alışsın” denildiğinde, bundan ciddi bir yara alabilir. Normal bir çocuk için bu ifade doğru olabilir, ancak okul fobisi olan bir çocuğun bu durum kaygısını tetikleyebilir. Öğretmenlerin bu yüzden toleranslı ve sabırlı davranması gerekir. İlk etapta anneler sınıfa alınabilir, ikinci gün kapıda olmalarına izin verilebilir, daha sonra biraz daha uzakta bekletilebilir.

- Okul fobisi yaşayan çocuğa öğretmenin özel davranması, onun hassasiyetini dikkate alması gerekir. “ Ben özel davranmam hiçbir çocuğa” dememeli. Okul fobisi olan çocukla daha samimi bir iletişim kurmalı. “Bak kocaman oldun, anneni yanında getiriyorsun” gibi tutumlar gösterilmemeli.
- Okul fobisi yaşayan çocuğun annesi, babası belki bazen günlerce okul kapısında bekleyebilir, çocuk bir gün mutlaka okula alışacaktır. Bu konuda okul öğretmenlerinin, idarecilerinin anlayışlı bir tutum sergilemesi gerekir.



• **Okul fobisinde panik – atak durumunun fiziksel belirtileri:**

- Kalp çarpıntısı
- Ağız kuruluğu
- Terleme, titreme
- Uyuşma
- Sık idrara çıkma
- Bulantı, karın ağrısı
- Okul fobisinde en zor vaka evden dışarı çıkamayan çocuktur. Bir saat bile olsa çocuk mutlaka okula gitmeli, zamanla bu süre uzatılmalıdır. Çocuğun okula alıştırılması sistematik olarak geliştirilmelidir. Çocuk okula gittiğinde anne beklemesi gerekiyorsa bekleyecektir, kaçmayacaktır.
- Çocuğa evde sürekli bu kaygı durumunu hatırlatan konuşmalar yapılmamalıdır.
- Abartılmadan ödüllendirme yapılabilir. Her okula gittiği gün için bir artı verilir, 5 ya da 10 artısı olduğunda ödüllendirilir.
- Öğretmen okul fobisi yaşayan çocuğun durumunu diğer çocuklara uygun bir dille anlatma-

lıdır.

- Çocukla anne – babanın çocuğun duygularını anlayan bir iletişim ortamı sağlaması gerekir.
- Psikiyatr desteği alındığında, ilaç takviyesi öneriliyorsa bu durum okul fobisini ileri seviyede kaygı bozukluğu olarak yaşayan çocuğun çözümünü hızlandıracaktır.
- Okulların fiziki yapısı da kaygıyı tetikleyebilir. Büyük mekanlar, renksiz sınıflar yerine, daha küçük mekanlar, renkli sınıflar çocuğun daha rahat, insancıl ortama uyum sağlamasına neden olur.
- Dikkat eksikliği, hiperaktivitesi olan çocuklarda okul fobisi daha sık görülmektedir. Bu konuda dikkatli olunmalıdır.
- Okul fobisi tespit edilmiş bir çocuk tedavi ihtiyacı duyar. Bu çocuğun annesinin sınıfta sonra da dışarıda kalmasına izin verilmelidir. Diğer çocuklar gibi uzun süre sınıfta kalmaması anlaşılmalı, bu konuda zorlama yapılmadan annesi ile iletişim kurmasına izin verilmelidir.
- Başarısı teşvik edilmeli sınıf içinde ödüllendirilmelidir.
- Anne – Baba – Öğretmen işbirliği içinde çocuk güven ortamında olduğunu hissetmelidir.

Kaynaklar:

Doç.Dr. Mücahit Öztürk, Okul Fobisi
Her Çocuk Başarabilir, Dr. Mel Levine

Beynin en büyük düşmanları
Stres: Stres serbest radikalleri harekete geçirir, bağışıklık sistemine saldırır ve beynin merkezindeki gri maddeye zarar verir. Bu nedenle stres altındayken, meditasyon gibi uygulamalar çok önemlidir. Yakın zamanda yapılmış bir araştırma gösteriyor ki, Alzheimer hastalarının yüzde 73’ü, teşhisten önceki üç yıl içinde majör bir stres yaşamış.
Televizyon: Televizyonun hafızayı tehlikeye attığı ispatlandı. 40’lı yaşlardan itibaren ekran başında geçirilen her bir saat, nörodejeneratif bir hastalık gelişme riskini 1,3 katına çıkarır. Diğer yandan zekâyı çalıştıran eğlence aktiviteleriyle bu risk yarı yarıya azalır.
Can sıkıntısı: Sabahları bir amaç olmadan kalkmak, bunaltıcı ve streslidir. 13 Avrupa ülkesi ve yaklaşık 37 bin kişi üzerinde yapılmış olan Share araştırması, emeklilik sonrasında zihinsel performansın önemli derecede düşmesinde, zihinsel ve bedensel faaliyetlerin eksikliğine bağlı can sıkıntısının önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur.



OTİZM

Esra Noğay

Özel Eğitim Hizmetleri Bölüm Başkanı



TİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU NEDİR?

Otizm spektrum bozukluğu (OSB), erken dönemde ortaya çıkan, sosyal etkileşim ve sosyal iletişimde bozukluk, sosyal etkileşim ve toplumsal ilişki geliştirmede sorunlar, basmakalıp ve yineleyici davranışlar ile ilgi alanlarındaki sınırlılık olarak karakterize olan ve bu sınırlılıkların zihinsel yetersizlik veya gelişimsel gerilik ile açıklanamadığı bir bozukluktur. (Amerikan Psikiyatri Birliği-APA, 2013). Otizm spektrum bozukluğu tanısı alan bireyler arasında, bozukluğun neden olduğu güçlükler nedeniyle gereksinim duyulan desteğin düzeyine bağlı olarak derecelendirme yapılmıştır (APA, 2013; Tortamış-Özkaya, 2013).

OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU NEDENLERİ

Otizmin nedeni bilinmemektedir. Ancak otizmin genetik, çevresel etkenlerle kısmen ilişkili, erken başlangıçlı bir sinir sistemi bozukluğu olduğu açıktır. Otizm genetik bir bozukluktur. Otizmin toplumdaki sıklığı %0.6 iken, kardeşinde otizm olan çocuklarda bu sıklık %5-6'dır. Ancak otizm tek bir gendeki sorun ile ortaya çıkan bir sorun değildir, dolayısı ile bir "otizm geni" yoktur. Otizme yol açan gen-

ler yüzlerce, hatta binlerce olabilir, bu genler farklı hastalarda farklı etkiler gösterebilir, belli gen kombinasyonları belli belirtilere yol açıyor olabilir veya genlerle çevrenin etkileşimi sonucunda bozukluk ortaya çıkabilir.

Olguların %10'undan daha azında otizm bir başka hastalığa bağlı olabilir. Otizm ile ilişkili çevresel faktörler tam olarak belirlenmemiştir. İleri baba yaşı önemli bir risk faktörü olarak görünmektedir. Doğum sırasında yaşanan sorunların otizme neden olabileceği öne sürülmüştür. Aşıların otizme yol açmadığı kesin olarak gösterilmiş olmasına rağmen, otizmlili çocuğu olan pek çok anne baba hala aşılar (MMR) ile çocuklarının bozukluğu arasında bir ilişki olduğuna inanmaktadır.

Otizmi olan bireylerle birçok beyin görüntüleme çalışması yapılmıştır. Bu çalışmalar birçok beyin bölgesinde anormallik olduğunu ortaya koymuştur. En tutarlı bulgulardan birisi otizmi olan çocukların erken dönemde baş çevrelerinin ve beyin hacimlerinin daha büyük olmasıdır. Ancak beyin hacmindeki bu büyüklük erken çocukluk döneminde sonra devam etmemektedir ve bazı beyin bölgeleri normalden küçük kalmaktadır. İşlevsel beyin görüntüleme çalışmaları otizmi olan bireylerde yüz tanıma, duygu tanıma, sosyal ilişkilerle ilişkili bölgelerde normalden farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur.

OSB'nin en temel belirtileri:

a) Toplumsal etkileşimde ve iletişimde yetersizlikler

ile davranış, ilgi ve etkinliklerde sınırlı, basmakalıp ve yineleyici örüntülerle,
b) Toplumsal etkileşim, iletişimde kullanılan dil ya da sembolik/ imgesel oyun becerilerinin en az birinde 3 yaşından önce gecikmelerin ya da olağan-dışı bir işlevselliğin olması ile,
c) Çeşitli takıntılarla kendini göstermektedir (DSM-IV-TR, 2000).

OSB'nin erken tanılanması ve erken müdahalenin yapılabilmesi için doğumdan hemen sonra 12-18 aylar arasında ortaya çıkan belirtileri dikkate almak önemlidir; çünkü çocuklarda 24 aydan önce OSB tanısı koymak oldukça zordur. Bu belirtiler anne-babalar ya da kısa süreli muayene sırasında hemşire, doktor gibi sağlık personeli tarafından fark edilebilir (Sayan ve Durat, 2007). Anne-babalar ve doktorlar her çocuğun birbirinden farklı olduğunu, her çocuğun gelişimsel hızının aynı olmadığını bilmeleri gerekmektedir. Anne-baba, çocuğun normal gelişimsel aşamalarda geç kaldığını, akranlarından yavaş geliştiğini fark ederlerse zaman geçirmeden çocukları ile ilgili kaygılarını bir çocuk doktoru ile paylaşmaları gerekmektedir.

OSB olan çocuklarda görülen erken belirtiler şöyledir:

- 6. aydan itibaren başkalarına sıcak bir şekilde gülümsememek,
- 9. aydan itibaren seslere, gülümsemelere ve yüz ifadelerine tepki vermemek,
- 12. aydan itibaren agulamamak ve parmakla bir nesne ya da kişiyi işaret ederek göstermek, "bay bay" gibi jestleri yapmamak,
- 16. aydan itibaren tek bir sözcük söyleyememek,
- 24. aydan itibaren iki sözcüklü basit cümleleri kuramamak, hangi ayda olursa olsun gelişimde gerileme göstermek; örneğin, daha önce söylediği bazı sözleri söylememeye ya da yaptığı davranışları yapmamaya başlamak (<http://www.autismspeaks.org/what-autism/learn-signs>; NAC, 2009).

EĞİTSEL DEĞERLENDİRME VE TANILAMA SÜRECİ

Eğitsel değerlendirme ve tanılama sürecinde, eğitsel amaçla bireyin tüm gelişim alanındaki özellikleri ve akademik disiplin alanlarındaki yeterlilikleri ile eğitim ihtiyaçları belirlenerek en az sınırlandırılmış eğitim ortamına ve özel eğitim hizmetine karar verilir. Bireyin eğitsel değerlendirme ve tanılanması rehberlik ve araştırma merkezinde oluşturulan özel eğitim değerlendirme kurulu tarafından nesnel,

standart testler ve bireyin özelliklerine uygun ölçme araçlarıyla yapılır. Tanılamada bireyin; tıbbî değerlendirme raporu ile zihinsel, fiziksel, ruhsal, sosyal gelişim öyküsü, tüm gelişim alanlarındaki özellikleri, akademik disiplin alanlarındaki yeterlilikleri, eğitim performansı, ihtiyaçları, eğitim hizmetlerinden yararlanma süresi ve bireysel gelişim raporu dikkate alınır. Eğitsel değerlendirme ve tanılama; eğitimin her tür ve kademesindeki geçişler ile bireylerin eğitim performansı ve eğitim ihtiyaçları dikkate alınarak veli ya da okulun/kurumun isteği üzerine gerektiğinde tekrarlanır.

Millî eğitim müdürlükleri, örgün ve yaygın eğitim kurumları, sağlık kuruluşları, üniversiteler, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın sosyal hizmet birimleri ve yerel yönetim birimleri özel eğitim ihtiyacı olan bireylerin eğitsel değerlendirme ve tanılanması amacıyla RAM'a yönlendirilmesinde sorumluluğu paylaşırlar.



ÖĞRETMENLERE ÖNERİLER

Otizmli Çocukların Eğitimine Çocuğun Performansı Alınarak Başlanması

Otizmli çocuklar bireysel ayrıcalık gösterdiklerinden performansları da birbirinden farklıdır.

Otizmli Çocuklara Bireysel Eğitim Planı Uygulanması

Heterojen bir grup olan otistik çocukların eğitsel ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için hazırlanan çerçeve programdan her çocuk için bireyselleştirilmiş eğitim planı hazırlanarak uygulanması gerekir

İlerlemelerin Kaydedilmesi ve Değerlendirilmesi

Öğretim sürekli değerlendirme gerektirir. Amaçların ve davranış değişikliklerinin öğrencide gerçekleşip gerçekleşmediği düzenli bir değerlendirme sonucunda ortaya çıkar.

İletişim Problemleri Üzerinde Durulması

Otizmli çocukların genel özelliklerinden biri de çevrelerindeki insanlarla iletişim kurmakta güçlük çekmeleridir. Bu nedenle çocukların eğitimlerine devam edilirken iletişim problemleri üzerinde öncelikle durulmalıdır



Problem Davranışların Ortadan Kaldırılması

Otizmli çocukların eğitim programlarının amacı çocuğun davranış problemlerini azaltarak ihtiyaçları olan becerileri kazandırmaktır.

Yapılandırılmış Eğitim-Öğretim Ortamlarının Hazırlanması

Eğitim ortamları, oluşturulan seviye grubundaki çocukların özelliklerine (ilgi ve düzeylerine) uygun şekilde yapılandırılmalıdır.

Öğretimde Kullanılacak Araç-Gereçlerin İşlevsel Olması

Öğretimde kullanılacak araç gereçler önceden tespit edilmelidir. Hazırlanan araç gereçler her çocuk için plânlanan öğretimsel amaçlara hizmet etmeli ve çocuğun yaşantısında kullandığı veya kullanabileceği araçlardan seçilmelidir.



Öğretilcek Becerilerin Belirlenmesi

Öncelikle verilmesi gereken beceriler çocuğun yaşamını kolaylaştıracak günlük yaşam ve öz bakım becerilerinden oluşmalıdır.

Etkinliklerin Düzenlenmesi

Sınıf içi ve dışı etkinlikler düzenlenirken öğrencinin ilgi ve becerilerine göre öğretim amaçlarını gerçekleştirmeye yönelik olmasına dikkat edilmelidir.

Zamanın Düzenlenmesi

Zaman soyut bir kavramdır. Otizmli çocukların etkinlik süreleri düzenlenirken zamanı olabildiğince somutlaştırmak gerekir.

Kaynaştırma Programına Yer Verilmesi

Otizmli çocukların özelliklerinden biri de sosyal uyum problemidir. Bu nedenle çocukların eğitimindeki en önemli amaçlardan biri de çocukta sosyal etkileşimin gerçekleştirilmesidir.

Çocuğun çevresindekilerle birlikte uyum içinde yaşayabilmesi için sosyal gelişiminin sağlanması gereklidir. Öğretmen, öğrenci için kaynaştırma eğitimi kararı alırken onun seviyesini ve ihtiyaçlarını en iyi şekilde tespit etmelidir. Hazırlanan kaynaştırma programı doğrultusunda belirlenen okulun yöneticileri, öğretmenleri, öğrencileri ve öğrenci velileri otizmli çocukların özellikleri ve eğitimleri hakkında önceden bilgilendirilmelidir. Değerlendirme her iki öğretmen tarafından sık aralıklarla yapılmalıdır.

Eğitimde Sürekliliğin Sağlanması

Otizmli çocukların kazandıkları davranışların kalıcı olabilmesi için eğitimin sürekli olması gereklidir.



Ailenin Eğitime Katılımının Sağlanması

Çocuğun performansı ve öğretim plânları belirlenirken ailenin katılımı gereklidir. Öğretmenin çocuk üzerinde yaptığı tüm çalışmalarından ailenin de haberdar edilmesi, çocuğun okulda kazandığı olumlu davranışları evde de sürdürmesi açısından önem taşır.

KAYNAKLAR:

Vuran, S. (2011). Uygulamalı Davranış Analizi: Yayınlanmamış Ders Notları.
Akmanoğlu, N. (2012). Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuklara Uygun ve Yeni Davranışların Kazandırılması ve Arttırılması. Tekin-İftar (Ed.), Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuklar ve Eğitimleri. Ankara: Vize Yayıncılık.



EĞİTİM SİSTEMİNİN DEĞER KÜMESİ

Mustafa Şamil ŞEN

Rehberlik Öğretmeni

Bir insan ne kadar bilgili, yetenekli olursa olsun bir çocuğu olduğunda (kalıtsal potansiyelleri saklı kalmakla birlikte) tüm donanımları sıfırdan başlar. Bu durum insan için sistematik bir eğitim sürecini zorunlu kılar. İnsan aldığı eğitimle kendinden öncekilerden geri de kalabilir, onlardan ileri bir seviyeye de gelebilir.

Eğitimin insan hayatındaki varlığı insanın varlığı ile birlikte başlamıştır. Çünkü insanın çevresini tanıma, ahlaki erdemleri edinme, sosyal normları bilme, hayattaki riskleri bilme, geçimini sağlamak için gerekli bilgi ve yetenekleri kazanma, barınma, yaşanılan yeri mamur hale getirme, yaşadığı toplumun geçmiş birikimlerini gelecek kuşaklara aktarma gibi ihtiyaçları her zaman olagelmıştır.

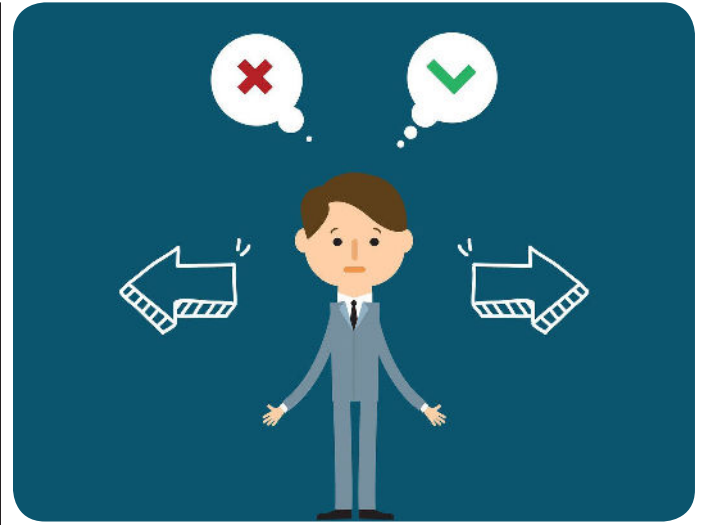
Eğitim, insanoğlunun müşterek birtakım ihtiyaçlarından doğmuş olsa da eğitimden beklentiler herkes için aynı değildir.

Eğitim felsefesi *kültürel mirası ve entelektüel birikimi gelecek nesillere aktarmak, hayata hazırlamak, toplumu değiştirmek ve dönüştürmek*, mesleğe ve vatandaşlığa hazırlama gibi işlevler üzerinde dururken devletlerin eğitimde genellikle öncelikli hedefi devlet ideolojisine bağlı, normlara uyan istendik vatandaşlar yetiştirmektir.

Eğitim alan kişiler açısından da eğitimin amaçları farklılık gösterebilir. *Bilişsel, entelektüel, ekonomik, sosyal statü gibi pek çok faktör insanların eğitimdeki farklı bireysel talepleri olabilir.*

Peki, bütün bu beklentiler (ki bunlar bazen birbirleriyle çelişebilmektedir) göz önünde bulundurulduğunda eğitim sistemi hangi kazanımları karşılayacak şekilde düzenlenmelidir?

İnsanın doğumundan itibaren var olan potansiyellerini en yüksek seviyede gerçekleştirmek üzere eğitim aldığını düşündüğümüzde eğitimin insanı tüm gelişim alanlarında ileriye taşıması gerektiği sonucuna varabiliriz.



Eğitim sistemi;

- İnsanlara öncelikle ilgileri, yetenekleri, öncelikleri, duygu durumları, ideal meslekleri, ihtiyaçları, beklentileri, güçlü ve zayıf yanları konusunda öz farkındalık kazandırmalıdır.
- Fizyolojik gelişimi desteklemeli, insanların sağlıklı bir şekilde hayatlarını sürdürmelerine yardımcı olacak gerek bilgi gerek aktiviteyi içermelidir. (Beden eğitimi, sağlık bilgisi, ilkyardım vs.)
- Çocukları yaşlarına uygun olarak cinsel gelişimleri yönünde eğitmeli ve hazırlamalıdır. (cinsel eğitim)
- Çocukların dil gelişimini desteklemeli, güzel konuşma ve yazma becerilerini geliştirmeyi hedeflemeli, kelime hazinesini beslemeli (güzel konuşma yazma, edebiyat, hitabet, okuma alışkanlığı, yabancı dil)
- Dini, tarihi, kültürel birikimi gelecek nesillere aktarmalı, bir milletin temel klasik eserleri öğretilmelidir. (Kutsal metinler, şiirler, destanlar, tarihi eserler vb)
- Akademik ve mesleki alanları ne olursa olsun herkesin ilgi ve yeteneğine göre uygun bir za-

naatı, profesyonel olmasa da, olmalıdır. (psiko-motor gelişim)

- (Profesyonel olmasa da) ilgi ve yeteneğine göre herkes bir sanat ve/ya spor dalında eğitim almalıdır.
- Ahlakin ilgisi, yeteneği, mesleği, eğitim düzeyi, sosyo-ekonomik düzeyi, cinsiyeti ne olursa olsun herkese lazım olan bir meziyet olduğundan hareketle, eğitim ahlak gelişimini desteklemelidir. (Ahlaki erdemler, adab-ı muaşeret, ahlaki erdemlerin kaynakları)
- İnsanın sosyal gelişimi ve varoluşunun toplum içinde gerçek anlamını bulduğu düşünüldüğünde herkesin ailesine, komşularına, iş arkadaşlarına, toplumuna, vatanına, manevi değerlerine, çevresine yani bir birey olarak tümleyenine karşı sorumluluklarını bilmesi eğitimin vazgeçilmez amaçlarından olmalıdır.



Amaçlanan kazanımlar tabi ki herkes tarafından profesyonelce edinilemeyebilir. Çünkü bireysel farklılıklar, sosyo-ekonomik şartlar, coğrafi şartlar bazılarına avantaj bazılarına ise dezavantaj sağlayacaktır. Ancak mümkün olduğunca eğitimde vatandaşlar arasında eğitim ortamları ve eğitsel donanımlar yönünden fırsat eşitliği sağlanmalı, dezavantajlı öğrenciler için engeli kaldıracak tüm tedbirler alınmalıdır.

Eğitim öğretim sürecinin istendik sonuçlar verebilmesi için ilk farkında olmamız gereken şey istediğimizin ne olduğudur. Daha sonra istediğimizi kapsayacak bir eğitim programı ve nihayetinde de bu programı sağlayacak bir sitem...

Ama hepsinden önce fert fert kendi özümüzde cevaplamamız gereken soru: Biz ne istiyoruz / eğitim öğretimle neyi amaçlıyoruz?



Değişimin Yolu

Psikanaliz, kişilerin bilinçdışında yaşadığı çatışmaları anlamlandırma sürecidir. Dilin gücü üzerinde durur. Kişinin kendini tanımasına ve daha iyi yaşamasını engelleyen döngülerini kırmasına yardımcı olur.

Geştalt terapisi ve transaksyonel analiz gibi insancıl terapi yöntemleri sayesinde kişiler onları geçmişe bağlayan zincirlerinden kurtuluyor. Bu teknikler belli semptomları geçirmekten ziyade insanın hayatındaki genel uyumu sağlamayı amaçlıyor.

Davranışsal terapiler, yanlış koşullanmaların ve uygunsuz reflekslerin üzerine giderek davranışlarımızı iyileştirmeyi hedefliyor.

Sistemik terapiler, iletişim problemlerini gidermek üzere kişilerin başkalarıyla ve içinde yaşadığı çevreyle olan ilişkilerini ele alıyor. Örneğin sistemik aile terapisi tüm ailenin bir arada olduğu, bir ya da iki terapi uzmanı eşliğinde gerçekleştiriliyor



Genç yaşta tedbir

Kişi, beynini gelecekte daha iyi koruyabilmek için genç yaşlardan itibaren harekete geçebilir. Örneğin, çocuklara düzenli olarak hikâye okumanın onların dil gelişimi için çok önemli olduğunu vurguluyor David Snowdon. Cleveland Case Western Reserve Üniversitesi'nde nörobilyoloji profesörü olan Robert Friedland'ın yaptığı bir araştırmaysa, zihinsel ve bedensel olarak aktif olan genç yetişkinlerin Alzheimer hastalığına yakalanma riskinin daha az olduğunu ortaya koyuyor.



ERKEN CİHAZLANDIRMA

Veli Can Türkoğlu
Özel Eğitim Öğretmeni

İŞİTME KAYBI NEDİR?

Doğumdan önce, doğum anında veya doğduktan sonra meydana gelen nedenlerle, kulağın sesi duyma özelliğini tamamen veya kısmen yitirmesi durumuna, işitme engeli işitme kaybı ya da işitme yetersizliği denir. İşitme yetersizliğinde kulak, görevini çok az yerine getirebilir ya da hiç yerine getiremez. Bu engelin durumu, odyogram denilen bir test aracılığıyla ölçülmektedir.

YENİDOĞAN BEBEKLERDE İŞİTME TESTİ YAPILMASI ÇOK ÖNEMLİ!

İşitme yetersizliği çok sıklıkla karşılaşılan bir gelişimsel bozukluktur. İşitme yetersizliği doğumdan sonraki ilk 6 ay içerisinde tanınması ile bu çocukların dil gelişimlerinin normal ya da normale yakın düzeye geldiği bilinmektedir. Bu sebeple yenidoğan bebeklerin işitme testinden geçmesi hayati bir önem taşımaktadır.

Yenidoğan işitme testleri Türkiye’de Sağlık Bakanlığı tarafından sistemli olarak 2005’ten beri yenidoğan bebeklere yapılmaktadır. Sonuçların “geçti” veya “kaldı” olarak elde edildiği testte, sonucu “kaldı” olarak çıkan bebeklerin işitme kaybının ayrıntılı olarak incelenmesi gerekir. Bunun için işitme engeli tespit edilen bebek uzman odyologların görev yaptığı kliniklere yönlendirilir ve tedaviye başlanır.

UYGUN CİHAZ ENGEL TANIMAZ!

Tarama sonuçlarının işitme kaybını doğruluyor ise sıra işitme kaybının türü ve derecesine göre uygun işitme cihazını seçmektir. İşitme kaybının türü ve derecesine göre işitme cihazları çeşitlilik göstermektedir. Uygun cihazı size odyologlar önereceklerdir. İşitme engelli tanısı konulduktan sonra çocuğunuza vakit kaybetmeden kayıp derecesine göre uygun işitme cihazı ile cihazlandırılma sağlanmalıdır. Uygun cihazlandırma sağlandığı takdirde işitme kayıplı çocukların ilerleyen yaşlarda dil ve konuşma eğitiminde yaşayacakları problemler büyük ölçüde azalacaktır.



Sağlık Raporunun Alınması

Tüm tanı ve cihazlandırma işlemleri yapılırken çocuğunuz için ilgili tam teşekküllü devlet ya da üniversite hastanesinden sağlık raporu almanız gerekmektedir.

SAĞLIK RAPORU, SONRAKİ AŞAMALARDA KULLANACĞINIZ ÖNEMLİ BİR BELGEDİR.

Rehberlik ve Araştırma Merkezleri’ne (RAM) Başvuru ve Rapor Alma

Çocuğunuzun sağlık raporunu aldıktan sonra ikamet ettiğiniz ilçeye bağlı olan rehberlik ve araştırma merkezinden randevu alarak, sizden istenecek di-

ğer evraklarınızla birlikte rapor almak için kuruma gitmeniz gerekmektedir.

RAM raporu çıkarmak için öncelikle;
Sağlık raporunun çıkarılması gerekmektedir.
Sağlık raporu alındıktan sonra çocuğunuzun cihazlandırılması şarttır.
Sağlık raporu ile yapılan cihazlandırmalarda SGK katkı payı vardır.

Bu iki işlem tamamlanmadan rehberlik araştırma merkezindeki randevunuzu gerçekleştiremezsiniz.

İŞİTME ENGELLİLER DOĞRU EĞİTİMLE NORMALE YAKIN BİR DÜZEYE GELEBİLİYOR

Türkiye’de işitme testleri en erken yenidoğan bebeklere uygulanarak başlar. Sağlık bakanlığı okul öncesi ve okul çağındaki çocuklar için işitme testlerini uygulamaktadır. Ailelerin yenidoğan işitme testi sonrasında sağlıklı olarak bildikleri çocuklarında ilerleyen yaşlarda da işitme kaybı gelişebilir. Bu konuda dikkatli olunmalıdır. Okul öncesi ve okul döneminde ortaya çıkan işitme kayıpları da öğrenme güçlüğüne ve düşük akademik performansla yol açabilir. Bununla birlikte iletişimde yetersizlik, sosyal becerilerde zayıflık ve özgüvende eksikliğe de yol açtığı bilinmelidir.

Bireylerde işitme yetersizliği olduğunun tespitinden hemen sonra öncelikle uygun işitme cihazı açısından değerlendirilmesi, bunun yanında uzman od-yolog dil konuşma terapistleri ve özel eğitim öğretmenleri tarafından verilen özel eğitim, aile eğitimi ve destekleyici eğitim ile alıcı dili (konuşmayı anlama) ve ifade edici dili (anamlı sesleri kullanma) geliştirmesi, bu yolla iletişim kurması için tüm imkânlar sağlanmaya çalışılmalıdır. İlk yaşlarda doğru eğitim alan birçok işitme engelli birey, eğitim ve meslek hayatında çok iyi yerlere gelebileceği unutulmamalıdır. Bunun sağlanması için bu çocukların akranlarından farklı olarak ek gereksinimlerini karşılayacak biçimde planlanmış eğitim ortamları ve çok iyi yürütülen eğitim hizmetlerinin sağlanması gerekmektedir.

İŞİTMEYİ SAĞLAYAN YENİ TEKNOLOJİLER MEVCUT

Prof. Dr. Aslı Şahin Yılmaz Anadolu ajansına verdiği Akşam Gazetesi’nin Mor Papatya ekinde yayımlanan bir röportajında işitmeyi kolaylaştıran cihazlara ilişkin ailelere yönelik şu bilgileri verdi:

“Koklear implant yani halk arasında iyonik kulak olarak bilinen cihazlar ise çok ileri derecede ic ku-



lak tipi işitme kaybı olan bireyler için yarar sağlamaktadır. Bu tür işitme kaybı olan bireylerde öncelikle işitme cihazı denenmektedir. Ancak işitme cihazı kullanımından fayda görmediği anlaşılırsa implant endikasyonu konabilir. Koklear implant iç kulağın işlevini yitiren kısımlarını baypas ederek çalışır ve kokleadaki sinir liflerine doğrudan elektiriksel uyarım sağlar. Hastaya koklear implant uygulaması yapılması için cerrahi kulak operasyonu gerekmektedir.”

Diğer işitme cihazları için cerrahi operasyona gerek olmadığını belirten Yılmaz, “İşitme cihazları ve koklear implant dışında kemiğe implante edilebilen cihazlar veya beyin sapından iletim sağlayan implantlar gibi nispeten daha yeni teknolojiler mevcuttur. Ancak bu cihazların hiçbirisi için işitme kaybını tamamen ortadan kaldırdığını söylemek uygun olmayacaktır. Bu teknolojik cihazlar uygun eğitim eşliğinde kullanılmadığı sürece hiçbir işe yaramayacaktır.” diye konuştu.

Prof. Dr. Yılmaz, işitme kaybında erken tanı ve tedavisiyle ailelerin bu konudaki farkındalığının önemini vurguladı.

Sonraki Yazı: İşitme Engellilerin Konuşma Eğitiminde Sınır Tanımayan Yaklaşım (Doğal İşitsel-Sözel)

Kaynaklar:

Yılmaz, Aslı Şahin. (19.09.2019). “İşitmeyi sağlayan yeni teknolojiler engeli ortadan kaldırıyor!” Akşam Mor Papatya: (AA) Tüfekçioğlu, Ü. (Ed.) (2006) İşitme Konuşma ve Görme Sorunu Olan Çocukların Eğitimi (4. Baskı). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları
Turan, Z. (2018). Yenidoğan işitme tarama programlarının işitme kaybının tanı, cihazlanma ve eğitime başlama yaşına etkisi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18 (2), 1156-1174.



ÇÖZÜM ODAKLI KISA SÜRELİ PSİKOLOJİK DANIŞMA

Pınar Koçyiğit
Rehberlik Öğretmeni

Çözüm odaklı terapi 1970’li yıllarda Steve de Shazer tarafından temeli atılan soruna ve geçmişe odaklanmaktan ziyade çözüme ve geleceğe- geleceği de etkileyen bugüne odaklanan terapidir. De Shazer, sorunu çözmeye odaklanmaktansa doğrudan çözüme odaklanmak gerektiğini ifade etmiştir. Bir sorunu çözmek için onun nedenini bilmenin gerekli olduğuna inanmamaktadır.

Danışanın problemleri le ilgili olarak geçmiş dönemdeki önemli yaşam olaylarının yoğun bir şekilde araştırılması yerine çözüm odaklı bir yaklaşımdır. Problem ile ilgili nedenlerin ve problemin kökeninde nelerin olduğunun araştırılmasının süreç dışına çıkarılması ile danışma için gereksinim duyulan süre önemli ölçüde azalmıştır. Çözümlere odaklanıldığında danışma süreci daha kısa olmaktadır. Ayrıca odak noktası çözümler olarak değiştiğinde davranışlar birinci derecede önemli olmakta ve iç görüye verilen önem azalmaktadır. Bu sonuçlar Çözüm Odaklı Danışma Yaklaşımının çocuklarla çalışırken etkili bir model olduğunu göstermektedir. Bu modelde iç görünün gerekli olmaması gençlerle çalışmayı da kolaylaştırmaktadır. Bunun gerekçesi olarak da gençlerin bazı durumlarda nerede oldukları ve oraya nasıl geldikleri ile ilgili olarak yetişkinlerin sahip olduğu bilişsel beceriye sahip olmamaları gösterilebilir. Aslında bu yaklaşımın, kurucuları tarafından bir terapi olarak tanımlanmasına rağmen bir çok nedenden dolayı terapi yerine danışmanlık olarak düşünülmesi daha yerinde olur. Bu yaklaşımda uz-

manlaşmak görece daha kolayken problem çözüme ve öğrencilerin çözümler üretmesine vurgu yapılır ve bu yaklaşımla okul ortamına destek sağlanır.

Çözüm-odaklı kısa süreli psikolojik danışmanın temel felsefesi üç temel kurala dayanmaktadır:

- 1. Bozulmamışsa Onarma:** Danışanın gerçekten bir yakınması yoksa herhangi bir müdahaleye gerek yoktur. Danışan bir güçlükle karşı karşıya kaldığında içinde bulunduğu güç durumdan kurtulmak için çözüm üretmelidir.
- 2. İşleyen Çözüm Yollarına Başvurmada Israrlı :** Sorunların çözümünde izlenen yöntem ya da yöntemler etkili ise bu yöntemleri daha çok kullanmak gerekir. Başarılı olmanın yolu, daha önce işlerliği kanıtlanan bir yöntemi yeniden uygulamaktır.
- 3. İşlemeyen Çözüm Yollarına Başvurma, Farklı Çözüm Yolları Dene:** İşlemediği kanıtlanan bir yöntemi yeniden uygulamanın bir yararı yoktur. Sorunu çözmek açısından önemli olan nokta, işlemediği kanıtlanan çözüm yollarından farklı birtakım çözüm yöntemlerini devreye sokmaktır.

Çözüm-odaklı kısa süreli psikolojik danışma yaklaşımı, şimdiki an ve geçmiş üzerinde odaklanmaktan çok sorunun çözülebilme olasılığının olduğu gelecek üzerinde odaklanmaktadır. Söz konusu yaklaşım, sorunun ya da yakınmanın “olmadığı anlar” üzerinde yoğunlaşmakta; sorunun olmadığı anlar “istisnalar ya da ender durumlar” olarak nitelendirilmektedir. Bu yaklaşımın temel kavramları şöyle sıralanabilir:

- 1. Sorunu Analiz Etmekten Kaçın:** İhtiyaç sadece bazı şeylerin nasıl işlediğinin betimlenmesi ise ayrıntılı bir açıklama yapmak yersizdir.
- 2. Müdahalelerde Yeterli Ol:** Sorunun kaynağını ve nedenini bulmak için çaba gösterilmez. Psikolo-

jik danışman ile danışanın birlikte geliştirmeye çalıştıkları basit, anlaşılır, esnek ve bireyselleştirilmiş müdahale programı çözüm odaklı yaklaşımın önemli özelliklerinden birisidir.

3. **Şimdi ve Gelecek Üzerinde Odaklan:** Çözüm-odaklı yaklaşım danışana, gitmek istediği yere ilişkin somut ve gerçekçi bir harita geliştirmesi için yardımcı olur. Geçmiş olaylar yalnızca soruna yönelik istisnai (ender) durumları keşfetme bağlamında önemsenir.
4. **İç Görü Yerine Eylem Üzerinde Odaklan:** Çocuk ve gençlerin bilişsel yönden gelişim düzeyleri sorunları ile ilgili iç görüş kazanma yeteneklerini sınırlar. Kaldı ki, iç görünün gelişmesi için belli zamana ihtiyaç vardır. Okulda ne psikolojik danışmanın ne de öğrencinin fazla zamanları vardır. Değişmek için iç görünün gerekli olmadığı düşünülmektedir.

Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışmanın Temel İlkeleri

1. "Sorununun" Konuşulması Yerine "Çözümün" Konuşulması: Danışanın istedik yönde değişebilmesi için değişeceğine inanması ve bu yönde çaba göstermesi gerekir. Danışanın hata ve sorunları üzerinde durmaktan çok şu anda işleyen doğru yanları üzerinde durmak gerekir.
2. Her Sorunun Çözömlenebildiği Anların Olması: Danışan genellikle sorun üzerinde odaklandığı için sorunu olmadığı "anları" pek hatırlayamaz. Danışanlar, sorunları azalma eğilimine girdiği anlarda bile sanki azalmıyormuş gibi davranırlar. Bu nedenle, psikolojik danışman çözümlerin (istisnaların) ne zaman, nerede ve nasıl meydana geldiğine ilişkin danışanın örtük ve imalı ifadelerini dikkatle dinlemelidir.
3. Küçük Değişmelerin Daha Büyük Değişmelere Yol Açması: Hafif dalga etkisine sahip küçük bir değişme daha büyük değişimlere yol açar. Yalnızca, küçük bir değişmeye gereksinim vardır. Sorun ister küçük ister büyük olsun adım adım çözülmektedir. En küçük bir müdahale bile ani bir değişmeye neden olabilir.
4. Her Danışanın Sorunlarını Çözme Gücüne Sahip Olması: Danışanların yetersiz yanlarını vurgulamak yerine, yeterli yanlarının vurgulanarak harekete geçirilmesi değişimi hızlandırır.
5. Danışanın Amaçlarının Olumsuz İfadelerinde Değil Olumlu İfadelerinde Saklı Olması: Danışanın amaçları ve yapmak istedikleri olumlu ifadelerinde saklıdır. Danışanın amaçlarını olumsuz ifadelerinden çıkarmak olası değildir.

Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışmanın Amacı

Bu yaklaşımın temel amacı, danışanı sorunlarını anlaması ve analiz etmesi için "sorun üzerinde konuşmaktan" "çözüm üzerinde konuşmaya" doğru yönlendirmek ve işleyen veya gelecekte işlemesi olası olan çözümler üzerinde olabildiğince en hızlı şekilde odaklanmasını sağlamaktır.

1. **Belirginlik:** Etkili bir amaç açık, somut, belirgin ve gözlenebilir özelliklere sahiptir. Örneğin, "İşler iyi gitmeye başladığında neler değişecek?"
2. **Ulaşılabilirlik:** İyi bir amaç gerçekçi, basit, ulaşılabilir ve akla uygundur. Örneğin, "Okulda işlerin daha iyi gittiğini gösteren ilk küçük işaret ne olacak?"
3. **Olumluluk:** Olumlu bir amaç istenmeyen şeylerden çok istenen şeyleri ifade eder. Örneğin, "Depresyonda olmak yerine ne yapıyor olacaksın?"
4. **Anamlılık:** Etkili bir amaç danışan için önemlidir. Örneğin, "Psikolojik danışmada neyi çözmek istiyorsun?"

Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma Süreci

Genellikle, danışanla yapılan her oturum videoya kaydedilmekte ve danışan aynalı odada psikolojik danışma ekibi tarafından gözlenmektedir. Her oturum konsültasyon için verilen ara da dahil olmak üzere toplam bir saat sürmektedir. Bu bir saatlik zaman şöyle kullanılmaktadır: 40 dakika danışanla görüşme, 10 dakika ekiple konsültasyon veya tek başına düşünme ve 10 dakika müdahale mesajını iletme ve oturumu sonlandırma şeklindedir.

İlk Oturum ve Öğeleri

Kısa süren bir tanışmadan sonra danışana süreç hakkında bilgi verilir. "Sana nasıl yardımcı olabilirim?" sorusu sorulur ve danışan dikkatli, saygılı bir şekilde dinlenmeye başlanır. İş birliği ve güven oluşturmaya çalışılır. Danışanın amacını belirlemesine yardımcı olunur.

İlk oturumun öğeleri:

1. **Amacın Nedir?:** Oturuma amaç-yönelimli bir soruyla başlanmasını önerilir. Örneğin, "Bura ya gelmendeki amacın nedir?" Psikolojik danışman danışanın amaçlarını belirlemek için şu soruları sorabilir: "Beni neden görmek istedin?" "Psikolojik danışmaya artık ihtiyacın olmadığını nasıl anlarsın?"
2. **Mucize Soru:** Mucize soru amaç oluşturmada kullanılan bir tekniktir. Danışanın sorunsuz bir yaşamın nasıl olacağını betimlemesi ve hayal

etmesini esas alan bir tekniktir. Bu teknik, danışanı sorununa ilişkin çözüm yolları üretmesi için teşvik eder. Örneğin, "Sorununu çözmek için sihirli bir değneğin olsaydı, yaşamında ne gibi değişiklikler olacaktı?" "Bu mucizeden sonra öğretmenlerin, arkadaşların, kardeşlerin, annen ve baban sende ne gibi değişiklikler olduğunu görecektirdi?"

3. **İlk İşaret:** Bu destekleyici sorular, danışanı amaçlarını gerçekleştirmek üzere atacağı ilk adımlar hakkında düşünmeye sevk eder. Örneğin, "Bu mucizenin olduğunu gösteren ilk küçük işaret ne olacaktır?" "Bu mucizeyi ilk kim görecektir?"
4. **İstisnalar (Ender Durumlar-Örnekler):** Danışanın öz kaynaklarını tanıması sağlanır. Yani, amaçlarına ulaşmak için istendik davranışları gösterdiği "anları" tanıması sağlanır. "Örnekler" ise danışanların "mucize" ve "başka ne" sorularına verdikleri tepkilerden oluşturulur. "Çok az üzgün olduğun anı söyle, o an farklı olan neydi? Bu farklılığı o an nasıl yarattın?" "Bu mucize gerçekleştikten sonra daha başka neler olacak?" Eğer danışan etkin bir şekilde düşünüyor ve eylemde bulunuyorsa bu davranışlarından dolayı övülür, alkışlanır. Örneğin, "İnanılmaz! Bu koşullar altında nasıl sakin olabildin? Bunu nasıl yapabildin? Bravo doğrusu."
5. **Derecelendirme:** Danışanın psikolojik danışma sürecinde ne kadar geliştiğini ve ilerlediğini '0-10' arasında bir dereceye koyması istenir. Ayrıca, bu derecelendirme danışanı bulunduğu dereceden daha yukarı bir dereceye çıkması için ne yapması gerektiği konusunda teşvik eder. Örneğin, "0-10'luk bir doğru üzerinde '0' en olumsuz durumu, '10' ise mucizenin tamamen gerçekleştiği durumu ifade etmektedir. Bu doğru üzerinde kendini nereye koyuyorsun?"
6. **Mesaj:** Mesajın amacı, danışanın olası sorularını yanıtlamak suretiyle ek bilgi gereksinimini karşılayarak henüz çözülmemiş sorunlara dikkat çekmektir. Örneğin, "Bu oturuma ilişkin görüş ve izlenimlerimi gözden geçirip bir mesaj haline getirmeden önce sormak istediğin veya bilmek istediğin herhangi bir şey var mı?"

Sonraki Oturumlar ve Öğeleri

Sürecin izlenmesi sonraki oturumlarda çok önemlidir. Dört sözcüğün baş harflerinden oluşan ve EARS olarak adlandırılan bu süreç ardışık bir sıra izleyerek ikinci ve daha sonraki oturumlara kılavuzluk eder. EARS süreci danışanın sorunlarını başarıyla çözümlendiği anları gözden geçirerek amaçlarına yönelik

ne denli ilerlediği konusunda yardımcı olur. Ek psikolojik danışma oturumlarına gereksinim olup olmadığı psikolojik danışma ile danışan tarafından kararlaştırılır. Her oturum birinci oturumda olduğu gibi bir mesajla sonuçlanır.

EARS'in açılımı şöyledir:

1. **Ortaya Çıkarma (Eliciting):** Danışma sürecinin yol açtığı değişiklikleri ve farklılıkları ortaya çıkarmak için danışana şöyle bir soru sorulabilir: "Geçen oturumdan bu yana daha iyi ve farklı olan nedir?" İşlerinin çok iyi gitmediğini ve farklı bir durum yaşamadığını ifade eden bir danışana şöyle bir soru yöneltilebilir: "İşlerin haftanın her günü ve her dakikasında kötü müydü?"
2. **Güçlendirme (Amplifying):** Küçük bir değişim daha büyük ve daha fazla bir değişmeye yol açar. Danışanda görülen bir davranış değişikliğinin başkalarının davranışlarında da değişikliğe neden olması küçük bir dalga etkisi olarak nitelendirilmektedir. Örneğin, "İlk önce sen kız kardeşine dostça gülümseyip merhaba dediğinde, o karşılığında sana nasıl bir tepki verebilir?" "Belki gülümseyip benimle iletişim kurabilir." "Bu gerçekleştiği zaman, sonra ne yaparsın?"
3. **Pekiştirme (Reinforcing):** Danışan, davranışını istendik yönde değiştirmek için gösterdiği çabadan dolayı desteklenip yüreklendirilirse olası sorunlarla başa çıkması kolaylaşacaktır. Özellikle, psikolojik danışma yardımına ihtiyaç duyan danışanlar başarılarından dolayı onaylanmaktan hoşlanırlar. Pekiştirme veya tezahürat (alkış), psikolojik danışmana yabancı bir teknik değildir. Örneğin, "Gerçekten sen mi yaptın? Nasıl cesaret gösterdin?" "Yaptıkların beni gerçekten çok etkiledi."
4. **Eyleme Geçme (Start Over):** Bu aşama, fark edilmeyen başarıların keşfedilerek tekrar eyleme geçilmesini gerektirir. Aslında, EARS süreci, iyi giden şeyleri ortaya çıkarmak amacıyla sürekli eyleme geçer. Eyleme geçme döngüseldir. Örneğin, "Bunu o zaman nasıl halletmiştin?"

EARS süreci tamamlandıktan sonra derecelendirme tekniği kullanılarak danışanın belirlediği amaçlara ne denli ulaştığı saptanır. Danışanlardan, '0-10' arasındaki bir derecelendirme ölçeği üzerinde amaçlarına ulaşma derecesi yönünden kendilerini derecelendirmeleri istenir. Bu teknik, danışanın danışma sürecinde ne denli ilerleme kaydettiğini gösterir.



Psikolojik Danışmanın İşlev ve Rolü

Danışanlar, terapide, durumu yaşayan kişi olarak kumandayı kendisinin daha etkin kullanabildiğini fark ettiklerinde terapötik sürece daha fazla katılmakta ve faydalanmaktadır. Çözüm odaklı danışmanlar, danışanların yaşadıklarında bir adım geride dururlar.

Psikolojik Danışman- Danışan İlişkisi

Kısa süreli çözüm odaklı terapide 3 tip danışan danışman ilişkisi biçimi vardır:

- 1. Müşteri Tipi ilişki:** Bu ilişki tipinde danışanın soruna veya çözüme yaklaşımı olumludur. Danışan, bir şeylerin yapılması için gönüllüdür ve bir şeyler yapmaya hazırdır.
- 2. Şikayetçi Tip İlişki:** Bu ilişki tipindeki danışan, sorunu tanımlar; ama çözüm için uğraşmaya-

bilir.

3. Misafir (Ziyaretçi) Tipi İlişki:

Bu ilişki tipindeki danışan, soruna da çözüme de yaklaşımı yoktur.

Özetle, çözüm odaklı psikolojik danışma geleneksel danışma modellerine köklü bir alternatif model olarak geliştirilmiş yapılandırıcı bir yaklaşımdır. Danışanın problemini ele alıp en ince noktasına kadar inceleyerek vakit harcamak yerine, odak noktası olarak şikayetin olmadığı zamanlara ya da istisnalara yönelinmiştir. Psikolojik danışmanın özü olarak çözüm vurgulanır.

Kaynaklar:

Sklare, G.B.(2015). Okul Danışmanları İçin Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma (Çev. Diğdem Müge Siyez), Pegem Akademi, Ankara.
Doğan, S.(1999). "Okul Psikolojik Danışmanları İçin Yeni Ve Pratik Bir Yaklaşım : Çözüm-Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma" V. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi bildirisi, Ankara.



D vitamini eksikliği baş ağrısına sebep oluyor

Finlandiya'da 2 bin 600 orta yaşlı erkekte yapılan araştırma, migren olsun ya da olmasın yineleyen baş ağrıların, nedeninin D vitamini eksikliğine bağlı olduğunu ortaya çıkardı. Norveç'te yapılan başka bir çalışma da bu tezi doğruluyor. İskandinav ülkelerinin bu eksiklik ve sonuçlarıyla ilgilenmesi tabii ki tesadüf değil. Bu ülkelerin coğrafi konumları, kışa günleri ve uzun süren kış mevsimleri buralarda yaşayanların güneş ışığına çok az maruz kalmasına neden oluyor. Ancak D vitamininin organizma tarafından sentezlenmesi gerekiyor. Ayrıca migren problemi yaşayan çocuklarda B2 vitamini, koenzim ve folik asit eksikliği olduğu da gözlemlenmiş. Peki, ne yapmalıyız? Dışarı çıkmalıyız. Günde en az bir saat güneş ışığına çıkmak, baş ağrılarını azaltır. Ayrıca tüketilen gıdalarla da D vitamini güçlendirilebilir. Somon, ton gibi yağlı balıklar, yumurta, süt ve peynir tüketmeye Özen gösterin.

Kaynak: Kuopio'daki Doğu Finlandiya Üniversitesi, Cincinnati Çocuk Hastanesi (ABD)



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü

**" DUYGULARINI PAYLAŞIR MISIN? " RESİM YARIŞMASI
SONUÇLANDI - DUYGULAR DİJİTAL DÜNYADA RESİMLE
İFADE EDİLDİ**



Millî Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından hizmete sunulan ve 210.000 aktif kullanıcıya ulaşan "Özelim Eğitimdeyim" mobil uygulaması üzerinden "Pandemi Sürecinde Duygularını Paylaşırsın mı?" adlı ya...

115 TAKIMLA TEKNOFEST'TE BİLSEM RÜZGARİ



Millî Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü bünyesinde ülke çapında çalışmalarını sürdüren BİLSEM'ler 22-27 Eylül 2020 tarihleri arasında Gaziantep'te gerçekleştirilecek TEKNOFEST'e 23 farklı kategoride 115 takım ile katılma hakkını elde etti...

ÖZEL ÇOCUKLARIN ÖZEL SERGİSİ BAKANIMIZ SAYIN ZİYA SELÇUK'UN KATILIMIYLA AÇILDI



Millî Eğitim Bakanımız Sayın Ziya Selçuk: "Bakanlık olarak özel öğrencilerimizi her anlamda desteklemek ve onların geleceğe daha emin adımlarla yürümesini sağlamak, şahsım ve bakanlığım adına kutsal bir vazifedir." dedi....





AĞUSTOS ZAFER BAYRAMI

Kutlu Olsun



(242) 887 1787

<http://kumlucaram.meb.k12.tr/>

@kumlucaram

@ramkumluca

@kumlucaram