

SAYI 10 | KASIM 2021

Gümüşhane Rehberlik ve Araştırma Merkezi

COVID-19 PANDEMİSİ VE ÖZEL GEREKSİNİMLİ
BİREYLER ÜZERİNE YANSIMALARI

DUYU BÜTÜNLEME TERAPİSİ

ERGOTERAPİ NEDİR?

PANDEMİ VE TÜTÜN KONTROLÜ

OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME

ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ YAŞAYAN
ÇOCUKLARIN ÖĞRETMENLERİNE ÖNERİLER

SELEKTİF MUTİZM

GÜDÜLENME VE SORUMLULUK

BOŞANMANIN ÇOCUK ÜZERİNDE ETKİLERİ





saygı ve özlemle

GÜMÜŞHANE REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ EĞİTİM DERGİSİ

SAYI 10 KASIM 2021

İMTİYAZ SAHİBİ

Taner ŞİMŞEK

Gümüşhane Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürü

EDİTÖR

Hüseyin SARI

Gümüşhane Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdür Yardımcısı

İÇİNDEKİLER

**4 COVID-19 PANDEMİSİ VE ÖZEL
GEREKSİNİMLİ BİREYLER ÜZERİNE
YANSIMALARI**

Ali BIÇAKCI

Özel Eğitim Öğretmeni

8 PANDEMİ VE TÜTÜN KONTROLÜ

Cihat TAŞKIN

Psikolojik Danışman

10 DUYU BÜTÜNLEME TERAPİSİ

Funda ÇITLAK

Özel Eğitim Öğretmeni

**11 ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ
YAŞAYAN ÇOCUKLARIN
ÖĞRETMENLERİNE ÖNERİLER**

Hacer BALKİ

Özel Eğitim Öğretmeni

13 SELEKTİF MUTİZM

Kübra YİĞİT

Özel Eğitim Öğretmeni

15 GÜDÜLENME VE SORUMLULUK

Özge AVCI TOPRAK

Psikolojik Danışman

18 ERGOTERAPİ NEDİR?

Rıdvan TILU

Özel Eğitim Öğretmeni

19 OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME

Sibel BOZBAŞ ELAMAN

Psikolojik Danışman

**23 BOŞANMANIN ÇOCUK ÜZERİNDE
ETKİLERİ**

Sinan KARAKUŞ

Psikolojik Danışman

COVID-19 PANDEMİSİ VE ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLER ÜZERİNE YANSIMALARI

Dünya Sağlık Örgütü tarafından COVID-19 (Coronavirus Disease-2019) olarak tanımlanmış, 11 Mart 2020 tarihinde vakalarda artış ve ölümler nedeniyle pandemi ilan edilmiştir. İnsandan insana yakın temas ile bulaşan virüsün yayılması ile birlikte alınan halk sağlığı önlemleri halka açık toplantıların iptal edilmesi, okulların kapatılması, uzaktan çalışma, evde kalma, çevrimiçi sağlık hizmetlerinin etkinleştirilmesi şeklinde sıralanabilmektedir.

Amerika'da Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri (Centers for Disease Control and Prevention [CDC]), pandemiyi engellemek için gerekli olan sosyal mesafe önlemlerinin insanları izole ve yalnız hissettirebileceği ve insanlarda endişe ve stresi arttırabileceğini belirtmektedir. Stres nedeniyle insanlar kendilerine ya da sevdiklerine bir şey olacağı veya işini kaybedeceği konusunda korkular duyabilmektedir. Ayrıca uyku ve yeme düzeninde değişiklikler, mental ve kronik sağlık sorunları ile sigara ve alkol kullanımında artış, stresin diğer etkileridir. Öte yandan insanların COVID-19 pandemisinden etkilenme düzeyleri sahip oldukları sosyal destekler, finansal durumları, sağlık öyküleri, duygusal geçmiş deneyimler, içinde yaşanan toplum gibi faktörlere bağlı olarak değişebilmektedir. Çocuk ve ergenler, aile bireylerini ve sevdiklerini önemseyenler, gelişimsel geriliği veya yetersizliği bulunanlar krizin sebep olduğu stresten daha yoğun etkilenebilmektedirler. Engelli bireyler ihtiyaçlarının gözetilmediği uzun süreli evden çıkmamayı içeren kısıtlamalar söz konusu olduğunda yeni risklere açık hale gelmektedirler.

Psikososyal rahatsızlığı bulunanlar ve otizmlili bireyler sokağa çıkma kısıtlaması ile ilgili sorun yaşayabilmektedirler. Bireyselleştirilmiş Eğitim Planları (BEP) doğrultusunda bir dizi özel eğitim hizmeti alan özel gereksinimli çocuklar, özel eğitim hizmetleri kaldırıldığında, azaltıldığında veya değiştirildiğinde gerileme eğilimi gösterebilmektedirler.

COVID-19 pandemisinde genel olarak iş ve gelir kaybı, zorlanma ve yorgun hissetme, sosyal izolasyon, çocuğun eğitimi, evden çalışma gibi konular ebeveynlerde strese neden olmuştur. Bununla birlikte pandemiye özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynlerin tipik gelişen çocuk sahibi ebeveynlere oranla daha fazla endişe duydukları belirtilmektedir. Pandemi döneminde özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynlerde depresyon belirtilerinin yaygınlığına ve ebeveynlerin kendilerinde algıladıkları gerginliğin pandemi öncesine oranla artmış olmasına dikkat çekilmiştir. Pandeminin özel gereksinimli çocuk sahibi aileler üzerinde temel tüketim malzemelerine ve hizmetlere erişememesinden, aldıkları eğitsel desteklerin kesilmesine kadar geniş bir etki yelpazesine sahip olduğu bildirilmiştir. Pandemiden dolayı ebeveynler kaygılanmakta, bilgi eksikliğinin yarattığı belirsiz ve huzursuz durum tüm aile üyelerinin ruh sağlığını etkilemektedir. Çocuklarının kaydettikleri eğitsel ilerlemeyi bu dönemde kaybedecekleri fikri de ebeveynleri endişelendirmektedir.

Ebeveynlerde bu endişenin yoğun hissedilmesinin nedeni özel gereksinimli çocuklarının daha karmaşık ve farklı profesyonellerden yoğun eğitsel desteğe ihtiyaç duyabilmeleridir. Özel gereksinimli çocukların eğitim ihtiyaçlarının özel bir yaklaşımı gerektirmesi, özel çocuk sahibi ebeveynlerin uzaktan eğitim sürecinde kendilerini yetersiz hissetmiş olmaları, ebeveynlerin pandemi sürecinde eğitsel destek ihtiyacı hissetmelerine neden olmuştur.

Özel gereksinimli çocuk sahibi ebeveynler normal zamandan çok daha fazla zorlukla mücadele etmektedirler. COVID-19 pandemisi ve benzeri süreçlerde eğitim, sağlık, erken müdahale, sosyal hizmet gibi alanlarda beliren zorlukların üstesinden gelebilmeleri için özel gereksinimli çocukların ve ebeveynlerinin odakta tutulması gerekmektedir. Özel gereksinimli çocuklarının birincil bakıcıları durumundaki annelerin sahip olduğu ebeveynlik stresi babaların aksine aile yaşam kalitesi üzerinde doğrudan olumsuz bir etkiye sahiptir. Aldıkları sosyal destekten de babalara oranla daha fazla etkilenen özel gereksinimli çocuk sahibi annelerin, COVID-19 pandemisi gibi zorlu bir süreçte deneyimlerinin anlaşılmasına çalışılması anlamlı ve değerlidir. Dünyada ve Türkiye’de salgının özel gereksinimli çocuklar ve ebeveynleri üzerindeki olumsuz etkilerini en aza indirmek için gereken destek teşvik ediliyor olsa da, salgın dönemi özel gereksinimli çocukların annelerinin pandemi deneyimlerine ilişkin görüşlerinin alınması, gerekli görülen müdahale programlarının geliştirilmesi ve eğitsel düzenlemelerin yapılması önemli bir husustur.

COVID-19 pandemisi ve insanlık üzerindeki etkileri bilimsel çalışmaların güncel odaklarından birini oluşturmaktadır. COVID-19 pandemisi uzadıkça çocuklar için söz konusu olabilecek korkunç sonuçları kapsamlı bir şekilde özetleyen bir rapor yayınlanmış, kayıp bir neslin önlenmesi çağrısında bulunmuştur. Bu raporda özel gereksinimli çocukların COVID-19 pandemisinden daha fazla etkilendiği, günlük rutindeki kesintilerin ve destek hizmetlerinden mahrum kalmanın, özellikle otizmli veya zihinsel yetersizlikten etkilenmiş çocuklar ve bu hizmetleri her gün alanlar için sürecin zorluğu vurgulanmıştır. Raporda ayrıca özel gereksinimli çocukların şiddet mağduru olma olasılıkları normal zamanda üç ile dört kat fazla iken pandemi döneminde bu riskin de artmış olduğu belirtilmiştir.

Özel gereksinimli çocuk sahibi birçok ebeveyn, hizmetlerin, eğitimin ve sosyalleşme fırsatlarının kaybı göz önüne alındığında, pandeminin çocuklarının gelişimi üzerindeki uzun vadeli etkilerinden duydukları endişeyi dile getirmişlerdir. COVID-19 pandemi sürecinde teknolojik cihazlara sahip olmayan ve özel gereksinimleri bulunan çocuklar uzaktan eğitimin en dezavantajlı gruplarını oluşturmuşlardır. Uzaktan eğitimin daha önce uygulanmadığı ülkelerde ebeveynler çocuklarını destekleme konusunda deneyim ve gerekli teknolojiye erişim eksikliği yaşamaktadırlar. Aynı zamanda günlük rehabilitasyon hizmetlerinin askıya alınması ve alternatif rekreasyon etkinliklerinin olmaması, çocuklarının özel ihtiyaçlarını karşılamakla, ev ve iş ile ilgili görevlerini yerine getirmek arasındaki dengeyi sağlama yükü ebeveynleri zorlamaktadır. Tüm bunlar özel gereksinimli çocukların birincil bakıcıları olan annelerinin davranış ve deneyimleri üzerinde etkili olmaktadır.

Pandemi sürecinde özel gereksinimli çocukların ve ebeveynlerinin yaşantılarını anlamaya yönelik her çaba alanda çalışan uzman ve eğitimciler için olduğu kadar benzer olağanüstü durumlarda özel gereksinimli çocuklara ve ebeveynlerine yönelik müdahale programlarının geliştirilmesini, karar ve tedbirlerin alınmasını ve uygun destek hizmetlerinin sunulmasını sağlayabilme açısından anlamlıdır.

Pandemi sürecinin etkilediği öğrenci kitlesi içerisinde bulunan ve bu süreçten en fazla etkilendiği düşünülen kitlelerden birinin de özel gereksinimli bireyler olduğu söylenebilir. Özel gereksinimli bireylerin pandemiden en çok etkilenen kitlelerden biri olduğu sürecin sonunda özel gereksinimli bireylerin öğrenme açıklarının artması sebebiyle, normalleşme sürecinde bu öğrenme açıklarını kapamanın kolay olmayacağı bilinmektedir. Pandeminin tüm insanlığı etkilediği ancak bazı grupları daha fazla etkilediğini bu gruplar içerisinde özel gereksinimli bireylerin de olduğu düşünülmektedir. Her bireyde çeşitli bireysel farklılıkların olabileceği ve bu bireysel farklılıklarından dolayı bazı bireyler öğrenmelerini hızlı ve olağan süre içerisinde tamamlayabilirken bazıları ise daha fazla süre ve tekrara gereksinim duyabilmektedir. Özel gereksinimli bireyler düşünüldüğünde bu durum özellikle bireyin yetersizliğine, yetersizliğinin şiddetine ve bireysel performansına göre farklılık gösterebilir. Alan yazında özel gereksinimli bireylerin daha fazla destek, süre ve tekrara gereksinimleri olduğu vurgulanmaktadır. Dolayısıyla özel gereksinimli bireylerin yetersizlikleri sebebi ile eğitimlerinin sürekli tekrarlarla devam etmesinin ve pandemi sürecinde unutulmaması açısından da kesintiye uğramamasının önemli olduğu söylenebilir. Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği (COGEPDER, 2020) tarafından yayınlanan COVID-19 (Korona) Virüs Salgını Sırasında Aile, Çocuk ve Ergenlere Yönelik Psikososyal ve Ruhsal Destek Rehberi, özel gereksinimli bireylerin eğitim ya da fizik tedavi gibi ihtiyaçlarından pandemi nedeniyle mahrum kaldıkları ve bu çalışmaları ailelerin özel eğitim öğretmeninden destek alarak sürdürmesinin önemine dikkat çekmektedir. Ayrıca bu rehber de ağır düzeyde zihinsel yetersizliği ya da otizm spektrum bozukluğu olan bireylerin müdahalelerinin birdenbire kesilmesinin çok daha büyük problemlere neden olacağı ifade edilmektedir. Ailelerden alınan dönütlere göre özel gereksinimli bireylerin pandemi sürecinde eğitimlerinin kesintiye uğraması sebebiyle rutinlerinde bozulmalar, davranış problemleri oluşması ve bazı edinilmiş beceriler de gerilemelerin olduğu belirlenmiştir. Ayrıca özel gereksinimli bireylerin aileleriyle yapılan görüşmelere göre aileler özel eğitim kurumlarının, gerekli önlemleri alarak açılmasını istediklerini belirtmişlerdir.

Pandemi Sırasında Özel Gereksinimli Bireylere Sunulan Hizmetler Covid-19 sebebi ile geçilen zorunlu eğitim sürecinde özel gereksinimli bireyler ve aileleri için çeşitli destek ya da eğitim hizmetleri sağlanmaya çalışılmıştır. Milli Eğitim Bakanı tarafından özel gereksinimli bireylerle ilgili yapılanlar şu şekilde özetlemiştir:

- Özel gereksinimli bireylere çeşitli özel yayınlar yapılmıştır. ,
- “Özelim Eğitimdeyim” isimli mobil uygulama geliştirilmiştir.
- Özel gereksinimli bireyler için TRT EBA TV bünyesinde ayrı bir kuşak hazırlanmıştır. Ayrıca “Özel Çocuklarımızla Eğlenceli Etkinlikler Takvimi” isimli kitap hazırlanmıştır. Dolayısıyla tüm bu adımlara rağmen özel gereksinimli bireylere yeterli eğitimin sağlanamadığı ve bunun sonucu olarak da bazı rutinlerinin bozulduğu ve öğrendikleri bazı becerileri ise unuttukları ya da geriledikleri ifade edilmektedir. Başka bir çalışmada ise uzaktan eğitime hızlı bir şekilde geçilmesinin özel gereksinimli bireylerin eğitiminde önemli sorunlara neden olduğu ve televizyonda yayınlanan derslerin ortalama düzeyindeki öğrencilere yönelik olması sebebiyle özel gereksinimli öğrencilerin bireysel farklılıklarına hitap etmediği belirtilmektedir.

Pandemi sürecinden özel gereksinimli bireyler kadar ailelerinin de etkilendiğini söylemek mümkündür. Aileler bu süreçte hem aniden öğretici olmak zorunda kalmanın hem de çocuklarının eğitimi için faydalı olabilmenin verdiği stresi yaşamının zorluğunu görmüşlerdir.. Buna ek olarak ailelerin psikolojik olarak yardıma gereksinim duyduğu belirtilmektedir

Pandemi sürecinin ailelerin anne-babalık rollerini değiştirdiğine ve sürekli eve kapanmaları sebebiyle biyolojik ve ruhsal sağlıkları üzerinde olumsuz etkiye sebep olabileceği düşünölmektedir. Buradan yola çıkılarak özel gereksinimli bireylerin bakımı, davranış problemleri ve finansmanı gibi birçok etken aile üzerindeki stresi artırırken pandemi sebebi ile öğreten rolünde çocuklarının eğitimleriyle de ilgilenmek zorunda olan ailelerin önemli ölçüde etkilendiği görölmektedir. Dolayısıyla özel gereksinimli bireylerin pandemi sebebiyle davranış problemlerinde olası artmanın ya da edinilmiş davranışlarında oluşan gerilemelerin neden olabileceği olumsuzlukları, özel gereksinimli bireyler kadar ailelerinin de yaşadığı söylenebilir. Bu nedenle zorunlu olarak geçilen uzaktan eğitim sürecinde özel gereksinimli bireyleri olumsuz olarak etkileyen her bir unsurun ailelerin de yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkileyebileceği belirtilebilir. Özel gereksinimli bireylerin kendileri için bireyselleştirilmiş olan eğitimi bile alırken ne kadar zorlandıklarına, davranış ya da odaklanma sorunları yaşadıklarına değinerek uzaktan eğitim sürecinin bu bireyler aısından zannedildiği kadar kolay olmayacağı düşünölebilir. Özel gereksinimli bireylerin pandemi sürecinde ailelerin büyük çoğunluğunun çocuklarının aldıkları eğitime ve çocuklarının psikolojik olarak durumlarına ilişkin olumsuz görüşler bildirdikleri görölmüştür.



PANDEMİ VE TÜTÜN KONTROLÜ

Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), 19 Mayıs 2021 tarihi itibarıyla tüm dünyada 163.869.893 doğrulanmış vakaya ve 3.398.302 kişinin ölümüne neden olmuştur. Ülkemizde ilk Covid-19 vakasının tanımlanmasının üzerinden bir yıl geçmiş ve ne yazık ki 45.419 kişinin ölümüne neden olmuştur. Ayrıca COVID-19 pandemisi, az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde daha fazla olmak üzere küresel çapta da ekonomik krize yol açmıştır. Dünya genelinde işsizlik ve hastalık nedeniyle çalışmama, dolayısıyla yoksulluk artmıştır. İşsizliğin, maddi zorlukların ve sosyal streslerin, alkol ve tütün tüketimini arttırdığı da bilinmektedir. Pandemide tütün endüstrinin taktikleri Pandemi sürecinde tüm dünya, hastalık, ölüm, işsizlik ve ekonomik krizle boğuşurken tütün endüstrisi bu süreci kendi lehlerine çevirmek için çeşitli pazarlama taktiklerini kullanmaya devam etmişlerdir. Ekonomik olarak zor durumdaki ülkelere “İnsanlığa Hizmet ” adı altında kişisel koruma ekipmanı, antiseptik solüsyon, yoğun bakımlara ventilatör ve para yardımı yapmışlardır. Tütün firmaları, pandemide ülkemizde de hayırsever görüntüsü yaratmaya çalışmışlar ve “Biz Bize Yeteriz Türkiye” Milli Dayanışma kampanyasında çok yüksek bağışlar yapmışlardır. Oysa ülkemizin taraf olduğu Tütün Kontrolü Çerçeve Sözleşmesi (TKÇS) madde 5,3 halk sağlığı politikalarının tütün endüstrisi çıkarlarından korunmasını ve tütün endüstrisinden bağış ve yardım alınmamasını gerektirmektedir.

Tütün endüstrisi, SARS-CoV-2 enfeksiyonu ve sigara konusunda yanlı çalışmalar ile bilimi de yanıltmaya çalışmıştır. Endüstri bağlantılı yayınlarda nikotinin ACE-2 reseptörleri üzerinde koruyucu etkisi olabileceği ve hatta tedavide de kullanılabileceği iddia edilmiştir. Bu yolla ulusal ve uluslararası medya gündeminde kalmayı da başarmışlardır (5-8). Fakat yapılan pek çok bilimsel araştırmada tütün kullanan hastalarda SARS-COV-2

yeni koronovirüs enfeksiyonuna bağlı şiddetli hastalık ve ölüm gelişme riskinin daha yüksek olduğu gösterilmiştir (9,10). Nikotinin, SARS-CoV-2'nin reseptör olarak kullandığı ACE-2 reseptörlerinin ekspresyonunun artmasına ve bu yolla hem enfeksiyon riskini hem de şiddetli hastalık riskini arttırdığı düşünülmektedir (11, 12). Dünya Sağlık Örgütü de sigara içenlerin ellerini sıklıkla dudaklarına götürdükleri için SARS-CoV-2 virüsü ile daha çabuk enfekte olabileceklerini; akciğer kapasitelerinin azalmış olması nedeniyle de hastalığı daha ciddi geçirebileceklerini belirtmektedir. Sigara içen ve SARS-CoV 2 virüsü ile enfekte olan kişiler, sigara dumanı ile hastalığı başkalarına bulaştırma riskini de arttırmaktadırlar. Ayrıca Dünya Sağlık Örgütü, nargile gibi ortak alanlarda paylaşılarak kullanılan tütün ürünlerinin de virüsün bulaşmasını arttırdığını bildirmektedir. Tütün kullanımı, KOAH ve akciğer kanseri gibi solunum sistemi hastalıklarının yanı sıra kalp damar hastalıklarının riskini de belirgin oranda arttırmaktadır. Bilindiği gibi COVID-19 enfeksiyonu da öncelikle akciğerler ve kalp damar sistemine doğrudan zarar vermektedir. Dolayısıyla, tütün ürünü kullanımına bağlı gelişen bu hastalıklar, ağır COVID-19 için doğrudan birer risk faktörü oluşturmaktadır. Ayrıca tütün ürünü kullanımı, tüm diğer enfeksiyon hastalıklarında olduğu gibi, vücudun bağışıklık yanıtını farklı mekanizmalarla zayıflatarak, solunum yolu enfeksiyon riskinde artışa da yol açmaktadır. Sonuç olarak, sigara kullanımı, COVID-19 hastalığının ağır seyretmesi, solunum cihazına bağlanma ve ölüm için net bir risk faktörü olarak tanımlanmıştır.

Yeni Koronavirüs Hastalığında endüstrinin bir diğer taktiği ise biyo-teknoloji ve farmasötik şirketlere yatırım yaparak COVID-19 araştırmalarına katılmaktır. Kentucky BioProcessing (KBP) firması tütün endüstrisine aittir ve tütün bitkisinden Covid-19 virüsüne karşı aşı üretimi üzerinde çalışmaktadır. KBP tarafından tütün bitkisi bazlı teknolojiyle geliştirilen aday aşı, maalesef ABD Gıda ve İlaç İdaresi (FDA) onayı alarak klinik deneylere geçen aşılar arasında yer almaya hak kazanmıştır. Aşıdan kar amacı gütmeyişini ifade eden tütün endüstrisi, geleneksel yöntemlerle aylarca süren aşı üretimini, tütün bitkisi kullanarak geliştirdikleri yöntemle 6 hafta gibi kısa bir sürede tamamlayabileceklerini söylemektedirler. Bu aşının genellikle soğuk ortam gerektiren geleneksel aşılardan aksine oda sıcaklığında stabil kalabildiğini ve en önemlisi de tek bir dozuyla etkili bir bağışıklık sağlayabileceğini iddia etmektedirler. Bir yıldır bütün dünyada bilim insanlarının ideal aşı üretmek için gece gündüz gösterdikleri çabayı hiçe sayarak ideal aşırı bulduklarını ifade etmeleri aslında gerçeklikten ne kadar uzak olduğunu göstermektedir.

Türkiye’ de Tütün Kontrolü

Küresel Yetişkin Tütün Araştırmasına göre (2016), 2012’den sonraki dört yılda Türkiye’de tütün kullanım oranı hem erkek hem de kadınlarda artmıştır. Bu durum Türkiye’de sigara iç satışının artmasının bir yansımasıdır. Sigara iç satışı 2012 yılında 99.257.052.660 adet, 2016 yılında 105.488.652.808 adet iken 2020 yılına gelindiğinden 117.911.206.640 âdete yükselmiştir. Ne yazık ki 2016 yılından 2020 yılına geldiğimizde sigara iç satışının artmaya devam ettiği görülmektedir. Ülkemizde tütün kullanımının gelirle negatif, benzer biçimde sigara bırakma başarısının da gelirle pozitif korele olduğu gösterilmiştir (18). Bu doğrultuda ülkemizde 2020 yılındaki sigara iç satışı ve sigara kullanımındaki artışın pandemi ile birlikte ortaya çıkan işsizlik ve gelir kaybı ile ilişkili olduğunu ön görebiliriz

Küresel Yetişkin Tütün Araştırması (2016), 2012 yılına göre Türkiye’de sigara bırakmanın %27,2’den %13,6’ya, sigara bırakmayı düşünmenin %55,2’den %32,8’e, televizyon ya da radyoda sigara karşıtı uyarı görmenin %92,0’dan %73,7’ye, sigara paketleri üzerinde sağlık uyarısı görmenin %94,3’den %83,3’e gerilediğini görülmektedir (18, 19). Yeni Koronavirüs Hastalığı, milyonlarca tütün kullanıcısının bırakmak istediklerini söylemesine neden olmuştur (20). Ancak pandemi dönemi elektif sağlık hizmetlerine ara verildiği için sigara bırakma müdahalelerinde aksamlar görülmüştür.

Sonuç olarak;

Tütün kontrolünde başarı elde edebilmek için sağlık politikaları, sağlığın sosyal bileşenlerini iyileştirmeye yönelik düzenlenmelidir. Tütün endüstrisinin satışlarının devamlılığını sağlayabilmek için insanların hayatlarını hiçe sayarak; pandemide olduğu gibi her ortamda; sigara, elektronik sigara, nargile, elektronik nargile, ısıtılmış tütün ürünleri gibi geniş bir yelpaze ile insan sağlığına karşı çalıştıklarını unutmamalıyız. Yeni Koronavirüs Hastalığı tütüne maruz kalan bireylerde daha ağır seyrettiği, viral bulaşın daha fazla olduğu kanıtlanmıştır. Sigara içmenin ayrıca iyileştirmeyi geciktirici etkisi de vardır. Bu nedenle COVID-19 geçiren kişilerin asla sigara içmemeleri gerekmektedir. Pandemiye sigara içen kişiler sigara bırakma için fırsata dönüştürmelidir. Pandemi nedeniyle geri plana itilen sigara bırakma müdahalelerine tüm sağlık kuruluşlarında yeniden öncelik verilmesi gerekmektedir.

DUYU BÜTÜNLEME TERAPİSİ

DUYU BÜTÜNLEME NEDİR?

Duyu bütünleme, vücudumuzdan ve çevreden alınan duyu bilgisinin alınıp, anlamlandırılıp buna uygun davranışın oluşturulmasıdır. Duyu bütünleme teorisi; çevremizle olan etkileşimimizde vücudumuzu etkili bir şekilde kullanabilmemizi sağlamak için vücudumuz ve çevremizden gelen duyuları yöneten nörolojik bir süreçtir. Beyin bu işlemi günlük yaşam aktivitelerinde kullanır.

Duyu bütünleme bir başka deyişle; duyu deneyimlerimize verilen anlamlı ve amaca yönelik cevaplar oluşturmak için; vücuttan ve çevreden alınan duyu bilgisinin anlamlandırılmasıdır.

Öğrenmenin gerçekleşebilmesi için anlamlı aktivite ile beyni geliştirerek duysal motor gelişimi sağlamaktır. Duyusal motor gelişim için bireyin çevre ile iletişim halinde olması gereklidir. Doğru iletişim beyin gelişimini şekillendirdiği ve sinir sisteminin değişme kapasitesini sağladığı için duyu bütünleme tedavisinde anlamlı duyu-motor aktivite önemlidir. Duyu bütünleme terapisi 1960 lı yıllarda Amerikalı doktor J.Ayres tarafından, University of Southern California 'da yapılan araştırma ve çalışmaların ardından uygulamaya konulmuş, devam eden süreçte tün dünyada, çocuklar için, özellikle otizm başta olmak üzere birçok problemin çözümünde oldukça önemli bir terapi yöntemi olarak uygulanmaya başlanmıştır.

Duyu Bütünleme Bozukluğu Kimlerde Görülür?

- Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu
- Öğrenme güçlüğü olan çocuklar
- Otizm (yaygın gelişimsel bozukluklar)
- Serebral Palsi
- Gelişim gecikmesi (ince motor bozukluk, kaba motor bozukluk, görsel motor bozukluklar, koordinasyon bozuklukları)
- İşitme dil konuşma bozuklukları
- Erken doğumdan kaynaklı gelişim gecikmesi
- Genetik bozukluklar, kromozomal bozukluklar

Duyu Bütünleme Bozuklukları Nasıl Tedavi Edilir?

Terapi öncesi duyu bütünleme problemleri; duysal sistemler göz önünde bulunarak duyu işleme problemleri ve bu problemlerin günlük yaşam aktivitelerine etkileri değerlendirilir. Terapide ilk olarak çocuğun içsel motivasyonun dengede olması, aktif katılması ve uyaranları tolere edebilir halde olması gerekir. Çocuğun aktif katılması her zaman öğrenmeyi kolaylaştırır. İletişim ve oyun süresince öğrendiği bilgileri günlük yaşam aktivitelerine kolay adapte eder. Duyusal uyaranlar her zaman çocuğun bireysel ihtiyaçlarına göre duysal stratejiler kullanılarak planlanır ve uygun duysal diyet seçilir. Her çocuk birbirinden farklı olduğu gibi farklı duysal özellikler gösterir. Bu yüzden farklı müdahale planları içerir. Tedavinin evde de etkin bir şekilde sürdürülmesi için aileye eğitim verilir ve yine çocuğun duysal özelliklerine göre ev, okul ve oyun ortamı düzenlemesi yapılır.



ÖZEL ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ YAŞAYAN ÇOCUKLARIN ÖĞRETMENLERİNE ÖNERİLER

Özel öğrenme güçlüğü olan öğrenciler genel olarak okuma, yazma ve matematik becerilerinde zorluk yaşamaktadır. Bu öğrencilerin derslerde yaşadıkları sorunlar öğrencinin motivasyonunu ve kendine olan güvenini de olumsuz etkilemektedir. Sadece akademik alanla sınırlı kalmayan bu sorunlar ileride başka problemlere yol açmaması ve başarısızlığın önlenmesi için öğrencilere yönelik bazı düzenlemeler yapılabilir. Bu düzenlemeler şu şekilde olabilir:

- Öğrencinin yazı tahtası ve öğretmene yakın oturması sağlanmalıdır. Ön sırada oturtmak, öğretmen ve dersi takip açısından çocuğa kolaylık sağlayacak, dikkatinin dağılmasını önleyecek, derse aktif katılımını sağlayacaktır. Yazı tahtasına yazılması gereken fazla bilgiler bölümlere ayrılarak, renkli tebeşirlerle yazılmalı ve önemli yerlerin altları çizilerek belirtilmelidir.
- Öğrenme güçlüğü çeken öğrencinizin fiziksel hareket ihtiyacını gidermek adına; öğrenciye fırsatlar ve sorumluklar vermek, öğrenciyi pasifize etmeden hareketliliğini işlevsel hale getirecektir. Örn; tahtayı sildirmek, ders sırasında kullanılan materyalleri toplattırmak...
- Özel öğrenme güçlüğü olan öğrenciler mümkün olduğunca güdülemesi yüksek öğrencilerle yan yana oturabileceği veya anlamadıkları yerleri sorabilecekleri öğrencilerle eşleştirilebilirler.
- Özel öğrenme güçlüğü olan çocuklar genellikle kısa süreli ve işleyen bellek kullanımında zorluk çekerler. Yani aynı anda bir veya ikiden fazla şeyi akıllarında tutmakta zorlanırlar. Eğer ödev veya kendilerinden istenen çalışma çok uzunsa ve açıklama kısmı fazla ayrıntılı veya

karışıkça, gerekli bilgilerin tamamını akıllarında tutmakta güçlük çekeceklerdir. Bu nedenle, yapacakları çalışma küçük adımlar haline getirilmelidir.

- Her bir adımda ne istendiği açık bir şekilde gösterilmeli ve adımlar birbiri ardına sıralanmalıdır. Böylelikle çalışma iyi yapılandırılmış ve düzenleme konusunda öğrenciye kolaylık sağlamış olacaktır.
- Okunan bir parçayı izleme sırasında oluşan satır takibinde zorlanma, satır atlama gibi problemleri gidermek için öğrencinin parmağıyla ya da kitap ayracı, kart gibi materyallerle yazı takibi yapmasını destekleyin.
- Özel öğrenme güçlüğü olan bireyler için öğrenimleri sırasında belirlenen hedeflere ulaşmaları ve başarı duygusunu yaşamaları önemlidir. Etkinlikler, eğitim araç ve gereçleri bireyin gelişim özelliğine ve ilgisine uygun olarak kolaydan zora, resimden yazıya doğru hazırlanmalıdır.
- Öğrenciler genellikle okurken zorlandıkları ve bazen de heceledikleri için sesli okuma özgüvenlerinin zedelenmesine neden olarak, çocuktaki motivasyonu etkileyebilir. Bu gibi durumlarda; öğrenci sınıfta yüksek sesle okumaya teşvik edilmemeli veya öğrencinin kendi seçeceği bir okuma parçasını evde çalıştıktan sonra okuması sağlanmalıdır.
- Özel öğrenme güçlüğü olan öğrencilerin daha kolay ve akıcı okuyabilmeleri için bol bol okumaları gerekir. Akıcı okuyabilmenin bir yolu daha önce okumuş oldukları kitapları yeniden okumalarıdır.



- Çarpım tablosunu şarkı söyleyerek çalışmak çocuklar için eğlenceli bir aktivite olabilir. Özellikle küçük çocuklar için çok etkili bir yöntemdir ve iyi sonuçlar alınır. Ayrıca özel öğrenme güçlüğü olan öğrencilerin ezberlemek zorunda kaldıklarında yaşadıkları gerginliği de ortadan kaldırır.
- Özel öğrenme güçlüğü olan öğrenciler, soyut matematiksel kavramları algılamakta güçlük çekerler. Yeni kavramları hatta basit matematik problemlerini açıklarken bile somut örnekler verilmelidir.
- Öğrencilerin matematik problemlerindeki çözüm yollarını sözel olarak ifade etmeleri veya problemleri zihinden çözmeleri teşvik edilmelidir.
- Bir şeyi yapmak, onu duymaktan daha iyidir. Özel öğrenme güçlüğü olan çocuklar genellikle deneysel yolla daha iyi öğrenebildiklerinden aktif öğrenme yönteminin kullanılması gerekir. Pasif öğrenme şekli onlar için etkili bir yöntem olamayacaktır. Bu nedenle verilen ödev ve sınıf çalışmalarının bir şey yapmak ve inşa etmek üzerine kurulması gerekir. Drama, oyunlar ve grup aktiviteleri ile sonuç alınabilir çünkü öğrenciler aktif olarak öğrenirler.
- Başarıları değerlendirilirken, mümkün olduğunca sınavları çoktan seçmeli hazırlamaya ya da sözlü sınavlarla değerlendirme yapmaya özen gösterin, açık uçlu klasik sorularda oldukça zorlanabilirler ya da soruyu anlamakta zorluk çekebilirler.

SELEKTİF MUTİZM

Latince ,mutus kelimesinden gelen mutizm, sessiz, suskunluk anlamına gelir. Selektif mutizm (seçici konuşmamazlık) genellikle çocuk yaşta kendini gösteren bir rahatsızlıktır. Bu yüzden çocukluk hastalığı olarakta adlandırılır. Bu rahatsızlık çok farklı şekillerde ortaya çıkabilir. Temelde selektif mutizm ve tümünden mutizm (toptan suskunluk, hiç konuşmama) olarak iki ana gruba ayrılır.

Mutistik çocuklar konuşabilme yeteneğine sahiptirler. Ama bu yeteneği kendileri için yabancı ortamlarda, belirli yerlerde ve/veya belirli kişilere karşı sergileyemezler. Dilsizleşirler, susarlar, taş kesilirler ve sonuçta sadece jest ve mimiklerle veya yazılı olarak anlaşma yoluna giderler. (Hartmann 1992 in: Katz-Berstein 2007)

Anaokuluna veya okula başlangıç çocuklar tarafından rahatsızlık verici bir durum olarak algılanabilir. Olabilir ki bazı çocuklar (ana) okulun ilk günlerinde tek bir kelime dahi etmezler. Bu durum illaki bir konuşma problemi olarak algılanmak zorunda değildir. Bunun, problem olarak görülebilmesi için sorunun uzun bir süre devam etmesi gerekir. Normal koşullar altında bu sürenin en az bir ay olması gerekir. Bu bağlamda selektif mutizmin tanımı tekrardan ve biraz daha ayrıntılı olarak yapmakta yarar var.

Eğer bir çocuk veya ergen alışlagelen bir zaman diliminden daha uzun bir sürede, belirli ortamlarda ve/veya belirli kişilere karşı, bu ortamlarda konuşulan dili yeteri derecede veya tamamen kullanabilme yeteneğine sahip olduğu halde konuşmuyor, susuyorsa bu kişide selektif mutizmden bahsedilebilir.(Bahr, R. in: Sprachjeilarbeit 1998 1, s29)

Yukarıdaki tanımlardan da anlaşılacağı üzere selektif mutistik çocuklar konuşabilme yeteneğine sahiptirler. Ancak belirtildiği üzere belirli ortamlarda veya belirli bir topluluğa karşı konuşmada tutukluluk gösterirler. Ama bu tutukluk çocuğun kendisini güvende hissettiği tanıdığı bildiği yakın çevresinde kendisini göstermez.

Bu durum genellikle ev ortamında gözlenir. Çocuk evde sular seller gibi konuşur. Çekingenlik veya utangaçlıktan tutukluktan eser dahi yoktur. Bir annenin şu satırları yukarıda anlattıklarımıza biraz daha açıklık getiriyor. (Anne: ... Ama okulda hiç konuşmuyormuş.. Hatta benimle bile okulda konuşmuyor... Okulun kapısından çıkar çıkmaz konuşmaya başlıyor... Öğretmenlerin dediği her faaliyete katılıyor, her şeyi yapıyor ama lider olmuyor ve de konuşmadan kafa sallayarak ya da göstererek işini hallediyor...) Bilinen bazı vakalarda, evde çocuğun tanımadığı kimselerin bulunması veya çocuğun sık görüşmediği akrabalarının ziyarete gelmesi durumunda çocukların mutistik davranışları gösterdiği gözlenmiştir. Bunun nedeni çocukların bu kişileri de kendileri için yabancılar sınıfına koymalarıdır.

Selektif mutistik çocuklar konuştukları kişileri veya kendilerini ifade ettikleri ortamları bilinçsiz olarak seçerler. Genellikle ortamı veya kişiyi seçme özgürlüğü söz konusu değildir. Çocuklar konuşmadıkları ortamlarda kendilerini mimikleriyle veya yazılı olarak ifade etme yoluna giderler. Fakat yine de çocuğun genelde kendini ifade etme şekli güvendiği ortamlar dışında ciddi bir şekilde rahatsızlıktan etkilenmiş olabilir. Örneğin çocuk suskunluk teması açıldığında başını önüne eğer, vücudunu yan tarafa çevirir veya katı bir şekilde hareket etmeden durabilir.

Selektif mutizm ortaya çıktığı yaş grubuna göre iki gruba ayrılır.3-4 yaşları arasında suskunluk gözleniyorsa erken dönem selektif mutizmi, 5 yaşlarından itibaren gözleniyorsa geç/okul mutizmi olarak da adlandırılır. Yaşlar arasındaki geçiş, bozukluğun çocuğun yaşamındaki değişikliklerin onun için ,yeni olması ve bununla beraberinde adaptasyon ve entegre olmak zorunluluğu anlamına geldiği ipucunu veriyor.

Total Mutizm (Toptan Suskunluk, Hiç Konuşmama)

Total mutizm genellikle yetişkinlerde görülür. Selektif mutizmin tersine kişilerin kendilerini sözler olarak ifade ettikleri herhangi bir ortam, kişi veya kişiler yoktur. Bununla kastedilen, total mutist olan kişiler yaşamın her alanında ve ilişkide oldukları hiç kimseyle (tanıdık veya yabancı) konuşmazlar. İletişim, eğer varsa, sadece yazılı olarak yapılır. Total mutizm belirtildiği gibi çoğunlukla yetişkinlerde görülür ve psikolojik veya psikiyatrik nedenlere bağlıdır.

Hangi Yaş Gruplarında Görülür?

Normalde selektif mutizm ilk olarak anaokulunda kendini gösterir. Ama selektif mutizmin işaretlerini daha önceki dönemlerde görmek mümkündür. Anaokulundan önceki dönemde çocuğun komşu ziyaretlerinde veya oyun parkındaki içine kapanık ve sessiz davranışları çoğunlukla utangaçlık olarak yorumlanır. Bu davranış çocuk doktoruna yapılan ziyaretlerde de kendini gösterir. Burada çocuklar alışılmadık bir şekilde sessiz ve sıkılmadan uzun bir süre oturur ve beklerler. Burada çocuk, doktorun direktiflerini takip etmez, halbuki evde tam tersine bir eğilim içindedir. Hareketlidir, konuşkandır ve yerinde durmaz. Ama anaokulunda belirli bir alışkanlık süresinden sonra (en az bir ay) çocuk günlük aktivitelere katılabilmeli ve diğer çocuklarla veya öğretmeniyle herhangi bir formda diyaloga geçebilmelidir. Eğer bu gerçekleşmezse genelde anne-babalar öğretmenler tarafından uyarılırlar.

Mutistik davranışlar, daha doğrusu seçici veya tümünden mutizm, yuvada, anaokulunda, ergenlikte veya yetişkin yaşlarda ortaya çıkabilir. Yetişkin yaşlardaki mutismus çoğunlukla psikiyatrik bozukluklarla bağlantılıdır. Herhangi bir bozukluğun nedenlerini açık ve net bir şekilde söylemek her zaman kolay değildir. Çünkü basit bir nedenden yola çıkılamaz. Çoğu rahatsızlıklar farklı nedenlerin birbiriyle etkileşimi sonucunda meydana gelirler. Selektif mutizmin ortaya çıkmasında rol oynayabilecek bazı faktörler aşağıda sıralanmıştır. Ama kesinlikle bunlar yalnız başına bu bozukluğun ortaya çıkmasından sorumludur diyemeyiz. Bu faktörler, bazı vakaların ortaya çıkmasında bir rol oynayabilirler ama hepsinde aynı sorumluluğa sahip değildirler.

- Göç
- Ailedeki suskunluk, özellikle annedeki sessiz, içine kapanık ve utangaç yapı
- Ailedeki psikolojik bozukluklar, öncelikle anne-babadakiler
- Ailede kaba dayak ve cinsel istismar
- Ailenin sosyo-ekolojik yapısı
- Abartılı derecede özenli ve titiz aileler; aşırı kaygılı ve koruyucu anne-baba
- Ebeveynlerdeki konuşma bozuklukları ve/veya şiveli konuşma
- Uyarıcılardan noksan dil ve konuşma çevresi, bu yüzden dışarda zorlayan iletişimsel taleplerin karşılanamaması
- Çevreden izole edilme
- Ağır gelen yaşamsal olaylar, örneğin sevilen bir yakının ölmesi, anneden ayrılık veya özgüveni zedeleyici olaylar
- Çekingenlik daha doğrusu tutukluk
- Bu iki farklı şekilde gözlenebilir!
 - Olumlu anlamda yabancılara karşı bir çekingenlik
 - Ve reddedilme sonucunda edinilmiş deneyimler ile oluşan tutukluk, korkma veya utangaçlık.

Bu durum belirli bir güven ortamı yaratıldıktan sonra bile ortadan kalkmaz.

- Biyolojik stresörler: yaralanmalar, hastalıklar, çirkin olduğunu düşünme, gelişim bozuklukları

GÜDÜLENME VE SORUMLULUK

Evde sürekli derslerini takip etmeye çalışıyor musunuz? Derslerinizin takip edilmesi gerekiyor mu birileri tarafından?

Siz söylemeden ders yapmıyor mu?

Sürekli takip etmeniz gerekiyor, hemen sıkılıp bırakıyor mu?

Öyleyse buyurun yazımıza.....

Ama unutmayın anlamak başlangıçtır, uygulamaya dökülmeyen bilgi gösteriştir, süstür. İçmediğiniz ilaca sahip olmak ağrılarınızı geçirmez.

Öğrencilerin uzaktan eğitime geçildiğinde birden farkına vardığımız aslında zaten var olan çok önemli bir konudan bahsedeceğim bu hafta. Çocuklarımızın evden eğitimde derse düzenli girme, kendi başına ders çalışma ve bunu düzenli bir şekilde devam ettirme becerilerinde eksikliği fark etmeyen yoktur.

Neden ders vaktini takip etmiyor, sınava girecek neden ders çalışmıyor, odasını toplamıyor daha neler neler . Bu çocuklar neden yapmaları gereken şeyleri yapmıyorlar bilmelerine rağmen. Bu davranışları etkileyen bir sürü etken vardır: ortam, çocuğun karakteri, ilgisi, ihtiyaçları... ben bugün sizlere bu nedenlerden olan ve aslında biraz yardımcı da olabileceğimiz etkenlerden bahsedeceğim. GÜDÜLENME ve sorumluluk.

GÜDÜLENME: Kişinin bir işi yapmak için harekete geçmesi kısaca. GÜDÜLENME içten ve dıştan olmak üzere ikiye ayrılırlar.

İçten güdülenme: başka bir kişiye gerek duyulmadan kişinin kendi iradesiyle eyleme ve eylemi devam ettirmesidir.

Dıştan güdülenme: Kişinin eyleme geçebilmek ve devam ettirebilmek için başka kişilerin varlığı ve desteğinin gerekli olduğu durumdur. İçten güdülenen kişiler kendi başlarına karar alıp, onun için harekete geçme ve süreklilik gösterme konusunda başarılıdır. Başkalarına ihtiyaç duymazlar. Hayatta daha başarılı olan insanlardır.

Dıştan güdülenme ise kişiler kendi başlarına bir işe girmeye çekinirler. Öğretmeni ya da ailesinin kendisini yönlendirmesi ile eyleme geçerler. Motivasyonları dışa bağımlıdır. Çabuk sıkılırlar dıştan sürekli destek, övgü yada ödül beklentisi taşırlar. Yapılan işi yapması gerektiği için yapılan bir iş olarak görmez. Dıştan motivasyona sahip çocuklar ya da kişiler sorumluluk almazlar, dışa bağımlı olduklarından başarıları çevrelerindeki insanların destek ve gayretine bağlıdır. Bu da süreklilik arz edemeyeceği için uzun vadeli işlerde çabuk bırakırlar. Tabiri caizse bir işe Türk gibi başla Alman gibi bitir sözündeki Türklerdir. Çok gaza gelerek işe başlarlar ve gaz bittiğinde motor stop eder. Çekme suyla değirmen döndürmeye benzeyen bu süreçte dıştan güdülenen kişiler değirmen rolündedirler. Su çeken oldukça döner ama sürekli kendisini takip eden ona konuyu işi eğlenceli hale getiren, onu pohpohlayan, istediğinde ödüllendiren birileri olduğu müddetçe bu tarz bir ilişki uzun sürmez ve çarklar dönmeyi bırakırlar. Hemen moralleri bozulur hemen sıkılır ve hemen bırakırlar.



A: Ders çalışmayı kendisi yapan, siz çalışma kendini bu kadar yorma kendini yıpratma dediğiniz halde kendisi çalışma davranışını devam ettiren, araştıran kendi karar veren ve sürdüren, sorumluluklarına göre davranış gösteren başkalarının söylemesine gerek duymadan işlerini halleden tipte biriyseniz içten güdülenenlerdensiniz.

B: Ders çalışmayı sıkıcı bulduğu için girmeyen ve öğretmenlerin eğlenceli hale getirmesi gerektiğini düşünüp sorumluluk almaya yanaşmayan, yapamazsın denildiğinde hemen bütün motivasyonunu kaybeden ve tüm çalışmayı bırakan, sürekli bir şeyler yapabilmek için dışa bağımlı ve desteğe ihtiyaç duyan tip ise dıştan motivasyona sahip çocuklardır.

Bu işin önemli bir yanı da sorumluluk ve tercih kısmıdır.

Sorumluluk: kişinin kendinin veya dahil olmayı seçtiği herhangi bir olayın sonuçlarını üstlenmesidir

Yapmadığı bir şeyden sorumlu tutulabilir mi insan? .hem bu tercih dedikleri de ne! Sözlük anlamını bir kenara bırakırsak tercih: eyleme yönelik tavrımızdır, yap ya da yapma fark etmez. Bizler tercihi eyleme dahil olma olarak değerlendiriyoruz ama durum öyle değil. Bir seçim durumuyla karşı karşıya kaldığımız her ayırım bir tercih bir karar sürecidir. Eyleme dahil olmak da olmamak da tercihtir. Biz tercih yapmışızdır artık. Peki, sorumluluk bu sürecin neresinde devreye girer. Kimleri kapsar? Sorumluluk dedikleri nedir? Tercih yapılan her durum her ayırım yerini sorumluluğa bırakır. Tercih yapan herkesi kapsar sorumluluk. Sorumluluk dedikleri tercihten farklıdır. Yapmama tercihi sunulmaz bağlayıcılığı vardır kişi için, kendisinden sonra gelenlere evet demiştir başta. Etkinliğe katılanlar eseri yazma, toplantılara katılma, zaman ayırma, sonuna kadar başladığı işi götürme tercihini yapmış ve bunun sorumluluğunu üstlenir mesela.

Etkinliğe katılmayanlar ise sonradan dâhil olmamayı, eserde yer almamayı seçmiş ve kendi adının geçtiği bir eserde yer almama sorumluluğunu üstlenmiştir. Tercihler özgürdür, istediğimizi yapabiliriz. Fakat sorumluluklar bağlayıcıdır.



Kitap okuruz ya da okumayız, ders çalışırız yada çalışmayız, severiz ya da sevmeyiz.... Ama sürekli seçeriz. Seçmeyi severiz, tercihi gönlümüzü eyler gibi yaparız, dün istiyordum ama bugün canım istemiyor deriz bencil küçük çocuklar gibi. Ama tercihin sorumluluğa yerini bıraktığını düşünmeyiz çoğu zaman. Söz vermektir tercih, ben hayatıma bu şekilde devam etmek istiyorum ve bu sebeple gelecek olanı kabul ediyorum demektir. Zordur ama gereklidir de ne demiştik tercih yapmamak da aslında bir tercihtir. Karar verirken ya da vermemeyi tercih ederken bu söylediklerim aklınıza gelir ve yapmak ya da yapmamayı bilerek seçersiniz umarım.

Bizler bu kavramları biliriz ama uygulamaya dökabilen kişiler çok daha az sayıdadır. Çocuklarımıza sorumluluk kavramını öğretmeyiz kendisinin yaşla beraber öğrenmesini bekleriz. Sorumluluk, özgüven ve kendi başına karar alabilen bireylerin 18 yaşını geçince otomatik olarak gerçekleşmeyeceği gerçeğini artık kabul edip sorumluluk alma zamanının geldiğini sizler de düşünmüyor musunuz?



Sorumluluk sonradan öğrenilen bir beceridir. Konuşmayı öğrenmek gibi diye düşünelim. Çevresinde kendisiyle konuşan kişi yoksa yada dilsiz ebeveynlerin çocukları olarak yetişen kişilerde konuşamama durumunun ortaya çıktığı araştırmalara bakıldığında görülecektir. Zaman içinde sahip oluyormuş gibi gelen bu beceriler her gün çocukla konuşulmasıyla ve sürekli konuşulan ortamlarda bulunması ile edinilen becerilerdir. Evin en küçük çocuğunun ekmek almaya göndermek gibi sorumluluk da zamanla kazandırılması gereken bir beceri. Sorumluluk kazandırmada yetişen, çocuk yaparken zaman kaybı oluyor ya da düzgün yapmadığı düşünülerek yapmasına müsaade edilmeyen aile çocukları bu haftaki konumuz.

İçten ve dıştan güdülenme de aile eğitimiyle keşfetmesine müsaade edildiğinde, hata yapsa da, düzgün yapmasa da yapmasına izin verildiğinde, denemek istediği bir şey olduğunda denemesi sağlandığında oluşan özelliklerdir. Kişi kendine güveniyorsa dener yanıldı ne yapabildiğini biliyor ise, istediğini yapmasına izin verilmişse, istediğini biliyor ve yeni şeyleri de istediğinde deneyebileceğini biliyorsa ve tabii tercih ve sorumluluk ayrımını bilen ve işin sadece tercihten ibaret olmadığını sorumluluğun işi sonuna kadar götürmek olduğunu biliyorsa o çocuk başarır. Siz yanında olmasanız kimse görmese de yine yapması gerekeni yapar. Bizim çocuklarımıza vermemiz gereken böyle bir eğitim topluma borcumuz da böyle çocuklar yetiştirmek.

Kimseye ihtiyaç duymadan başarabilen, içten güdülenen, sorumluluk bilinci olan çocuklar çocuklarımız.

Çocuk yetiştirmek birbiriyle bağlantılıdır, yanlış aile tutumu bizi buralara getirebilir, doğru iletişim ise bize çıkış yolunu gösterir.

Hepsi önemli ve hayat kurtarıcıdır, çocuklarınızın ve sizin hayatlarınız kurtarmaya değer mi?

ERGOTERAPİ NEDİR?

Ergoterapi, duyularımızdan gelen bilgileri (dokunma, duyma, görme, tat alma, koku, vücut pozisyonu, hareket ve denge) alıp bu bilgileri çevrenin gerektirdiklerine göre cevap verme amacıyla etkin biçimde kullanabilme becerisidir. Diğer bir adıyla duyu bütünleme de denir. Ergoterapi anlamlı ve amaçlı aktivitelerle sağlığı ve refahı geliştiren kişi merkezli bir sağlık mesleğidir. Ergoterapinin temel amacı kişilerin günlük yaşam aktivitelerine katılımını sağlamaktır. Ergoterapistler kişi ve toplulukların istedikleri, ihtiyaç duydukları veya kendilerinden beklenen aktiviteleri yapabilme becerilerini geliştirerek veya aktiviteyi ya da çevreyi kişilerin katılımını daha iyi sağlayabilecek şekilde düzenleyerek bu amaca ulaşırlar.

Ergoterapistler birebir kişilerle, gruplarla veya topluluklarla iş birliği içinde çalışmak için gerekli bilgi, beceri ve davranışlarla donatılan tıbbi, sosyal davranışsal, psikolojik, psikososyal ve ergoterapi bilimi alanında geniş eğitime sahiptir. Ergoterapistler, bir sağlık problemi nedeniyle vücut yapı ve işlevlerinde bozukluğu olan veya yer aldığı sosyal ya da kültürel azınlık bir grup nedeniyle toplumdan dışlanmış veya katılımı kısıtlanmış tüm kişilerle çalışır.

Ergoterapistler, katılımın kişilerin fiziksel, duygusal veya bilişsel yetenekleri; aktivitenin özellikleri veya fiziksel, kültürel, sosyal, davranışsal veya yasal çevre ile desteklendiği veya kısıtlandığına inanırlar. Bu nedenle ergoterapi toplumsal katılımı artırmak için kişi, aktivite, çevre veya bunların bazılarının veya hepsinin düzenlenmesi ile kişilerin yeterliğini artırmaya odaklanır.

Ergoterapi, ev, okul, işyeri, fabrika, sağlık merkezi, huzurevi, rehabilitasyon merkezi, hastane ve adli kurumlar gibi kamu, özel veya gönüllü kuruluşları içeren geniş bir yelpazede uygulama alanına sahiptir.

Ülkemizde, bireylerin toplum temelli uygulamalar yaygınlaşırken ergoterapistlerin de bu alanda aktif ve öncü rol oynamaları gerekmektedir. Müdahalelerini tasarlarken, bireylerin yanı sıra, sosyal ve fiziksel çevreleri, toplulukları ve politikaları değiştirebilecek hedefler belirleyebilmeli; ev, okul, işyeri ve toplumsal alanları içeren doğal çevresinde bireyin ve çevrenin kaynaklarını kullanarak sağlığı geliştirici, önleyici ve rehabilite edici yaklaşımlarla toplumsal katılımı desteklemelidirler. Bu hedefleri gerçekleştirebilmek için ergoterapistlerin, toplumların nasıl oluştuğu, nasıl yönetildiği, belirli bir toplumun kaynaklarının ve ihtiyaçlarının neler olduğu, değişimin nasıl başlatılacağı, bireylerin aktivite ve rollerini toplumun içerisinde nasıl sürdürdükleri ve toplum içindeki katılımı destekleyici ve engelleyici faktörlerin bilgisine sahip olması gerekir.

Ergoterapinin Amaçları:

- Engelli kişilerin bağımsızlığını, ev, sosyal ve iş yaşamlarının gereği rollerini kimseye muhtaç olmadan yapabilmelerini sağlamak
- Teknik, yasal ve davranış engellerini ortadan kaldırarak engelli kişilerin iş yapabilme potansiyellerini artırmak
- Engelli bireylerin iş bulabilmelerine yardımcı olmak ve Avrupa iş kazandırma stratejilerini ülkemizde uygulayabilmek
- Engelliler, sokak çocukları, alkol ve madde bağımlıları, şiddet gören kadınlar, AIDS'li kişiler ve yaşlıların aktivite ve rol performanslarını artırarak yeterliliklerini ve toplumsal katılımlarını sağlamak
- Anlamlı ve amaçlı fiziksel ve zihinsel ergoterapi aktiviteleri ile kişilerin yaşam stiliini değiştirmeyi içeren koruyucu stratejiler geliştirmek

OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME

DAVRANIŞ NEDİR?

Davranış, organizmanın göstermiş olduğu her türlü tepkinin adıdır. Düşünceler, duygular, yapıp edilenler davranış kavramı içinde değerlendirilecek tepkilerdir.

Davranışlar doğuştan ve öğrenme temelli davranışlar şeklinde ikiye ayrılabilir. Kalp atışı, nefes alıp verme gibi doğuştan getirdiğimiz davranışlar refleks davranışlardır ve öğrenmeden bağımsızdır. Herhangi bir konuda bilgi sahibi olmamız, sınava girdiğimizde kaygılanmamız, bisiklet sürmemiz vb. davranışlar öğrenme yoluyla elde edilen davranışlardır. Eğitim sisteminde daha çok öğrenme yoluyla elde edilen davranışlarla ilgilenilmektedir.

Bir davranışın ortaya çıkabilmesi için her şeyden önce o davranışın öğrenilmesi gerektiği açıktır.

Bununla beraber öğrenmek, davranışın meydana gelmesini gerekli kılmayabilir. Çünkü davranışın meydana gelmesi için, öğrenilmesiyle beraber, düşünce süzgecinden geçip, organizma tarafından benimsenerek özümsemesi de gerekir. Eğer öğrenilen davranışa karşı bireyin zihninde olumsuz bir yaklaşım varsa bu davranışın meydana gelmesi güçtür.

OLUMLU DAVRANIŞ NEDİR?

Kişinin kendisine, başkasına ya da herhangi bir nesneye zarar vermeyen davranışları olumlu davranıştır. Çocukların bu davranışları edinmesi ve yaşamına olumlu davranışları yansıtabilmesi çocuk yetiştirme sürecinde ailelerin ve okulun temel sorun alanlarından biri olabilmektedir.

Çocuğun gelişim dönemine uygun, toplum ve aile içinde isteklerini ve ya fikirlerini kırııcı olmadan ve inatlaşmadan sergilemesidir.

Çocuklar, kendine ilişkin olumlu davranışlar geliştirmeyi, toplumun sahip oldukları normları, çeşitli davranış kalıplarını ve her türlü bilgi ve becerilerin önemli bir kısmını aile ve eğitim kurumlarından almaktadır.

Çocuk dünyaya gözlerini aile içerisinde açmaktadır. Böylece doğumdan itibaren ilerleyen yaşıyla beraber kişinin; sosyal, psikolojik, fizyolojik vb. bütün ihtiyaçları ailede karşılanır. Söz konusu ihtiyaçların yerli yerinde karşılanmasının veya eksik kalmasının olduğu kadar, ailenin içerisinde bulunduğu ekonomik, sosyal, kültürel yapısının da çocukların davranışlarının şekillenmesinde müessir olduğu söylenebilir. Nitekim yapılan araştırmalarda çocuğun kötü beslenmesinin; kendini ifade edebilme, toplum yaşamında yer alabilme, toplumsal ve duygusal işlevleri yerine getirme vb. davranışlarda yetersiz kalmasına sebep olduğu belirtilir.

FARKLI YAŞAM ALANLARINDA OLUMLU DAVRANIŞLAR

Olumlu davranışların aile, arkadaş, okul yaşamı, sağlık gibi farklı alanlarda gösterilmesi çocuğun sosyal ve okul yaşamına uyumunu kolaylaştırabileceği gibi, psikolojik ve fizyolojik açıdan sağlıklı, başarılı ve sosyal becerileri gelişmiş bireyler olabilecektir. Olumlu davranışlarından bazıları aşağıda verilmiştir.

•Aile İçinde;

Aile üyelerine saygılı davranmak

Aile içinde kararlar alma süreçlerine katkı sağlamak

Aile üyeleri konuşurken sabırla dinlemek

Yüksek sesle konuşmamak

Evdeki eşyalara zarar vermemek

•Arkadaşlar Arasında;

Arkadaşlara saygılı davranmak

Arkadaşlarla işbirliği yapmak

Arkadaşlarıyla alay etmemek

Arkadaşlarının haklarını korumak

Arkadaşlarına fiziksel şiddet uygulamamak

Problemleri konuşarak çözmek

Arkadaşları konuşurken sabırla dinlemek

•Okul Yaşamında;

Okul yaşamının sorumluluklarını bilmek

Ödevlerini zamanında bitirmeye gayret etmek

Sınav hazırlığını son zamana bırakmamak

Okuldaki eşyalara zarar vermemek
Kitap ve defterlerine zarar vermemek
Derste anında derse odaklanmak

•**Karakter ve Değer Alanında;**

Ülkenin değerlerini korumak
Ülkenin değerlerine saygı duymak
Sabırlı olmak

Cesaret göstermek

Dürüst olmak

Kendini doğru ifade etmek

•**Sağlık Alanında;**

Sabah kalkınca ellerini ve yüzünü yıkamak
Yemeklerden sonra dişlerini fırçalamak
Yeterli ve düzenli uyumak
Dengeli ve sağlıklı beslenmek

Teknoloji kullanımını kontrol edebilmek

Öfkesini kontrol edebilmek

Teşekkür ederim, merhaba gibi doğru iletişim
sözcüklerini sıkça kullanmak

**ÇOCUKLARDA OLUMLU DAVRANIŞ
GELİŞTİREBİLMEK İÇİN;**

1.KURAL KOY VE SINIRLARI BELİRLE

Her koyulan kuralın bir mantığı olmalı- sadece 'bu hep böyle' deyip kural konulmamalıdır. Aksi takdirde çocuğun davranışı benimsemesini beklemek haksızlık olur.

Bir çocuktan yapması beklenen şeyler, onun anlayabileceği bir dil kullanılarak ve basit şekilde ifade edilmelidir.

Kural Koyarken, Uygularken;

- Olumlu bir dil kullanarak kuralı tanımlayın- ne yapmamalarını değil, yapmaları gerekeni söyleyin. 'Başkaları konuşurken dinle.' gibi.
- Az sayıda kural ile başlayın. Örneğin, en önemli 6 kural.
- Çok fazla kural koymayın! Fazla sayıda kural koyarsanız çocukların bunları hatırlaması zorlaşır ve sırf hatırlayamadığı için kuralları uygulayamayabilir.
- Kuralı koyarken gerçekten gerekli olup olmadığını kendinize sorun.
- Özellikle ilk günlerde her gün kuralların üzerinden geçin.

• Kuralları görseller kullanarak görünür bir yere asın- örneğin her kural için bu kuralın uygulanırken çekilmiş bir fotoğrafı kartona yapıştırılarak sınıfta sergilenebilir.

• Kuralları uyguladıkça çocukları takdir edin. Örneğin: 'Ali ne güzel! Ege'yi dinledin.'

• Kurala uymayan bir çocuğa, kuralı sakın ama net bir şekilde hatırlatın. Davranışını değiştirmesi için fırsat verin.

• Kuralı bozan çocukları uyarmak yerine, kurala uyan çocukları takdir etmeye çalışın.

• Çocuklar zaman zaman kuralları bozabilirler- bu konuda sabırlı olun ve mükemmeli beklemeyin

2. HAYIR DEYİN

Yapılmaması gereken bir durumda hayır deyin. Ne kadar zor olursa olsun net olun ve kararlı olun. Siz ne kadar sakın ve net olursanız çocuğunuz da sizin ciddiyetinizin o denli farkına varacaktır.

Kontrolü kaybeder ne yapacağınızı bilemez ve net olmazsanız çocuğunuz da kontrolü kaybeder ve sizi zorlamaya devam eder.

3. TUTARLI OLUN

İlk ve ikinci seferde hayır dediğiniz bir şeye, dokuzuncu seferde de hayır demelisiniz. Net ve tutarlı olmak ebeveynler arasındaki iletişimde de çok önemlidir. Anne ve baba kararlarda ortak bir anlayışa sahip olmalı ve tutarlı olmalıdır.

4. OLUMLU DAVRANIŞI GÖR VE TAKDİR ET

Çocukların olumlu davranışlarına odaklanmanız ve onları takdir etmeniz çok önemlidir.

Genelde bize sorun yaratan davranışları görmek çok daha kolaydır. Olumsuz davranışlar sergileyen çocukların olumlu davranışlarını yakalamak çok daha önemlidir.

Takdir edilen davranışın tekrarlanma olasılığı yüksektir. Bu sebeple küçük sayılabilecek olumsuz davranışların görmezden gelinerek fark edilecek herhangi bir olumlu davranışın pekiştirilmesi takdir edilmesi çocuğun o davranışı daha sık yapmasını sağlayacaktır.

Çocuğunuzun iyi yönlerini, olumlu davranışlarını görmek için fırsatlar yaratın.

5. OLUMSUZ BİR DAVRANIŞTA KİŞİLİK İLE İLGİLİ DEĞİL DAVRANIŞLA İLGİLİ YORUM YAPIN.

Çocuğunuza kötü birisi olduğu için değil, bardağı fırlattığı için üzgün olduğunuzu açıkça belirtin.

Ona “sen kötü bir çocuksun,” yerine, “bardağını yere atma,” deyin.

Çocuğunuza kendisinin değil, yaptığının kötü bir şey olduğunu söyleyin.

Ona kötü, tembel, işe yaramaz ya da aptal gibi şeyler söylemeniz olumsuz sonuçlar doğuracaktır. Bu tür bir davranış her şeyden önce çocuğunuzun özgüvenini zedeler. Çocuk kendi değerini büyük ölçüde ana-babasının düşüncelerine göre oluşturur: Eğer, annem ya da babam benim kötü olduğumu düşünüyorsa, o zaman ben kötüyüm (aptalım ya da tembelim), diye düşünecektir. Hayatla başa çıkabilmek için çocukların mümkün olduğunca fazla güvene ihtiyacı vardır.

6. ÇOCUĞUNUZLA SADECE SORUN OLDUĞUNDA DEĞİL HER ZAMAN İLETİŞİM KURUN.

Bazı aileler genelde sorun yaratan davranışları daha çok gördükleri için evde genelde çocuk sorunlu davranışlarıyla gündem olabilir. Anne baba sorun olduğu durumlarda çocukla daha çok iletişime geçiyor ve diğer zamanlarda iletişim daha sınırlı oluyorsa çocuk için sorunlu durumlardaki ebeveynlerinin ona teması ve onunla iletişimi pekiştireç olabilir. Bu da çocuğun sorunlu davranışları sürdürmesine sebep olabilir.

Sadece sorunlar yaşandığında çocuğun evde görünür olması diğer zamanlar kendi haline bırakılması, yalnızlaştırılması ya da olumlu davranışların görmezden gelinmesi çocuğun olumsuz davranışı sürdürmesine sebep olur.

Bu sebeple çocukla her daim sağlıklı iletişim kurmak ve temasta olmak çok önemlidir.



7. SEÇENEKLER SUNUN

Çocuklar da yetişkinler gibi hayatlarında kontrol sahibi olmak isterler. Bu sebeple katı kurallar koymak yerine sizin için de makul olabilecek seçenekler yaratabilirsiniz.

“Uyumak istiyor musun?” yerine, “Şimdi mi, yoksa on dakika sonra mı yatmak istersin?” gibi. Böylece çocuğunuz hem biraz kontrol hissetmiş olur, hem de onu yatmaya kolayca ikna etmiş olursunuz.

Çocuğunuzun hayatında son söz size aitmiş onun söz hakkı yokmuş gibi davranırsanız sizinle inatlaşabilir ve olumsuz davranışlar sergileyebilirler. Bu sebeple onların da söz hakkına sahip olduğunu hissettirin ve belli sınırlar çerçevesinde seçenekler sunarak onun karar vermesini sağlayın.



8.CEVABINI BİLDİĞİNİZ SORULAR SORMAYIN:

Gerçekten bir karar vermesini istemediğiniz zaman ona soru sormayın.

Sorular çocuğunuza hayır deme fırsatı verir. “Oyuncaklarını toplamak ister misin?”, “Uyumak ister misin?” Bir düşünün; siz çocuk olsaydınız bu sorulara cevabınız kesinlikle hayır olacaktı.

O zaman çocuğunuzun cevabına uymaktan ya da emir vermekten başka çareniz kalmayacaktır.

9. CEZA UZUN VADEDE İŞE YARAMAZ!

Ceza vermek kızgınlık anında çözüm sağlamış gibi gözükebilir fakat uzun vadede o davranışı yok etmez ve doğru davranışı öğretmez.

Ona kendi kendine giyinmeyi, telefonda nasıl konuşacağını, markette nasıl davranacağını ve benzeri pek çok şey öğretmek zorundasınız. Bu oldukça korkutucu görünebilir.

10. CEZA YERİNE MAHRUM BIRAKMA YÖNTEMİNİ UYGULAYIN

Örneğin; “Yemek yerine gofret yemeyi seçemezsin, eğer gofret yemek istiyorsan önce yemeğini yemelisin,” gibi ya da “tablette oyun oynamak istiyorsan, önce okul ödevlerini bitirmen gerekli,” gibi.

Bu şekilde ceza yerine, ödülden mahrum bırakma yöntemiyle çocuğunuzun olumlu davranışı gerçekleştirmesi için ona fırsat yaratmış olursunuz. Bu noktada kararlı olmanız, çocuğunuzun ısrarlarına dayanabilmeniz ve kuralda sabit kalmanız önemlidir.

11. ÖFKENİN NORMAL BİR DUYGU OLDUĞUNU VE ÖFKE İLE BAŞ ETME YÖNTEMLERİNİ ONA ANLATIN

Nefes egzersizleri yapabilirsiniz birlikte.

10’dan geriye doğru sayma yöntemiyle ona sarılarak öfkeli olduğunda sakinleşmesini sağlayabilirsiniz. Bu şekilde ne kendine ne etrafına zarar veremeyeceği anlatılabilir.

12. ASLA ŞİDDETE BAŞVURMAYIN!

Çocuğunuza olumsuz davranışından ötürü şiddet uyguladığınızda ona, vurmanın bazen doğal olduğunu ve birinin istemediğimiz bir şey yapmasını engellemede etkili olduğunu öğretmiş olursunuz.

Çocuğunuzun benlik saygısının düşmesine sebep olursunuz.

Aynı zamanda çocuğunuzun sığınacağı bir liman olmaktan çıkar aranızda duvarlar örmüş olursunuz.

BOŞANMANIN ÇOCUK ÜZERİNDE ETKİLERİ

Evlilikte tarafların benzer aile yapısına ve geleneklere sahip olması, aynı ırk, din, mezhep ve toplumsal kesimden olması, yetiştirme şartlarında ve eğitimlerinde benzerlik olması anlaşma şartlarını arttırır. Dünya görüşlerinin, hayattan beklentilerin ve ahlak anlayışlarının benzeşmesi de tarafların anlaşma şartlarını arttırmaktadır. Öte yandan evlenmeye aday tarafların kişilikleri bakımından zıt özellikler göstermesi, birbirlerini tamamlamalarına veya telefî etmelerine yol açar ve böylece bir anlaşma zemini oluşur.

Evlilik öncesinde tarafların birbirini tanımadan acele karar vermeleri, ailelerin baskısı, cinsel beraberlikte anlaşmazlıklar ve maddî sıkıntılar gibi nedenler yüzünden ayrılık olabilmektedir. Ayrıca eşlerin birbirlerinden olan beklentilerden haberdar olmamaları, ama bu beklenti ve arzuların karşı tarafça bilindiğini varsaymaları da ayrılığa varan anlaşmazlıklar yaratabilir (Edmonson, 1988:24)

Ayrılık sırasında çocukların yaşları büyük olduğu ölçüde ayrılığın nedenlerini anlayabilirler. Okulöncesi dönemdeki çocuklar, anne babalarının boşanmalarının nedeni anlayamamaktadırlar. İlkokul çağındaki çocuklar anne- babalarının boşanmasında korku, kaygı ve üzüntü tepkileri göstermektedir. Çocuklar istenmeyecekleri, anne babanın onları koruyamayacağı korkusuna kapılarak üzürlüdürler.(Mağden ve Temel, 1991:36)

Ülkemizde boşanma gelişmiş batı ülkelerine kıyasla azdır. Boşanmanın genel nüfusa oranı on binde üç ile dört arasındadır. Boşanmalarının yarısından çoğu şehirlerde ve evliliğin ilk beş yılında ve çocuksuz ailelerde olmaktadır(Yörükoğlu, 1984: 85). Okulöncesi çağda ve ilkokuldaki çocuklar ayrılık sonrası bebeksî davranışlar göstererek kaybettikleri zannettikleri ilgiyi tekrar yakalamaya çalışırlar.

Ayrılık sonrası beslenme ve uyku bozuklukları görülebilir ve çocuk mutsuzluğunu açık şekilde belli eder. Boşanmış ailede çocukların önemli bir korkusu annenin yeniden evlenerek yabancı bir babanın eve gelmesidir. Erkek çocukların babanın kaybına neden olduğu için anneyi suçlayabilecekleri bildirilmektedir.(Ekşi, 1990: 39).

Boşanma sırasında çocuğun velayetinin kime verileceği, boşanmadan sonra ortaya çıkacak yeni durumun ne olacağı çocuklar için kaygı yaratan bir durumdur.

Çocuğunu belli aralıklarla gören ayrılmış eş, genellikle baba, çocuğuna karşı daha tavizkar onu hediyelere boğabilir. Bu durumda çocuk kendisine daha hoşgörölü davranan tarafa karşı daha sempati ile yaklaşacaktır. Bazı hallerde çocuğun beraber yaşadığı taraf genellikle anne ayrıldığı eşini çocuğuna kötülemekte ve çocuk da babasına karşı önyargılı olarak yetişebilmektedir. Boşanmadan sonra bazı durumlarda baba çocukları ile ilişkisini ya tamamen koparmakta veya çok seyrek görüşmektedir. Babanın bu ilgisizliğinin nedenini kavrayamayan çocuk, terk edilmiş olmanın acısını hissetmektedir.



Boşanmış ailede yetişen çocuk ve ergenler karşı cinsle ilgili özdeşim kuracakları modellerden yoksun olmadan dolayı cinsel kimlik geliştirmede bocalama yaşayabilirler. Ergenlik öncesinde ve ergenlikte anne-babanın boşanması gençte suçluluk duygusu doğurabilir. Boşanmaya kendisinin neden olduğu düşüncesi çoğu kez anne ve babanın ergene yönelttikleri suçlamalardan kaynaklanır. Boşanmış ailelerden gelen ergenler anne-babalarının ayrı olduğunu, en yakın arkadaşlarından dahi saklamakta ve bunun bilinmesini istememektedirler. Aile birliğinin bozulması ergeni derinden etkilese de ev dışında arkadaşlarıyla daha çok vakit geçirerek ve yeni uğraşlar edinerek ayrılığın etkisinde daha az kalabilirler.

Ebeveynlerden birinin veya her ikisinin yeniden evlenmesi çocuklarının yeni ebeveynine uyumunu gerektirir. Çocukların aileye girecek yeni bireyi kabul etmeleri için anne veya babaları tarafından hazırlanmaları ve üvey anne veya babanın üvey çocuklarına karşı olumlu tutumu, onların yeni duruma uyumunu kolaylaştıracaktır.

Boşanma Süreci çocuklara nasıl anlatılmalı?

- Ayrılık/boşanma kararları açıklanırken bunun karı-kocalık rollerinin bitişi olduğu uygun bir dille anlatılmalı ve anne-babalık rollerinin bir ömür devam edeceğinin altı çizilmelidir.
- Çocuklar annelerinin ve babalarının aileleriyle olan ilişkilerinin de aynı şekilde devam edeceğini bilmelidir. Çocuklara, anneanne, teyze, babaanne ve amca gibi yakın akrabaları ile olan ilişkilerinin de bitmeyeceğini bildirin.
- Çocuklar ayrılık kararının ardından derin bir üzüntü yaşayabilirler. Bu, doğal ve yaşanıp geride bırakılması sağlıklı ve gerekli bir duygudur. Bu yüzden çocukları, boşanma hakkındaki duygu ve düşüncelerini paylaşmaya teşvik etmek önemlidir ancak duygularını ifade etmesi konusunda baskıcı olmayın.
- Boşanma kararının bir suçlusu olmadığını bilmesini sağlayın.
- Her şeyi bir anda anlatmaktansa ayrı ayrı yapılan kısa konuşmalar çocuğun anlamasına ve anlatılanı işlemesine daha yararlı olabilir.



SORU-YORUM

Bireyselleştirilmiş eğitim programı (BEP)geliştirme birimi nedir? Kimlerden oluşur?

(1)Özel eğitim ihtiyacı olan öğrenciler için okulda BEP hazırlamak amacıyla BEP geliştirme birimi oluşturulur.

(2)BEP geliştirme birimi okul müdürü veya görevlendireceği bir müdür yardımcısının başkanlığında;

a) Rehberlik öğretmeni,

b) Öğrencinin sınıf öğretmeni,

c)Öğrencinin dersini okutan alan öğretmenleri,

ç) Öğrencinin velisi,

d) Öğrenciden oluşur.

(3)Gerektiğinde görüşlerine başvurulmak üzere, özel eğitim değerlendirme kurulundan bir üyenin BEP geliştirme birimine katılımı sağlanır.

(4)Mesleki eğitim veren özel eğitim okullarında eğitim ve öğretim hizmetlerini planlamak, izlemek ve değerlendirmek amacıyla BEP geliştirme birimine meslek derslerini okutan bir alan öğretmeni katılır.

Bu birimin çalışma usul ve esasları okul yönetimince belirlenir.



KAYNAKÇA

- Abaoğlu Hatice, Toplumsal Katılım ve Ergoterapi. Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 7(3) 2019, 187-192
- Bakan, P. Özel gereksinimli çocuk sahibi annelerin covid-19 pandemi deneyimlerine ilişkin görüşlerinin incelenmesi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2021.
- Cüceloğlu, D. (2013).İçimizdeki çocuk. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Çetinkaya, P, D., Bostan, P., Dilektaşlı, A,G., Salepçi, B., Küçük, F,Ç,U., Arpaz , S., Karadoğan , D., (2021). Pandemi ve Tütün Kontrolü. Sted . 30, 46-48.
- Disleksi ile Başa Çıkmak İçin 100 Pratik Öneri - Gavin Reid, Shannon Green
- Durmuş, A (Eds). (2021). Sigarın vücudun düşmanı. Yeşilay, İstanbul.
- Gaziemir RAM Çocuklarda Olumlu Davranış Geliştirme Bülten
- Gençtan, E.(1999). İnsan Olmak. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- [http: www.selektifmutizm.com](http://www.selektifmutizm.com)
- [http:www.downturkiye.org.tr](http://www.downturkiye.org.tr)
- [http:www. duyusalakademi.com](http://www.duyusalakademi.com)
- [http:www.rommer.com.tr](http://www.rommer.com.tr)
- <https://www.medaimyanikklinigi.com/>
- Kulaksızoğlu A, Ergenlik Psikolojisi, Remzi Kitabevi,13.Basım s: 91-92-93
- Kurt, A. Ve Kurtoğlu-Erden, M. "KORONAVİRÜS HASTALIĞI 2019 SÜRECİNDE ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLER." Milli Eğitim Dergisi 49.1: 1105-1119.
- Öğrenme Güçlüğü ve Özel Yetenek - Macid Ayhan Melekoğlu, Uğur Sak,
- Varış, Fatma.Eğitim Yoluyla Davranış Değiştirme.DergiPark
- Zigar, Z. (2019). Olumsuz bir dünyada olumlu çocuk yetiştirmek(Çeviren: E. Özlem Suer) Profil Kitapevi. İstanbul.

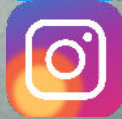
**GÜMÜŞHANE REHBERLİK VE
ARAŞTIRMA MERKEZİ**

**ADRES: İNÖNÜ MAHALLESİ AYDIN
DOĞAN KÜME EVLER NO: 32/3
MERKEZ / GÜMÜŞHANE**

**Telefon : 0 (456) 213 43 47
Faks : 0 (456) 213 25 73
E-posta : 254496@meb.k12.tr**



@gumushaneram



gumushaneram

İŞİMİZ GÜCÜMÜZ İNSAN