

KURAM

KUMLUCA REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ DERGİSİ

YIL: 2 SAYI: 14 ŞUBAT 2021

2020- 2021 Eğitim Öğretim Yılı

KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİ ALAN OTİZM SPEKTRUM
BOZUKLUĞU OLAN ÖĞRENCİLERE NASIL DESTEK
OLUNABİLİR

MASAL TERAPİSİ

BİR ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENİYLE
HASBİHAL

MÜCADELE RUHUNU KAYBETME



KAYIP VE YAS

OTİZMLİ ÇOCUK, OYUN
VE OYUNCAK SEÇİMİ

OKULLAR AÇILIYOR



PANDEMİ ÇOCUKLARINIZIN SOSYAL
ZEKASINI NASIL ETKİLİYOR

PROF. DR. BARBARA JACQUELYN SAHAKİANS

Cambridge Üniversitesi

KİM UMUTSUZ, AİLE Mİ ENGELLİ Mİ?

SEVİM HOŞ OFLUOĞLU

Yazar - Sesimiz Otizm Yaşam Eğitim Derneği Başkanı

SARTRE'IN VAROLUŞÇULUK ANLAYIŞI:
BİLİNÇ, HİÇLİK, ÖZGÜRLÜK VE SORUMLULUK

PROF. DR. STEVEN CROWELL

Rice Üniversitesi

KÜNYE

Sunuş :**Murat KAVLAK****Tasarım :****Hüseyin ERDEM****Hazırlayan:****Hüseyin ERDEM****Mustafa Şamil ŞEN****Basım Yayın Kurulu****Mustafa Şamil ŞEN****Hüseyin ERDEM****Yasin ŞEN****Canan DEMİRTAŞ****Esmegül KUŞÇU****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



Değerli okurlarımız;

Yarıyıl tatilinin bitişi olan 15 Şubat'ta 14. Sayımızla sizlerle birlikte olacağız. Yarıyıl tatilini mesleki gelişim programlarını tamamlayarak geçiren öğretmenlerimiz, velilerimiz ve öğrencilerimiz geçen haftaya kadar yüzyüze eğitime geçilip geçilmeyeceği ile ilgili merak içerisindeydi.

Velilerimiz, öğretmenlerimiz ve öğrencilerimiz gibi bizlerde yüz yüze eğitimlerin başlayacak olmasının heyecanını yaşıyoruz. Milli Eğitim Bakanlığı'mızın göndermiş olduğu 15 Şubat'tan itibaren kademeli başlatılacak yüz yüze eğitime ilişkin usul ve esaslar ile ilgili yazısı ve bu kapsamda 15 Şubat itibarıyla, "birleştirilmiş sınıf uygulaması yapılan okulların tamamı, köy ve benzeri seyrek nüfuslu yerleşim yerlerinde il/ilçe hıfzıssıhha kurullarının il ve ilçe millî eğitim müdürlükleri iş birliği içinde alacağı kararlar doğrultusunda tüm ilkokul ve ortaokullar ile tüm bağımsız anaokulu ve özel eğitim anaokullarında haftada 5 gün yüz yüze eğitime geçilecek olması ve 1 Mart itibarıyla kaynaştırma öğrencilerimiz için destek eğitim odalarının açılacak olması bizleri memnun etmiştir. Özellikle özel eğitime ihtiyacı olan öğrencilerimiz ve dezavantajlı diğer gruptaki öğrencilerimizin yüzyüze eğitimle birlikte ekranlarıyla olan farkı kapatacağına inanıyoruz.

Hizmet bölgemizde olan beş ilçemizde inanıyorum ki tüm okullarımız eğitim öğretime hazır ve öğretmenlerimiz heyecanla öğrencilerini beklemektedir.

14. sayımızı çıkardığımız KURAM dergimizde ise siz velilerimiz, öğretmenlerimiz ve özel eğitim ve rehberlikle ilgilenen okurlarımız için faydalı olacak bilgiler paylaşmaya çalıştık.

Bir sonraki sayımızda görüşmek dileğiyle, esenlikle kalın..

Murat KAVLAK**Kumluca Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürü**

İÇİNDEKİLER

KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİ ALAN OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU OLAN ÖĞRENCİLERE NASIL DESTEK OLUNABİLİR

Kaynaştırma, özel eğitim gerektiren bir öğrencinin diğer öğrencilerle birlikte okul öncesi, ilköğretim ya da...

YAZI: SONER ÖZTÜRK S:5

KİM UMUTSUZ, AİLE Mİ ENGELLİ Mİ?

Büyük şairin dizelerinde ki umutsuz hasta farklı yaşamları çağırıştırabilir. Bir kanser hastası bazen bedensel veya zihinsel...

YAZI: SEVİM HOŞ OFLUOĞLU S:7

PANDEMİ ÇOCUKLARINIZIN ŞOSYAL ZEKAŞINI NASIL ETKİLİYOR

Okuldaki ilk gününüzün heyecanını ve beklentisini hatırlıyor musunuz? Belki de yeni arkadaşlar...

**YAZI: PROF. DR. BARBARA
JACQUELYN SAHAKIANS:9**

SARTRE'IN VAROLUŞÇULUK ANLAYIŞI: BİLİNÇ, HIÇLIK, ÖZGÜRLÜK VE SORUMLULUK

Kierkegaard tarafından başlatılan entelektüel geleneği büyük ölçüde geliştiren 20. yüzyıl varoluşçu...

**YAZI: PROF. DR. STEVEN CROWELL
S: 11**

MASAL TERAPİSİ

Bir varmış bir yokmuş. Evvel zaman içinde, kalbur saman içinde... Pireler berber iken, develer tellal iken, ben anamın beşiğini tıngır mıngır sallarken...

YAZI: PINAR KOÇYİĞİT S: 13

BİR ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENİYLE HASBİHAL

Merhabalar Ayşe hocam, öncelikle bu sohbeti kabul ettiğiniz için çok teşekkür ediyorum. Özel eğitime ihtiyacı olan bir bireyken bu kadar idealist ve donanımlı...

YAZI: MERVE BAŞI KAPLAN S:15

MÜCADELE RUHUNU KAYBETME

Dünyanın en üstün zekâ potansiyeli sizde olsun. Her türlü maddi imkânınız, en kaliteli eğitim olanaklarınız, mükemmel desteği olan aileniz ve size sunulmuş eşsiz fırsatlar...

YAZI: YASİN ŞEN S: 18

OTİZMLİ ÇOCUK, OYUN VE OYUNCAK SEÇİMİ

Otizmlili çocukların oynayacakları oyun ve oyuncak seçimi, normal gelişim gösteren çocuklardan daha farklıdır. Çocukların gelişim özelliklerine...

YAZI: VELİ CAN TÜRKOĞLU S: S19

KAYIP VE YAS

Kayıp yaşamın vazgeçilmez bir parçasıdır. Birey yaşanan kayıp sonucunda bir süreçten geçmektedir. Kaybın ardından yaşanan üzüntü zamanı matem olarak tanımlanmaktadır...

YAZI: ESMEGÜL KUŞÇU S:22

ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ HABERLERİ

S: 27

OKULA MERHABA!

“İlk Haftam”

Okul Öncesi
Dönemdeki
Öğrencilerimizin
Sınıflarında
Kullanılmasına Yönelik
Uyarlanmış
Etkinlikler



Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü



KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİ ALAN OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU OLAN ÖĞRENCİLERE NASIL DESTEK OLUNABİLİR ?

SONER ÖZTÜRK

Özel Eğitim Öğretmeni

Kaynaştırma, özel eğitim gerektiren bir öğrencinin diğer öğrencilerle birlikte okulöncesi, ilköğretim ya da ortaöğretim kurumlarında eğitim almasıdır. Kaynaştırmanın, her bireyin eşit olduğu görüşünden hareketle, insan haklarına dayalı bir temeli vardır. Ayrıca, kaynaştırma konusunda yapılan bilimsel araştırmalar da kaynaştırmanın gerek özel eğitim gerektiren öğrencilere, gerekse diğer öğrencilere pek çok yararı olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, kaynaştırma hem insan haklarına uygun eğitim hizmetlerini sağlamaya yönelik bir amaç olarak, hem de çocukların gelişimine yönelik bir araç olarak düşünülebilir. Ancak ileride derecede otistik özellik gösteren çocukların, belli bir süre otizme özgü eğitim aldıktan sonra kaynaştırmaları daha başarılı sonuçlar alınmasını sağlamaktadır. Ayrıca otizimli öğrencilerin küçük bir bölümü kaynaştırma ortamlarından hiç yararlanamayabilirler.

Kaynaştırma yoluyla eğitim uygulanan sınıfta ve okulda mutlaka özel eğitim destek hizmetleri sağlanmalıdır. Özel eğitim destek hizmetleri, kaynaştırma eğitim alan öğrencinin ve diğer öğrencilerin başarılarını arttırmak amacıyla öğretmenlere, okulun diğer personeline öğrencilere ve ailelere sağlanan ek hizmetlerin tümüdür. Özel eğitim destek hizmetleri, özel eğitim öğretmenleri ile özel eğitime ilişkin bilgi sahibi rehber öğretmenler tarafından sağlanabilir. Ayrıca otizimli çocukların bazıları için sürekli olarak sınıfta yardımcı öğretmen bulunması gerekebilir.

Kaynaştırma yoluyla eğitim ancak ve ancak herkes üzerine düşen görevi yaptığı zaman başarıya ulaşır. Kaynaştırmanın başarılı olabilmesi için bazı yeterlilik ve çalışmaların yapılması gerekir.

- Öğretmenler ve diğer uzmanlar için yoğun hizmet öncesi ve sonrası eğitim
- Sınıfta ve okulda iş birliği ve ekip çalışması
- Öğrencilerin kaynaştırmaya hazırlanması
- Ailelerin kaynaştırmaya hazırlanması
- Öğretim programlarında uyarlama ve bireyselleştirme
- Fiziksel düzenleme ve ek personel
- Tüm öğrencilerin yaşamlarında kendilerine gerekecek bilgi ve becerilerle donatılmaları
- Tüm öğrencilerin öğretim programı dışındaki etkinliklerde de yer alması
- Tüm bunlar ışığında kaynaştırmanın ne olmadığını anlamakta da büyük fayda vardır. Kaynaştırma özel eğitim gerektiren öğrencilerin normal sınıflarda bırakılması uygulaması değildir. Kaynaştırma, özel eğitim masraflarını ya da özel eğitime ihtiyacı azaltmaya yönelik bir girişimde değildir.

Otizm spektrum bozukluğu olan öğrencilerin kaynaştırma ortamlarında başarılı olma olasılıklarını arttırmak için öğretmenlere bazı öneriler vermek gerekirse:

- Duyusal düzenlemeler: Otizm spektrum bozukluğu olan öğrencilerin çoğu belli uyaranlara (örneğin seslere, kokulara vb.) aşırı duyarlılık gösterirler. Öğrencilerin hangi uyaranlara karşı aşırı duyarlı olduğu belirlenerek okulda böyle durumların ortaya çıkma olasılığını azaltmak için gerekli önlemler alınmalıdır.
- Fotoğraflı/yazılı etkinlik çizelgeleri: Fotoğraflı veya yazılı etkinlik çizelgelerinin kullanımı,

öğrencinin gün içindeki rutin sorun yaşama olasılığını azaltacak, etkinlikler olan ilgisini ise arttıracaktır. Bu amaçla hazırlanacak etkinlik çizelgesinde rutinler ve rutin dışı tüm etkinlikler çocuk okuma biliyorsa yazıyla bilmiyorsa fotoğraflarla gösterilmelidir. Gün başında ve etkinlik geçişlerinde öğrenciyle birlikte etkinlik çizelgesi kontrol edilmeli mümkünse öğrenciye seçim yapma hakkı tanınmalıdır. Öğrenci, öğretmen 'çizelgeni takip et' yönergesi verdiğinde etkinlik çizelgesini izlemesi kolaylaştırılabilir. Örneğin tamamlanan etkinlik kartı ters çevrilebilir, soldan sağa geçirilebilir ya da işaretlenebilir. Ayrıca, etkinlik çizelgeleri bilgisayar ortamında hazırlanarak da kullanımı sağlanabilir.



- Yönerge ve sorular: Bir yönerge vermeden ya da soru sormadan önce mutlaka öğrencinin dikkati çekilmelidir. Ayrıca uzun ve karmaşık yönerge ve sorunlardan önemle kaçınılmalıdır. Yönerge ve soru net bir ses tonuyla bir kez, en fazla iki kez iletilmelidir. Gerekğinde sözel yönerge ve sorular, resim ya da jest gibi görsellerle destekli sunulmalıdır. Öğrenciden beklenen tepkide bulunmasına yardımcı olunmalıdır. Yardımlı da olsa öğrencinin doğru tepkileri pekiştirilmelidir; ancak, yardımsız tepkileri her zaman için pekiştireç ile sonuçlandırılmalıdır. Sözel olarak kendini ifade etmede zorlanan öğrencilerin alternatif ve destekleyici iletişim biçimlerini kullanmalarına olanak tanınmalıdır.
- Yardımcı öğretmen: bazı öğrenciler kaynaştırma ortamlarında tüm gün ya da belli etkinlikler sırasında yardımcıya gereksinim duyarlar. Bu amaçla gölge öğretmenlerden yararlanabilirler. Örneğin, gölge öğretmen beden eğitimi dersinde ya da sanat çalışması sırasında öğrencinin arkasında durarak gerektiğinde fiziksel yardım sunabilir. Sınıfta yardımcı öğretmen bulundurma temel amacının, çocuğun eğitim ortamına adaptasyonun sağlanması ve zorlandığı becerilerin yerinde kazandırılması olduğu unutulmamalıdır.



Kaynaştırma

Prof. Dr. Gönül Kırcaali İftar, Yrd. Doç. Dr. Sema Batu KÖK YAYINCILIK

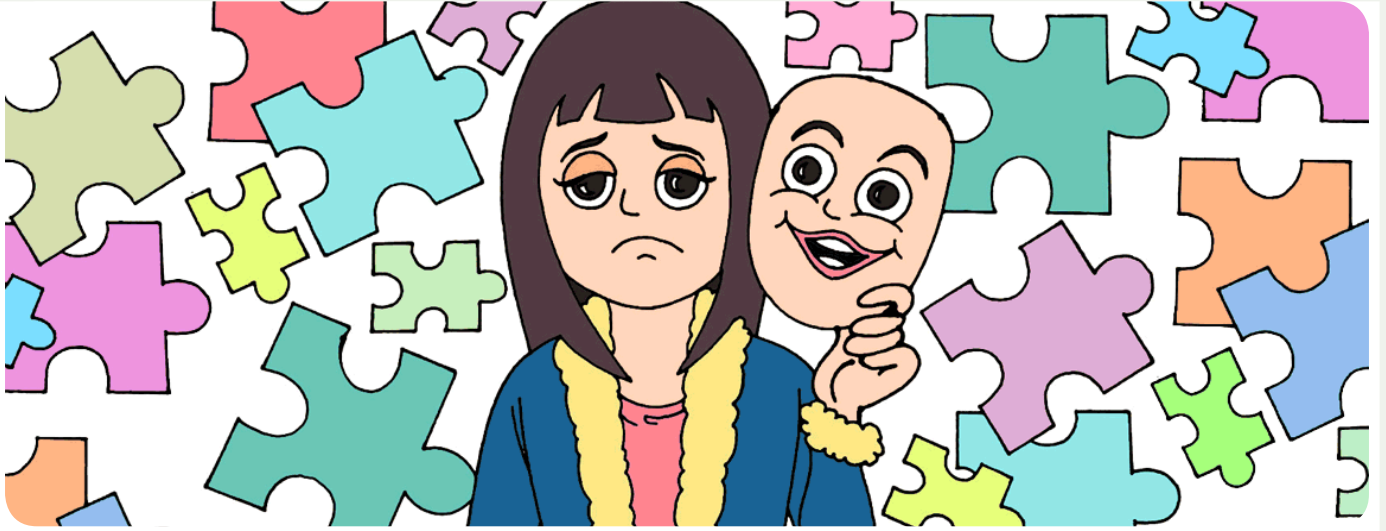


kitapyurdu.com

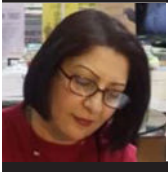
Günümüzde özel gereksinimli birey sayısının giderek arttığı bilinmektedir. Bu artış, çevresel nedenlere, tıbbın ilerlemiş olmasına bağlı olarak erken doğan ya da ileri derecede sağlık sorununa sahip olan bebeklerin yaşatılabilmelerine ve artan trafiğe bağlı olarak meydana gelen kazaların artmasına ve benzeri nedenlere bağlıdır.

Tıpkı normal gelişim gösteren bireyler gibi özel gereksinimli bireylerin de eğitimde fırsat eşitliğinden yararlanma hakkı vardır. Özel gereksinimli bireylerin toplumun bir parçası olarak yaşamaları ancak bu şekilde söz konusu olabilecektir.

Bu kitapla; özel eğitim ortamları ve kaynaştırma, kaynaştırmayı başarıya ulaştıran etmenler ve özel gereksinimli öğrencinin normal sınıf öğretmeni tarafından fark edilmesi ve yönlendirilmesine yönelik bilgilerle özel gereksinimli bireylerin toplumdaki yeri belirlenecektir.



KİM UMUTSUZ, AİLE Mİ ENGELLİ Mİ?



SEVİM HOŞ OFLUOĞLU

Yazar - Sesimiz Otizm Yaşam Eğitim
Derneği Başkanı

Dağlarının, dağlarının ardı,
Nazlıdır.
Uçurumun kıyısında incecik bir yol
Gider dolana- dolana
Bir hastan vardır umutsuz,
Belki Ayşe, belki Elif

Ahmed Arif

Büyük şairin dizelerinde ki umutsuz hasta farklı yaşamları çağrıştırabilir. Bir kanser hastası bazen bedensel veya zihinsel engelli olarak algılanabilir. Ya da bir otizmlidir. Yaşam boyu devam eden her sorun için umutsuz ifadesi kullanılır. Otizme dışardan bakıldığında umutsuz görülebilir. "Hastalık mıdır?" veya "Farklılık mıdır?" bakış açısına göre değişir (Tıp Literatürde ki karşılığı nörogelişimsel bozukluk). Başlangıçta tüm aileler bunu bir hastalık olarak kabul edip, canhıraş mücadeleye verirler. Çocuklarının iyileşeceği inancını uzun süre korurlar. Her imkan seferber edilir. ilerleyen yıllarda otizm kabul edilse de umut hiç bitmez. Bir adım dahi büyük bir mucizedir. Sonu nereye varırsa var-sın hayatlar vakfedilir. Bir anne, bir baba veya belki bir kardeş.

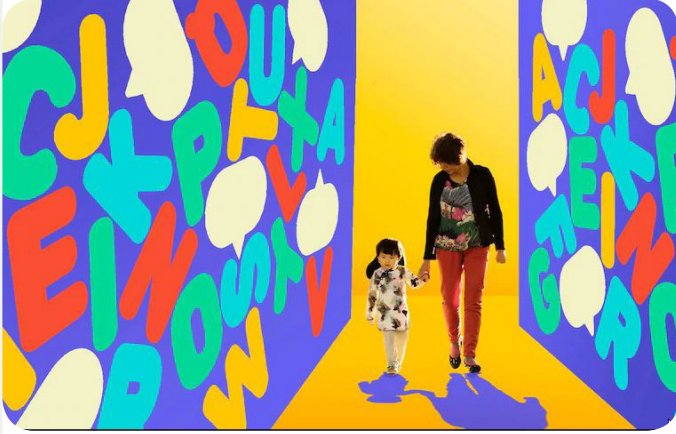
Ailelerin zorluklar karşısında verdikleri duygusal tepkiler için kullanılan genel tanım olumsuz duygular veya stres olarak adlandırılır. Bu insanüstü çaba ve güç koşulları için her iki kelime tüy kadar hafif kalır. Zor şartlarda yaşamının ağırlığını basit tanımlara sığdırmak ailelere haksızlık olur.

Bir asker, bir maden işçisi, bir taş ustası bir gece bekçisi veya bir gardiyan gibi çok rollü efor sarf edilse de dışardan tam olarak fark edilemez. Otizmliler bir çocukla kalabalık bir caddede yürümek, refakatçi bir asker disiplini ve sorumluluğu gerektirir. Hareketlerinin sonuçlarını kestirmek güçtür ve dikkat ister. Öfke patlamalarının yıkıcı etkilerini önlemek adına bir maden işçisi gibi kontrollü ve bilinçli yaklaşmak gerek. Otizme bedensel engel eşlik ediyorsa bir taş ustası gibi onu omuzlayacak güçte olunmalı. Sıkça gelen kafa karışıklığı ve krizler sebebiyle uyumayan çocukla bir bekçi gibi sabahlanır. Bazen aylarca sürer bu uykusuz geceler. Dikkatsizliğe yer yoktur otizmin girdiği evde. Kaçma riskleri varsa kapılar açık unutulamaz. Kaç kez anahtarın yeri değişir. Ya da gardiyan gibi bir tomar anahtar ceplerde değilse bile koyunlarda saklanır. Yeme bozuklukları bazen bir aşçı bazen bir diyetisyen sorumluluğu getirir. Bir temizlik işçisi gibi peşinden döküntüler ve dağınıklığı toplanır. Hastabakıcı gibi öz bakım, bir hemşire gibi ilaçları takip edilir. Mesaisi yoktur otizmliler evlerin. Anneler babalar kardeşler her an nöbetteler.

Bir koltukta on dakika kestirmek denilen şey lüksdür. Dinlenirken her an kırılan bir televizyon sesi-ne. Açık bırakılmış bir musluk, yada alev almış bir halının kokusuna uyanmak olasıdır. Tilki uykusunda olmak gibi her an bir kulak açıktır hep. Hiçbir zaman uykunun kollarına tam teslim olunmaz. Ne sokakta rahat dolaşılır ne çarşı pazarda. Ne bir piknikte ne de bir lokanta da. Stres yaratan bir fatura kuyruğu, dışarda ki birkaç küçük iş bile yalnızken dinlenmek adına konfor sayılır.

Her anı hareketli nerde ne yapacağı belli olmayan evlat için hazır kıta beklenir. Hastalıklar ertelenir. Hesap kitap kaldırılır. Plan ve program artık yabancı bir kavramdır. Özel günler yoktur. Düğüne

de gitmek zor, cenazeye de. Üzüntünün yanında yorgunluk vardır. Yorgunluğun yanında "ya ben olmazsam" sorusu. Ne beden dingindir ne de ruh. Aykırı bir beyine takılır annelerin beyni. Bedenlere kocaman bir çengel atılmıştır ya da iki ayrı kola bir kelepçe... Hayatı kesintiye uğramış evlatla birlikte iki beyin tek kişi yaşanır. Birbirlerinin uzantısı, bir parçası gibi... Anneler babalar birbirlerine eş olmayı unuttur otizmlili çocuğun ebeveynleri olma rolüne ağırlık verirler artık. Aile için dış dünyadan kopuk kendi içinde top yekûn bir mücadele vardır. Tutunmak ve tutundurmak için.



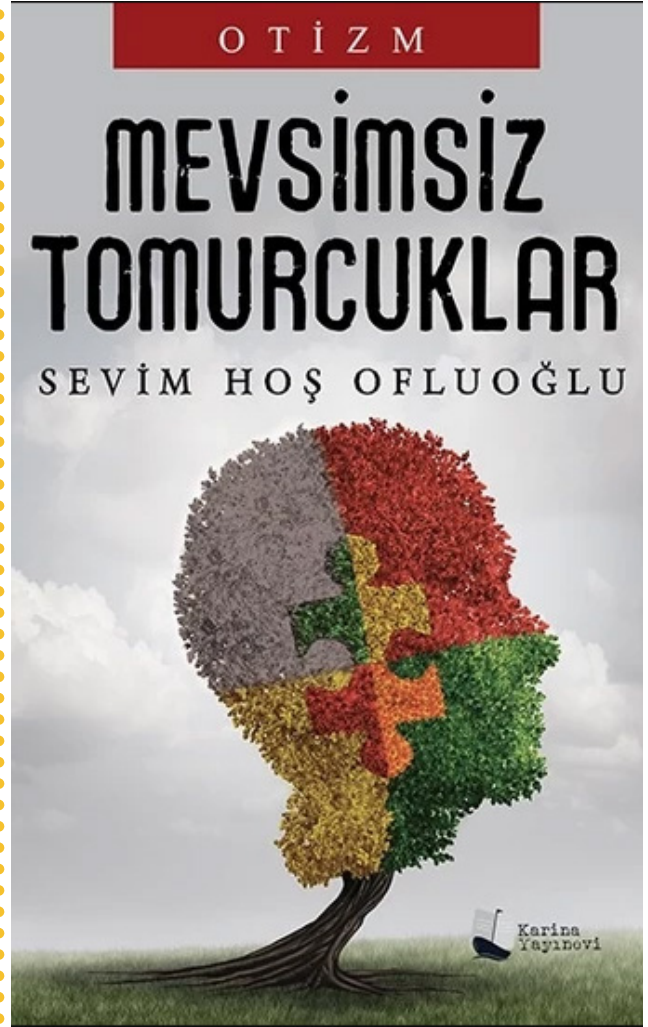
Umutsuz olan otizmlili değil, onları daha iyi koşullara ulaştırmak için mücadele eden ailelerdir. Evlatları için fedakarlıktan vazgeçmeyen, üzüntülerinin üzerine birde yorgunluk ve çaresizlikle boğuşan aileler. Anlatmanın da yazmanında yetmediği bu zorlukları sadece yaşayanların bildiği bir umutsuzluk. Biraz daha dikkatli bakınız. Onların sesine kulak veriniz. Duyulduklarında, yükleri hafifleyip, yaşam kalitesine ulaştıklarında onlar için umutsuzluk umuda dönüşür.

Evlat olduğu yerde şikayet yoktur elbette. Hayatları için biraz daha kolaylıktır tek beklentileri. Kompleks yaşam alanları ve gündüz bakım evleriyle, kendilerine bir nefes sunacak sosyal devlete ihtiyaçları var. Dinlenip yenilenmek ve uzun yıllar evladının başında olmak adına. Geleceğe umutla bakmak, düşlemek ve inanmak için. Sağlıcakla...



Mevsimsiz Tomurcuklar

Sevim Hoş Ofluoğlu



Otizmin acı veren gelişi ve yarattığı şok etkisi, yabancı olmadiğim bir duyguydu. Neler yaşadıklarımı biliyordum. Otizmle tanışma anı, içinde aynı anda birçok duyguyu barındırıyordu. Korku, endişe, çaresizlik, suçluluk, pişmanlık, ümitsizlik, isyan ve her şeyini kaybetme hissi. Gidip o annelerin ellerinden tutmak, bunun dünyanın sonu olmadığını, zor ama kutsal bir görevin kendilerini beklediğini söylemek isterdim. Annelerin çaresiz hissetmesi, babaların öfkeyle karışık isyanı, teselli sözlerinin hepsini anlamsız kılıyordu. O anda bir şey söylemek faydasızdı. Bu kitap onlara o gün söyleyemediklerimdir. Bir kaya gibi yaşantımızın ortasına düşen otizm, hayatımızın büyük bir bölümünü kaplıyordu. Artık bu kayanın etrafında şekilleniyordu çoğu şey. Bu kayayı itip hayatımızdan çıkarmaya gücümüz yetmediğinde, bizim de etrafını yeşertmeye çabalamaktan başka çaremiz kalmıyor. İnançla ve sabırla...



PANDEMİ ÇOCUKLARINIZIN SOSYAL ZEKASINI NASIL ETKİLİYOR



PROF. DR. BARBARA JACQUELYN SAHAKIAN
Cambridge Üniversitesi

Okuldaki ilk gününüzün heyecanını ve beklentisini hatırlıyor musunuz? Belki de yeni arkadaşlar edinmeyi dört gözle bekliyordunuz. Ya da belki utangaç ve endişeliydiniz. Araştırmalar, bu tür heyecan ve stresin okula başlamaya karşı çocukların yaşadıkları en yaygın iki tepki olduğunu gösteriyor ve duygusal tepkilerin büyük bir kısmının sosyal becerilerden kaynaklı olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Çocuklar paylaşma, çatışma çözme ve empati gibi sosyal becerileri geliştirmede hevesli ve hızlı öğrencilerdir. Günümüzde, birçok çocuk okula başlamadan önce okul öncesi kurumlara örneğin, kreşe gitmiş durumda. Yani kardeşleri olmasa bile duygusal ve sosyal bilişleri çoktan gelişmeye başlayacağı fırsatlar yakalayabilmektedirler. Ancak COVID-19 kapanmaları sırasında, sosyal öğrenme için önceki birçok fırsat değerlendirilemedi.

Pandemi süreci çocukların gelişimini nasıl etkileyecek ve bu konuda ne yapabiliriz?

Beyin gelişimi, gebe kaldıktan hemen sonra başlar ve en azından genç yetişkinlikte devam eder. Genler ve çevre arasındaki karmaşık bir etkileşimle şekillenir. Sosyal biliş söz konusu olduğunda, araştırmalarda beyin gelişiminde ergenlik gibi kritik dönemler olduğuna dair kanıtlar vardır.

Araştırmacılar, sosyal etkileşimlerin azalması veya gecikmesi nedeniyle pandemi sürecinin çocukları

nasıl etkilediğini veya uzun dönemli çocuklar üzerindeki etkileri hakkında henüz bilgi sahibi değildir. Ancak son zamanlarda yapılan bir araştırma, bazı yetişkinlerin sosyal bilişlerinin gerçekten de COVID-19 pandemi kapanmalarından etkilendiğine dair somut veriler sağlamıştır. Araştırma, insanların olumlu duygularında bir azalma yaşadıklarını - olumsuz düşünme eğiliminde oldukları ve önyargılı hale getirdiklerini - bu da sosyalleşmenin sosyal bilinç için ne kadar önemli olduğunu ve aralarındaki korelasyonun doğru orantılı olduğunu göstermiştir. Araştırma, sosyal olarak diğer insanlarla bağları zayıf kişilerin daha fazla pandemiden etkilendiğini ortaya çıkarmıştır.

Akranlar arası etkileşimde gecikme veya yokluğun uzun vadeli etkileri söz konusu olduğunda çocukların daha da savunmasız olmaları muhtemeldir. Sosyal beyin gelişiminin iki yönlü bir yol olduğunu biliyoruz, kalıtım ve çevre. Çevresel etkenlerin az olduğu bu durumda akranlar arasındaki sosyal etkileşim beyni etkiler ve beyin de akranlara verilen duygusal ve davranışsal tepkiyi etkiler.

Sosyal biliş, sadece okul ve çalışma ortamlarında ve kişisel ilişkilerde başarı için değil, aynı zamanda genel olarak "güncel biliş" için de gereklidir ki bu, esasen bir bütün olarak ele alındığında duygusal akıl yürütmedir. Ve böyle bir bilişin dikkat, planlama ve problem çözme gibi becerileri içeren "donuk biliş" için bir yapı taşı olduğunu biliyoruz. Örneğin, çocuklar diğer çocuklarla yaratıcı oyun oynayamazlarsa, empati kurmayı, uzlaşmayı ve duygularını yönetmeyi öğrenmede, dil gelişimi ve sosyal iletişim becerilerinde de muhtemelen olumsuz etkilenecektir. Nitekim yüksek sosyal bilişe sahip çocukların ortaokulda daha başarılı olduğu araştırmalarda gözlemlenmiştir.

Gelecek hakkında

Kapanmalar sırasında öğrenciler veya çocuklar için, zoom vb. uygulamalar kullanılarak uzaktan yapılan iletişimler veya eğitimler sosyal bilincin oluşmasında etkili olamamaktadır. Örneğin, sürekli kapanmalarla başa çıkmak zorunda kalan bir anne, sorunu bize çok açık bir şekilde ortaya koydu. Annenin ifadesi ile "Altı yaşındaki çocuğum, Zoom 'da sınıf arkadaşlarıyla konuşurken aniden çok utanıyor" ve çocuklar sadece akranlarını görme fırsatını kaçırmıyorlar, büyükanne ve büyükbabalar veya öğretmenler gibi yetişkin rol modelleri de pandemi sürecinde birdenbire ortadan kayboldular. Tanıdığım çoğu küçük çocuk, video görüşmelerini gerçekten sevmiyor, bu yüzden uzaktan eğitim veya çevrimiçi görüşmeler yetişkinlerden farklı olarak çocuklar için ev dışındaki sosyal etkileşimlerinin yerini tutmuyor. Utangaç veya endişeli çocuklar ile ve otizm spektrum bozukluğu (ASD) gibi nörogelişimsel bozuklukları olan çocuklar da dahil olmak üzere bazı çocuklar özellikle pandemiden etkilenmişlerdir. Bu ikinci grupla ilgili olarak, psikolojik ve farmakolojik tedavilerin başlaması bu çocukların sosyal etkileşimi üzerinde olumlu etkileri olacaktır. Araştırmalar, ağır düzeyde otizm spektrum bozukluğu olan üç ila altı yaşındaki küçük çocuklarda OSB semptomlarını iyileştirmenin mümkün olduğunu ortaya çıkarmıştır. Bu nedenle, şu anda bir ebeveyn olarak yapabileceğiniz en iyi şey, pandemi nedeniyle kapanmaların olmadığı zamanlarda küçük çocuğunuzun sağlıklı ve güvenlikleriyle ilgili önlemleri aldıktan sonra akranlarıyla oyun oynama ve sosyal etkileşimde bulunabileceği fırsatları takip etmeniz ve akranlarıyla aynı ortamlarda bulunmalarını sağlamanız gerekmektedir.

Ayrıca hükümetler, pandemi sürecinin uzun sürmesi nedeniyle, küçük yaşta çocukların sosyal zekâları ve bilişlerini koruyucu önlemler alması ve bu yönde çalışmalar yapması gerekmektedir. Ayrıca bazı araştırmalar ebeveynlerin çocuklarıyla duygusal hikâyeler içeren kitapları okuyarak ve bu kitaplar ile ilgili konuşarak, çocukların sosyal bilişlerini geliştirmede çocuklara katkı sağladığını göstermiştir. Yalnızlık her insanı her yaşı etkiler ve insanların fiziksel ve zihinsel sağlıkları ve esenlikleri için olumsuz etkileri olmaktadır. Neyse ki, artık beynimizin erken genç yetişkinliğe kadar hala gelişmekte olduğunu biliyoruz ve bu nedenle, çocuklarımızın pandemi sürecinde öğrenemedikleri becerilerin yeniden öğrenme olasılığı olduğunu biliyoruz.

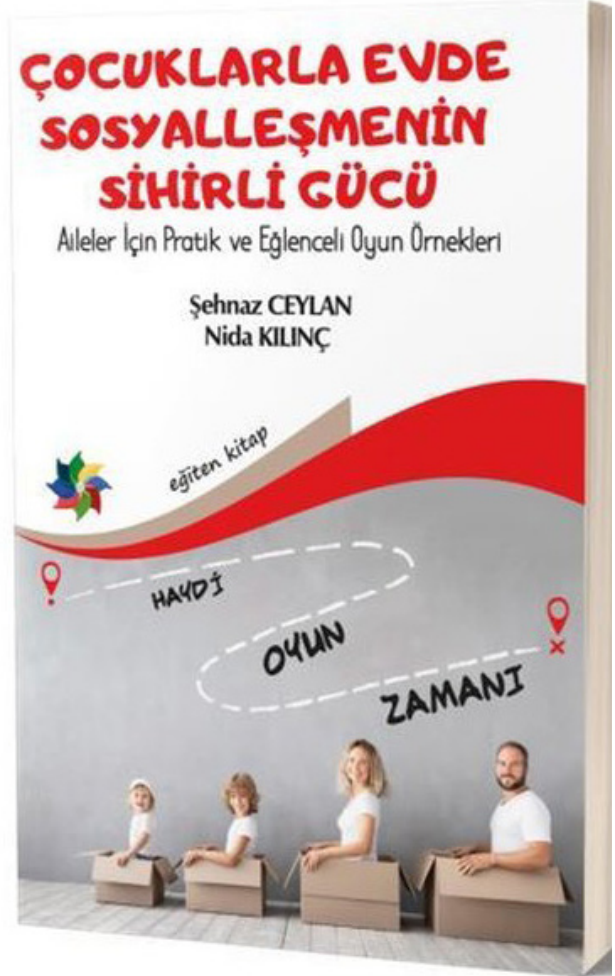
Çeviri : Hüseyin ERDEM

Özel Eğitim Hizmetleri Bölüm Başkanı



Çocuklarla Evde Sosyalleşmenin Sihirli Gücü-Aileler için Pratik ve Eğlenceli Oyun Örnekleri

Nida Kılınç



- Sosyal beceriler, bireyin toplumsal yaşamda kabul görmesini ve çevreye uyum sağlamasını kolaylaştırmaktadır.
- Sosyal becerilere sahip olan bireyler; kendine güvenir, yeni şeyler öğrenmeye meraklıdır, işbirliği içinde çalışmaya isteklidir, baskalarıyla sağlıklı ilişkiler kurabilir, duygularını kontrol edebilir, baskalarının haklarına ve duygularına saygı duyar ve gelecekle ilgili hedefler oluştur.
- Sosyal becerilerin kazandırılmasında yetişkinlere önemli görevler düşmektedir. Özellikle çocuğun en yakın çevresi olan aile ile çocuk arasında erken yaşlarda kurulan bağların niteliği, sosyal becerilerin kazandırılmasında temel oluşturmaktadır. Aynı zamanda ailenin çocuğa model olması ve olumlu etkileşiminin yanı sıra çocuklarına yönelik tutum ve yaklaşımları da sosyal becerilerin kazandırılmasında önemli bir rol oynar. Aileyle ilişkiler kadar akranlarla olan ilişkiler de sosyal beceriler açısından değerlidir.
- Bu kitapta, öncelikle sosyal becerilerin önemi ve çocuğunuzun sosyal becerilerini desteklemek amaçlı hiçbir materyale ihtiyaç duymadan aile bireyleriyle oynayabileceğiniz pratik ve eğlenceli oyun önerileri yer almaktadır.



SARTRE'İN VAROLUŞÇULUK ANLAYIŞI: BİLİNÇ, HIÇLIK, ÖZGÜRLÜK VE SORUMLULUK



PROF. DR. STEVEN CROWELL
Rice Üniversitesi

Kierkegaard tarafından başlatılan entelektüel geleneği büyük ölçüde geliştiren 20. yüzyıl varoluşçu filozofu Fransız yazar Jean-Paul Sartre (1905–1980)'dir. Sartre psikolog olmamasına ve filozof olmasına rağmen, varoluşçu felsefesi özellikle kişilik psikolojisiyle ilgilidir, çünkü teorik analizleri psikolojik temele oturmaktadır. Sartre insanların bilişsel kapasiteleri ve bunların etkileri ile ilgilenmektedir.

Sartre'nin kaygıları en iyi tarihsel örneklerle sunulabilir. 1940'ların başında, Fransız vatandaşlar kötü bir krizle yüz yüze idi. Ülkeleri Nazi Almanyası'nın askerleri tarafından istila edilmişti. Bu ulusal felaket insanların zor bir kişisel tercihle karşı karşıya kalmalarına neden olmuştur. Bunlar; Almanların istilasını ve onlarla birlikte çalışmayı birisi kabul edebilir mi (onların kurallarına karşı gelmeden en azından pasif durarak) ? İşbirliği içinde olmak birisinin kendi kişisel güvenliğini sağlamayı destekleyebilir. Alternatif olarak, yeraltına inmiş Fransız direniş hareketine katılabilir mi ve Nazi istilacılarına direnebilir mi? Bu durum büyük riskler taşımasına rağmen ulusun kurtuluşuna yardım eder.

Varoluşçuluk direk olarak, hangi eylem yönünü birisi seçebileceği sorusu ile ilgili değildir. Aslında, daha ince bir soruyu adres göstermektedir: psikolojik kapasiteleri nelerdir ve örnek durumda ki seçim gibi kişinin psikolojik deneyimlerinin doğası nedir? Temel sorun özgür irade sorusudur. Bu durumda olduğu gibi bir seçimle karşı karşıya kalındığında, kişi gerçekten öz-

gür iradeye sahip midir? Kişi diğer aksiyon hareketini seçmek ile diğer hareketi seçme arasında temel olarak özgürdür sorusunu sormak doğru mudur? Çevresel kuvvetler (bu durumda, Nazi istilas, tehdit edici bir çevre oluşturmaktadır) kişinin gerçekte seçim şansına sahip olmayacağı şekilde çok güçlü müdür? Belki de, çevre temelde kişinin davranışlarını belirlemektedir.

İnsancıl tarafımızı katmadan determinizm'e göre özgür iradeyi nasıl düşündüğümüzü düşünün. Örneğin havaya taş fırlatmak gibi davranışları düşündüğümüzde, bu taşın seçimi yere geri düşmektir diyemeyiz. Benzer olarak, hayvan davranışlarına baktığımızda, genel olarak hayvanların davranışları çevresel ip uçları tarafından tetiklenen iç güdüsel davranış deseni içirmektedir. Burada sorun, insanlarda böyle davranış gösterir mi? Bizim hareketlerimiz çevresel nedenlere mi dayanıyor? Örneğin, yer çekimi taşın yere düşmesine mi neden oluyor.

İnsanlara bakış açımızı fiziksel nesneler ya da hayvanlar karşı kıyasladığımızda, Sartre "Vive la différence." yaşasın farklılıklarımız diyebiliyor. Sartre için, insancıl olgular tamamıyla farklı bir durumdur. Sartre insanların seçme hakkında özgür olduklarını belirtmektedir. Aslında, insanlar her zaman seçmede özgürdürler; bireyler seçme özgürlüğü kapasitelerinden ve bu kapasitelerinin getirdiği sorumluluklardan. Sartre için, insanlar gurur duymadıkları bir şey yaptıkları ve sonra başka şansım yoktu dedikleri zaman, kendilerine karşı dürüst olmuyorlar. Kişisel sorumluluklarından kaçıyorlar. Zorlu çevreler bile – Nazi işgali bile - insan kapasitesinden kaynaklı seçme özgürlüğünü ortadan kaldırmıyor. Varoluşçuluğun bir merkez özelliği böylece insanlar temelde özgür oluşu ve bu yüzden kişisel seçim ve eylemlerinden sorumlu olmasıdır.

Sartre'in iddiasının dayanağı nedir?

Bu tamamıyla psikolojiktir. Sartre, insan özgürlüğünün

temelinde insanların ayırt edici zihinsel becerileri yatmaktadır düşüncesine inanmaktadır (Lavine, 1984). Diğer organizmalardan farklı olarak, insanlar, ortamlara tepki vermekle kalmıyor, çevrede olan şeylerle de yüzleşiyor. Ayrıca insanlar orada olmayan şeyleri de düşünüyorlar.

İnsanlar, nasıl farklı şeyler olabilirdi gibi ya da gelecekte yapacakları hareketlerin sonuçları ve benzeri, alternatif olasılıklar hakkında düşünmeyi sağlayan bilişsel beceriye sahiptir. Bu kapasite özelliği, Sartre'ye göre, insanlara özgürlük vermektedir. Çevresel gücün nesneleri hareket ettirebileceği gibi, çevre insanların benzer şekilde davranmasına neden olmaz. İnsan oğlu insana has bilişsel kapasiteden yoksun olan taşlar, ağaçlar ya da hayvanlar gibi değildir. Çünkü insanlar sorular sorabilir ve dünya hakkında şüphelenebilir ve kendileri için gelecekteki olasılıkları hayal edebilir, bu dünyadaki diğer nesnelerin davranışlarını kontrol eden basit determinist nedensellikten daha özgürdürler.

Bu bilişsel kapasiteleri ve özgürlükleri, başka bir önerme olan İnsan doğasının özü gibi bir şey var mı sorusunu ortaya çıkarmaktadır. Esasicilik kişi ya da nesne hakkındaki en önemli şey sahip olduğu iç çekirdek niteliğidir. Belirli bir zaman içinde birisinin bir şey hakkındaki deneyimi o zamana has özelliği yansıtmamakta yani özünde o niteliğe sahip olduğunu göstermemektedir.



Basit uç bir örnek vermek gerekirse, eğer kahverengi bir atı beyaza boyarsanız, o at beyaz bir at olmaz; aslında esas niteliği olan kahverengi bir at olma durumunu korumaktadır. Eğer birde atın üzerindeki beyaz boyaya siyah boya ile çizgi çizerseniz, at zebra olmaz. Her şey esas niteliğe sahiptir. Sartre bunu fark etmiştir fakat insanların bu şeyler gibi olmadığını düşünmüştür. İnsanlar esas niteliğe sahip olmadan dünyaya gelmektedir. Aslında, Sartre, "Başta insan hiçbir şeydir. Bundan sonra insan bir şey olabilir ve sadece kendisi ne olacağına sadece kendisi karar verir... İnsanoğlu hiç bir şeydir fakat insanoğlu kendisini yapmaktadır." diye yazmıştır (Sartre, 1957/2004, p. 345). Sartre, bir kişiyi anlamak için, o kişinin saklı ya da kişinin öz niteliğini araştırmaktan ziyade, o kişinin dünya hakkındaki deneyimlerinin incelenmesi gerektiğini söyler,

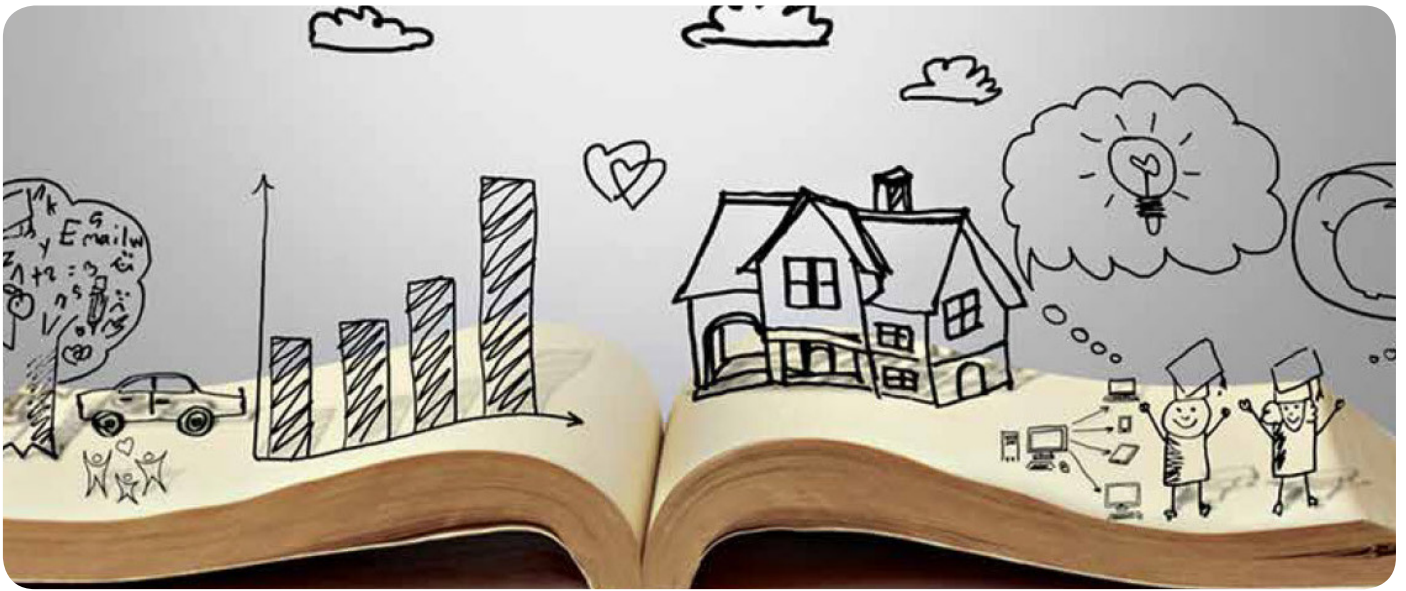
Sartre'nin deyişiyle, kişinin varlığı onun özünden önce gelir. İnsanlar, deneyimlerinde, kendileri için bir şeyler yaparlar; kendinizi üniversite öğrencisi, ya da atlet, ya da ebeveyn ya da iş adamı yaparsınız. Sonra bu ne olduğunuz ve diğerleri için ne olduğunuzu ortaya koyar. Var olmanız önceliktir. Sizin görünüşteki temel özelliğiniz – öğrenci ya da ebeveyn olmanız – bunu takip eder.

Özetlemek gerekirse, Sartre'nin varoluşçuluğunun iki temel özelliği vardır. Birincisi insanlar seçmekte özgürdürler ve böylece hareketlerinden sorumludur. İkincisi varlığınız özünüzden önce gelir, bu, bireyler önce dünyayı deneyimler ve sonra seçimleri sonucunda, kendileri için bir şeyler yaparlar anlamına gelir.

Varoluşsal psikoloji alanındaki güncel gelişmeleri düşünmeden önce, sizin için önemli olan, kendinize soru sormaktır. Sartre'nin insani koşullar hakkında klasik varoluşçu ifadesini gördünüz: insanlar seçim yapmakta özgürdür. Sartre için kişiyi tanımlayan özelliği, bizlere özgür iradeyi veren bilişsel kapasitemizdir. Sartre'nin düşündüğü şey budur. Kendinize sormanız gereken soru, Diğer insanlar ne düşünürdü? Diğer teorilere göre bu tartışmada neler yanlış olabilir?

Diğer bölümlerdeki anlık yansımalar sizin Freud'un Sartre ile anlaşılamayacağı gibi bir kanı edinmenize neden olabilir. Freud kontrol edilemeyen bilinçaltı bilişsel güçlerin Sartre tarafından hafife alındığını söyleyebilir. 10. Bölümde, davranışsal psikologların da Sartre'nin düşüncelerine katılmadığını göreceksiniz. Davranışsal psikologlar özgür irade ile ilgili olgusal deneyimlerin çevresel etkilerden dolayı bir yanılsama olduğunu belirtmektedir (Skinner, 1971). Modern araştırmacı psikologlar davranışçılar ile aynı görüşü paylaşmaktadır. Onlar da bilişsel işlemlerin birçoğunun otomatik olduğuna inanmaktadır: Çevresel ipuçlarına karşı bilişsel işlemlerin kendiliğinden ortaya çıktığını belirtmektedirler. Otomatik olmanın anlamı, insanın kontrolü dışında gelişen işlemlerdir (Wegner, 2002). Otomatik işlemlerin varlığı var; varoluşçuların özgür irade ve öz-denetim hakkındaki görüşlerini sarsmaktadır (Bargh, 2004). Bu konuya 10. bölümde tekrar döneceğiz. Şimdilik aklınızda tutmanız gereken şey, çevresel kontrole karşı birisinin kendi düşünce ve davranışlarını kontrolünü içeren kişisel kontrol sorusu insan doğası teorisyenlerini bölen en önemli konulardan biridir.

Çeviri : Hüseyin ERDEM
Özel Eğitim Hizmetleri Bölüm Başkanı



MASAL TERAPİSİ

PINAR KOÇYİĞİT

Psikolojik Danışman

Bir varmış bir yokmuş. Evvel zaman içinde, kalbur saman içinde... Pireler berber iken, develer tellal iken, ben anamın beşiğini tıngır mıngır salları iken... Masallar bu gibi kalıplarla başlar ve bir anda büyük küçük herkesi içine alarak bizi büyüdü bir dünyaya taşır. Çocukluğumuzda hepimiz masal dinlemişiz ya da kendi çocuklarımıza, yeğenlerimize masallar anlatmışızdır. Bu masallar sayesinde iyi kötü, doğru yanlış gibi pek çok değer yargısını öğrenmişizdir, öğretmişizdir. Masalların bu değer aktarma ve iyileştirici özelliği çocuk terapilerinde çok etkili olmaktadır. Peki, nedir bu masal terapisi?

Masallar genellikle fantastik bir dünyanın anlatıldığı gerçek yaşamdan kopuk yaratımlar olarak bilinirler. Aslında masallar toplumun düşüncelerini yansıtan, öz değerlere ayna tutan realiteyle ilişkili ürünlerdir. Masalların içinde günlük hayata dair olaylar, topluma ait gelenekler ve görenekler, toplumu meydana getiren insanların dünyaya bakış açısı ve değer yargıları yer almaktadır. Saim Sakaoğlu masalı "Kahramanlarından bazıları hayvanlar ve tabiatüstü varlıklar olan, olayların masal ülkesinde cereyan eden, hayal mahsulü olduğu halde dinleyicileri inandırabilen bir sözlü anlatım türüdür" şeklinde tanımlamıştır. Masal, insandaki çocukluğun sanatıdır. İnsan, çocuksuluğunu en güzel yönüyle masalarda bulmaktadır. Masallar çocuk ruhunu besleyen, süsleyen, donatan, zenginleştiren, geleceğe hazırlayan, gerçeği dolaylı olarak anlatan bir türdür. Hayal dünyasının can alıcı renklerini, ilginç

olaylarını, çocuksu bir anlatımla masallar gerçekleştirebilir. Masallar sembollerden, hayal atmosferinden ayıklandığında hayatın kendisi ile karşılaşmaktadır. Çocuklara istenilen davranışları kazandırmanın en iyi yolu onların dünyalarına hitap eden edebî eserlerden geçmektedir. Bu açıdan bakıldığında masaların çocukların sosyal etkileşimlerine katkısı oldukça fazladır. Masal sosyal etkileşime ve sosyal iletişim becerilerinin geliştirilmesine katkı sağlayabilecek bir türdür.

Masal Terapisi çocuklar ve yetişkinler için terapötik amaç için kullanılan bir yöntemdir. Masal Terapisi diğer psikolojik tekniklerin işe yaramayacağı yerlerde yardımcı olur; olaylar ve karşılıklı ilişkiler felsefesi alanı ile ilgilidir. Masal terapi; eğitim, davranış düzeltme, yetiştirme ve karakterlerinin gelişimi, problemlerin kaynağını bulmak için çocuk masallarının kaynaklarını ve içeriğini kullanan bir psikoloji yönüdür. Çocukların yetişkinler gibi kendilerini ifade etmeleri kolay değildir. Masal terapisi ile çocuklar kelimeleri kullanmak yerine masal ve materyalleri aracılığıyla, kendini ifade edebilmeyi, günlük yaşamında baş edemediği problemleri çözebilmeyi ve olumsuz davranışlarını değiştirebilmeyi öğrenir. Masal terapisti 3-13 yaş arası çocuklarla genelde karmaşık yaşam olayları ve psikolojik zorluklarından şikâyetçi vakalarla çalışmaktadır. Masal terapisti çocuğa iç görü kazanması, içsel çatışmalarının azalması ve duygusal kökenli okuma-yazma zorlukları ile başa çıkmasında yardımcı olur.

Masalların psikolojiye iyi gelen bir yanı bulunmaktadır. Masallar şuurlarını beslemekte, nesillerin sağlıklı ruh yapısına sahip olarak yetişmesini desteklemektedir. Tarihsel süreç içerisinde insan; sorunlarını, korkularını, umutlarını, kültürünü hep edebiyata taşımıştır. Sözlü kültürün egemen olduğu

feodal dönemde bu kültürün en önemli taşıyıcıları olan masallara ve destanlara bakıldığında bu konuların yansımaları rahatlıkla görülmektedir. Masallar insanoğlunun bilinçaltı korkularını hem ortaya koyan hem de rehabilite işlevini yerine getiren ürünlerdir. Masalı dinlerken, masalın içinde var olan korkulara eşlik eden çocuk ya da yetişkin dinleyici, masalın sonunda iyilerin zaferiyle iç rahatlığına kavuşmaktadır. Masalı dinleme sürecinde kötüyü özdeşleşmişse, masalın sonunda içindeki kötüyü yok etmenin rahatlığını, iyiye özdeşleşmişse zafer kazanmanın hoşnutluğunu duymaktadır. Çocuk edebiyatı ürünleri ruha canlılık vermekte, yaşama gücünü artırmaktadır. Bu ürünler kimi zaman çocuğu hayatın çok ciddi ve üzücü durumlarından uzaklaştırmaktadır. Tasaların karşısına olumlu daha güçlü daha dinlenmiş halde çıkmanın yollarının yanında, yaşantılarında ruhsal canlanma ve güçlenme gibi olağanüstü fırsatlarla donatmaktadır. Her yaratımdan bu beklenmemekle birlikte çocukların yazınsal yapıtlarla karşılaşp deneyimleri arttıkça bu durum ihtimal dâhilinde olduğu rahatlıkla söylenebilmektedir. Çocuklar masallardaki kahraman örnekleri ile özdeşleşerek onların ruh dünyalarını anlamakta ve kendi özelliklerini de keşfetmektedir. Ayrıca çocuk, kahramanın karşılaştığı problemlerin çözümündeki başarısını görerek kendini kahramanın yerine koyup problemlerle başa çıkmayı öğrenirken hayata hazırlanmaktadır. Böylece çocuk problemlerle karşılaştığında sinip vazgeçmek yerine farklı çözüm yolları denenebileceğini ve başarılı olabileceğini öğrenmektedir. Bu, çocuğun kişilik gelişimi için çok faydalıdır. Masallar eğitimsel işlevlerini, dinleyiciye okuyucuya vermek istedikleri iletiler aracılığıyla gerçekleştirmektedir. Masallar insan psikolojisine iyi gelen ürünlerdir. Masal ve psikoloji arasındaki bağ yadsınamaz bir gerçektir

Masal Terapisinin Amacı Nedir?

- Masal Terapisi sadece bir masal okuma değildir. Masal terapisinin amacı çocuğun kendini duygusal olarak iyi hissetmesini sağlamaktır.
- Masal terapisi teknikleri ile çocuklar ve yetişkinler duygularını tecrübe edinmeyi ve onları ifade etmeyi öğrenir.
- Masal terapisi empati duygusunu ve diğerlerinin düşünce ve duygularına saygılı olmayı geliştirir.
- Masal terapisi yeni sosyal yetenekler ve aile ile olan ilişkilerini geliştirmeyi öğrenir.
- Masal terapisi kendine olan saygısını ve güvenini geliştirirken yeteneklerini de anlamasını sağlar.

Masal Terapisinin Faydaları Nelerdir?

Çocuklar hayatları boyunca fiziksel, duygusal, düşünsel ve davranışsal sorunlar yaşayabilir. Masal Terapisi, çocuklara, hayatları boyunca karşılarına çıkabilecek bu sorunları aşmalarına yardım sağlayabilecek bir eğitim modeli olarak da tanım bulmaktadır. Masal Terapisi, çocuklara masal okumak gibi basit bir eylem olarak algılanmamalıdır. Masal Terapisi, çocuklar için yarar sağlayabilme amacı güden çocuk masalları ile gerçekleştirilen bir terapi tekniğidir. Masal Terapisi için seçilen masallar gelişmiş güzel değildir. Çocukların ruh dünyalarına inebilmeyi sağlayan ve sağlıklı altyapıya sahip masallardır. Masal terapisinin diğer oyun terapisi teknikleriyle birlikte kullanıldığında ise daha etkili sonuçlar elde edildiği bir gerçektir. Masal Terapisi genellikle aşağıdaki durumları yaşayan çocuklarda, sorunlarına çözüm sağlamak için kullanılır:

- Aile içinde anlaşmazlıklar yaşanan, kavga bulunan çocuklarda,
- Anne babası boşanmış ya da bir şekilde onlardan ayrılık durumları yaşayan çocuklarda,
- Fiziksel, duygusal ya da cinsel yönden tacize uğramış çocuklarda,
- Evlat edinilmiş çocuklarda,
- Sevdiği birinin ölümü ya da hastalığı ile uğraşan çocuklarda,
- Aile içinde fiziksel ve ruhsal yönden şiddet gören çocuklarda,
- Kronik hastalıkları olan çocuklarda,
- Dikkat eksikliği tanısı konulmuş çocuklarda,
- Öfke kontrol yönetimi bozukluğu yaşayan çocuklarda,
- Ayrılık anksiyetesi yaşayan çocuklarda,
- Dikkat eksikliği ve hiperaktivite tanısı konmuş çocuklarda,
- Depresyon bulguları saptanan çocuklarda kullanılır.

Kısacası masal terapisi çocuklara yönelik birçok olayın ortaya koyulması, aydınlatılması ve sonuçlarının olabildiğince ortadan kaldırılmasına yardımcı olmaktadır. Çocukluk çağında karşısına çıkan ve duygu durum bozuklukları yaratan olayları alt edebilen çocuklar; gelecekte daha güçlü, başarılı ve mutlu bireylere dönüşecektir.

Kaynaklar

Bal, F. ve Ilıcak, N.G. (2019). Masal Terapinin Anaokulu Öğrencilerinin Sosyal İletişim Becerileri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi* cilt:6 sayı:3 s. 517-533.
Uyar, T. (2020). Masal Terapisi Nedir? <https://www.iienstitu.com/blog/masal-terapisi-nedir> adresinden erişildi.



BİR ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENİYLE HASBİHAL

MERVE BAŞI KAPLAN

Özel Eğitim Öğretmeni

Merhabalar Ayşe hocam, öncelikle bu sohbeti kabul ettiğiniz için çok teşekkür ediyorum. Özel eğitime ihtiyacı olan bir bireyken bu kadar idealist ve donanımlı bir özel eğitim öğretmeni olman bana hep ilham olmuştur. Ayrıca sizinle çalışabilme imkanı bulduğum ve bana katkılarınız için kendimi hep şanslı saymışımdır.

Bize kendinizi tanıtır mısınız?

Ben teşekkür ediyorum benim için de çok keyifli bir sohbet olacağından eminim. Ben Ayşe Kirazoğlu. 1975 yılında Gaziantep ilinde doğdum. Şu an Gaziantep Hacı Lutfiye Şireci Rehberlik ve Araştırma Merkezi'nde Özel Eğitim Öğretmeni olarak görev yapmaktayım.

Görme yetinizi nasıl kaybettiniz?

Görme yetimi nasıl kaybettiğim konusunda net bir bilgi yok fakat iltihaplı eklem romatizmasından dolayı kaybettiğim üzerinde duruluyor. Üç yaşına kadar normal görüp, yürüdüm. On beş yaşına kadar az görendim daha sonra tansiyondan dolayı tamamen görme yetimi kaybettim.

Bilirsiniz Kübler Ross'un aşamalar teorisi var yetersizliği olan çocuklara sahip olan ailelerin yaşadığı duygusal durumları anlatan.

Peki siz görme yetinizi kaybedince ailenizin durumu nasıl olmuş? Özel gereksinimli çocuğu olan aileler için bu kabul evrelerinde neler yapılabilir? Bu durumu birebir yaşamış birisi olarak bu konuda görüşleriniz neler?

Özel gereksinimli çocuğu olan aileler için toplum ve öğretmenler olarak çok ciddi bir eğitim ve psikolojik yardım desteği sağlayarak onların çocuklarını kabullenmelerinde, sadece yapabileceklerine odaklanmalarında büyük bir rol oynamamız gerekiyor.

Ayşegül Hocam (prof.dr. Ayşegül ATAMAN) " Bir çocuğun engelli olması ölmesinden daha zordur. Çocuğun öldüğü zaman acısına katlanır onu gömersin ama çocuğun engelli olduğu zaman her dakika gözünün önündedir, her yaşadığı olaya şahit olursun ve onun için yapabileceğin çok büyük bir şey yoktur." derdi.

Böyle bir bakış açısıyla ailelere deste olmamız gerekiyor.

Ailemin durumuna gelecek olursak rahmetli anne ve babama baktığımızda ben her ne kadar okumuş mesleğine eline almış ve kendi ayakları üzerinde duran bir birey olmama rağmen içlerindeki kaygının ve endişenin hiçbir zaman bitmediğini gördüm. Hep korumacı korumacı bir yaklaşım içerisindeydiler. Mesela; babam evim için beyaz eşya aldığımda kullanabileceğime inanmamıştı.

Eğitim hayatınızdan bahseder misiniz?

İlkokulu ve ortaokulu Adıyaman GAP görme en-

gelliler sanat okulunda bitirdim. Sonrasında Devlet parasız Yatılı Sınavı'nı kazanarak Adıyaman Lise-si'nde lise eğitimimi tamamladım. Gazi Üniversite-si'nde Özel eğitim bölümünden mezun oldum. İlk görev yerim Mardin olup daha sonra Gaziantep'e tayinim çıktı. Halen Antep'te görev yapmaktayım.

Neden özel eğitim öğretmenliğini tercih etti-niz? Çok idealistçe alınmış bir karar malumu-nuz mesleğe başladığınızda birçok zorlukla karşılaşmamışsınızdır. Eğitim hayatınızda yaşadığınız zorlukların bu kararı almada bir etkisi oldu mu?

Özel eğitim öğretmeni olmayı düşünmeye başla-yışım birden körler okulundan ayrılıp normal ak-ranlarımla eğitim görmeye başladığım liseye adım atmamla başladı. Derslerde başarılı olmada ya-şadığım problemler yanı sıra kendimi psikolojik olarak akranlarıma kabul ettirme sıkıntısını birebir yaşadım. Benim yaşadığım zorlukları engeli öğrencilerin de yaşayacaklarını düşünüp bu yolda daha istikrarlı, daha donanımlı kararlar almaları yönünde onları hazırlayabi-leceğimi düşündüm. Ayrıca benimle benzer zorlukları ya-şadıklarında nasıl mücadele edecekleri konusunda onları bu süreçte hazırlamak istedi.

Geçmişten günümüze özel eğitim politikalarında olumlu gelişmeler yaşandı mı? Bunu en iyi değerlen-direbilecek kişilerden birisi sizsiniz. Hem özel eğitim almış hem de özel eğitim vermiş birisi olarak...

Benim lise ve üniversite yıllarım 1993-2000 yılları arasındadır. Bu dönemde özel eğitim için hazırlan-mış hiç materyal yoktu. Sadece materyal değil özel eğitime ihtiyacı olan bireylerin okuma şansı olduğu dahi düşünülüyordu. Üniversite yıllarımda 1. Sı-nıftayken düzenlenen Özel Eğitim Günleri kapsa-mında düzenlenen eğitimlerde Avrupa'dan gelen özel eğitimciler bizlere ve hocalarımıza ülkemizin özel eğitimde onların aldığı yolu alabilmemiz için daha 200 yılımız olduğunu söylemişlerdi. Tabii ki o dönem ve bu dönem, kıyasladığımızda çok büyük adımlar atıldı. Ama hala eksiklerimiz yok mu elbette var.

Sizce görme engelliler için verilen eğitimler

yeterli mi? Daha başka neler yapılabilir?

Normal gelişim gösteren çocukların nasıl ki yete-neklerine, ilgi alanlarına göre eğitim almaları ihti-yaç ise özel eğitim ihtiyacı olan öğrenciler için bu durum daha da artmaktadır. Çünkü çok engelli öğrenciler, sadece bir alanda başarı gösterebilecek öğrenciler, günlük yaşamını sürdürmekle sorumlu olan öğrenciler girmektedir bu alana. Dolayısıyla özel eğitim gerek aileler, gerek öğretmenler ve ge-rek toplum ile bütüncül bir yaklaşım ile çok doğru planlamak gerekir. Görme engellilerin eğitiminde Braille basılı materyallerin tıpkı normal ulaşılan materyaller gibi kitapçılarda kaynak olarak, oku-ma kitabı olarak yer alması en büyük ihtiyaçlardan birisidir. Bu problemi sosyal sorumluluk projesi adı altında yayınevleri çok kolay çözebilir. Ayrıca tabi ki ulaşımında görme engelli birisine rehberlik etmede (mağaza, toplu taşıma gibi...) toplum bilinci çok ciddi bir farkındalık eğitimi ile oluşturulmalıdır.



Eğitim açısından değerkendirdiniz peki sosyal hayat açısından durum nedir? Diğer engel gruplarına göre daha görülebilir düzenle-meler var neticede, Brail-le alfabesiyle yazılmış ilaç kutuları olsun, asansörler-de yapılan düzenlemeler olsun...

Aslında sosyal hayat açısından bir önceki cevabımda biraz bahsettim fakat en büyük ihti-yaç bu erişilebilir düzenleme-ler ile birlikte kişilerin görme

engelli ve diğer engel türlerine sahip olan bireylere karşı olumlu tutum ve davranışları geliştirmede ve farkındalık sağlayarak toplumla bütünleştirici hale getirmek.

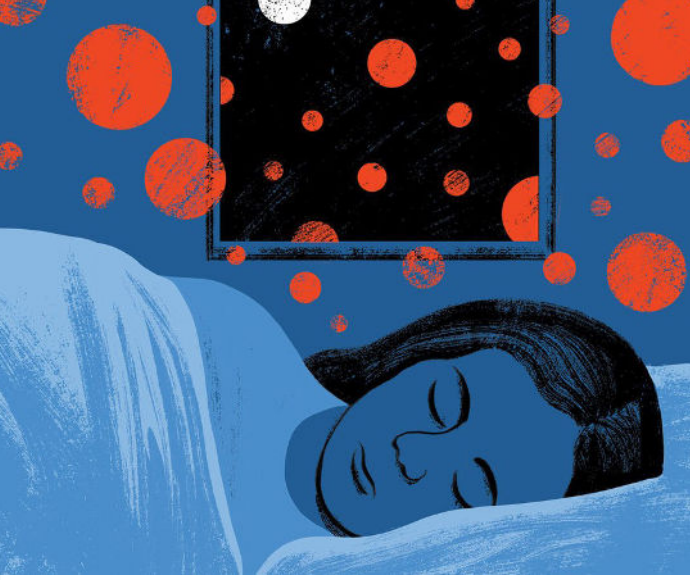
Erişilebilirliği arttıran kullandığını teknolojik aygıtlar neler? Mesela; sosyal medya kulla-nıyor musunuz?

Erişilebilirliği arttıran aygıtlar ise; sesli yazılım prog-ramları, bu programlar telefon ve bilgisayarlar için kullanılıyor. Bu programlar sayesinde sosyal medya kullanmamız çok kolay oluyor. Geliştirilmiş birkaç program daha var. Bu programın içinde alt baş-lıklar bulunuyor renk tanıma, para tanıma, ürün okuma, metin okuma ve fotoğrafları betimleme se-çenekleri bulunuyor hangisine ihtiyaç duyuyorsak onu kullanıyoruz.

Ayrıca Braille yazıcı, renk okuma aleti, taşınabilir klavyelerde bulunuyor...

Genel olarak bir yargı vardır, bir duyu körelince diğer duylardan birisi kuvvetlenir. Mesela, görme engellilerin işitme duyusu yahut hafızaları daha kuvvetli olduğun dair, bu doğru mu?

Hayır, bu hiç doğru değil. Gözünü kullanabilen bir insan görme yetisiyle dünyada yapılması gereken işlerin %85'ini göz ile yapabilir. Dolayısıyla %15'lik bir kısım kalıyor. Görme engelli birey bu kalan %15'lik kısmı gözün eksikliğini gidermek için çaba sarf etmiş oluyor. Diğer duylar gözün yerini almaya gayret etmiş oluyor. Düşünsenize; siz kalan %15'lik duyu kısmınıza %85'e ulaşmak için çalıştırmanızın ortaya çok fena bir şey çıkar.



Biraz da kişisel sorular sormak istiyorum müsaadenizle. Görme engellileri rüyaları nasıl olur?

Evet, bu soruyu sorduğunuz için teşekkür ederim. Görme engellilerin rüyalarında gördüklerine ya da hiç rüya görmedikleri düşünülür. Aslında görme engelli bir birey normal hayatında ne kadar görebiliyorsa ve hayatında ne kadar sesli bir ortamda yaşıyorsa rüyası da öyledir. Normal hayatında nasıl görüyorsa öyle görür ve günlük hayatında neler yapmışsa öyle görür. Somutlaştıracak olursak mesela; karşısındaki bireyi ya da nesneyi dokunarak hafızasına yükler ve o şekilde tasavvur eder rüyasında.

Bu biraz daha kişisel bir soru olacak fakat sormak istiyorum. Dilerseniz cevaplamayabilirsiniz. Hoşlandığınız birisi oldu mu? Malum fiziksel görünüş bu konuda önemlidir gören bireyler için. Hoşlandığınız kişiyi nasıl tasav-

vur ediyorsunuz zihninizde? Nasıl paylaşımlarınız oluyordu?

Evet, hoşlandığım birisi oldu. Hayal ettiğiniz şey ile yaşadığınız şey çok farklı oluyor. Mesela; fiziksel görünüşten ses tonu çok etkilidir. Benim içim en kıymetli paylaşımımız ise yerde olan bir kilik taşı dahi ben dokundurarak tanıtmasıydı.

En çok görmeyi dilediğiniz şey nedir?

Bu çok zor bir soru. Şu anda düşündüğümde o kadar çok şey geliyor ki aklıma. Şunu diyebilirim ki anne ve babamın yüzlerini, kendi yüzümü, gökyüzünde uçan kuşları, bir bebeğin gülümsemesini görmeyi çok isterdim. Bunu durumun ihtimalini hayal etmek bile beni çok heyecanlandırıyor.

Evde temel kişisel ihtiyaçlarınızı nasıl karşılıyorsunuz?

Oda ve eşyalarımı en sade ve en rahat edebileceğim şekilde kendim düzenliyorum. Dolaplarımın düzeni çok önemlidir. Düzen bozulursa aradığım şeyi bulmam çok güçleşir. Diyebilirim ki evde temel ihtiyaçlarımı karşılamakta ellerim gözlerim gibi oluyor.

Peki boş zamanlarında Ayşe hoca neler yapar? Neler yapmaktan hoşlanır?

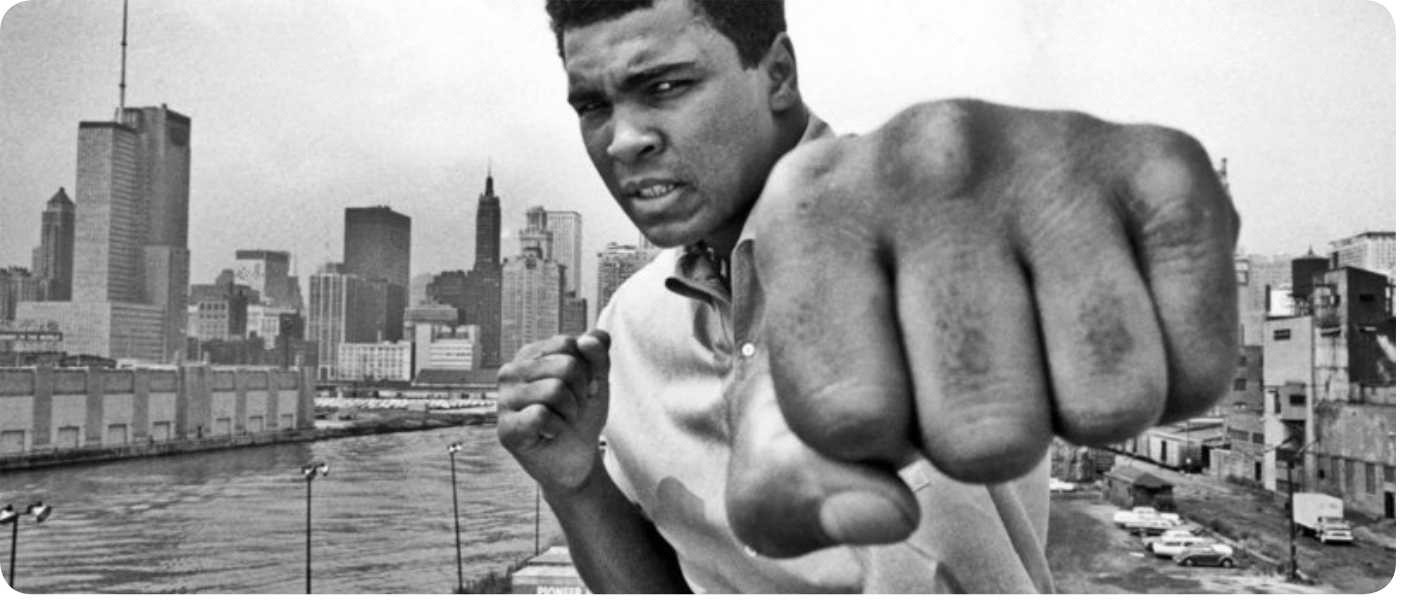
TRT dinle uygulamasıyla radyo tiyatroları, sanat müziği dinlemeyi çok seviyorum. Sesli kitap okumayı çok seven bir görme engelli değilim, braille kitap okuma daha çok seviyorum.

Son olarak yetersizliğiniz kaynaklı sizi etkileyen bir anekdot paylaşır mısınız?

Elbette, lisede pansiyonda kalırken bir akşam elektrikler kesildi. Merdiven çıkmakta olan birkaç öğrenci çılgın çılgına bağırmaya başladılar. Ben gidip nereye gitmek istedikleri mi sorum ve onları odalarına götürdüm. Bazı öğrencileri aşağıya indirdim. Elektrikler geldikten sonra gelip bana teşekkür ettiler. İlk kez gören birilerine yardımcı olma fırsatı buldum. Onlarda farkındalık oluşması beni çok mutlu etmişti

Son olarak Merveciğim benim senden bir istediğim olacak bu sohbeti yazıya döktüğünde bana okur musun? Şimdiden çok teşekkür ediyorum.

Elbette, bu keyifli sohbet için ben çok teşekkür ediyorum Ayşe hocam...



MÜCADELE RUHUNU KAYBETME

YASİN ŞEN

Psikolojik Danışman

Dünyanın en üstün zekâ potansiyeli sizde olsun. Her türlü maddi imkânınız, en kaliteli eğitim olanaklarınız, mükemmel desteği olan aileniz ve size sunulmuş eşsiz fırsatlar... Böyle bir durumda kesinlikle her şeyi başarabileceğinizi mi sanıyorsunuz? Bence bu durumda en kesin başarı: Hiçbir şey! Hayatta size sunulan fırsatlardan elinizdeki kozları ortaya koymadan sonuç elde etmeniz nasıl mümkün olabilir

“Dünyanın en büyük potansiyeli mücadele ruhudur.” Başarılı insanlar yukarıda bahsettiğimiz imkânların kaçına sahiptiler. Kimi fakir kimi öksüz kimi okulsuz birçok efsane isim bugün tarihe geçerek adını asla unutturmuyor ve bize elde ettiği başarılarla ilham veriyor. Sokak lambasında ders çalışan ömrü sefaletle geçmiş, simit satarak okul kitaplarını alan büyük insanlar. Hiçbir imkâna gerek yok demiyorum. Eğer mücadelecilik özelliğiniz yoksa zaten hiçbir imkânınızı kullanamazsınız; balon gibi her an sönmeye hazır küçük başarılarınız olur. En küçük zorlukta pes edersiniz. Engelsiz başarı elde edilemez ama sizde engelleri aşma gücü olmadığından uzun vadede asla başarılı olamazsınız.

Mücadele ruhu taşımayan insanların ortak özellikleri;

- Başarısızlıklarını bahanelere ve çevresel faktörlere bağlarlar.
- Gelecekle ilgili hedefleri yoktur sadece rahat edebilecekleri bir yaşamın hayali vardır.
- Kısa yoldan kazanç sağlamanın yollarının ararlar.
- Küçük veya geçmiş bir başarısını büyütürken anlatırlar.
- İçinde bulundukları kötü durumundan ötürü başkalarını suçlarlar.

- Genellikle asalak olarak mücadele eden insanların ürettiklerinden beslenerek yaşarlar. Böylece giderek alıcı olmaya alışarak bencilleşirler.
- Çok sık bunalıma girerler.
- Tesadüfî ve şansa bağlı yani emek göstermeye ve mücadeleye dayanmayan başarılarla odaklanırlar. Ne var ki hiçbir başarı tesadüfî değildir ve şansla elde edilen kazanca başarı denilemez. Hiçbir milli piyango talihlisi hatırlanmaz ve lezzetli bir yaşam sürdüremez. Çünkü hak edilerek emek sonucunda terle elde edilmeyen bir kazanç insanı tatmin etmez. Bu da gösteriyor ki insanın doğuştan getirdiği önemli bir özellik mücadele etme özelliğidir: İlkel zamanlarda yabani hayvanlarla ve vahşi doğayla baş etmek zorunda kalan insan bugünde yaşamını devam ettirmek için stres, mesai, proje, terör, psikolojik savaş, ergenlik sorunları gibi alanlarda donanımlı olmak zorunda kalmıştır.

Peki, mücadele ruhu kazanmış bir insanın genel özellikleri nelerdir?

Mücadele ruhu olanların ortak özellikleri;

- Her şeyden önce vizyon sahibidir, dünyada işgal ettiği statünün farkındadır.
- Kendisini tatmin edecek bir hedefi vardır. Davranışlarında ve sözlerinde bu hedefin kokusunu alırsınız.
- Hedefini gerçekleştirecek bir enerjisi ve motivasyonu vardır.
- Engeller ve olumsuzluklar karşısında ümitsizliğe düşmez, yeniden ayağa kalkarak mücadeleye devam eder.
- Başarısızlıkları tecrübe olarak nitelendirir.
- Ertelemek ve vazgeçmekten asla hoşlanmaz.
- Hedefine ilerlerken bir sorunla karşılaşırsa günah keşisi aramak yerine yoluna devam etme yolları arar.
- Dış faktörler ve rehabet onun odak noktası olan hedefine ulaşma azminden vazgeçiremez.



OTİZMLİ ÇOCUK, OYUN VE OYUNCAK SEÇİMİ

VELİ CAN TÜRKOĞLU

Özel Eğitim Öğretmeni

Otizmlili çocukların oynayacakları oyun ve oyuncak seçimi, normal gelişim gösteren çocuklardan daha farklıdır. Çocukların gelişim özelliklerine göre beklenti ve ihtiyaçları farklı olmakla birlikte, otizmlili çocukların dikkatini çeken ve yapmaktan zevk aldığı hareket ve etkinlikleri oyuna katmak çok daha fazla önem arz etmektedir. Bu nedenle oyun ve oyuncak seçiminde işinize yarayabileceğini düşündüğümüz bazı etkinlikleri sizlerle paylaşmak istedik.

OYUNCAK SEÇİMİ

Otizmlili çocuklarda görülen kendi kendini güdüleme davranışı yerine oyuncaklarla oyun oynamanın öğretilmesi hedeflerinizden birisi olmalıdır. Bunun için, toplumda kabul görmeyen kendi kendini güdüleme davranışının azaltılmasında uygun olan oyuncaklar seçmeniz gerekmektedir.

Çocuğunuzun ihtiyacı olan duyuşsal motivasyonların saptanabilmesi için onun ne tipte kendi kendini güdüleme davranışı içine girdiğini gözlemleyip notlar alarak gereksinimlerine uygun oyuncakları belirleyiniz.

Görsel Uyarım

Otistik çocuk, ışıklara bakar, dönen objelere gözleri takılır, ellerini inceler, parmaklarını gözlerinin önüne getirip oynatır. Görsel uyarım ihtiyacını azaltabilmek için el feneri, dönen lambalar, tekerlek, kum saati, manyetik toplar, ışık çubukları, ışık tabancası, yazı tahtaları, dürbün ve kuruyabilen oyuncaklar vs. gibi

oyuncakların alınması uygundur.

İşitsel Uyarım

Şarkıları seslendirmeye çalışıp vokal yapar, mırılda-narak şarkı söyler. Dilini şaklatır, eşyaların üzerinde parmaklarını tıklatır. İşitsel uyarıların değiştirilmesi için ses çıkaran oyuncaklar seçin. Örneğin, düdük, zil, konuşan oyuncaklar, radyo, oyuncak piyano, müzik kutuları, itelendiğinde veya çekildiğinde ses çıkaran oyuncaklar, saç kurutma makinaları vb. kullanılabilir.

Dokunsal Uyarım

Çocuk kendi vücudunu okşar, kendini çimdikler, parmağını ağzına sokar ve ellerine ipleri dolar. Bu tür çocuklar için ise iple hareket eden kuklalar, balık oltaları, mızıka, flüt gibi nefesli müzik aletleri kullanılabilir.

Vücudun Uyarlaması

Çocuk vücudunu garip şekillere sokar, çeşitli pozlar verir, ayak parmakları üzerinde yürür, kafasını yana eğerek dolaşır. Vücut şeklinden uyarılmasının değiştirilmesi için hareket veya pozisyonu değişken oyuncaklar seçin. Örneğin oyuncak at, üzerinde zıplayabileceği büyük terapi topları, içinde ve üzerinde dönülebilecek silindirik araçlar, vagonlar, döner büro koltuğu, hamak, salıncak, trombolin vb. kullanılabilir.

Bu oyuncaklardan bir çoğunu çocuk görür görmez hoşlanacak ve en çok tercih edeceği oyuncak haline gelecektir, sürekli aynı oyuncakla oynamak isteyecektir. Bu yüzden, başka oyuncaklarla oynaması için çocuğu teşvik etmek gerekecektir. Farklı oyuncakları, farklı sürelerle denemelisiniz. Örneğin, her oyuncakı bir hafta süreyle deneyebilirsiniz. Eğer çocuk bu oyuncaklardan herhangi birisine çok bağlanırsa, o zamanda bu oyuncakı beceri öğretiminde ödül olarak da kullanabilirsiniz. Örneğin bir etkinlik

süresince uygun oturduğu için en çok sevdiği (bağ-landığı) oyuncakıyla onu ödüllendirebilirsiniz.

OYUNCAKLARLA OYNAMA

Otistik çocukların oyun oynama biçimleri ve oyunca-klarla oynamaları normal çocuklardan oldukça farklıdır. Genelde bu çocukların bir oyuncakla uygun oynamadıkları gözlenmektedir. Otistik bir çocuk her-hangi bir oyuncak eline aldığı anda onu döndürme, yuvarlama, elinde tutma ya da atma gibi amaçsız davranışlar göstermektedir. Otistik çocukların çoğu çamaşır makinesinde dönen çamaşırları saatlerce izleyebilir. Bunun yanı sıra eline aldığı oyuncak ara-basını normal şekilde sürmek yerine ters çevirerek ve yalnızca tekerlerini döndürerek oynayabilir. Otistik bir çocuğun, oyuncak bir arabayı algılaması ile otis-tik olmayan bir çocuğun algılaması oldukça farklıdır. Otistik çocuğa göre bu araba yalnızca soğuk, sert, ağır bir nesnedir, metalden yapılmışsa metalik bir tadı vardır ve sallandığında ses çıkarır, tekerleri döndürüldüğünde ise farklı şekiller oluşturmaktadır.

Oyun, tüm çocuklarda olduğu gibi otistik çocuklar içinde sosyal gelişim yönünden oldukça önemlidir. Otistik çocuğun bütün gün amacına uygun olmayan şekilde oyun oynaması onun sizinle ve yaşatlarıyla iletişim kurabilmesindeki en önemli araçtan yoksun kalması demektir. Otistik çocuğun yetersiz olan oyun becerisini geliştirebilmek için öncelikle eğitsel ama-ca yönelik oyuncaklar seçilmelidir. İç içe giren ve yap-boz türü oyuncaklar, bebekler, oyuncak kamyon ve diğer araçlar otistik çocuğun hayal gücünü kul-lanma, yaratıcılık ve taklit becerilerindeki yetersizlik-lerin karşılanmasında oldukça önemlidir.

Otistik çocukların uygun oyun oynama davranışı kazanabilmesi için öncelikle taklit etme becerileri-ni geliştirme konusunda yardımcı olmalı ve oyuna dönüştürebilecekleri normal yaşantılar sunulma-lıdır. Örneğin oyuncak çöp kamyonuna sahip ço-cuk, çöpçünün çöp kovalarını kamyonu boşalttığını hiç görmemiş ya da farkında olmamışsa onunla bu oyunu oynamak oldukça zor olacaktır. Ayrıca toplu taşıma araçlarına binmeyen ve bunu gözlemleme-yen bir çocuktan oyun ortamında şoför rolünü oy-naması beklenemez. Otistik çocuğun hayali oyun oynamayı öğrenmesine yardımcı olmak amacıyla onu bu tür oyunları oynayan akranlarıyla bir araya getirerek oyuna katılmasını ve onları model alarak anlamlı oyun oynamayı öğrenmeyi sağlamalısınız.

Otistik çocuğun oyun becerilerinin gelişmesi için öncelikle uygun oyuncaklarla oyun oynama fırsatı

sağlanmalıdır, yalnız uygun oyuncak seçimi de oyun becerilerinin gelişmesinde yeterli değildir. Bunun yanında yapılandırılmış oyun ortamı sağlanmalıdır. Hatta ebeveyn veya öğretmende aktif oyunun içinde yer almalıdır. Başlangıçta çocuğa oyuncak kamyon-larla ve evlerle oynama öğretilir. Bu öğretilirken her oyuncaktan ikişer tane alınması gerekmektedir. Yetişkin kişi oyuncak alırken ve otistik çocuğu oyuna teşvik eder; “oyuncak al” veya “haydi oynayalım” yönergelerini çocuk oyuncak alana kadar tek-rar eder. Daha sonraki aşamada oyuncak bebeği almakla kalmayıp onu kolunuza yatırınız ve çocu-ğunda aynısını yapması için teşvik edip bu davranışı pekiştirin. Ayrıca oyuncak bebeği dizinizde sallayın, uyutun, üzerine örtü örtün, besleyin otistik çocuğun-da aynı hareketleri taklit etmelerini sağlayın. Bunlar yapılırken; bebek uyuyor, acıkmış gibi çocuğun oy-nadığı oyuna ilişkin sözel ifadelerle dikkati çekilme-li ve otistik çocuğun sözel olarak da oyuna katılımı teşvik edilmelidir.

Oyuncak kamyonla da aynı aşamalar gerçekleştirilebilir. Kamyonda durur, kalkar, deposuna benzin konulur, üzerine yük yüklenir ve boşaltılır. Hareket-leri yaparken bunlar sesli olarak ifade edilir, çocuk-tan da aynı şekilde sesli olarak ifade etmesi istenir. Oyuncaklardan birer çift almanın avantajı, çocuğun sizin ondan ne istediğiniz konusunda emin olmasını sağlamaktır. Artık sizi taklit ederken kullanabileceği kendine ait bir oyuncak vardır.



OTİZMLİ ÇOCUKLARLA EVDE UYGULANABİLECEK AKTİVİTELER

HAMBURGER OYUNU: Battaniye veya mat içinde çocuğu yatırın, döndürerek rulo yapın, ve siz üstüne baharat koymuş gibi yapıp, hamburgerin üstünü ovalayın. Her baharat çeşidine farklı bir dokunum yaparsanız, uyarıyı daha ismi söylendiğinde tanır ve

hazırlıklı olur veya öğrendikten sonra siz ona sorup, bulmasını sağlayabilirsiniz. Mat veya battaniye kalın gelecek olursa alıştırıcı bir örtü ile de deneyebilirsiniz.

YERDE YÜZME OYUNU: Yere üst üste birkaç mat sererek bir yüzme havuzu oluşturun. Çocuğunuz havuza atlayarak, karnının üstünde sürünerek öbür uca dek yüzmeli. Çıktığında çıplak ayak ve elleri havlu ile kurulmalı. Değişik yüzme stilleri de bu aktiviteye ilave edilebilir. (Mat yerine halı veya battaniye de koyabilirsiniz.) Yüzmeye gitse de bu aktiviteden alacağı çok farklı uyarılar var.

HALIDA EMEKLEME OYUNU: Emekleme, yuvarlanma, komando sürünmesi, kalçaların üzerinde ilerleme gibi aktiviteler bir rampa üzerinde veya mat- yastık benzeri materyallerle oluşturulan bir tepe üzerinde "lideri takip et" tarzında bir dramatizasyonla uygulanabilir. Ayrıca fok, yılan veya yerde yuvarlanan bir köpek olabilir.

HALIDA SÜRÜKLEME OYUNU: Yere alçaklı-yüksekli matlar, halılarla bir alan oluşturun. Çocuk sırt üstü veya yüzükoyun pozisyonda biri tarafından sürüklensin. Farklı yönlerde deneyin. Bir mat üzerinde inip-çıkma şeklindeki bu oyunu, kontrollü olarak arkadaşları ile birlikte birbirlerini çekmesi sağlanabilir. Hem çeken hem çekilen çocuk için faydalı bir aktivitedir.

TOP YUVARLAMAK: Çocuğunuz, yüzükoyun veya sırt üstü yatarken vücudunun üzerinde biraz basınçla top yuvarlayın. Eğer çok kaçırırsa, ısrarcı olmayın. Top dışında etrafta kullandığınız pek çok materyali bu eylem için kullanabilirsiniz.

NOKTAYI BULMA OYUNU: Çocuğunuzun vücudunun muhtelif yerlerine yumuşak tebeşirle işaret koyun. Çocuğun bu noktaları dokunarak, ovarak, silkeleyerek veya bir bez, havlu ile temizlemesini sağlayın.

DAĞA TIRMANMAK: Bir çeşit dağ süsü verilmiş bir tepeye karnının üzerinde sürünerek, sadece elleyle kendisini itmesini sağlayın. Tepeye tırmanıştan sonra yuvarlanma veya kayma ödül olarak verilebilir.

EL ARABASI: Çocuğunuz elleri üzerinde yürürken siz veya daha güçlü bir çocuk tarafından bacaklarından tutulur (bir ip veya yol üzerinde de olabilir) ileriye gitmesi sağlanır. Oyunun varyasyonları arttırılabilir. Rampalar, merdivenlerde uygulanabilir. Bunu çok dikkatlice çok zorlamadan uygulayalım.

RESİM TAHTASI: Tahta üzerinde her iki elle çizim yapma veya her iki elle aynı/farklı hareketlerle temizleme işlevleri yapılabilir. Traş köpüğü veya yoğun bir kremle aynada ya da farklı bir yüzeyde aynı aktivite uygulanabilir. Ağzına götürme riski nedeniyle krem şanti de uygulanabilir.

DUVAR İTME: Her iki elle çocuğun duvarı itmesi ve itebileceği ağırlıkta bir nesneyi yer değiştirmesi sağlanabilir. Arkasından destek oluşturabilirsiniz. Omuzların ve kolların eşit itmelerine dikkat ediniz.

EVDE UYGULAMALARA ÖRNEKLER

- Yuvarlanmak, takla atmak, atlamak, koşmak, hoplamak.
- Birçok baş ve vücut hareketiyle dans etmek.
- Baş üzerinde bir nesneyi tutarken yuvarlanmak.
- Sırt üstü yatıp, dizleri göğüs üzerinde kavrayıp sallanmak.
- Oyun alanı eşyalarını hareket ettirmek, oturmak ve dönmek, trambolinde zıplamak.
- Bir duvarı (ya da bir yetişkini) ellerle, bir diğerini ayaklarla itmek.
- Çocuk sırt üstü uzanmış ve kolları vücuda diken kollar, sizi geri itene dek itmek.
- Halat çekme, emekleme, dirsekler üzerinde sürünme, diz üzerinde yürüme (öne,yana,ortaya)
- Plastik bir bisiklete binerek itmek
- Hayvan yürüyüşleri;

Ayı: Açık bacaklar açık kollara dayanarak

Yengeç: Kalça yere değmeden el ve ayaklar üzerinde.

Ördek: Ayak bileklerini ellerle tutarak.

Sakat Köpek: İki ayakla aynı anda kısa süreli sıçrayışlar.

Yılan: Karın üzerinde, el ve ayağın yardımı olmadan.

Solucan: Sırt üstü, bacakları yukarı itip sonra vücudu çekerek.

Mors: Karın üzerinde, açık kollarla.

- El arabası yürüyüşü
- Dikey bir kara tahtada uzun bir çizim yapmak.
- Çocuğun, ellerini sıranın altına koyup, yukarı doğru itişler yapmasını sağlayın.

Kaynakça

Acarlar, F. (2001) Sembolik oyunun dil gelişimi ve dil bozukluklarıyla ilişkisi. Özel Eğitim Dergisi, 3 (1) 25-33.

Ahioğlu, E. N. (1999). Sembolik oyunun 4 yaş çocuklarının dil kazanımına etkisi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. <https://www.montessorietkinlikler.com/otizm-ve-oyun/>

Aydın, A. (2008). Sembolik oyun testi'nin türçe'ye uyarlanması ve okul öncesi dönemdeki normal, otistik ve zihin engelli çocukların sembolik oyun davranışlarının karşılaştırılması, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı Okul Öncesi Öğretmenliği Bilim Dalı, Yayınlanmış Doktora Tezi.

Alak, G. (2014). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi 2014, 15(2) 45-59



KAYIP VE YAS

ESMEGÜL KUŞÇU

Psikolojik Danışman

KAVRAMSAL OLARAK KAYIP VE YAS

Kayıp yaşamın vazgeçilmez bir parçasıdır. Birey yaşanan kayıp sonucunda bir süreçten geçmektedir. Kaybın ardından yaşanan üzüntü zamanı matem olarak tanımlanmaktadır. Matem sürecin kültürel boyutunu yansıtmaktadır. Yas ise kavramsal olarak yaşanan bir kaybın ardından ortaya çıkan şiddetli ve uzun süren acı anlamına gelmektedir. Kayıp süreci, insanların inançları ve baş etme konusundaki deneyimleri ile ilişkilidir.

Bireyler yaşamları boyunca farklı şekillerde kayıp yaşayabilmektedir. Yakının ölümü ya da herhangi bir kayıp sonrası başladığı bilinen yas, kişinin acıyı deneyimlediği süreci ifade eder.

Genellikle, yas tutma, insan varlığının en zor ve zorlu süreçlerinden birisidir. Yas süreci yalnızca bir kişinin ne düşündüğünü, söylediğini ve hissettiğini değil aynı zamanda bir kişinin nasıl düşündüğünü, söylediğini ve hissettiğini içermektedir. Bu nedenle yasin bazı özelliklere göre farklı şekillerde de tanımlandığı görülmektedir. Kayıp sonucu bireyde davranışsal, bilişsel, duygusal ve fiziksel tepkilerin görülmesi normal, en az 6 ay geçmesine rağmen sosyal, mesleki ve kişisel işlevselliğin giderek bozulması komplike, beklenmedik ve zamansız bir anda ve özellikle de şiddet ya da ürkütücü bir olay sonu-

cu meydana gelen ölümlere verilen tepkiler sonucu işlevselliğin önemli derecede bozulması ise travmatik yas olarak tanımlanmaktadır.

KAYIP VE YASA ETKİ EDEN FAKTÖRLER

Yaşamda kayıplara bağlı olarak bir şeyler değişmekte ve insan olarak bu duruma uyum sağlamanız gerekmektedir. Yas sürecinin tamamlanması ile kayıpla yüzleşme, duygularla başa çıkabilme ve sonunda uyum sağlama ya da yeni ilişki ya da hedeflere yenilenmiş bir enerji ile uyum sağlanması amaçlanmaktadır. Konu ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde yas ile karşılaşan her bireyin, duygusal, fiziksel, davranışsal ve düşünsel olmak üzere 4 farklı boyutta tepkiler oluşturduğu görülmektedir. Kişinin algı ve kayba cevap verme şeklini etkileyen pek çok faktör bulunabilir. Bunlar, gelişimsel faktörler, kişisel ilişkiler, kültür, baş etme yöntemleri, manevi inançlar, kaybın doğası ve başa çıkma stratejilerini içerir.

Yaş Ve Gelişim Evresi

Bireyin yaşı ve gelişim evresi yasa verilen tepkiyi etkileyebilir. Örneğin, bebeklik döneminde kayıp veya ölüm tam olarak anlaşılmamakta ancak çoğu zaman nesnelerin kaybı veya annenin bebeği süttan kesmesine bağlı olarak göğüs kaybına karşı bebek anksiyete yaşayabilmektedir. Bu yokluk hissini bazen yeme, uyku, bağırsak ve mesane düzenindeki değişiklikler, huzursuzluk olarak da ifade edebilmektedirler.

Okul çağındaki çocuklar, geri dönüşü olmayan kavramını algılayabilir ancak her zaman kaybın nedenlerini anlayamayabilirler. Gençler, gelişim dönemi içinde pek çok kayıp yaşayabilirler. Okula veya iş yaşamına bağlı evden ayrılabilir veya önemli ilişkiler kurabilirler. Hastalık ya da ölüm gencin

geleceğini ve benliğini sarsabilir.

Orta yaştaki yetişkinler yaşlanmakta olan ebeveynlere bakma, medeni durumdaki değişikliklerle baş etme ve yeni aile rollerine uyum sağlama gibi önemli yaşam geçişleri yaşamaktadır. Daha yaşlı bireyler için yaşlanma süreci gelişimsel kayıplara yol açabilir. Bazı yaşlılık dönemindeki bireyler, özellikle fiziksel olarak bağımlı olduklarında veya ölüm kendilerini yakın hissettiklerinde bu kayıp duygusunu daha yoğun yaşayabilirler; ancak önceki deneyimlerine bağlı olarak kayıptan sonra esneklik gösterebilir ve başa çıkma becerileri geliştirebilirler.

Kişisel İlişkiler

Yas süreci içerisinde doğru ya da yanlış olarak ifade edilen tepkiler yoktur. Verilen tepkilerin yoğunluğu, kaybın türüne, ölüm koşullarına ve kişinin ölen kişiye olan bağlılığına göre değişiklik göstermektedir. Kişisel ilişkiler, kaybedilen kişi ile kurulan ilişkinin kalitesi ve anlamı yasa verilen tepkiyi etkileyebilir. Bireyler kayba farklı şekillerde tepki gösterebileceğinden dolayı uyum süreci de oldukça değişkenlik göstermekte ve günler, aylar hatta birçok değişkene bağlı olarak yıllarca sürebilmektedir. İki insan arasındaki ilişki çok iyi olduğu zaman, hayatta kalan çoğu zaman yası atlatmakta zorlanabilir. Yas çözümü pişmanlık ve yaşanmamışlık duygusuyla engellenebilir. Sosyal destek veya başkalarından yardım alma, kayıp ve kederden çıkmada başvuru- rulan değişkenlerdendir. Birey başkalarından destekleyici davranış ve ilgi göremediği zaman, içinde bulunduğu yas süreci uzayabilir.

Kaybedilen Kişinin Kimliği

Sevilen birinin kaybı birey üzerinde oldukça travmatik etki yaratabilmektedir. En ağır yas tepkileri veren ve uzamış yas yaşayan bireylerin çok küçük ya da ergen yaştaki çocuklarını kaybeden ebeveynlerden oluştuğu belirtilmektedir. Bu nedenle kaybedilen kişinin kim olduğu yas sürecini önemli ölçüde etkilemektedir.

Ölüm Şekli

İntihar, kaza, cinayet ve doğal yollardan olmak üzere farklı şekillerde ölüm meydana gelebilmektedir. Bu nedenle meydana gelen ölüm şekli yas sürecini ve kayba yönelik uyumu dolaylı olarak etkileyen faktörlerden birisidir. Beklenmedik şekilde meydana gelen ölümler bireylerin yas sürecini daha zorlu yaşamalarına neden olabilmektedir. Beklenen kayıplar, insanların yaşadığı, çalıştığı veya yeniden oluştuğu şartlar ve koşullar göz önüne alındığında

makul şekilde daha kabul edilebilir görülmektedir. Kanseri gibi beklenen bir kayıpta, yas süreci kayıp gerçekleşmeden önce başlayabilir. Bu, insanlara kayıpla ilişkili duyguları deneyimleme ve zamanla daha az travmatize olma yolunda kayıplarla baş etmeyi sağlayacak stratejileri başlatma konusunda daha fazla zaman yaratabilir.

Kültür

Yas, zaman geçtikçe doğrusal, tahmin edilebilir bir şekilde azalmamakta, daha çok zaman içinde dalgalanma göstererek birçok faktörden etkilenmektedir. Kaybedilen objenin kişi için önemi (genellikle, kayıp kişi için ne kadar önemliyse, tepki de o kadar şiddetli olur), hazırlıklı olma düzeyi ve önceki çözümlenmeyen kayıplar, fiziksel sağlık, ilişkideki çatışma ya da bağımlılığın derecesi, destek sistemleri ve eş zamanlı oluşan farklı stres etkenleri yas duygusunu etkileyebilecek değişkenlerden bazılarıdır. Bunun yanı sıra, bireyin kayba olan tepkisini etkileyen faktörlerden biri de kültürdür. Birçok kültürün yas süreci boyunca destek ve güven sağlayan belirli ritüelleri ya da gelenekleri olduğu bilinmektedir. Kaybın ardından yapılan kültürel ritüeller ve uygulanan gelenekler yasin normalleştirilmesine olanak sağlayabilir. Ancak, bir kültürde normal olarak algılanan yas tutma şekilleri diğer kültürde normal olarak algılanmayabilir. Bu nedenle, bireyin içinde bulunduğu kültürel uygulamalar ve yas tutmaya ait kültürel inançlar hakkında bilgi edinilmesi önemlidir.

Baş etme yöntemleri

Yaşam deneyimleri, kişinin kayıp stresiyle baş etmek için kullandığı yöntemleri şekillendirebilir. Birey öncelikle sahip olduğu yöntemleri deneyebilir. Her zamanki baş etme yöntemleri işe yaramadığında, yenilerine ihtiyaç duyabilir. Duygusal ifade şekilleri kayıpla baş etmenin bir yolu olabilir. Bununla birlikte, bazı bireyler olumlu durumlara ve iyimser duygulara odaklandıklarında, kayıp durumlarıyla daha iyi baş edebilirler.

Ruhsal bozukluk

Sevilen birinin kaybı şüphesiz benzersiz stresli bir deneyim olsa da yapılan araştırmalar bireylerin belirgin biçimde farklı şekillerde gerileme yaşadıklarını göstermektedir. Kayıp öncesinde bireyde mevcut ruhsal bozukluğun olması, yas sürecine etki eden diğer faktörlerden birisidir. Örneğin mevcut altta yatan bir depresif bozukluk olduğunda, sevilen bir kişinin kaybı semptomların kötüleşmesini, hatta daha büyük bir depresif atak geçirmesini tetikle-

yebilir. Bu nedenle, kayıp öncesi ruhsal sorunların bulunmasının yas sürecini etkileyeceği göz önünde bulundurulması gerekmektedir.

Manevi ve dini inançlar

Yasa ilişkin uygulamalar, manevi veya dini inançlarla ilişkili olabilir. Manevi kaynaklar arasında inanç, destek toplulukları, arkadaşlar, hayata dair umut ve anlam duygusu ve dini uygulamalar bulunmaktadır. Maneviyat, bireyin ve aile üyelerinin, kayıpla baş etme becerilerini etkileyebilmektedir. Olumlu uygulamalar ruhsal olarak refah, huzur, rahatlık, sükûnet gibi ölümün önemli yönlerine vurgu yapmaktadır.

Sosyal destek eksikliği

Sosyal destek hem fiziksel hem de ruhsal sağlık üzerinde olumlu etkileri vardır. Sosyal destek ile sağlık arasında pozitif bir ilişki olduğu, yalnızlık ve sosyal destek eksikliğinin, özellikle yaşlı bireylerin ölüme uyum sağlamasında sorun oluşturabileceği belirtilmiştir.

Bireyin yaşadığı kayıp ve yası etkileyen yukarıda belirtilen faktörlerin yanı sıra; genç olmak, endişeli/çekinici/güvensiz bağlanma stili, kişilik özellikleri, ölen kişinin yaşı, düşük eğitim seviyesi, sık aralıklarla kayıplar yaşamak, aile uyum eksikliği gibi faktörlerde yas süreci üzerinde etkisi bulunmaktadır.

YAS TEPKİLERİ

Bireylerin yas sürecinde verecekleri tepkilerin farklılaştığı belirtilmektedir. Tepkilerin farklılaşmasında en büyük etken bireyin gelişimsel olarak durduğu nokta gösterilmektedir. Özellikle ölümlle ilgili çocukların bilişsel kapasiteleri gereği, geri dönüşmezlik ve işlevsizlik gibi nitelikleri tam olarak algılayamamalarından kaynaklı kaygı ve güvensizlik görülebilmektedir. Ölüm algısı üzerine çocuklarla çalışmalar yapan psikanalitik kuramcılar bilişsel ve duygusal gelişimin henüz tamamlanamamasından kaynaklı algılama hatalarının farkına varıp, çocukların ölümü nasıl kavramsallaştırdıkları üzerine yoğunlaşmışlardır.

Kayıbın üzerinden zaman geçmesine rağmen günlük yaşama uyumunu kuramaması, tepki şiddetinde azalmanın görülmemesi ve kayıp yaşantısı ile baş edememesi olarak karşımıza çıkan komplike yas tanımı kaybedilen kişi ile ilişkinin niteliği, kayıp yaşayan bireyin psikolojik özgeçmişi, kaybın oluş şekli, kültürel özellikler ile yakından ilgilidir.

Gelişimsel, bireysel ve kültürel özelliklere göre farklılık gösterse de ölümün doğru tanımlanması için kabul gören kavramlar geneldir.

1. Geri Dönülemezlik: Ölen varlığın geri gelmeyeceğini, yeniden yaşam faaliyeti göstermeyeceğini anlamak.
2. Evrensellik ya da uygulanabilirlik: Ölümün canlı olan tüm varlıklar için olduğunu anlamak.
3. Kaçınılmazlık: Ölümün yaşayan varlıklar için her zaman var olduğunu anlamak.
4. Sonlanma ya da işlevsizlik: Ölüm sonucunda canlılık faaliyetlerinin yitirildiğinin anlaşılması.
5. Nedensellik: Ölüme neden olan faktörün işlevsizlik sonucu olduğunun anlaşılması.

Bireyler yaşanan kaybın ardından farklı yas tepkileri gösterirler ancak yine de yas sürecinin aşamaları ile ilgili araştırmalar yapılmış ve hangi tepkilerin ne sırada izleneceği ile ilgili bilgi elde edilmeye çalışılmıştır.

Yasın ancak kabullenme ile sağlıklı bir şekilde tamamlanacağını vurgulayan Kübler Ross yaptığı araştırmalar sonucunda beş aşamadan oluşan bir süreç geliştirmiştir:

1. Şok ve inkâr: Bireyin kaybın yaşandığını henüz kabullenmediği aşamadır.
2. Öfke: Yaşanan şokun ardından birey kaybı kabullenir ve bu kaybın başına gelmesi ile ilgili öfke yaşadığı evredir.
3. Pazarlık: Öfkenin evresinin ardından birey umutsuzluk duyguları ile karşılaşır ve kaybın yaşandığı gerçeğini kabullenmeyi erteler.
4. Depresyon: Birey kayıp durumunu kabullenir. Bu evrede kaybedilen ile ilgili tamamlanmamış işler gün yüzüne çıkar.
5. Kabullenme: Bireyin yaşadığı kaybı kabullendiği evredir. Artık bu evreden sonra birey yaşantısını kayba göre düzenler ve uyum sürecine girer.

Yas süreci ayrıca kayba uyum sağlama evreleri olarak, kaçınma, yüzleşme ve uyum şeklinde 3 aşamalı bir yas süreci modeli olarak da tanımlanmakta ve her bireyin kendine özgü bir şekil ve zamanda bu süreçten geçtiği ifade edilmektedir.

1. Kaçınma süreci: Kaybın önce akıl yoluyla sonra duygusal olarak farkına vararak kabullenmenin olduğu aşamadır.
2. Yüzleşme süreci: Kayıp nedeniyle oluşan ayrılmışlığa tepkinin verildiği, kaybedilen kişiye olan eski bağlılık düzeyinde azalmanın olduğu aşamadır. Bu bireyin, kişi olmadan yaşama uyum sağlamak için hayatında değişiklikleri yaptığı, eski alışkanlıkları değiştirme ve yeni destek sistemleri bulma çabasında olduğu evre olarak tanımlanmaktadır.

3. Uyum evresi: Eskiye unutmada yaşamın yeni-den yapılandırıldığı aşamadır. Bireyin yaşamında değişiklikler yaparak, sağlıklı ilişkiler kurma-ya başladığı durumlardır.

DUYGU DÜZENLEME BECERİLERİ

Birey yaşantısı boyunca pek çok farklı olay ve durumla karşı karşıya kalabilmektedir. Bu olaylara ve durumlara verilen tepkiler fizyolojik, davranışsal ve bilişsel olabildiği gibi duygusal açıdan tepkiler de üretilmektedir. Yaşantı sırasında istemsiz şekilde bir-den bire bireyin tepkilerine karışan, bireyin olaylara bakış açısını etkileyen duyguların üretim merkezi bireyin kendisidir. Yaşanan duygular davranışları, fizyolojik tepkileri ve bilişsel süreçleri etkilediği gibi aynı zamanda “duygu” ifadesi içerisinde bu bileşenleri de barındırmaktadır. Birey yaşadığı duyguları ne kadar iyi tanımlar, nasıl deneyimlediğinin farkına varıp duygusal tepkilerini düzenleyebilirse duyguları ve yaşantısı arasında uyumu yakalayabilmektedir.

Duygunun özellikleri çok yönlüdür. Olumlu/olumsuz, içsel/dışsal, birincil/ikincil veya kısa/uzun gibi özellikleri tanımak duygu düzenlemesi açısından önem taşımaktadır. Bu özellikleri ile beraber duygular yalnızca bireyin öznel yaşantısını etkilememektedir. Aynı zamanda çevresindeki kişilere bakış açısı, o kişilerle kurduğu ilişkinin biçimi ve aslında hayata genel bir bakış açısı oluşturmalarını sağlamaktadır. Duygularının farkına vararak bu duyguları düzenleyebilme kapasitesine sahip olan bireyler pozitif duyguları ve negatif duygularının oluşturduğu sonuçları da fark edip düzenleme yoluna girmektedirler. Duygu düzenlemenin öznel iyi oluş düzeyine olumlu katkı sağlamasının yolu ise, pozitif duyguların artırılması, negatif duyguların ise sağlıklı bir şekilde azaltılması ile olmaktadır. Bireyler olumsuz duyguların yoğunluğunu azaltarak veya kendilerine keyif vererek pozitif duygulanım sağlayan yöntemleri geliştirerek duygusal açıdan öznel iyi oluşlarına katkı sunabilirler. Duygu düzenlemenin işlevleri, belirlenen amaçlar doğrultusunda bireyin desteklenmesi, kişiliğin ruhsal açıdan olumluya yönelmesi ve öznel iyi oluş düzeyinin artırılması ile beraber ruhsal problemlerden bireyin korunması olarak sıralanabilir. Aynı zamanda birey duygularını çevresel ilişkilere göre de düzenleme yoluna gider. Kişilerarası ilişkileri sekteye uğratmamak, toplum tarafından olumlu değerlendirilmek gibi nedenlerle duygularını düzenleyebilmektedir.

Bastırma işlevsel olmayan duygu düzenleme olarak

tanımlanır. Duyguyu azaltma veya duygu ile ilgili düşüncelerde değişiklik yapmaksızın sadece duyguyu engellemeye yönelik davranış şeklidir. İşlevsel duygu düzenleme denildiği zaman ise akla gelen bilişsel yeniden değerlendirme olmaktadır. Bireyi duygulara götüren bilişlerin yeniden düzenlenmesi, düşüncelerin değiştirilmesi yolu ile duyguları düzenleme yoluna giden süreç bireyin ruhsal sağlığı açısından işlevseldir.

Bilişsel yeniden değerlendirmenin günlük yaşamdaki kullanımı arttıkça bireyin olumlu duygulanımları artmaktadır. Böylece depresif belirtilerde azalma, öznel iyi oluş düzeyinde ve yaşam doyumunda artış gözlenmektedir.

Acı verici duyguları bastırmaya çalışmak, başka insanlara karşı var olan duyguları değiştirmeye çalışmak, korku duygularını hafifletmeye çalışmak, öfkeyi bastırmaya çalışma düzenlemelerinin yanında eğlenceli duyguların yönlendirilmesi gibi düzenlemeler de birey tarafından yapılmaktadır. Duygular bireyin kontrolünün dışında hızlı bir şekilde tepki oluşturabilir ancak bu duyguların fizyolojik tepkiler, öznel deneyimler ve sergilenen davranışlar açısından etkisi uzun bir süre devam etmektedir.

Özellikle bastırılmaya çalışılan negatif yönlü ısrarcı duyguların etkileri fazla olacağından kontrol edilmesi güç olabilmektedir. Bireyler negatif duyguları tanıyarak bu duygulanımlar üzerinde çalışma yapma ve düzenleme konusunda başarısız ise uyum düzeyi düşmekte ve ruhsal problemler baş göstermektedir. Duyguların yaşanması genellikle bireyin ruh sağlığı açısından faydalı görülmektedir.

Birey çeşitli durumlara karşı verdiği tepkiler ve bu tepkilerin sonuçları kapsamında amacına yönelik bir yol çizmek istemekte ve duygu düzenleme süreçlerini devreye sokmaktadır. Kişi hedefine ilerleme yolunda kendi duygularını düzenlemek amacıyla gözlem, değerlendirme ve gerekliyse değiştirme süreçlerine içsel olarak girebileceği gibi, dışarıdan gelen telkinler, izlenim ve değerlendirmeler doğrultusunda da düzenlemeye gidebilmektedir. Yani duygu ve duygu düzenleme kavramları her kişi için öznel olduğu gibi çevreden tamamen bağımsız işleyen süreçler olmadığını söyleyebiliriz.

KAYNAKÇA:

- AKYÜZ UÇAR, G.Ö. (2019). “ Kayıp Ve Yas Yaşantısı Olan Ve Olmayan Ergenlerde Duygu Düzenleme Ve Öznel İyi Oluşun Riskli Davranışları Yordayıcılığının İncelenmesi ” Yüksek Lisans Tezi, Burdur
ÖZEL, Y., ÖZKAN, B. (2020). “ Kayıp Ve Yasa Psikososyal Yaklaşım” Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar 2020;12(3):352-367

YETERSİZLİK TÜRLERİNE ÖZGÜ

"AİLELER İÇİN REHBER"

KİTAPÇIK SETİ



BAKANIMIZ SAYIN ZİYA SELÇUK, ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÖĞRENCİLERİMİZİN VELİLERİ İÇİN HAZIRLANAN REHBER KİTAPÇIKLARI TANITTI

Millî Eğitim Bakanımız Sayın Ziya SELÇUK, özel gereksinimli öğrencilerimizin velileri için Genel Müdürlüğümüzce hazırlamış olduğumuz rehber kitapçık seti tanıtım törenine katıldı.

Özel gereksinimli öğrenciler için okul ve aile arasındaki iş birliğinin nasıl olması gerektiğine ilişkin konularda çok özel bir projenin hayata geçirildiğini belirten Bakanımız Sayın Ziya SELÇUK, "Okulun ve evin uyum içinde olmasının, çocuğun hayatını nasıl zenginleştirdiğini ve nasıl güzelleştirdiğini hepimiz çok iyi biliyoruz. Özel eğitim ihtiyacı olan çocuklarımız için ailenin, öğrenme, tedavi süreçlerine etkisi de bu anlamda çok önemli." dedi.

Millî Eğitim Bakanımız Sayın Ziya SELÇUK, ailenin bilinçli olması ve belli konularda bilgi sahibi olmasının, çocuğun hayatını kolaylaştırdığına dikkati çekerek şunları kaydetti: "Böyle özel bir çocuğun annesi, babası, akrabası olmak gerçekten çok özel bir sorumluluk. Bu anlamda da çocuğumuzun özel gereksinimlere sahip olmasının, onların hayatını nasıl değiştirdiğinin de farkındayız. Görevimiz, sizleri anlamak, sizlere yardımcı olmak, destek olmak. Bu çerçevede de çocuklarımızın öğrenmelerini hızlandırmak. Özel eğitime ihtiyacı olan tüm çocuklarımızın önündeki bütün engelleri kaldırmak, onlara ihtiyacı olan bütün içeriği de sunmak, özel eğitim ihtiyacı olan çocuklarımızın yaşamını kolaylaştırmak... Bu anlamda ailelerimizle iş birliğimizi güçlendiriyoruz. Özel çocuklarımızın toplumda huzurlu bir yer edinebilmelerini çok önemsiyoruz."

"Velilerin sürece katkısı çok önemli"

Bakanımız Sayın Ziya SELÇUK, rehberlik ve araştırma merkezlerinde özel eğitime ihtiyacı olan öğrencilerin, eğitsel değerlendirmeleri ve tanımlamaları sonucunda uygun eğitim ortamlarına yönlendirildiğini anımsattı. Bu merkezlerdeki eğitimlerin daha nitelikli yürümesi için velilerin sürece katkısının çok önemli olduğunu belirten Bakanımız Sayın Ziya SELÇUK, sözlerini şöyle sürdürdü: "Bu proje de çok önemli, BM Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) ile yaptığımız projeler kapsamında çeşitli gruplarda dil ve konuşma güçlüğü gibi, özel öğrenme güçlüğü

gibi, otizm spektrum bozukluğu gibi, hiperaktivite bozukluğu gibi, görme ve işitme yetersizliği gibi alanlarda rehber kitaplar hazırlayıp konuyla ilgili farkındalıklarını artırmak, daha nesnel bilgiler sunmak çabasıdayız. Burada ilgili alan uzmanlarının katkısı çok önemli. Dünyadaki son gelişmeler nedir? Çocuklarımızın ve velilerimizin sahadaki ihtiyaçları nelerdir? Bu konularda kaynaklar ne şekildedir? Bu konulara cevap verebilmek için akademisyenlerimizin ve uzman öğretmenlerimizin desteği çok çok önemlidir."

"Eğitimler standart hâle geliyor". Bakanımız Sayın Ziya SELÇUK, salgın döneminde uzaktan eğitimle de olsa çok çok güzel bir iş birliğinin oluştuğunu vurguladı. Rehber kitapçıkların, özel eğitime ihtiyaç duyan çocukların, velilerin, öğretmenlerin konuyla ilgili daha fazla bilgilenmelerine katkı sağlayacağını belirten Bakanımız Sayın Ziya SELÇUK, "Hazırlanan içeriklerden yola çıkarak aile seminer ve eğitim programları da hazırlanıyor. Bu hazırlanan programlar sayesinde de eğitimler standart hâle geliyor. Türkiye'nin neresinde olursa olsun alacağı eğitimlerin standart hale gelmesi ve ortak bir dilin gelişmesi sağlanmış olacak ve böylece de niteliği de artırmış olacağız." Bakanımız Sayın Ziya SELÇUK, Türkiye'deki yabancı uyruklular ve misafirler için de kitapçıkların İngilizce ve Arapça hazırlandığını anlatarak "Basımları yapılan kitap setleri 252 rehberlik ve araştırma merkezine de gönderildi. Ayrıca içeriklerin dijital nüshaları da EBA'da yayımlandı. 'Özelim Eğitimdeyim' mobil uygulamasında da paylaşıldı." bilgisini verdi. Velilerle iş birliğinin güçleneceğini vurgulayan Selçuk, bu kitapçıkların yapımında emeği geçen herkese teşekkür etti.

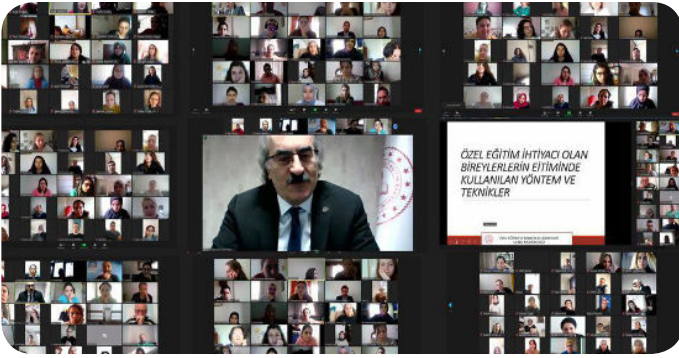
Ailelerle video konferansla görüşme

Bakanımız Sayın Ziya SELÇUK; tanıtım toplantısı çerçevesinde Isparta, İstanbul, Kütahya, Samsun, Şanlıurfa ile Van'da yaşayan ve özel eğitim gören çocukların aileleriyle video konferans yöntemiyle görüşme gerçekleştirdi. Aileler rehber kitapçıkları çok beğendiklerini belirterek, emeği geçenlere teşekkür etti. Aileler ayrıca öğretmenler için de rehber kitapçık hazırlanması, Kütahya'ya özel eğitim görenler için okul yapılması ve işitme engelliler için öğretmen talebinde bulundu. Millî Eğitim Bakanlığının sunduğu rehber kitapçıklar, görme, bedensel, zihinsel yetersizliği, otizm spektrum, dil ve konuşma, işitme bozukluğu olan bireylere ilişkin hazırlandı.



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

DERS ÜCRETİ KARŞILIĞINDA GÖREV YAPAN ÖĞRETMENLERİMİZE MESLEKİ GELİŞİM EĞİTİMİ VERİLDİ



Ders ücreti karşılığında görev yapan öğretmenlerimiz için ilk defa düzenlenmiş olan çevrimiçi eğitimler 25 Ocak 2021 de başlayıp 3 hafta sürmüş ve bu gün itibari ile sona ermiştir...

“OKULA MERHABA! İLK HAFTAM” ETKİNLİKLERİ YAYINLANDI...



Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğümüz tarafından kaynaştırma/bütünleştirme yoluyla ve özel eğitim sınıfı/okulunda eğitim gören okul öncesi dönemdeki özel eğitim öğrencilerimizin sınıflarında uygulanmak üzere “Okula Merhaba! İlk haftam” etkinlikleri yayınlanmıştır...

İŞİTME YETERSİZLİĞİ OLAN ÖĞRENCİLERİMİZE ÖZEL EĞİTİM İÇERİKLERİYLE OKUMA YAZMA ÖĞRENIYORUM SETİ



Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğümüz, ilkokula yeni başlayan işitme yetersizliği bulunan öğrencilere destek olmak amacıyla alanında bir ilk olma özelliğini taşıyan ve 5 kitaptan oluşan...

GENEL MÜDÜRÜMÜZ VE DAİRE BAŞKANIMIZ TRT EBA TV STÜDYOLARINA ZİYARETTE BULUNDULAR



Genel Müdürlüğümüz tarafından TRT EBA TV’de yayınlanmak üzere özel eğitim içerikleri 23 Mart 2020 tarihinden itibaren hazırlanmaya başlanmıştır. TRT EBA TV İlkokul ve Ortaokul kanallarında 30 Mart 2020 tarihinde yayınlanmaya başlayan ders içeriklerinin çekimlerine aralıksız olarak devam edilmiştir...



(242) 887 1787

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

@kumlucaram

@ramkumluca

@kumlucaram