



Gümüşhane
Rehberlik ve Araştırma Merkezi
KASIM 2020 **SAYI 1**



04

HOLLANDA'YA HOŞ GELDİNİZ

05

DOWN SENDROMU

HACER BALKİ

07

TÜTÜN BAĞIMLILIĞI

CİHAT TAŞKIN

08

DİL VE KONUŞMA BOZUKLUKLARI

FUNDA CİVİL

09

İŞİTME YETERSİZLİĞİ OLAN BİREYLER

KÜBRA YİĞİT

11

ÇOCUK İHMAL VE İSTİSMARI

SİBEL BOZBAŞ ELAMAN

13

OBSESİF – KOMPULSİF KİŞİLİK

İREM BOZKURT

15

ER RYAN'I KURTARABİLİRİM

TOLGA SAĞLAM

17

ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ OLAN BİREYLER

ALİ BIÇAKCI

19

ERGENLİK DÖNEMİ PROBLEMLERİ VE AİLEYE ÖNERİLER

SİNAN KARAKUŞ

21

ZİHİN ENGELİ VE ZİHİN ENGELLİ BİREYLERİN ÖZELLİKLERİ

RİDVAN TILU



İMTİYAZ SAHİBİ

GÜMÜŞHANE REHBERLİK ve
ARAŞTIRMA MERKEZİ ADINA
Taner ŞİMŞEK
Kurum Müdürü

EDİTÖR

Hüseyin SARI
Müdür Yardımcısı

YAYIN KURULU

Hacer BALKİ
Cihat TAŞKIN
Ali BIÇAKCI
Funda CİVİL
İrem BOZKURT
Kübra YİĞİT
Rıdvan TILU
Sibel BOZBAŞ ELAMAN
Sinan KARAKUŞ
Tolga SAĞLAM

GÜMÜŞHANE

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA

MERKEZİ

AYLIK EĞİTİM DERGİSİ

KASIM 2020

SAYI 1

İLETİŞİM

GÜMÜŞHANE REHBERLİK ve
ARAŞTIRMA MERKEZİ

0 456 213 43 47

0 456 213 25 73

www.gumushaneram.meb.k12.tr

254496@meb.k12.tr

HOLLANDA'YA HOŞGELDİNİZ!!

Bir bebek sahibi olacağınızı anladığınızda yaşadığınız duygu, İtalya'ya güzel bir seyahat planı yapmaya benzer. İtalya hakkında bir sürü kitap, broşür alırsınız. Harika planlar yapmaya başlarsınız: Collessium, Mikalanjelo'nun Davut'u, Venedik'te gondollar... İtalyanca birkaç sözcük bile öğrenirsiniz. Her şey çok heyecan vericidir.

Aylar süren beklemenin ardından o gün gelir, çatar. Bavullarınızı toplar, yola çıkarsınız. Birkaç saat süren yolculuktan sonra, uçağınız havaalanına iner. Hostes mikrofonu eline alır ve
—“Hollanda'ya hoş geldiniz!” der.
“Hollanda mı?” dersiniz.
“Ne Hollanda'sı?”

Ben İtalya'ya bilet almıştım. Benim İtalya'ya gitmem gerek. Tüm yaşamım boyunca oraya gitmenin düşünüyordum ben.”
Fakat uçuş rotasında bir değişiklik olmuş, Hollanda'ya inmişsinizdir.

Dahası orada kalmanız gerekir.
Önemli olansa; sizi korkunç, iğrenç, açlığın ve hastalıkların pençesindeki pis bir yere bırakmamış olmalarıdır aslında. Sadece farklı bir yerdesinizdir. Alışverişe çıkıp yeni broşürler- kitaplar almanız, yeni birkaç sözcük öğrenmeniz gerekmektedir sonuçta...
Ve belki, daha önce hakkında hiçbir şey bilmediğiniz insanlar tanımak zorunda kalacaksınızdır.

Gittiğimiz yere, sadece farklı bir yerdir. Oradaki yaşam belki İtalya'da- kinden daha yavaştır. İtalya kadar etkileyici de değildir. Fakat bir süre orada öylece kaldıktan sonra; nefesinizi tutar ve etrafınıza bakarsınız...Yel değirmenlerini fark edersiniz... Etrafınızı saran, oraya ait ne kadar güzellik varsa her şeyi fark edersiniz... ve laleleri...Fakat tanıdığınız herkes İtalya'ya gidip gelmektedir. Sürekli orada geçirdikleri güzel anılarını anlatmaktadırlar.

Ve yaşamınız boyunca “Evet. Benim de gitmem gereken yer orasıydı. Bende aynı planı yapmıştım.” dersiniz. Sırf bu nedenle duyduğunuz acı asla, asla dinmez. Çünkü yitirdiğiniz düş, çok önemli bir düştür. Ancak; tüm yaşamınızı İtalya'ya gidemediğiniz için üzülmeye geçerseniz, Hollanda'nın güzelliklerinden hiçbirinin tadını çıkaramazsınız...

Emily Perl Kingsley

DOWN SENDROMU

Down Sendromu dediğimiz zaman birçokumuzun aklına dış görünüş olarak birbirine oldukça fazla benzeyen, güler yüzlü ve sevimli bebek, çocuk ve yetişkinler gelmektedir. Down Sendromu bir hastalık değil genetik bir farklılık, bir kromozom anomalisidir. 46 kromozom bulunması gereken bir bireyde 47 kromozom olması sonucu Down Sendromu ortaya çıkıyor. Genetik bir farklılık olan

Down Sendromunun tıbbi bir tedavisi bulunmamaktadır ancak çeşitli terapiler ve eğitimler vardır. Bu eğitimler sayesinde down sendromlu bireyler yaşam kalitelerinde ciddi bir artış yaşayabirler. Aldıkları destek, terapiler ve eğitimler sayesinde bazı Down Sendromlu bireyler ortaöğretim ve üniversite eğitimlerini tamamlayıp bir iş yerinde tam zamanlı veya yarı zamanlı olarak çalışabilmektedirler.

Ayrıca istisnada olsa bazı Down Sendromlu bireylerin yabancı bir dil öğrenebildikleri görülmektedir. Gebelik döneminde tanımlanabilen Down Sendromu hamilelik döneminde yaptırılan ikili – üçlü tarama testi, ultrasonografi, amniyosentez ve bazı tanı yöntemleri ile bilinebilir. Bu açıdan Down Sendromu tanısı diğer gelişim bozukluğu türlerine göre ailelere daha erken önlem alma imkânı sunar.



**Tıpkı sizin
gibiyiz
+1 farkla**

Down Sendromunun nedenleri tam olarak bilinmemektedir. Down Sendromuna sebep olarak bilinen tek etmen hamilelik yaşıdır; 35 yaş üstü doğumlarda risk artmaktadır.

Down Sendromunun Nedenleri

Down Sendromun Özellikleri Ve Eğitimleri

Down Sendromlularda görülen bazı fiziksel özellikler; çekik küçük gözler, basık burun, kısa parmaklar, kıvrık serçe parmak, kalın ense, avuç içindeki tek çizgi, ayak başparmağının diğer parmaklardan daha açık olmasıdır. Bu özelliklerin hepsi veya birkaçı görülebilir. Down Sendromlu bireyler bazı rahatsızlıklara daha yatkın olabilmektedirler. Down Sendromlu bebekler istisnalar

olmakla beraber yaşlılarından daha yavaş büyürler. Zihinsel gelişimleri geriden gelmektedir. Bu gerilik yaş büyüdükçe daha belirgin olarak gözükmemekte, ancak uygun eğitim programları ile Down Sendromlu çocukların pek çok başarıya imza atmakta ve toplum hayatı içerisinde anlamlı hayatlar kurabilmektedir. Burada düzenli ve disiplinli bir eğitim programı

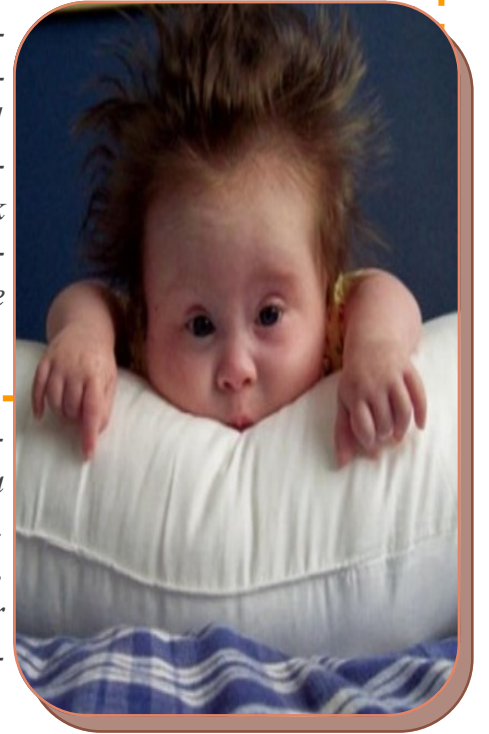
ve bol tekrar en önemli faktördür. Down Sendromlu bireyler genel olarak yaşlılarından daha kısa boylu olurlar ve metabolizmalarının yavaş çalışması nedeni ile doğru beslenme alışkanlığı edinemezlerse ileri yaşlarda kilo problemi yaşayabilirler

Farklı derecelerde olmak üzere kas gevşekliği (Hipotoni) nedeni ile fizyoterapi desteğine ihtiyaç duyarlar. Hipotoninin az veya fazla olmasına göre bazı bebekler uzun süre baş kontrolü sağlamakta ve başlarını tutmakta zorlanabilirler ancak fizyoterapi desteği ile gelişim basamaklarını kendi hızlarında tamamlar. Eğitim süreci en erken ne zaman başlarsa o kadar yararlı olacaktır. Herhangi bir sağlık problemi bulunmayan bebeklerde fizyoterapi ve uygulamaları başlayabilir. İleride yaşlıları ile makasın açılmaması için doğumdan itibaren fizyoterapiler ve özel eğitim uzmanlarından destek alınmalıdır. Kas gevşekliği çocuğun konuşma becerilerini de etkileyebilmektedir. Konuşma Down Sendromlu çocuklarda diğer çocuk-

lara göre daha geç gerçekleşir. Fakat destek eğitim programları ve dil ve konuşma terapisi ile çok daha erken konuşabilirler. (ortalama 2-3 yaş) Genel olarak hiç konuşamayan Down Sendromlu çocuk sayısı çok azdır fakat nadir olsa da bazı çocuklar çok geç konuşabilirler. Down sendromlu bireyler görsel yollar, dokunsal ipuçları, dil geliştirmeye yönelik bilgisayar programları aracılığıyla daha iyi öğrenirler. Ebeveynler çocuğun dil gelişimini desteklemek için 1 yaşından itibaren nesnelere söylerken jest, mimik ve görsel ipuçlarıyla destekleyebilirler. Jestleri ve

işaretleri kullanmayı iyi öğrenen çocuklar kelimeleri de kolay kullanır hale gelir. Unutmayın Down Sendromlu çocukların insanlarla iletişim kurma istekleri çok güçlüdür.

Yapılan çalışmalarda Down Sendromlu çocuklarda kalp hastalığı, kas gevşekliği gibi problemlerin bu çocuklarda öz bakım becerilerini kazanmalarını olumsuz yönde etkiledi-



ği belirlenmiştir. Olanak tanındığında ve uygun eğitim verildiğinde yaşam becerilerini kazanabildikleri ve yaşamlarını daha az bağımlı olarak sürdürmeyi başarabildikleri gözlemlenmiştir. Genellikle Down Sendromlu çocuklar neşeli, sempatik sevecen, sosyal, canlı, mutlu ve çevresiyle iyi ilişki kurabilen çocuklar olarak tanımlanmakla birlikte bu çocuklarda duygusal ve davranışsal problemlere de rastlanabilmektedir.

Down Sendromlularda dikkat toplama, problem çözme ile ilgili yetersizliklerin yanı sıra hiperaktivite, stereotip (davranışların tekrarlanması) gibi bazı problem davranışlara da rastlanılmaktadır. Bu davranışlar erken çocukluk döneminden çıkmadan önce anne ve babaların uygun yaklaşımları ile engellenebilmekte ya da en aza indirilebilmektedir.

Down Sendromlu bireylerde özel eğitim ve özel eğitimde erken eğitim programları, fizyoterapi, duyu bütünleme terapisi, ergoterapi, dil ve konuşma terapisi alanında uzman kişiler tarafından yapılmalıdır.

TÜTÜN BAĞIMLILIĞI

Bağımlılık nedir?

Bağımlılık kişinin kullandığı nesne veya yaptığı bir eylem üzerinde kontrolünü kaybederek bütün vaktini ve enerjisinin buna harcamasıdır.

Bağımlılığın zararları nelerdir?

Sigaranın içinde başta nikotin olmak üzere birçok zehirli ve zararlı madde vardır. Sigaranın

etkileri içilen tütünün türüne, miktarına, kullanma süresine, ne kadar derin içe çekildiğine, kişinin genel sağlığına ve ailesindeki hastalıklara bağlı olarak değişmektedir.

Sigara kullanımının kısa dönemli etkileri

Kalp atışının hızlanması, kan basıncının artması. Midenin asit üret-

mesi. Böbreklerin az idrar üretmesi. Beyin ve sinir sistemi işleyiş hızında sorunlar İştahsızlık. Tat ve koku duyularının zayıflaması. Akciğerlerin normal çalışmaması. El ve ayak parmaklarına kan akışının zayıflaması

Kendimi nasıl korurum?

Stresle baş etme yöntemlerini öğrenin! Sağlıklı beslenin! Spor yapın! Sigara içmemekle gurur duyun! Yardım istemekten çekinmeyin. Hayır demeyi öğrenin!

Hayır

demeyi

öğrenin!

Doğru Bilinen Yanlışlar

Yanlış: Sigara zayıflatır.

Yanlış: Sigara sorunları unutturur.

Yanlış: Hafif(Light) Sigara daha az zararlıdır.

Yanlış: Sigara sosyalleşmeye yardımcı olur.

Yanlış: Sigara dumanını içime çekmiyorum, bana bir zararı yok

Doğru: Sigara kişinin çirkinleşmesine ve kötü kokmasına neden olur.

Doğru. Sigara insan hayatına yeni sorunlar ekler.

Doğru: Tütün ve tütün ürünleri insan sağlığına ölümcül derecede zararlıdır.

Doğru: Sigara kullanmayanların sayısı sigara kullananların sayısından daha fazladır.

Doğru: İçe çekilmeyen sigara dumanı da hastalıklara neden olmaktadır.

Sigarayı Bıraktıktan Sonra.....

20 DK SONRA Nabız ve hızlı soluk alıp verme normale döner.

8 SAAT SONRA Kandaki oksijen düzeyi normal seviyesine döner.

24 SAAT SONRA Karbon monoksit vücuttan atılır.

48 SAAT SONRA Azalan tat ve koku duyusu düzelir, nikotin düzeyi normale döner.

72 SAAT SONRA Soluk alıp vermek kolaylaşır, enerji düzeyi artar.

2-12 HAFTA SONRA Vücuttaki dolaşım düzelir, yürürken meydana gelen yorulma ve tıkanmalar azalır.

3-9 AY SONRA Akciğer performansı %5 ila %10 artar. Kesik kesik ve hırıltılı soluk almalar düzelir.

12 AY SONRA Kalp hastalıklarına yakalanma riski %50 azalır.

12-36 AY SONRA Mesane kanserine yakalanma riski %50 azalır.

5 YIL SONRA Kalp krizi ve solunum yollarıyla ilgili kanserlere yakalanma riski %50 azalır.

DİL VE KONUŞMA BOZUKLUKLARI

Dil ve konuşma bozuklukları, kişinin konuşulanları anlama ve kendini ifade etme becerilerinden birinde ya da her ikisinde görülen sorunları ifade eder. Dil ve konuşmayla ilgili bozukluklar da birbirinden farklılık göstermektedir. Bir kişinin diğer kişileri anlamakta ve düşüncelerini anlaşılır, yapıcı düzgün cümlelerle paylaşmasında zorluk yaşaması dil, bir kişinin sesleri net anlaşılır şekilde telaffuz edememesi, artikülasyonda sorun yaşaması, ses düzeyinde sıkıntısı olması ya da konuşmayı akıcı olmayan bir hale getiren faktörlerin bulunması konuşma bozukluğunu bize göstermektedir.



Dil ve Konuşma Bozukluğu Belirtileri

- ⇒ Konuşurken güçlük yaşanması
- ⇒ Sesin şiddetini ayarlama zorluk yaşanması
- ⇒ Seslerin yanlış kullanılması
- ⇒ Ses kalitesinin bozuk olması
- ⇒ Konuşmanın kolayca anlaşılabilmesi



- ⇒ Anlaşılmayacak düzeyde hızlı konuşulması
- ⇒ Cümle kurmada güçlük çekilmesi
- ⇒ Kelime haznesinin yeterince gelişmemesi
- ⇒ Ses ve hecelerin yutulması

Dil ve Konuşma Bozukluğunun Türleri

- | | | |
|-------------------------------------|------------------------------|---|
| * Artikülasyon (Sesletim) Bozukluğu | * Motor konuşma bozuklukları | * İşitme yetersizliğinden kaynaklanan dil ve konuşma bozuklukları |
| * Kekemelik | * Gecikmiş dil ve konuşma | * Zihinsel yetersizliğe ve duygusal problemlere bağlı dil ve konuşma bozuklukları |
| * Ses Bozukluğu | * Söz Yitimi | |
| | * Yarık damak / dudak | |



Konuşma Bozukluklarının Tedavisi

Konuşma bozukluklarının tedavisi günümüzde dil konuşma terapistleri tarafından yapılabilmektedir. Tedavide kişinin ses kalitesinin artırılması, kelimelerin anlaşılır bir şekilde çıkarılması amaçlanır. Konuşma bozukluğunu tedavi ederken dil egzersizleri, dudak egzersizleri, yanak ve çene egzersizleri yapılarak konuşma bozukluğunun giderilmesi sağlanabilir.

İŞİTME YETERSİZLİĞİ OLAN BİREYLER

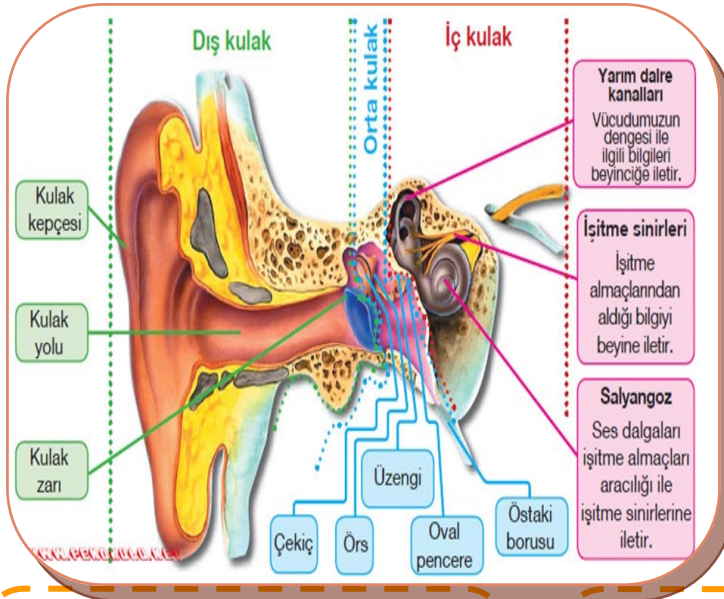
Sağlıklı bireyler doğumdan itibaren çevreleriyle etkileşim halindedirler. Bu süreçte işitme duyarını kullanarak önce anne babanın konuşma seslerini, babıldama döneminde kendi sesini ve çevre seslerini duyarak yeni dünyayı tanımaya başlar ve olaylar arasında da ilişki kurmayı öğrenirler. Sağlıklı işiten çocuklar da bu ilişki-

nin sonucunda sesleri anlamlandırmayı, işitme yoluyla konuşmayı, iletişim kurmanın temelini öğrenmiş olurlar. Okula başladıklarında kendilerini rahat ifade etmelerine yetecek kadar kelime dağarcığına sahip olurlar. Bazı çocuklar da doğuştan veya sonradan işitme kaybı yaşayabilir bu da çocukların dil ve konuşma becerilerini, çevrede

olan biteni anlamlandırmasını, alıcı ve ifade edici dilini büyük ölçüde etkiler. Bu yazıda sizinle; İşitme nasıl gerçekleşir? İşitme kaybı nedir? İşitme kaybına yol açan etmenler nelerdir ve nasıl fark edilir? konularını ele alacağız. Bu bireyleri daha iyi anlayabilmek için hadi gelin onları yakından tanıyalım.

Nasıl İşitiriz ?

İşitme sesin dış, orta ve iç kulak içerisinden taşınması sürecidir. Bu sayede beynimiz işittiklerimizi yorumlayabilir. Kulağımızın her bir bölümü sesin aktarılmasında temel rol oynar.



- Dış kulak — kulağın görebildiğiniz kısmı (kulak kepçesi) ve kulak kanalını kapsayan yer.
- Orta kulak — kulak zarı ve çoğunlukla örs, çekiç, üzengi adı verilen, birbirine bağlı üç minik kemik (kulak kemikçikleri) bulunduğu kısım.
- İç kulak — salyangoz şeklindeki koklea ve işitme sinirinin yanı sıra, denge konusunda yardımcı olan yarı dairesel kanallardır. Ses dalgaları kulak kepçesinde toplanıp kulak kanalında ilerler. Bu sıralamayla beyne iletilerek beyin tarafından ses olarak yorumlanır.

İşitme Kaybı Nedir?

Doğuştan önce veya doğuştan sonra meydana gelen nedenlerle, kulağın ses duyma özelliğini tamamen veya kısmen kaybetme durumuna işitme engeli ya da işitme kaybı denir. İşitme kaybında kulak, işlevini çok az gerçekleştirebilir ya da hiç gerçekleştiremez. Bu engel kaybı, odyogram denilen bir test aracılığıyla ölçülmektedir.

İşitme Kaybının Nedenleri

Kulak kirlilerinin kulak kanalını tıkaması sonucu ses dalgalarının taşınması engellenir. Bu ise duymada problemlerin yaşanmasına neden olur. Birçok işitme kaybı genellikle iç kulakta oluşan hasardan kaynaklanmaktadır. Yaşın ilerlemesi ve uzun zaman yüksek sese maruz kalmak kulak salyangozunda bulunan tüycüklerin veya ses sinyallerinin beyne ulaşmasını sağlayan sinir hücrelerinin kullanılmaktan eskimesi bu tür bir durumun ortaya çıkmasına neden olabilir. Bu nedenlerin yanında kalıtsal faktörlerde işitme kaybının kaybolmasında etkili olmaktadır. Kulakta iltihap, orta veya dış kulakta kemik büyümesi ya da tümörlerde işitme kaybının nedeni olabilmektedir.

İşitme Kaybına Yol Açan Etmenler

Anne Karnındayken Oluşan Nedenler:

- Annenin, hamilelik sırasında alkol, uyuşturucu ve sigara gibi maddeler kullanması.
- Annenin, hamilelik döneminde, çocuğa zarar verebilecek özellikte antibiyotik ilaçlar kullanması.
- Kalıtımın neden olduğu kayıp.
- Doğuştan bebeğin kulağının olmaması.
- Dış kulak yolunun kapalı olması.

Doğum Sırasında Oluşan Nedenler:

- Doğum anında kordon bağının dolanması.
- Bebek doğarken bebeğin bazı nedenlerle oksijensiz kalması.
- Bebeğin düşürülmesi.

Doğum Sonrası Oluşan Nedenler

- Bireyin geçirdiği travmalar.
- Kulağın uzun süre çok yüksek sese maruz kalması.
- Kulağa yabancı maddelerin sokulmasıyla, kulak zarının zarar görmesi.
- Orta kulak iltihabı.
- Dış kulakta yer alan kulak kiri.
- Kulak zarının yırtılması veya delinmesi.
- Orta kulak kireçlenmesi.
- Menenjit tarzı hastalıkların geçirilmesi.



İşitme Kaybı Nasıl Fark Edilir ?

- Bebeğiniz uyurken yüksek bir ses varlığında uyanmıyorsa,
- Herhangi bir problemi olmadığı halde seslendiğinizde bakmıyorsa,
- Yüksek sesle konuştuğunuzda daha çok tepki veriyorsa,
- Yetişkin bir birey iseniz, kalabalık bir ortamda konuşmaları anlamakta zorluk çekiyorsanız,
- Fısıltılı konuşmaları anlayamıyorsanız,
- Konuşmaları duyuyorum ama anlayamıyorum şikayetiniz var ise,
- Televizyonunuzun sesini çok fazla açıyorsanız, televizyonunuzdaki konuşmaları anlayamıyorsanız,
- Kuş seslerini duyamıyorsanız,
- Kapı zilini duyamıyorsanız,
- Biri seslendiğinde sesin hangi taraftan geldiğini ayırt edemiyorsanız,
- Birkaç ses karıştığı zaman sesin neye ait olduğunu ayırt edemiyorsanız,

Bu gibi şikayetlerde işitme uzmanına gitmekte fayda vardır.

ÇOCUK İHMAL VE İSTİSMARI



İhmal ve istismar, sık sık birbirine karıştırılmakla birlikte farklı davranışları içermektedir. Çocuk istismarı

fiziksel, duygusal ve cinsel olarak, çocuk ihmali ise fiziksel ve duygusal olarak sınıflandırılmaktadır. Çocuk istismarı, anne baba ya da bakıcı gibi bir yetişkin tarafından çocuklara yöneltilen, toplumsal kurallar ve profesyonel kişilerce

uygunsuz ya da hasar verici olarak nitelendirilen, çocuğun gelişimini engelleyen ya da kısıtlayan eylemlerin tümü olarak tanımlanmaktadır. İhmal ise, çocukların fiziksel ve/ya psikolojik ihtiyaçlarının sürekli bir şekilde karşılanmaması durumunda, bu durumun çocuğun sağlığında ve gelişiminde ciddi sıkıntılar yaratması olarak tanımlanır.

İhmal, anne babanın ya da bakıcının çocuğu fiziksel tehlikeden korumak için ona uygun yiyecek, barınma ya da giysi sunmakta başarısız olması ya da gerekli tıbbi ilgiden ya da tedaviden mahrum etmesi şeklinde ortaya çıkabilir. İhmal, ayrıca çocuğun temel duygusal ihtiyaçlarına ilgisiz kalmayı da içermektedir. İstismar ve ihmal bazı durumlarda çocukların ölümüyle dahi sonuçlanabilmektedir.

Çocuklara uygulanan kötü muamele sadece çocuğa zarar vermemekte, aynı zamanda toplumu da tehdit eden bir durum haline gelmektedir. İhmal ve istismarı birbirinden ayıran en temel nokta istismarın aktif, ihmalin ise pasif bir olgu olmasıdır. Çocuk ihmal ve istismarı, çocuğun normal fiziksel ve zihinsel gelişimini kısıtlayıcı olan fiziksel, duygusal ve cinsel ihmal ve istismarı içermektedir. Ancak bunları birbirinden ayırmak oldukça zordur.

İstismar ve İhmal Türleri

Fiziksel ihmal yetersiz beslenme, giydirme, hijyen ya da bakım sunma olarak ortaya çıkmaktadır.

Fiziksel istismar, ana-baba veya çocuğa bakan kişinin, 18 yaşından küçük çocuk ya da gence uyguladıkları, onların sağlığına zarar verecek fiziksel hasara uğramasına, yaralanmaya ya da yaralanma riskine yol açacak davranışlarıdır.

Fiziksel istismarın nedenleri arasında, ebeveynlerde görülen psikiyatrik bozukluk, uyuşturucu madde bağımlılığı, sosyal destek yokluğu, çocuklukta kendilerinin istismara uğramış olmaları sayılmaktadır. Fiziksel istismarın uzun vadede bireylerde, şiddet içeren suçlara yönelme, antisosyal davranışlar geliştirme, intihar etme, depresif bozukluklar ve alkol bağımlılığı gibi riskleri arttırdığı görülmektedir.

Duygusal istismar ve ihmal ise çevredeki yetişkinler tarafından çocuğun kişiliğini zedeleyici ve duygusal gelişimini engelleyici eylem ya da eylemsizlikler olarak tanımlanmaktadır.

Duygusal istismar ve ihmal çok yaygın olmasına rağmen fark edilmesi, tanımlanması ve yasalar önünde ispatlanması en zor istismar ve ihmal türüdür. Bu tür ihmalin gözlenmesindeki zorluk, fiziksel ve cinsel istismara göre daha az önemli olduğu kanısını uyandırabilmektedir ama duygusal ihmalin bireylerde uzun dönem psikolojik işlevsellik açısından diğer istismarlardan daha fazla etkiye sahip olduğu belirtilmektedir.



Cinsel istismar ise, bir yetişkinin kendi cinsel ihtiyaç ve istekleri için çocukları araç olarak kullanması şeklinde tanımlanmaktadır. Cinsel istismarın görüldüğü ailelerde genel olarak işlevselliğin bozuk olduğu ve çeşitli ruhsal sorunların olduğu görülmektedir.

Bu ailelerde otoriter ebeveyn rolleri, eşler arasında cinsel problemler, aile dışı sosyal hayatta kısıtlılık ve zorlanma, rol çatışmaları (annenin eşlik ve annelik rollerini kızına bırakması gibi),

alkol ve uyuşturucu madde bağımlılığı ve sorunların örtük yaşanması gibi özellikler bulunmaktadır.

İhmal ve İstismarın Nedenleri

Çocuk ihmal ve istismarı ailenin yaşam stresiyle ilgili olup ailedeki ekonomik ve sosyal stresler, ihmal ve istismara yol açabilir. Çocuğun ihmal ve istismar edilmesine neden olan faktörleri iç ve dış stres faktörleri olarak gruplamak mümkündür. Dış stres faktörleri; bazı ekonomik, sosyal, çevresel ve kültürel özellikler ailede sıkıntı yaratarak çocuğun ihmal ve istismarına yol açabilir. Ekonomik yetersizlik aile için en önemli stres kaynaklarından biri olup yoksulluk, işsizlik, borçlanma şeklinde kendini gösterebilir. Aynı zamanda iyi beslenememe, yetersiz ev koşulları, sağlıksızlık gibi sorunları da beraberinde getirebilir. İç stres faktörleri ise anne-babanın kişilik yapısı, çocuğun özellikleri ve çevreye bağlı olarak çocuktan gereğinden fazla istekte bulunulması şeklinde gruplandırılabilir.

Çocuk İstismarını Önleme

Aile içi şiddet ve çocuk istismarını önlemede en önemli araç eğitimidir. Toplumun, bireylerin ve ailelerin bu konularda bilinçlendirilmeleri, şiddet ve istismarı olağan olarak görmekten vazgeçmeleri şiddet ve istismarın önlenmesi için hayati önem taşımaktadır.

Anne-babalar; öfke yönetimi, etkili iletişim ve çocuk gelişimi ve psikolojisi konularında bilgilerini artırarak çocuklarının ihmal ve istismara uğramalarını önleyebilirler. Uygun disiplin teknikleri, çatışma çözme becerileri ve sosyal olarak uygun model oluşturma konusunda kendilerini geliştiren anne babaların çocuklarına yönelik ihmal ve istismar içeren davranış sergileme riskleri azalacaktır.

Çocuğunun, bir aile üyesi ya da aile dışından birisi tarafından istismara maruz kaldığından şüphelenen bir anne ya da baba, çocuğa ve diğer çocuklara hissettirmeden konunun üzerine gitmeli ve çocuktan ve çevredeki kişilerden çocuk hakkında bilgi toplamalıdır. Çocuğu gün boyunca, özellikle oyun oynarken gözlemlemeli ve çocukla arasında güven ilişkisi oluşturarak çocuğun ihtiyaç duyduğunda kendisine açılmasına olanak sağlamalıdır. Özellikle oyun oynarken çocuklar iç dünyalarını daha fazla yansıttıklarından çocuğun ne tür oyunlar oynadığına ve çevresiyle olan etkileşimine ayrıca özen göstermelidir.

OBSESİF – KOMPULSİF KİŞİLİK

Öncelikle obsesyon ve kompulsiyon nedir bunları kısaca anlatmakla başlayacağım sizlere. Obsesyon, kişinin kendi isteği dışında beyinde dönen, karşı koyamadığı rahatsız edici düşünceler veya dürtülerdir. Birey bu düşüncelerin saçma olduğunun farkındadır ama bu düşünce ve dürtülerden kurtulamaz. Örneğin evden dışarı çıktığında kapıyı kilitleyip kilitlemediğine emin olamayıp geri döner kapıyı

kilitler ve dışarı çıktığında yine aynı kararsızlığı yaşar bu düşüncedeki kararsızlık bir obsesyon iken ciddi bir toplantının ortasında gelen kontrolünü kaybedip uygunsuz şarkı söyleme isteği de bir obsesyonudur. Kompulsiyon ise obsesyonların kişide ortaya çıkardığı sıkıntı ve gerilimlerden kurtulmak için yaptığı fiziksel davranış ya da zihinsel eylemlerdir. Örneğin ciddi

bir toplantıda içinizden gelen yoğun şarkı söyleme isteğini gerçekleştirip şarkı söylemeye başladığımızda ya da kapıyı kilitlediğinizde emin olamayıp dönüp kapıyı tekrar kilitleme ‘davranışınız’ bir kompulsiyondur. Uyumadan önce zihninizden 100 tane koyun saymadan uyuyamıyorsanız bu da bir kompulsiyondur.

Obsesif-kompulsif (OKB) kişilik bozukluğuna biyolojik yatkınlık, yetiştirilme tarzı, psikolojik sağlamlık ve çevresel etkenlerin sebep olduğu genel kanıdır. Bu yazımda

daha çok OKB’li bireylerin özelliklerinden bahsedeceğim.

- Bu bireyler akıllarında istemsiz şekilde beliren takıntılı düşüncelerin ve onları davranışa yönlendiren dürtülerin farkındadırlar ve bu durumdan kurtulmak isterler.
- Erken yetişkinlikten itibaren katı ve kusursuzluğa yönelik süreklilik gösteren davranış örüntüleri görülür. Birey yaptığı her işte kusursuzluk, kural, düzen arayışı içindedir. Bu nedenle genel olarak başladığı bir işin ayrıntılarında boğulur ve asıl sorunu göremez. Çocukken ‘yeterince çaba göstermedikleri için’ kabul edilmediklerine inandırılmış olduklarından, zamanında kendilerine verilmemiş olan değeri ancak bu yoldan kazanabileceklerine inanırlar.
- Yaptıkları her işi en iyi kendilerinin yaptıklarını düşünürler, başkalarının yardımlarını beceremeyeceklerini düşündükleri için genel olarak reddederler ya da



kendi yaptıkları gibi yapmalarını isterler.

- Bir çok konuda yoğun kararsızlık yaşarlar, ya karar vermekten kaçınırlar ya da karar verme işini ertelerler.
- Aşırı vicdanlıdırlar, ahlaki konuları ve toplum değerlerini katı bir tutumla yorumlarlar.



- Eskimiş ya da işe yaramaz eşyaları atamazlar.
- Bireye çocukluk döneminde yetişkinlere ait görevler verilirse çocuğun yaşam algısı ‘yerine getirilmesi gereken görevler dizisi’ şeklinde ge-

lişir, yani algı: “yaşamak=yerine getirilmesi gereken görevleri tamamlamak” olur. Bir görevi tamamladıktan sonra içinde oluşan boşluk ve anlamsızlık duyguları bireyde anksiyeteye (kaygı) neden olur ve bu gerilimden kurtulmak için kendilerine yeni görevler oluştururlar, işleri hiç bitmez anlayacağınız.

- Obsesif-kompulsif bozukluğu olan ebeveyn sürekli “Eğer ben olmasaydım...” tutumlarıyla çocuğun kendine borçlu olduğu mesajını verir ve çocuğun kendine koşulsuz bir bağlılık, hatta hayranlık geliştirmesini sağlarlar.

- OKB’li bireylerin bir çoğu küçükken ebeveynlerinin sevgi ve onayından mahrum kalarak büyümüş olmaları sevgi, desteklenme, onay görme, kabul edilme gibi ihtiyaçlarının baskılanmasına neden olmuştur. Bireylerin bu tutumla büyümesi iler-

leyen yaşamlarında insanlarla yakınlık kurmaktan kaçınmalarına sebep olmuştur. İnsanlarla yakınlık kurmaktan kaçınırlar çünkü kurulan yakınlık bastırılmış olan sevgi, değer ihtiyaçlarının canlanmasına neden olabilir ve önceden yakınlık girişimlerinin hayal kırıklığı ile sonuçlanması yine hayal kırıklığı yaşayabileceklerini düşündürür bu nedenle insanlardan uzak durmanın daha güvenli olduğu düşüncesine sahiptirler.



- OKB’li bireylerin yaşayamadıklarını başkaları tarafından yaşandığını görmesi, bilinçaltında bastırılmış olan özgürlük isteklerinin kışkırtılmasına neden olur ve birey paniğe uğrayarak çevresini de baskı altında tutmaya çalışır.



İşte böyle... Etrafınızda OKB’li bireyler varsa artık onları daha iyi anlayabileceğinize inanıyorum. Bir sonraki sayı da görüşmek üzere ...

ER RYAN'I KURTARABİLİRİM

Geçen yıl liseye başladım. Etrafımda aniden bir kalabalık oluştu. Bugün benim bu okuldaki ilk günümdü. Birileri koluma girdi ve beni apar topar bir yere doğru götürmeye başladılar. Yürürken de sürekli bir şeyler sordular. Hiçbir şeye cevap vermedim zaten çok da umurumda değildi sordukları şeyler. O sırada burnuma, ekşi hamur ile karıştırılmış çürümüş meyve kokuları gelmeye başladı. Ekşi koku gittikçe artıyordu. Bu koku kadar dayanılmaz bir hale geldi ki artık hiçbir şey düşünemiyordum. Bütün düşüncelerim bir anda kayboldu ve tek aklıma gelen şey bu kokunun ne zaman biteceğiydi. Etrafımda anlayamadığım, müdahale edemediğim koşuşturma devam ediyordu. Hala zihnimi kontrol edemiyordum. Adımlarımın benden bağımsız, birileri tarafından çekiştirilerek yer değiştirdiğini fark ediyordum ama müdahale edecek gücü kendimde bulamıyordum. Bu durumu durdurmak için hiçbir şey yapmıyordum. Derken bir kapıdan içeri girdik ve yanımdakilere daha tok bir ses duyunca aniden kendime gelir gibi oldum. Belli ki kolumdaki iki gardiyandan daha büyük biriydi sesin sahibi.

-Hoş geldin Arif. Ben müdür yardımcısı Kemal. Bakıyorum da hemen yeni arkadaşlar edinmişsin.

Söylediği şeyi tam anlamadım ve düşünmek de istemedim, cevap vermedim.

-Peki çocuklar siz gidebilirsiniz. Biz Arif'le biraz daha konuşalım daha sonra o size katılır.

-Tamam hocam, kolay gelsin.

Kolay gelsin de neymiş, aklıma takıldı. Ne yapıyordu da kolay gelsin oldu şimdi.

-Eee Arif nasılsın? Okulumuzu nasıl buldun?

-Açıkçası ilk günüm ve ne diyeceğimi bilmiyorum.

-Haklısın fazla erken sordum galiba. Biliyorsun ki ilimizde görme engelliler okulu olmadığı için kaydın buraya yapıldı. Artık bizimlesin. Biliyorum bu soru için de çok erken ama bizden istediğin bir şey var mı? Senin için yapabileceğimiz herhangi bir şey?

Uzun zamandır böyle bir soruyla karşılaşmadığım için ne diyeceğimi bilemedim. Kısa bir an, hayatım boyunca dokunduğum yüzeyler, ne olduğunu tam bilemediğim ufak bir ışık, sağa sola çarpıp düşmelerim geldi aklıma. Ellerime dokundu önümden geçti bu anlar.

Bilmem ki! diyebildim sadece.

-Tamam Arif şimdilik okulu tanıyalım, daha sonra istediğin bir şey olursa bana söyleyebilirsin, hadi istersen beraber okulumuzu gezelim.

-Olur.

-Koluma girmek ister misin? diye sordu.

Bu nasıl bir soruydu hiç anlamadım. Şimdiye kadar herkes beni sağa sola çekerek, aniden tutarak bir taraflara çekmeye çalışmıştı. Şaşkınlığım gittikçe artıyordu.

Olur, dedim ve yanıma doğru gelerek kolunu elime değdirdi.

Adımlarımı atarken o kadar çok şey düşünüyordum ki düşüncelerim yine bir anda darmadağın oldu. Bir şey demeden yürüyordum. Müdür yardımcısı bir şeyler söylüyordu ama çok da umursamıyordum. Sanırım okulu tanıyordu ya da öyle bir şeydi, ilgilenmiyordum. Yine o koku, ekşi hamur ile karıştırılmış çürümüş meyve kokusu. Vurma sesi duydum ve gürültülü bir şekilde açılan bir kapı. Belli ki menteşeleri uzun zamandır yağlanmıyordu. Öyle ki sonsuza kadar bu sesi duyabileceğimi düşündüm bir an, dehşete kapıldım. Kapının açıldığını her yerinden anladım. Hafif bir ışık gördüm. Zaten tek görebildiğim de buydu. Durduk.

-Arkadaşlar yeni sınıf arkadaşınız Arif. Onunla iyi anlaşacağınıza ve onu seveceğinize eminim. Aslında hepiniz bu okula yeni başladınız biliyorum. Yine de hepinizin bu sınıfa uyum sağlayacağınızı ve sınıfın ruhunu yakalayacağınızı biliyorum, sizlere bu konuda çok güveniyorum.

-Merhaba Arif ben matematik öğretmenin Ece. Aynı zamanda sizin sınıf öğretmeninizim. Seninle tanıştığıma çok memnun oldum.

O kadar sıkışmış hissettim ki kendimi ağzımdan zoraki bir “ben de” çıktı nihayet. Terlediğimi ve şakaklarımın yandığını fark ettim. Öyle ki şakaklarımdan alev alacağımı düşündüm.

-Arkadaşlar yeni arkadaşımıza ne diyoruz?

-Hooşgeldiin Ariiiff!

Gürültü beni tedirgin etti ama bu seferki çabuk geçti. Sonra öğretmen koluma girdi ve hadi seni sırana götürelim dedi. (Devamı Gelecek)

ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ OLAN BİREYLER

Kapsayıcı bir kavram olan ve öğrenme güçlüğü terimini de içerisinde barındıran

“Özel Eğitim” kavramı ile ilgili kısa bir açıklama yapılmış ve ardından öğrenme güçlüğüne dair çeşitli tanımlar üzerinde durulmuştur. Ülkemizde Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği’nde özel eğitim kavramı; “Bireysel ve gelişim özellikleri ile eğitim yeterlilikleri açısından akranlarından anlamlı düzeyde farklılık gösteren bireylerin eğitim ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamak üzere geliştirilmiş eğitim programları ve özel olarak yetiştirilmiş personel ile uygun ortamlarda sürdürülen eğitimi kapsar” şeklinde tanımlanmıştır (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2018, s. 2). Bu tanımdan da anlaşılacağı üzere özel eğitim, bireysel farklılıkları ön planda tutan, özel gereksinimli bireylerin ihtiyaçlarının karşılanması için yetişmiş personele, uygun araç-gereç ve eğitim programlarının geliştirilmesine ihtiyaç duyan bir kavram olma özelliği taşımaktadır.

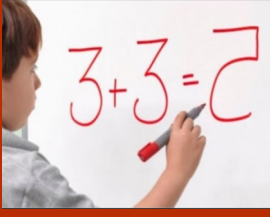
Toplumun her ferdi farklı kişisel özellikler barındırmak-

tadır. Bundan dolayı toplumdaki her bireyin aynı özelliklere sahip olması ve aynı eğitim metotları ile öğrenebilecek olmasını düşünmek pek olası değildir. Burada dikkat edilmesi gereken şey bireylerin, kişisel özellikler, bedensel özellikler, zihinsel özellikler gibi farklı özelliklere sahip olduğu ve bu özelliklerin her birey için farklı olduğudur. Bazı kişiler zihinsel, bedensel, görme, işitme, dil engelliliği, kalıtsal ve tedavisi mümkün olmayan hastalıklar gibi durumlarda zorlanmakta, her bireyin yaşadığı bu zorluk kendi arasında farklılık göstermektedir. Bu özelliklere sahip çocukların normal gelişim gösteren akranlarıyla aynı eğitimi almalarının zor olduğu düşünülmektedir. Bu bireylerin eğitiminin ise diğer akranlarıyla aynı şekilde yapılamayacağı aşikârdır. Bu bireylere özel eğitim uygulanmaktadır (Battal, 2007).

Söz konusu bu bireylerin eğitimlerinde farklı uygulamalar ve de metotlar görmek mümkündür. Zira bu bireyleri eğitim hayatına katmak, onların değerli olduğunu hissettirmek kişisel ve toplumsal farkındalıklarını artırmanın yanı sıra ailelerine de birer çıkış noktası olacaktır. Çünkü özel gereksinimli

öğrencilere sahip bu aileler yeterince tükenmişlik yaşamaktadır.

Özel öğrenme güçlüğü ile ilişkili bir diğer kavram ise, özel eğitim ihtiyacı olan birey kavramıdır. Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği’nde; Özel eğitim ihtiyacı olan birey: “Bireysel ve gelişim özellikleri ile eğitim yeterlilikleri açısından akranlarından anlamlı düzeyde farklılık gösteren birey” olarak tanımlanmaktadır (MEB, 2018, s. 2). Özel gereksinimli olan bireyler onlara sağlanacak gerek sınıf içi ve gerekse sınıf dışı her türlü destekle birlikte, akademik ve günlük yaşam becerilerini yerine getirebilecek böylelikle sosyal yaşama biraz daha bağımsız olarak katılabileceklerdir. Öğrencilerden eğitim sürecinde beklenen, eğitim faaliyetlerinden en yüksek düzeyde fayda sağlamalarıdır. Fakat bunun yanında bir grup öğrencinin gerekli düzenlemeler yapılmadan genel eğitim hizmetlerinden yararlanması mümkün gözükmemektedir.



Okul çağında yeterli ve uygun eğitim olanakları sağlanmasına rağmen, çocuğun okumayı ve/veya yazmayı öğrenmede zorluklar yaşaması, yavaş okuması, okuma hatalarının fazla olması, yazım yanlışlarının olması ve temel aritmetik sembolleri ve işlemleri öğrenmede ve/veya tanımadaki zorluk yaşamaları ile ortaya çıkan sorunlar bütününe günümüzde Öğrenme Bozukluğu/Özgül Öğrenme Güçlüğü (ÖÖG) denilmektedir (Çelik, (2019).

MEB Özel Eğitim Hizmetler Yönetmeliği'nde ise, özel gereksinimli bireylerin kimler olduğu üzerinde durulmuştur. Söz konusu yönetmelikte, özel gereksinimli bireyler şu şekilde açıklanmaktadır: zihinsel yetersizliği olan birey, birden fazla yetersizliği olan birey,

dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan birey, dil ve konuşma güçlüğü olan birey, duygusal ve davranış bozukluğu olan birey, görme yetersizliği olan birey, işitme yetersizliği olan birey, ortopedik yetersizliği olan birey, otistik birey, özel öğrenme güçlüğü olan

birey, serebral palsili birey, süregen hastalığı olan birey ve üstün yetenekli birey şeklinde sınıflandırılmıştır (MEB, 2006). Aşağıda söz konusu bu yönetmelikte yer alan gereksinim grupları arasından özel öğrenme güçlüğü'nün çeşitli tanımları üzerinde durulmuştur.

Özel gereksinimli bireyler kategorisinde yer bulan tüm gruplar içerisinde en fazla özel gereksinimli öğrencinin yer aldığı grubu %50.5 ile öğrenme güçlü-

ğü olan bireyler oluşturmaktadır (Mastropieri ve Scrugs, 2004'ten aktaran Çetin, 2019). Bu gereksinim grubunun bu denli çoğunlukta olduğunun görülmesi bakımından bu öğrencilerin tanınması ve özelliklerinin bilinmesi çok önem arz etmektedir. Özel eğitim ihtiyacı olan bireylerden biride özel öğrenme güçlüğü tanısı almış bireylerdir. Özel öğrenme güçlüğü'nün alanyazında çeşitli tanımları yer almaktadır. Bu tanımlardan ilki Özel Eğitim Hizmetler Yönetmeliğinde yer alan tanımdır. Bu tanıma göre özel öğrenme güçlüğü olan birey:

Dili yazılı ya da sözlü anlamak ve kullanabilmek için gerekli olan bilgi alma süreçlerinin birinde veya birkaçında ortaya çıkan ve dinleme, konuşma, okuma, yazma,

heceleme, dikkat yoğunlaştırma ya da matematiksel işlemleri yapma güçlüğü nedeniyle özel eğitim ve destek eğitim hizmetine ihtiyacı olan birey olarak tanımlanmaktadır. Diğer bir tanımda Asfuroğlu ve Fidan'a, (2016) göre, "Öğrenme güçlükleri, konuşma, okuma, yazma, anlama ya da aritmetik becerilerinin kazanılması ve kullanılmasında gecikme ya da bozulma ile kendini gösteren bir grup heterojen bozukluğu içeren bir terimdir." şeklinde tanımlanmaktadır. Literatüre bakıldığında, 1980'li yıllardan başlayarak günümüze kadar uzanan süreçte özel öğrenme güçlüğü ile ilgili çok sayıda tanım yapıldığı, özel öğrenme güçlüğü ile ilgili ortak bir tanım oluşturmanın, sınıflama yapmanın ve özel öğrenme güçlüğü'nün nedenlerini açıklamanın pek mümkün olmadığı görülmektedir (Pekel, 2010). "Özellikle öğrenme güçlüğü (learning disability) ve öğrenme bozukluğu (learning disorder) terimlerinin sık sık birbirinin yerine kullanıldığı görülmektedir" (Pekel, 2010, s. 4).

ERGENLİK DÖNEMİ PROBLEMLERİ VE AİLEYE ÖNERİLER

Genel olarak “buluğa erme” çocuklukta ergenliğe geçişin bir işareti olarak kabul edilmektedir. Değişik ırklara mensup, farklı iklim ve beslenme şartlarında yetişen çocukların buluğa erme yaşları da farklıdır. Kızlar için 11-13, erkekler için 13-15 yaşları buluğa erme dönemi olarak kabul edilir.

Ergenlik döneminde otoriteye karşı olma, söz dinlememe, eleştirme, hata bulma gencin tutumlarından biridir. Bu dönemde anne-baba tarafından bazen çocuk, bazen yetişkin gibi algılanan çocuk, ne zaman ne şekilde davranacağını bilemez. Gelişmekte olan bedenine, cinsel ve duygusal gelişimlerine ayak uyduramaz.

Ergenlik yıllarında kişi kendisine “Ben kimim?”, “Ne olmak istiyorum?”, “Nasıl davranmalıyım?” şeklinde sorular yöneltilir ve bu sorulara cevap arar, “kimlik karmaşası” yaşayabilir

“Fırtınalı ve gerginlik” dönemi olarak da açıklanabilen ergenlik, hangi toplumda olursa olsun, her bireyin yaşadığı bir evredir.

Ergenlik döneminin temel özelliklerinden biri olan güvensizlik, ergenin atılgan, gösterişçi ya da çekingen bir birey olmasına sebep olabilir. Bu evrede ergen, başkalarının kendisi hakkında verecekleri hükümler konusunda aşırı derecede duyarlıdır. Ergen bu dönemde kişilik arayışları içindedir, arkadaş grupları değişebilir. Ergen kendisi ile çok ilgilidir. Ayna karşısında dakikalarca vakit harcayabilirler. Kararsızdırlar, elbise seçimine ve giyimine önem verirler. Kendilerinin özgür bırakılmalarını isterler. Ebeveynlere isyankar tutum içine girebilirler. Ergene karşı yetişkinin baskı ve yasaklara dayanan disiplin anlayışı, olumlu ve yapıcı olması gereken bu evreyi, çatışmalarla dolu, olumsuz bir döneme dönüştürebilir. Kuşaklar arası çatışmaya sebep olan diğer etkenlerin başında, büyümeyle yeni olanaklar edinen ergenin kendini yetişkin olarak kabul ettirme çabası gelir. Ergen bu yolla kişiliğini kabul ettirmeye çalışır. Davranışlarından dolayı kendisine çocuk muamelesi yapılan genç, sık sık isyan eder. Aile içinde ergene yöneltilen farklı tutumlar, ergenin dengesizlik ve kararsızlığını artırır.

Örneğin, bir gün: “Sen daha çocuksun, bunu bilmezsin!” diyen bir yetişkinin, bir başka gün: “Kocaman bir adam oldun, hala bilemiyorsun!” şeklindeki suçlaması, ergeni dengesizliğe iten bir sebeptir. Ergenin görüş ve düşüncelerini hiçbir zaman bir tebessüm, ya da alaylı bir gülüşme ile karşılanmamalı, ya da kendisine “Bu konular hakkında sen ne bilirsin ki?”, “Onları düşünebilmek için daha çok küçüksün!” gibi sözler söylenmemelidir. Eğer ergen, evde kendi gücünü kanıtlayacak bir girişimde

bulmuşsa, bu faaliyetini sürdürebilmesi için kendisine cesaret verilmelidir. Ergenin ilk girişimleri uygunsuz ve başarısız bile olsa, tavır değişmemelidir. Bu işlemde ana-babanın sabrı gerekebilir.

Anne-babalar, öncelikle bu evrenin, gelişim gereği, geçici bir bunalım dönemi olduğunun bilincinde olmalıdırlar. Bunun yanında; anne-babalar objektif, dengeli, sabırlı ve kuvvetli olmaya özen göstermelidirler. Ergeni başkaları-

nın önünde eleştirmemeye, davranışlarını başkalarıyla kıyaslamaya özellikle dikkat etmelidirler. Ergenin artık bir çocuk olmadığını, sözle ve davranışla hatırlatarak, onun için gerekli olan destek ve güveni sağlamalıdırlar.

Kısaca, kuşaklar arası çatışmaları ortadan kaldırmak için, yetişkinlerle ergenler arasında dengeli ve düzenli bir iletişim kurarak ortak değerler oluşturmak, en akıllı çözüm yolu olmaktadır.

Ergenlere Nasıl Davranmalı?

Nasıl Davranmamalı?



- Gençlerle şakalaşın, espri yapın, ama sakın alay etmeyin.
- Onları anlamaya ve empati kurmaya çalışın ama sakın yaşadıklarını küçümsemeyin.
- Onlara kuralları açıklayın ve uymalarını isteyin ama bunu otoritenizi kanıtlama yolu olarak kullanmayın.
- Gençleri kabul edin, değer verin ancak bu durum onların her davranışını onaylayın demek değildir. Yanlış davranışla-

rını uygun bir şekilde onaylamadığınızı gösterin.

- Gençlere görev ve sorumluluk verin ama onu baştan yenilgi ve başarısızlığa mahkum edecek görevler yüklemeyin.
- Gencin sizinle paylaştığı sırlarına saygılı olun, başkalarıyla paylaşmayın.
- Gençler yetişkinlerin ‘her şeyi bilen, çok anlayışlı, mükemmel’ görünmesinden hoşlanmazlar. Onlara uzun nutuklar çekmekten kaçının.
- Gençlerin kendilerini ve sorunlarını ifade etmelerine fırsat verin.

ZİHİN ENGELİ VE ZİHİN ENGELLİ BİREYLERİN ÖZELLİKLERİ

Zekâ geriliği, hem zihinsel işlevler hem de kavramsal, sosyal ve pratik uyum becerilerinde anlamlı sınırlılıklar görülen bir yetersizlik olarak nitelendirilmektedir. Son olarak ortaya atılan tanımsal ölçüt ise, zekâ geriliğinin 18 yaşından önce ortaya çıkmasıdır. Ciddi yetersizlikleri olan çocuklar genellikle bebeklik döneminde tanı almaktadırlar.

Zihin engeli ırk, eğitim, sosyal ve ekonomik koşullara bağlı olmadan her toplumda, her ailede olabilir. Zihin engelli çocuklar da diğer çocuklar gibi yeme, içme, sevme, sevilme, kabul edilme, başarılı olma gibi biyolojik, sosyal ve psikolojik gereksinimlere sahiptirler. Kendilerine güvenleri az olduğundan başkalarına güvenmeyi tercih ederler. Bağımsız hareket etmekte ve arkadaşlık kurmakta güçlük çekmektedirler. Grup etkinlikleri sırasında lider olmaktan çok, başkasına uymayı ve taklit etmeyi tercih etmektedirler. Öfke, sevinç ve nefret duygularını ortaya koyarken bazen aşırıya kaçmaktadırlar.

Zihin engelli birçok birey; toplum içinde yaşama, çalışma ve oyun oynama gibi uyumsal becerileri yapma konusunda yardıma ihtiyaç duyar. Öğretmenler ve veliler, evde ve okulda bu becerileri çalışmalılar ve onlara yardım etmelidirler. Bu becerilerin bazıları şunlardır: Diğerleriyle iletişim; Bireysel ihtiyaçları yapmaya dikkat etme (Giyinme, banyo yapma, banyoya gitme); Sağlık ve güvenlik; Ev yaşamı (Masayı kurma, evi temizleme, akşam yemeği yapma); Sosyal beceriler (Ahlak-terbiye, konuşma-sohbet kurallarını bilme, gruba uyum sağlama, oyun oynama); Okuma-yazma ile temel matematik ve çalışma becerileridir. Tüm bireylerin eğitiminde olduğu gibi zihin engelli bireylerin eğitiminde de, onların ileride başkalarına bağımlı olmadan yaşamlarını sürdürebilmeleri, kendi kendilerine yeter duruma gelmeleri ve toplumla bütünleşmeleri amaçlanmaktadır.

Zihin engelli çocuklar, normal gelişim gösteren çocuklarla aynı gelişimsel aşamalarda ilerlemelerine rağmen onları daha geriden izlemekte ve tam gelişim gösterememektedirler. Konuşmaları ve gelişimleri daha yavaş olmaktadır. Güç, dayanıklılık, çeviklik, denge, koşu, esneklik ve hız gerektiren beceriler yönünden daha zayıftırlar.

Zihin engeli , zeka geriliği ile ortaya çıkan bir durumdur.

KAYNAKÇA:

- Türkiye Down Sendromlular Derneği
- <https://www.zicev.org.tr>
- Tütün bağımlılığı (2020, Kasım 16).
- <https://yetiskin.tbm.org.tr/Tutun-Bagimlilik>
- www.npistanbul.com
- www.yeditepehastanesi.com.tr
- Çocuk ve cinsel istismar. Adli Psikiyatri Dergisi, Cilt. 3. Sayı. 1, 9-14.
- Aile Psikolojisi ve Eğitimi, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını.
- Çocuk istismar ve ihmali: Psikiyatrik yönleri. Hacettepe Tıp Dergisi 35, 82-86.
- 7. 9.1.2003 tarihli ve 4787 sayılı Aile Mahkemele-
rinin Kuruluş, Görev ve Yargılama Usullerine
Dair Kanun
- Engin Geçtan- Psikodinamik Psikiyatri ve Normal-
dışı Davranışlar
- <https://www.duymer.com.tr/isitme-hakkinda-sikca-sorulan-sorular>
- <https://www.cochlear.com/tr/tr/home/diagnosis-and-treatment/diagnosing-hearing-loss/how-hearing-works>
- Akkaya,Ş. "Ergenlik dönemi ve özellikleri",s1-2
- Kulaksızoğlu, A, "Ergenlik Psikolojisi",Remzi Ki-
tapevi,13.Basım,s17-113
- Asfuroğlu, B. Ö. ve Fidan, S. T. (2016). Özgül öğ-
renme güçlüğü/ spesific learning disorders. Os-
mangazi Tıp Dergisi, 38(0), 49-54. doi:10.20515/
otd.17402
- Milli Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim Hizmetleri Yö-
netmeliği. (2018). T. C. Resmi Gazete, 30471, 7
Temmuz 2018.
- <http://mugladilkonusma.com/zihinsel-engelli>
- <http://www.uzmanpsikolojikdanisman.com/233-zihinsel-yetersizlik&lang=1&a=1>



Gümüşhane Rehberlik ve Araştırma Merkezi

İnönü Mahallesi Aydın Doğan Küme
Evler No: 44
Merkez/GÜMÜŞHANE
Telefon: 0 (456) 213 43 47
Faks: 0 (456) 213 25 73
E-posta: 254496@meb.k12.tr

İşimiz
Gücümüz **İNSAN**