

can suyu

Ocak 2023



Babadagi Fethiye



03

“Helikopter Ebeveynliğin Çocuğun Öz güven Gelişiminde Rolü

“Çocuklarınıza yaşamdan söz edebilirsiniz, ama sizin söyledikleriniz yaşamın kendisi olamaz. Onlara gördüklerinizi gösterebilirsiniz ama elbet onların gördükleri farklı olacaktır. Kendi yaşamınızda dingin ve keyifli memnun ve huzurlu olun. Bu sizin en büyük mirasınızdır.” William Martin

07

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ İLGİLİ MERAK EDİLENLER

08

NADİR HASTALIKLAR

FREİDREİCH ATAKSİSİ NEDİR?

16

KOŞMA DÜŞERSİN!

SANA SÜREKLİ KOŞMANI SÖYLÜYORLAR. YARIŞMANI, BİRİLERİNİ ARKADA BIRAKMANI, İPİ ÖNCE GÖĞÜSLEMENİ BEKLİYORLAR. HEP DAHA HIZLI KOŞMANI İSTİYORLAR. BENSE SADECE ANNENİN ÇOCUKLUĞUNDA SÖYLEDİĞİ BİR SÖZÜ HATIRLAYACAĞIM. KOŞMA DÜŞERSİN

Prof. Dr. Kemal SAYAR

21

ÇOCUKLARDA VE GENÇLERDE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞININ SEBEPLERİ



Değerli Meslektaşlarım

Çocuklar büyürken sadece boyları uzamaz. Aynı zamanda duygusal, düşünsel , zihinsel, sosyal ve ahlaki anlamda da bir yetiştirme ve olgunlaşma süreci geçirirler. Bu süreçte sağlıklı temellerin atılması ilerde çocuklarımızın sağlıklı, güvenli huzurlu ve mutlu bireyler olmasını sağlar. Sağlıklı ve mutlu bir birey olmaları , kendilerini olduğu kadar ileride onların da yetiştireceği çocukların hatta toplumun mutluluğunu etkiler. Dolayısıyla bizlerin en büyük ödevi; onları yarınlara güven duyan, etrafına sevgiyle gülümseyen bir nesil olarak yetiştirebilmektir. "Mutlu çocuk, mutlu toplum demektir." İnsanı merkez aldığımız eğitim sürecinde; tüm fertlerimizin öncelikle temel yaşam becerilerini geliştirmeyi, özellikle Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleriyle sosyal, duygusal, akademik gelişimleri desteklenen ve kendilerini, yeteneklerini, ilgilerini daha iyi tanıyan psikolojik sağlamlığı yerinde neslimizle geleceğe umutla bakıyoruz.

Başarıya giden yolda kural her zaman ileriye bakmaktır ve bizler öğrencilerimiz için birlikte başaracağız. Gelecek, hayallerinin güzelliğine inananlara aittir. Hayallerimize başarı ile kanat vererek hedeflerimize birlikte ulaşacağız. İncancımıza, kararlılığımıza ve çalışkanlığımıza her zaman güveneceğiz.

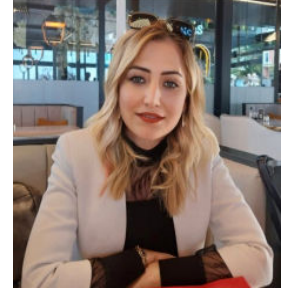
Fethiye Rehberlik ve Araştırma Merkezi olarak E-Dergimizin üçüncü sayısını çıkarmanın heyecanı içerisindeyiz. Hazırlamış olduğumuz dergimizde meslektaşlarımızın mesleki gelişimine ve velilerimizin kişisel gelişimine katkı sağlayacağını düşündüğümüz konulara değinmeye çalıştık. E-Dergimizde siz saygıdeğer meslektaşlarımızın da yayınlanmasını istediğiniz bilgileri, etkinlikleri ve faaliyetlerini de paylaşmaktan mutlu olacağımızı bildiririz. Emeği geçen arkadaşlara sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

E-Dergi vasıtasıyla iletişimimizi güçlü kılmak ve bu güçlü iletişimin var kalmasını sağlamak niyeti ve temennisıyla.....

Keyifli okumalar dilerim....

MÜESSER UÇAR

Kurum Müdürü



İMTİYAZ SAHİBİ
MÜESSER UÇAR

Tasarım ve
Hazırlayan

METİN GÜÇLÜ

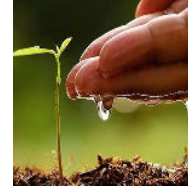
Basım Yayın Kurulu

İBRAHİM BAĞCI
METİN GÜÇLÜ
DUDU AKBAŞ
İŞİL KURTULAN

İLETİŞİM

Cumhuriyet Mahallesi Gaffar
Okkan Caddesi 500. Sokak
No:13 Türk Telekom Karşısı
Fethiye /MUĞLA
+90 252 614 03 68

“Helikopter Ebeveynliğin Çocuğun Özgüven Gelişiminde Rolü”



BURCU BOYACIOĞLU
Fethiye Vali Recai Güreli İO
Rehber Öğretmeni

“Çocuklarınıza yaşamdan söz edebilirsiniz, ama sizin söyledikleriniz yaşamın kendisi olamaz. Onlara gördüklerinizi gösterebilirsiniz ama elbet onların gördükleri farklı olacaktır. Kendi yaşamınızda dingin ve keyifli memnun ve huzurlu olun. Bu sizin en büyük mirasınızdır.”
William Martin

Özgüven kişinin kendi yeteneklerine, duyu ve düşüncelerine, değerlerine, ilgilerine güvenmesi, kendisini sevmesi olarak tanımlanabilir. Aynı zamanda kişilerin aldığı kararları gerçekleştirebilmesi için aldığı bir güçtür. Kişinin kendisini tanıması ve kendisiyle barışık olması ile ilgilidir.

Algılanan benliğin beğenilmesi sonucu özsaygı, buna bağlı olarak da özgüven oluşur (Mutluer, 2006)

Koç ve Gün (2006:122) özgüveni, doğuştan gelmeyen, yaparak kazanılması gereken, hayatta karşılaşılan sorunlarla baş edebilme yeteneği olarak tanımlar.

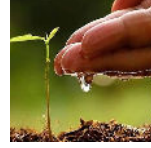
Çocukta özgüven gelişimi doğduğundan itibaren başlar ve yaşam boyu gelişmektedir. Bebeğe yeterli ilgi, şefkat, bakım, sevgi verilmesi özgüven oluşumunun temelidir. Daha sonrasında çocuğa ilk yıllarında verilen mesajlar, anne ve babanın çocuğa karşı tutumu, ebeveynlik stilleri (ihmkar, koruyucu vb.), ebeveynlerin çocuktan beklentileri çocuğun kendine dair olumlu düşünceler geliştirmesine, çocukta özgüven oluşmasına yardımcı olur. Ebeveynlerin çocuklarına karşı olan tutumlarının onların psikolojik ve kişisel gelişimi üzerine önemli etkileri vardır (Checa ve Abundis-Gutierrez, 2017).

Son yıllarda karşımıza çıkan Helikopter Ebeveynlik Kavramı; çocuklarıyla aşırı derecede ilgili olan, çocuk odaklı yaşayan, çocuğu için planlar yapan, çocuklarına fazlaca yardım eden, onlar yerine program yapan, yöneten ve müdahale eden ve mükemmeliyetçi olan anne babanın tutumlarını ifade eden kavramdır (Berger ve Luckmann, 2008; Yılmaz ve Büyükcebeci, 2019).

Helikopter ebeveynlerin bu tutumları dikkatlice incelendiğinde bu davranışlarının altında yatan sebebin ebeveynlerin kendi egoları olduğu belirtilmiştir (Odenweller ve ark., 2014). Aslında ebeveynlerin iletişimleri bize helikopter ebeveyn tutumuna sahip anne babalar hakkında bir ipucu vermektedir. Bu tutuma sahip anne ve babalar çoğunlukla „biz bugün resim yaptık“, „bugün okulda yıldız aldık“ gibi çoğul özne kullanarak çocuklarının adına konuşmayı tercih etmektedir (Kelly ve ark., 2017).



“Helikopter Ebeveynliğin Çocuğun Özgüven Gelişiminde Rolü”



BURCU BOYACIOĞLU
Fethiye Vali Recai Güreli İO
Rehber Öğretmeni

Helikopter ebeveynliğin sonuçlarına ilişkin farklı ülkelerde yapılmış çok sayıda araştırma mevcuttur. Helikopter ebeveynliğin ortaya çıkardığı en önemli sorun; ‘bu şeyi kendim yapmam konusunda ailem bana güvenmiyor mesajıdır. Bu mesaj kendine güvenin ve özsaygının azalmasına yol açmaktadır (Kouros vd., 2017).

Helikopter anne baba tutumu ayrıca çocuklar üzerinde akademik performansı engelleyici bir duruma da yol açabilmektedir. Ebeveynler istemeden de olsa çocuklarına, onları sevebilmeleri için başarılı olmaları gerektiği mesajı gönderirler ise çocuklar sevilmenin mükemmel olmaya bağlı olduğunu düşünebilir, hata yapma ihtimali olan zorlu gördükleri görevlerden kaçınma gibi davranışları sergileyebilirler.

Ebeveyn olarak çocuklarınızı koruyup kollamak istememiz normaldir fakat aşırı korumacı veya ihmalkâr tutumlar çocuğunun özgüvenini zedeleyebilir. Tüm bu ve bunun gibi nedenler problem çözme becerisi gelişmemiş, anne-babaya bağımlı, sorumluluk alamayan kısaca özgüveni düşük çocuklar yetiştirilmesine neden olur. .



PEKİ ÇOCUĞUMUN KENDİNE OLAN GÜVENİNİ NASIL ARTTIRABİLİRİM?

Koşulsuz Sevgi: En başta çocuğa olan sevginizin onun başarı ve başarısızlıklarıyla ilgili olmadığı hissettirmemiz önemlidir. Bahar Eriş’in yazdığı gibi : Sevgi, bir büyük cümle değil, binlerce küçük eylemdir.

İletişim: Onların bir birey olduklarını aklımızdan çıkarmamalıyız. Çocuklarınızla konuşma biçimimiz onların iç sesine dönüşür.

Yaşına Uygun Sorumluluklar: Çocuğa özgüven kazandırma önemli yollarından biri çocuğumuza yaşına uygun sorumluluklar ve özgürlükler vermektir. Bu sayede sorumluluk almasını, bir şeyler başarma duygusunu tatmasını sağlayabiliriz. Onların yapabileceği ve sorumluluğunda olan işleri üstlenmemeliyiz.

Hobiler ve Sosyal Çevre: Çocuğun mümkün olduğu kadar farklı sosyal ortamlarda bulunması sağlanmalı, değişik insanları, çevreleri ve ortamları tanıması için fırsat vermeliyiz. Hoşlandığı, başarılı olabileceğine inandığı, yetenekli ve ilgili olduğu alanda bir hobi edinmesi sosyalleşmesi ve özgüveninin gelişmesi açısından önemlidir.

Rutinler: Alışkanlık ve rutinler de çocuğun kendini güvenli hissetmesinin yanı sıra, zihinde bir düzen, süreklilik ve direnç hissi de oluşturur ve bu da sağlıklı yetişkinler olmasını istediğimiz çocuklarımız için son derece faydalıdır. Aynı zamanda iyi bildikleri bir şeyi yapmak, kendilerini yeterli hissetmelerini sağlayacak bir sakinlik hali oluşturur.

Model Alma: Kendi görünümünüz ve davranışlarınız hakkında olumlu bir tavır benimser ve kendinizi olduğu gibi kabul ederseniz, çocuklarınız da aynı şekilde davranmayı öğreneceklerdir. Kendinizi korumak için belirli sınırlar koymanızı sağlayacak bir özgüvene sahip olduğunuz takdirde çocuklarınız da sizi bu konuda örnek alacaklardır.

1Kaynaklar:

Bahar Eriş, Korkmaşaydın Ne Yapardın?

Bahar Eriş, Hayatın İlk Üç Yılı

https://acikerisim.maltepe.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12415/3034/sezin_turanbasoglu_tez.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://acikerisim.sakarya.edu.tr/bitstream/handle/20.500.12619/74631/T05677.pdf?Sequence=1&isAllowed=y>

http://www.cilginokuloncesi.com/blog_detay.php?Content=6

<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1108258>

<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1193331>

https://scholar.umw.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1006&context=psychological_science

<https://sks.iyte.edu.tr/sites/2018/11/ZGUVEN>

“TÜRKİYE’DE ÖZEL EĞİTİMİN TARİHÇESİ”



İŞİL KURTULAN
Özel Eğitim Hizmetleri
Bölümü

Değerli arkadaşlar, Fethiye Rehberlik ve Araştırma Merkezi, Özel Eğitim Bölümü olarak, Türkiye’de başlangıcından günümüze Özel Eğitim Alan uygulamalarını ve gelişmelerini bilmenin, çalışmalarımızda bize yol göstereceğinin bilinciyle ilk yazımıza başlıyoruz...

Planlı olmamakla beraber Osmanlı Dönemi’nde özel gereksinimli bireylerin yaşlılar evinde korunmaya alındıkları, bazılarının yetenekleri ölçüsünde uygun işlerde çalıştırıldıkları bilinmektedir. Bu dönemde en önemli gelişme üstün yetenekli bireylerin eğitimi alanında olmuştur. Osmanlı Dönemi’nde üstün yetenekli çocuklar için kurulmuş olan (Enderun) dünyada ilk sistemli seçim, eğitim ve istihdam örneği olarak görülmektedir.

İkinci önemli gelişme, İstanbul’da Grati Efendi’nin öncülüğü ile 1889 yılında Ticaret Mektebi’nin bünyesinde işitme engellilerin eğitimi için bir okul açılması ve bir yıl sonra görme engelliler için bir bölüm eklenmesidir. 30 yıl eğitim öğretime devam eden bu okul 1919 yılında kapatılmıştır. 1921 yılında İzmir’de özel bir dernek tarafından Sağır - Dilsiz ve Körler Okulu kurulmuştur. Bu dönemde açılmış olan çok az sayıdaki kurum, çocukları yaşama hazırlamak yerine bakım ve koruma amaçlı işlev görmüştür.



Sağır Dilsiz ve Körler Mektebi(1950)

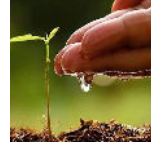


1950 yılında Sağlık ve Sosyal Yardım Bakanlığı’na devredilen Sağır – Dilsiz ve Körler Okulu bir anlayış değişikliğinin devamı olarak Milli Eğitim Bakanlığı’na devredilmiştir. 1950’lere yaklaştığımızda üstün zekalı ve yetenekli çocukların eğitimi konusunda bir yasa çıkarıldığı böylelikle üstünlerin eğitiminin yasal olarak güvence altına alındığı görülmektedir. Altı Nokta Körler Derneği de 1950’de kendisi de görme engelli olan Doç. Dr. Mithat ENÇ tarafından kurulmuştur. 1950 yılından sonra görme ve işitme güçlüğü olan çocuklar için okullar açılmaya ve programlar hazırlanmaya başlamıştır.

1957 yılında ise 6972 sayılı “Korunmaya Muhtaç Çocuklar Hakkında Kanun” yürürlüğe girmiştir. Bu kanunun 22. maddesi ile korunmaya muhtaç çocuklardan özel eğitime gereksinimi olanlar için Millî Eğitim Bakanlığı’nca gerekli önlemlerin alınması güvence altına alınmıştır.

1960’ların en önemli özelliği özel eğitime gereksinimi olan bireylerin haklarının 1961 Anayasası ile devlet tarafından garanti altına alınmasıdır. 1961’de 222 sayılı “İlköğretim ve Eğitim Kanunu” ile zorunlu ilköğretim çağındaki engelli çocukların eğitimi genel bir yasada ilk defa yer almıştır. Bu dönemde önemli bir yasada 1739 sayılı “Millî Eğitim Temel Kanunu”dur

“TÜRKİYE’DE ÖZEL EĞİTİMİN TARİHÇESİ”



İŞİLKURTULAN
Özel Eğitim Bölümü

Personel yetiştirmede önemli bir çaba olarak Gazi Eğitim Enstitüsü içinde “Özel Eğitim Şubesi” kurulmuştur. 1955 yılında Rehberlik ve Araştırma Merkezleri’nin temelini oluşturan Psikolojik Servis Merkezi hizmetlerine başlamıştır. Ankara’da iki okulda zihinsel güçlüğü olan öğrenciler için özel sınıflarla birlikte Fen Liseleri de açılmıştır. Gazi Eğitim Enstitüsünden sonra, Türkiye’de özel eğitimin üniversite düzeyinde ele alınışının ikinci önemli başlangıcı 1965 yılında Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi bünyesinde kurulan Özel Eğitim Bölümü’dür.

1970’li yılların başında anne babalardan oluşan bir dernek öğretilebilir zihinsel yetersizliği olan çocuklar için bir okul açmıştır. Bu çocukların eğitilebileceğini göstermesi açısından bu okul önemlidir.

1982 anayasası ile devletin özel gereksinimli bireyler için önlem alması hükme bağlanmıştır. 1983 yılında çıkarılan “2916 sayılı “Özel Eğitime Muhtaç Çocuklar Yasası” ile özel gereksinimli bireylere özgü ilk kapsamlı yasanın adımı atılmıştır. Bu yasada ilk kez özel gereksinimli bireylerin normal akranları arasında eğitilmeleri ve özel eğitime erken başlanması gereği ile ilgili ilkeler yer almış olmakla beraber aynı yıllarda diğer ülkelerde uygulanan kaynaştırma eğitiminin henüz ifade edilmediği görülmektedir. Eş zamanlı olarak 1983 yılında Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi’nde Özel Eğitim Öğretmenliği Programı başlatılmış ve ilk mezunlarını 1987 yılında vermiştir. 1980’li yıllar özel eğitim öğretmeni yetiştirme açısından olumlu gelişmelerin yaşandığı yıllardır. Anadolu Üniversitesi’nde açılan programın ardından 1986 yılında Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi’nde Özel Eğitim Bölümü Görme ve Zihin Engelliler Öğretmenliği Programları başlatılmıştır. Günümüzde Özel Eğitim Bölümlerinin sayısı 15’i bulmuştur.

Kaynakça

- Çağlar, D. (1990). Türkiye’de Özel Eğitimin Bugünkü Durumu ve Sorunları. Eğitim Bilimleri I. Ulusal Kongresi. Ankara: 24-28 Eylül. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları Şûra Raporu, (1999). I. Özürlüler Şûrası: Çağdaş Toplum Çağdaş Yaşam ve Özürlüler. 29 Kasım- 02 Aralık . Ankara: T.C. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı Yayınları
- Şahin, S. (2003). Özel Eğitim Tarihçesi. A. Ataman (Yay. Haz.). Özel Gereksinimli Çocuklar ve Özel Eğitime Giriş, Ankara: Gündüz Eğitimcilik Kargın, T. (2003). Cumhuriyetin 80.Yılında Özel Eğitim. Milli Eğitim Dergisi. Sayı: 160;Güz 2003
- Öztürk, M. (2008). Hayata Dokunuş-2. İstanbul: İlke Yayıncılık, I. Baskı orgm@gov.trbilgiedinme@ozida.gov.tr

1950 yılından 1980 yılına kadar Özel Eğitim Hizmetleri, İlköğretim Genel Müdürlüğü bünyesinde bir Şube Müdürlüğü tarafından yürütülmüştür. 1980 yılında Özel Eğitim Genel Müdürlüğü kurulmuş; 1982 yılında Daire Başkanlığına; 1983 yılında “179 sayılı Kanun Hükmünde Kararname” ile Özel Eğitim ve Rehberlik Dairesi Başkanlığı’na dönüştürülmüştür. Ülke genelinde özel eğitim ve rehberlik alanında ihtiyaçların artması sonucu, hizmeti daha etkin ve yaygın olarak yürütebilmek amacıyla 1992 yılında “3797 sayılı Kanunla” Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü kurulmuştur.

1997 yılında da “571 sayılı Kanun Hükmünde Kararname” ile Başbakanlığa bağlı olarak Özürlüler İdaresi Başkanlığı kurulmuştur. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı, Özürlüler Şularının düzenlenmesi, bu konuda yapılacak projelere katkı sağlaması, yaptığı önemli araştırmaları ve özürlülere verdiği değerli destekleri ile Türkiye’de Özel Eğitimin gelişmesinde tartışmasız bir yere sahip olmuştur.

Özürlüler İdaresi Başkanlığı, 2011 yılına kadar çalışmalarını sürdürmüş ve “633 sayılı Kanun Hükmünde Kararname” ile Haziran 2011’de Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı’nın kurulmasıyla Özürlü ve Yaşlı Hizmetleri Genel Müdürlüğü olarak yeniden yapılandırılmıştır.

Ülkemizde 1997 tarihinde yürürlüğe giren “573 sayılı Özel Eğitim Hakkında Kanun Hükmünde Kararname” ve son olarak 2005 yılında yayımlanan “Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği”nde en az kısıtlayıcı ortam ve kaynaştırma kavramları yer almaktadır. Yönetmelikte; eğitsel değerlendirme, erken çocukluk dönemi eğitimi, okul öncesi eğitim, kaynaştırma, ilk, orta, yüksek öğretim ve yaygın eğitim, Bireyselleştirilmiş Eğitim Programları (BEP), özel eğitim desteği, uygun eğitim, aile katılımı, toplumsal yaşama uyum, ailenin itiraz hakkı gibi ilkeler tanımlanmaktadır. 2006 yılında Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği yeniden düzenlenmiş özel eğitim kurumları SHÇEK’den alınarak MEB’na devredilmiştir.

Yine 2005 yılında 5378 sayılı “Özürlüler Kanunu” çıkarılmıştır. Amacı, özürsüzlüğün önlenmesi, özürsüzlüklerin sağlık, eğitim ve rehabilitasyon, istihdam, bakım ve sosyal güvenliğine ilişkin sorunların çözümü ile her bakımdan gelişmelerini ve önlerindeki engelleri kaldırmayı sağlayacak tedbirleri almayı, topluma katılımı sağlamak için hizmetlerin koordinasyonu ile ilgili gerekli düzenlemeleri yapmak olarak düzenlenmiştir. Yasa ailelerin özel gereksinimli çocuklarının eğitim giderlerine katkı ve ulaşım hizmetlerinin sağlanmasını da öngörmüştür.

Ülkemizde son 10 yıldır hızla gelişmekte olan Özel Eğitim Alan araştırmaları ve uygulamaları, Kamu Kurum ve Kuruluşları, Üniversiteler, Sivil Toplum Kuruluşlarının azim ve değerli çabaları ile devam etmektedir. (Devamı gelecek sayımızda...)

Saygılarımla...

MERAK EDİLENLER



İBRAHİM BAĞCI ÖZEL EĞİTİM BÖLÜMÜ

RAM NEDİR?

RAM'ın açılımı Rehberlik ve Araştırma Merkezi'dir. Rehberlik Araştırma Merkezleri, Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı rehberlik, psikolojik danışmanlık ve özel eğitim konularında ailelere ücretsiz hizmet veren merkezlerdir.

RAM'larda Özel eğitim ve Rehberlik olmak üzere iki bölüm vardır. İl ve İlçe Merkezlerinde yer alan RAM'lar, buldukları bölgelerdeki okullar arası iş birliği ve koordinasyonu sağlamakla yükümlü kurumlardır.

RAM RAPORU NEDİR?

Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinde bulunan Özel Eğitim Değerlendirme Kurulu tarafından yapılan eğitsel değerlendirme sonucunda, destek eğitime ihtiyacı olduğu belirlenen özel gereksinimli bireyler için düzenlenen bir rapordur.

RAM RAPORU NEDEN ALINIR?

Özel eğitim ve rehabilitasyon hizmeti ile desteklenmeye ihtiyacı olan bireylerin, Rehabilitasyon merkezlerinden ücretsiz destek eğitim hizmeti alabilmeleri için RAM raporu alınır.

RAM RAPORU NEREDEN ALINIR?

Okula gitmeyen bireyler, ikamet ettikleri İlçe'nin Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinden, okula giden bireyler ise, devam ettikleri okulun bulunduğu Rehberlik ve Araştırma Merkezinden RAM raporunu alabilirler.

RAM RAPORU NASIL ALINIR ?

RAM raporu alabilmek için öncelikli olarak, bireyin tam teşekküllü bir devlet hastanesinden alınmış bir "Engelli Sağlık Kurulu Raporu" olması gerekir.

Bireye ilk kez RAM raporu çıkarılacak ise, bireyin veli ya da vasisi bizzat RAM'a giderek başvuru yapar. RAM, RAMDEVU sistemi üzerinden kişiye değerlendirme randevusu verir. Değerlendirme sonucuna göre de RAM raporu düzenlenip, teslim edilir.

RAM RAPORU ÇIKARMAK İÇİN HANGİ BELGELER İSTENİR?

- Bireyin/velisinin ya da okulun yazılı başvurusu,(İlk kez çıkarılacağında başvuru gerekir, yenilemek için gerekmez)
- Okula/kuruma kayıtlı öğrenciler için ilk değerlendirmede "Eğitsel Değerlendirme İsteği Formu", yeniden incelemelerde ise "Bireysel Gelişim Raporu",

- Destek eğitim ile ilgili müracaatlarda Engelli Sağlık Kurulu Raporu,
- Birey ve velinin kimlik fotokopisi
- 4 adet fotoğraf
- Vasi tayin edilmiş ise;
- Mahkeme kararı,
- Vasi belgesi,
- Nüfus kayıt örneği
- Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerine devam eden bireylere ait; Dönem sonu bireysel performans değerlendirme formu, aylık performans kayıt tabloları

MERAK EDİLEN SORU VE CEVAPLAR

Veli olarak kimler başvuru yapabilir?

- Anne,
- Baba,
- Kanuni sorumluluğunu üstlenmiş kişi (vasi, koruyucu aile ya da Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığına bağlı kurum temsilcisi)

18 yaşından büyük ve zihinsel yetersizliği olmayan bireyin kendi başvurusu ile randevu verilir. Yeniden inceleme randevusu RAM'larda yapılacak yeniden incelemeler için RAMDEVU sisteminden veli/birey kendisi randevu alabilir.

RAM'a ilk müracaatlarda okulun yazılı başvurusu (Eğitsel Değerlendirme İsteği Formu) ya da veli-nin/vasinin bizzat randevu başvurusu ile RAM'larda RAMDEVU sistemi üzerinden randevu verilir.

Kaynak:ORGM





FREIDREICH ATAKSİSİ NEDİR?



DUDU AKBAŞ
REHBERLİK HİZMETLERİ
BÖLÜMÜ

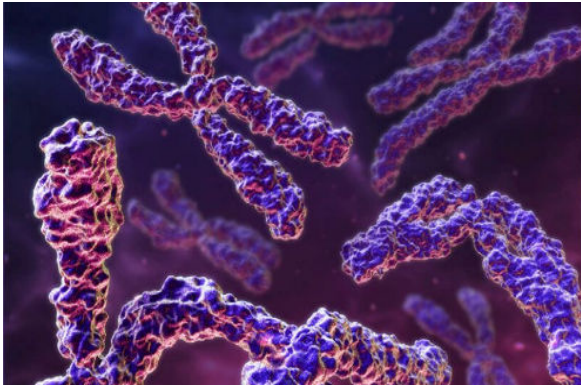
Nadir hastalıkları tanıma serimizin bu sayısında Ram'da çalışma sürecim boyunca gerçekten nadir karşılaştığımız bir hastalığı incelemek istedim.

Peki nedir bu Freidreich Ataksisi rahatsızlığı?

Alman nörolog ve patolog Nikolaus Friedreich (1825 – 1882) beyin tümörleri, spinal ataksi ve musküler distrofi (MD) konularında oldukça araştırmacı bir profesör, 1863 yılında tanımladığı ve kendi adını verdiği "Friedreich Ataksisi" de otozomal resesif ve nörodejeneratif bir hastalıktır. Bu hastalık genellikle 10 ila 15 yaş arasında kendini gösterir. Hastada sık sık düşme, denge bozuklukları, duruş bozukluğu, istemli hareketleri koordine edememe gibi semptomlar ilk belirleyicilerdir. Zaten ataksi denge güçlüğü, dengesizlik ve hareketlerdeki sakarlıkları tanımlamak için kullanılan bir terimdir.

GENETİK BAKIŞ

Freidreich Ataksisi -FA. 9. Kromozomda bulunan Frataksin(FXN) geninin mutasyonu sonucu meydana gelir. Normal genlerde "GAA" gen dizilimi 7-22 arasında tekrar edilir, ancak FA hastalarının gen dizimlerinde bu sayı binlere kadar ulaşabilmektedir.[6] Bu şekilde üçlü tekrarlanan gen hatalarının birçok baskın kalıtsal hastalığa sebep olduğu bilinmektedir. Ancak FA üçlü tekrar artışından dolayı ortaya çıktığı tespit edilmiş ilk çekinik genetik hastalıktır. Sinir hücrelerinin hasarı sonucu, vücudun en önemli denge organı olan beyincik adlı organın görevini yapamaması nedeniyle beyincikle ilgili belirtiler gösterir. Beyincik vücut dengesini sağlamada yer alan beyin alt bölümüdür. Hastalık ayrıca omurilikteki denge yapılarını ve hareket yollarını da etkiler. Hastalık, beyin, beyincik ve omurilik ile kaslar arasındaki iletişim sorunlarından kaynaklanır.

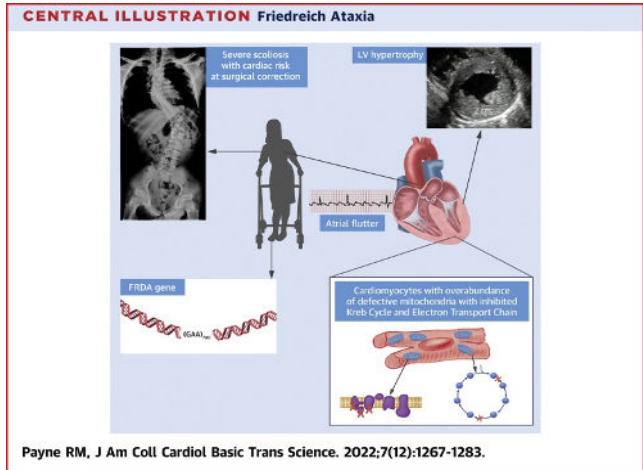


HASTALIĞIN BELİRTİLERİ

İlk ortaya çıkan ve en sık görülen belirti yürümede dengesizliktir (Ataksi :Kas gücü eksilmeden istemli hareketlerde dengesizlik görülmesi). Hastalık 20 yaş öncesi yürümede dengesizlikle başlar,10-15 yıl gibi bir süreçte bağımsız yürümenin kaybına kadar gider. Hasta ayakta durmakta ve yürümekte güçlük çekmeye, sanki bir sarhoş gibi iki bacağına yanlara açarak ve sallanarak yürümeye başlar. Ataksi, hasta gözlerini kapattığında daha da artar. Daha sonraki evrelerde kollar da ataksi görülür. Bu durumda hastalarda intensiyonel tremor vardır(Hasta eli ile bir şeye uzanmak istediğinde hedefe varmadan son noktada titreme meydana gelir.), ellerde ve kollar da ölçsüz hareketler görülebilir.

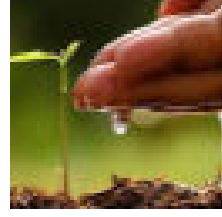
Bu ilerleyici ataksinin yanı sıra konuşma bozuklukları (Konuşma ilerlemiş vakalarda yavaş ve patlayıcı tarzdadır, hastalığın geç dönemlerinde anlaşılabilir hale gelir.),başta titreme, nistagmus (gözün istemsiz olarak herhangi bir yönde titreşim hareketleri), bacak ve ayaklarda duyu bozuklukları, ayak yapı bozuklukları, , skolyoz gibi iskelet bozuklukları da olabilir. Hastalığın seyri sırasında, yutma güçlüğü, özellikle bacak ve ayaklardaki kaslarda erime sonucu hacim ve ağırlık azalması, ileri evrelerde işitme kaybı, , kalp yetmezliğine gidebilecek kardiyak bulgular vardır. Bacaklarda refleks yokluğu genellikle hastalığın erken evrelerinden itibaren vardır. Ayrıca ender olarak akciğer fonksiyonlarında ilerleyici bozulma olabilir. Hastalığa %10 oranında insüline dirençli diyabet (şeker hastalığı) eşlik eder.

Hastalık yavaş ilerleyici bir seyir gösterir. Hastalığın seyrini etkileyen ve en çok dikkat edilmesi gereken faktörler; kalp tutulumu ve diyabettir. Hastaların yarısından fazlası kalp tutulumu nedeni ile yaşamlarını yitirirler.



"İnsan beyni değirmen taşına benzer.İçine yeni bir şeyler koymazsanız kendini öğütür durur"

İbn-i Haldun



METİN GÜÇLÜ
REHBERLİK HİZMETLERİ
BÖLÜMÜ

Çocuğunuzu hayatınızın tam merkezine koyarsanız;

- 1.Siz kaybedersiniz.
- 2.Çocuğunuz kaybeder.
- 3.Toplum kaybeder.

Konuya Dan diye girdim farkındayım, olsun iyidir.
Başlayalım...

Yıl 1956. Doğuştan görme engelli çocuk daha 3 yaşındayken dünyayı merak etmeye başlar. O kadar meraklıdır ki eline geçen her şeyi gören insanlara sorar. O objenin nasıl durduğunu rengini üzerindeki detayları ve ne işe yaradığını öğrenmek ister.

12 yaşındayken kelebek çizmek ister. Bir yaz günü babasının soba dükkanına iner. Babası tavanda bir kelebek olduğunu söyler. Çocuk kelebeği yakalamasını ister ancak kelebeği yakalasa bile eline veremeyeceğini söyler babası.

"Neden baba?" diye sorunca "O kadar nazik, inceler ki eline verirsem öldürebilirsin zaten kısacık ömürleri var." yanıtını verir babası. Çocuğa kırtasiyeden boyama kitabı almayı teklif eder. "Aldıktan sonra kitabın yapraklarındaki çizimleri kesti, onu düz tahtanın üzerine koyup çiviyle parmağımın anlayabileceği şekilde çiviledi. Parmaklarım ile boyutunu, şeklini anlamaya çalıştım. Çizdim ama sıra boyamaya geldi. Devamlı babamı çağırıyordum çünkü renk nasıl bir şey bilmiyordum. Fakat neyin ne renkte olduğunu ezberlemeye çalıştım. Babam kalemlerimi öyle bir sıraladı ki ben hangi sırada hangi rengin olduğunu ezberledim."

Şimdi koyun kendinizi o babanın yerine, doğuştan görme engelli çocuğunuz geliyor ve "ben resim çezeceğim" diyor. Şimdi o yaşam koçuna söylesem bunu, eğitmeni profesöre, siz çok eğitilmiş ebeveynlere "Sen hiç görmedin nasıl ressam olacaksın? Bak bu alanda bu kadar rakibin var onlar görüyorlar. Onlar ressam olur, sen yeteneklerine niteliklerine uygun bir iş yap. Senden ressam olmaz" falan dersiniz.



Kaynak:
Ahmet Şerif İzgören(Masallarda Peri Çıkar Karşınıza Gerçek Hayatta Öğretmen)

Küçük Eşref büyük bir azimle resim çizmeye başlar, güzel boyuyordu ancak çizimlerine boyut veremiyordu; gölge, ışık kullanması gerektiğini söylerler. Eşref gölge vermeyi de dener resimlerine ve ilk resmini göstermek için babasının yanına gider. "Kendimce denemiş gururla babama göstermeye gitmiştim. Bana 2 adet kırmızı elma çizdiğimi söyledi ama onun biri gölgeydi. Elmanın gölgesi hangi renk olurdu? Bana cisim hangi renkte ise gölgesinin rengin koyusunun olduğunu söyledi. Bunu da çözdükten sonra insanlar resimlerimde perspektif olmadığını söyledi. O ne demektir? Bana birinin bunu çizmesi lazımdı. O zaman çaresiz kaldım."

Sonra hemen Marmara Üniversitesi'nde bir resim öğretmeninin yanına gidip yardım ister genç çocuk. Üniversitedekiler şaşırırlar ama yardımcı da olurlar.

O çocuk büyüdü şimdi hakkında belgeseller yapılıyor. Doğuştan görme engelli olup da parmak uçlarıyla dokunup, üç boyutlu düşünüp çizebilen bir ressam. Harvard Üniversitesi profesörleri üzerinde çalıştılar. Toronto Üniversitesi'nden Dr. John Kennedy'nin ders konularından biri bu yetenekli insan. Discovery Channel, gerçek süper insanlar belgeselinde Eşref Armağan'ı dünyadaki süper insanlardan biri olarak gösterdi. Volvo'nun tamamen yenilenmiş S60 adlı arabasını, tanıtımı bile yapılmadan Eşref Armağan çizdi. Çizim e-Bay'de satıldı. Geliri de dünya görmezler birliğine bağışlandı.

Eşref armağan çok mutlu bir adam, işini tutkuyla yapıyor, dünya onu tanıyor. Bizi tüm dünyada temsil ediyor. Niye biliyor musunuz?

Oğlumun bir adım gerisinde ona destek olan bir baba sayesinde.

Gençler, burada ebeveynine değil size seslenmeyi istiyorum.

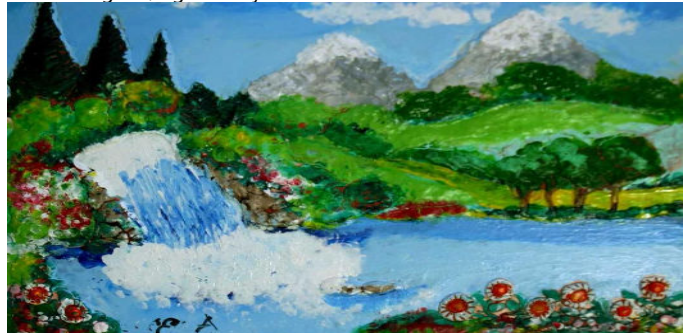
Bu ülke kendi hayallerini yaşayamayan anne-babaların, çocuklarının hayatlarını yaşamaya çalıştıkları ülkedir. Kendi olamadıkları şeyi sizin olmanızı isterler. Sakın karıştırmayın işlerinize onları. İlerde tutkuyla yapacağınızı işi yapın. Sevmediğiniz işte bir köşede çürümeyin.

Eşref'in babası "Sen ressam olamazsın yavrum, gözlerin hiç görmedi. Bir yerden torpil bulayım seni devlete sokalım." deseydi Eşref bugün bir devlet dairesinde büyük ihtimalle kıpırdamadan duran, hayata ve yaptığı işe lanet okuyan biri olacaktı. Pardon çoktan emekli olurdu şimdiye.

Ama çocuklarınızdan emekli olmazsınız, sadece işinizden emekli olma şansınız vardır.

O yüzden anne-baba olacaksınız ilerde, çocuğunuz gelip dibinizi yumuk elleriyle "Ben ressam olacağım baba." dediğinde, sadece "Ne çezeceksin çocuğum?" diye sorun. Bundan öte güzel bir şey yok. Sonra da

o yolunu bulmaya çalışırken yardımcı olun, bilgiyle buluşmasına destek olun sadece. Tutun elinden, mesai günü kapatın ekmeğinizi, beraberce gidin, öğretim üyeleri anlatır ona.



NE YAPMALIYIZ?



İBRAHİM BAĞCI
ÖZEL EĞİTİM BÖLÜMÜ



Özel Bireylerin bağımsız, üretken ve toplumla bütünleşen bir yaşam kurabilmeleri için sosyal, sportif ve kültürel alanlarda çalışmalar yapan, bu çalışmaları yürüten kurum ve kuruluşları destekleyen, bu kurumlar ile işbirliği içinde ortak projeler üreten sivil toplum kuruluşları ve bu çalışmaları destekleyen yerel yöneticilerin destek olması elzemdir.

Tüm sosyal projelerde toplumun engellilik algısını geliştirmeye, ulusal ve uluslararası platformlarda Özel Bireylerin bağımsız yaşam becerilerini elde etmeleri amaçlanmalıdır. Ayrıca Özel Bireylerin de herkes gibi sosyal hayata katılmaları için çalışmalar yürütülmelidir.

Yapılması gereken tüm çalışmaların yolu eğitimden geçmektedir. Eğitim programlarımızın hedefinde hem Özel Bireyler hem de onların her zaman yanlarında olan kıymetli aileleri yer almalıdır. Hazırladığımız eğitim programlarında savunuculuk, öz savunuculuk, lobicilik gibi çeşitli etkinlik ve faaliyetlerde bulunmalıdır.

Bu kapsamda özellikle Özel Sporcular Gençlik ve Spor Kulüpleri ile işbirliği yaparak özel çocuklarımızı bocce, bowling, atletizm, yüzme, jimnastik, masa tenisi, tenis, futbol, basketbol gibi çeşitli spor branşlarında eğitimlere dahil ederek Türkiye Özel Sporcular Spor Federasyonu'nun çeşitli müsabaka ve yarışmalarına katılımını sağlamalıyız.

Çeşitli kalkınma ajansları bakanlıklar vakıflar ve sivil toplum örgütleri tarafından verilen verilerden faydalanarak projeler yürütmeliyiz.

Özel bireylerin yanında olmaya, onların haklarını sonuna kadar savunmaya ve toplumdaki engellilik algısını yıkmaya çalışmaya devam etmeliyiz. Saygılarımızla...



Özel Eğitimde Yaşanan Sorunlar



METİN BÖREKÇİ
ÖZEL EĞİTİM BÖLÜMÜ

Hümanistik yaklaşımların itibar kazanması ile beraber dünyada özel eğitim giderek önem kazanmaya başlamıştır. Hümanistik yaklaşımların giderek daha fazla yer bulması ve eğitim bilimlerinde yaşanan gelişmelerle özel eğitime bakış açısı değişmiş ve giderek artan bir ivme ile çalışmalar yapılmıştır.

Her bireyin doğuştan getirdikleri farklılıkları vardır. Bu farklılıklar hayatının her alanını etkiler. Bu alanlara eğitim ortamı da dâhildir. Normal gelişim gösteren bireyler arasında gelişimsel farklılıklar olduğu gibi normal gelişim göstermeyen bireylerde mevcuttur. Bu bireylerin toplumsal hayata katılması ve kendilerini gerçekleştirme gerekmektedir. Önceki yüzyıllarda özel gereksinimli bireyler için yaklaşımlar şimdiki yaklaşımlara göre farklılık göstermektedir. Önceleri toplumdan dışlanan, tecrit edilen özel gereksinimli bireyler yeni yüzyılın başlarından itibaren hak ettikleri yaşam haklarını elde etmişlerdir. Gelişmiş ülkelerde bu sorunlar daha öncesinde halledilmiş iken gelişmekte olan ülkeler de bu sorunların çözümüne yönelik çalışmalar çok eski bir tarihe dayanmamaktadır. Özel gereksinimli bireylere yönelik yapılan çalışmalarla daha önceleri sahip olamadıkları birçok hakka kavuşan bireyler yavaş yavaş toplumsal rollerini almaya başlamıştır. İş hayatına ve üretim gücüne katılmaları ile beraber hem kendilerini daha iyi hissetmişler hem de toplumsal bütünleşmeye dâhil olmuşlardır. Özel eğitimde gelişmelerin olmasının yanı sıra bu gelişmelerle beraber bazı aksaklıklar ve sorunlar ortaya çıkmaktadır. Bu sorunları başlıklar altında toparlayacak olursak;

*1- Birey kaynaklı sorunlar

*2- Aile kaynaklı sorunlar

*3- Özel eğitim personeli kaynaklı sorunlar

- 4- Özel eğitim ortamı kaynaklı sorunlar
- 5- Özel eğitim programı kaynaklı sorunlar
- 6- Öğretmen kaynaklı sorunlar
- 7- Okul kaynaklı sorunlar
- 8- Eğitim programı kaynaklı sorunlar
- 9- Sosyal çevre kaynaklı sorunlar olarak sıralama yapmamız mümkündür.



1-Birey Kaynaklı Sorunlar

Özel eğitimde birey kaynaklı sorunlara verilebilecek örneklerden biri uyum sorunudur. Özel gereksinimli bireyin öğretmeni, arkadaşları, sosyal çevresi, eğitim ortamı ile ilgili yaşadığı uyum sorunları verimli bir özel eğitimi engelleyebilir. Bu nedenle yaşanabilecek uyum sorunları önceden tespit edilmeli ve bu uyum sorunlarını engellemeye yönelik çalışmalar yapılmalıdır. Yaşanan uyum sorunları ile ilgili bir vaka havuzu oluşturularak yaşanabilecek sorunlar daha önceden tespit edilip erken müdahale edilmesi söz konusu olabilir.

Özel gereksinimli bireylerde olabilecek diğer bir sorun ise motivasyon kaybıdır. İyi bir eğitimin temelinde yer alan motivasyon, eksikliği söz konusu olduğunda eğitimin ulaşabileceği seviyeyi aşağı doğru çekecek ya da eğitimin tam anlamı ile gerçekleşmesini engelleyecektir. Bu nedenle özel eğitime gereksinim duyan bireyin her daim motivasyonu üst düzeyde tutulmalıdır.

Özel gereksinimli bireylerin sağlık durumları göz ardı edilmemesi gereken bir durumdur. Sağlık konusunda yaşayacakları bir sıkıntı durumunda ilerleme kaydedilmiş konularda gerileme yaşanabileceği gibi bireyin hayatını kaybetmesine de neden olabilir. Bu nedenle bireylerin sağlık durumları iyi incelenmeli ve sürekli olarak izlenilmelidir.

Özel gereksinimi olan bireyin hayata tutunması sağlanmalı, iyi motive edilmeli ve yaşadığı sosyal çevreye uyum sağlaması için çalışmalar yapılmalıdır.

Özel Eğitimde Yaşanan Sorunlar



2- Aile Kaynaklı Sorunlar

Özel eğitimde karşılaşılan aile kaynaklı sorunları çeşitlendirmek mümkündür. Aileler birçok sorunla karşılaşmakta ve çoğu zaman bu sorunların çözümüne ulaşmakta sıkıntı yaşamakta ve yalnız başına kalmaktadır.

Aileler özel eğitimle alakalı bilgilere ulaşmakta sorun yaşamaktadırlar. Çocuklarının yaşadığı sorunun boyutunu, neler yapabileceklerini ve nerelerden yardım alacaklarını bilememektedir. Bu nedenle ailelerin bilgilendirilmesi gerekmektedir. Bu konuda paneller, konferanslar, seminerler düzenlenebilir. Medya bu konuda etkin kullanılabilir.

Aileler özel eğitimle ilgili hukuki haklarını tam anlamıyla bilmemektedirler. Aileler karşılaştıkları sorunları çözememekte ve çoğu zaman yasal haklarını bilemedikleri için talep ve itirazda bulunamamaktadırlar. Aileler bu konularda bilgilendirilmelidir.

Aileler devletin yardımlarından tam anlamıyla haberdar olamamaktadırlar. Yapılan yardımları çoğu kez tavsiye üzerine almakta veya bir başka ailenin haber vermesi sonucu yardımlardan faydalanmaktadırlar. Ülkemizde yıllar önce çıkarılan bir yasada yapılacak olan maddi yardımdan yıllar boyu aileler faydalanamamış (bilgileri olmadığı için) ancak yeni yeni bu yardımlardan faydalanmaya başlamışlardır. Aileler çocuklarının durumundan dolayı sosyal ilişkilerini sosyal yaşamlarını bitirmektedirler. Bu duruma neden olan etmenleri çeşitlendirmek mümkündür. Genel olarak ailelerin çocuklarının durumunu kabullenemeyip sosyal çevreden kendilerini ve çocukları uzaklaştırmaları ve sosyal çevrenin aileyi ve bireyi dışlaması durumları ortaya çıkmaktadır.

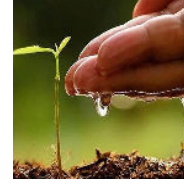
3- Özel Eğitim Personeli Kaynaklı Sorunlar Özel eğitimin paydaşlarından biri olan özel eğitim personeli de diğer paydaşlar gibi sorunlar yaşamaktadır. Ailelerin özel eğitim personeline farklı anlamlar yüklemesi gibi sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Aileler özel eğitim personelinin çoğu zaman aileden biri gibi görmekte, profesyonel ilişkiler dışında ilişkiler kurmaktadırlar. Düğün, cenaze gibi aile törenlerine özel eğitim uzmanlarını çağırarak bu durumda ilerleyen zamanlarda ilişkilerin profesyonel çizgiden kaymasına neden olmaktadır. Aileler özel eğitim personelinin görev tanımında olmayan isteklerde bulunmaktadırlar. Anne veya baba herhangi bir olağan dışı durumla karşılaştığında (toplantı vb.) özel eğitim personelinin bir süreliğine çocuğu ile ilgilenmesini talep etmektedirler. Bu tarz isteklerinin olumsuz karşılanması durumunda sorunlar yaşanmakta, olumlu karşılanması durumunda ise suistimal edilmektedir. Aile ve özel eğitim personeli arasında net bir çizgi olmamasından kaynaklanmaktadır. Bu gibi durumlar için aile ve özel eğitim personeli bilgilendirilmelidir. Özel eğitim personelinin tam anlamıyla alanına hakim olmaması ve görevini tam anlamıyla yerine getirememesi gibi durumlar söz konusu olmaktadır. Yetersiz özel eğitim personeli bireye faydalı olamayacak bununla beraber zarar verme ihtimali olacaktır. Bu gibi durumlar çok tehlikeli sonuçlar doğurabilir. Bu nedenle özel eğitim hizmetlerinde çalışacak personel çok iyi seçilmelidir.

<<<< DEVAMI GELECEK SAYIMIZDA >>>>



MİTAT ENÇ

"YAZAR, EĞİTİM BİLİMCİ "



MESUT GÜLEROĞLU
ÖZEL EĞİTİM BÖLÜMÜ

Doç. Dr. Mitat Enç 1909 yılında Gaziantep'te doğmuştur. İlk öğrenimini burada tamamladıktan sonra İstanbul Erkek Lisesine yazılarak burada liseyi bitirmiştir.(1929). İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi birinci sınıf öğrencisi iken gözlerinden rahatsızlanarak öğrenimini yarıda bırakmak zorunda kaldı (1930); üç yıl süreyle İstanbul ve Viyana'da tedavi çaresi aradı, daha sonra gözlerini tamamen kaybetti. Tedavi için gittiği Viyana'da Yüksek Pedagoji Enstitüsü'nü (1936) bitirdi. 1936 yılında özel bir bursla ABD'ye gitti. Lisans ve yüksek lisans eğitimini Harvard ve Columbia Üniversitelerinde tamamladı. (1939). Aynı yıl Türkiye'ye döndü ve Gazi Eğitim Enstitüsü Pedagoji Bölümü'ne atandı. Eğitim programına eklenen Özel Eğitim ve Ruh Sağlığı gibi dersleri okuttu. 1942 yılında Sabahat Çanakaleli'yle evlendi.

1950'de Ankara Körler Okulu'nu, 1952'de Gazi Eğitim Enstitüsü'nde Özel Eğitim Bölümü'nü kurdu ve 1956'ya kadar okulun müdürlüğünü ve bölümün başkanlığını üstlendi. Bu süre içinde Özel Eğitim Bölümü'ndeki çalışma arkadaşlarıyla Türkiye'nin çeşitli yerlerinde Körler Okulları, Sağırılar Okulları, ağır öğrenenler için alt özel sınıflar ve rehberlik araştırma merkezlerinin açılmasını sağladı.

Görme engellerinin eğitimleri ve sivil halkı bu konuda harekete geçirmek için Altı Nokta Körler Eğitim ve Kalkındırma Derneğini kurmuştur. İstanbul ve Gaziantep şubelerinin kuruluşunu yaptıktan sonra Bakanlar Kurulu kararı ile derneği kamu statüsüne kavuşturmuştur.

1956'da yine kazandığı bir bursla ABD'ye gitti ve Illinois Üniversitesi'nde doktorasını tamamlayıp yurda döndü. 1958'den itibaren ODTÜ Eğitim Fakültesi kurucu dekanlığı, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Bölümü kurucu başkanlığını yaptı.

Ankara Yüksek Öğretmen Okulu, Sosyal Hizmetler Akademisi ve Hacettepe Üniversitesi'nde öğretim üyeliği, beş yıl süreyle de MEB Talim Terbiye Kurulu üyeliği yaptı. 1980 yılı Türk Eğitim Vakfı Yılın Eğitimcisi Ödülü'nü kazandı. İki çocuk babası olan Enç, 1985 yılında hayat arkadaşı Sabahat Enç'i bir trafik kazasında kaybetti. Emekli olduktan sonra Yalova'ya yerleşti. 12 Kasım 1991 tarihinde Yalova'da vefat etti.

Gençlik yıllarından itibaren çeşitli dergilerde öyküler yazarak edebiyat dünyasına adım atan Mitat Enç'in kitap hâlinde yayımlanan ve ona esas ününü kazandıran eseri Uzun Çarşının Uluları'dır. Yazar, bu kitabında, hatıralarında yer eden çeşitli şahısların hayatlarından hareketle hikaye dünyasını kurmuştur. Yazarın sade, ahenkli ve samimi bir üslubu vardır.

Mitat Enç, Bitmeyen Gece'de (1983), hayat karşısında verdiği mücadeleyi sade bir dille ve hatıra formunda işlemiştir. Yazarın çocukluk ve gençlik yıllarına dair hatıraları ise 2013 yılında kızı Zeynep Enç tarafından hazırlanıp Selâmlık Sohbetleri adıyla yayımlanmıştır. Edebî eserlerinin yanı sıra özellikle psikoloji ve görme engelliler üzerine mesleki pek çok kitaba imza atan Mitat Enç; James Hilton, Osa Johnson ve Paul de Kruif gibi yazarların bazı eserlerini tercüme ederek dilimize kazandırmıştır.



GÜNÜMÜZÜN HASTALIĞI ,SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI NEDİR?



MUSA DENK
REHBERLİK HİZMETLERİ
BÖLÜMÜ



"Bağımlılık; kişinin kullandığı bir madde, alkol, nesne veya yaptığı bir davranış (eylem) üzerinde kontrolünü kaybetmesidir. Kontrolsüzce kullanılan her madde ya da gerçekleştirilen her davranış bağımlılık oluşturma riski taşır. Kişiler hayatta madde, alkol, sigara, kumar, teknoloji, herhangi bir eşya veya davranış vb. birçok şeye karşı bağımlı olabilir.

"Sosyal medya hayatımıza ilk girdiği zamanlarda bir iletişim aracı olarak kullanılıyordu, artık günümüzde iletişim aracı olmasının yanı sıra bireylerin kendilerini ifade edebilmesinin önemli bir aracı haline gelmiştir.

Sosyal medya; teknoloji ve internet kullanan bireyler, başta Facebook, Twitter, Instagram, gibi sosyal ağlar, bloglar, mesajlaşma programları, forum sitelerinin ve içerik paylaşım sitelerinin toplamıdır. Buna göre sosyal medya; internet teknolojileri aracılığı ile bilgi, fikir, duygu, paylaşımı yapılarak etkileşim ve iletişim imkanları sağlayan ortamlardır.

Sosyal Medya Bağımlılığı Nedir?

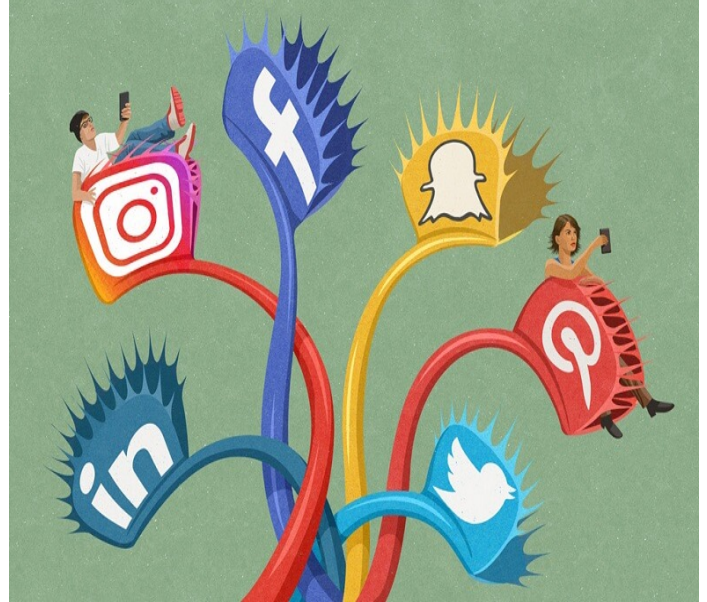
Fiziksel bir maddeye dayanmayan, davranış tabanlı; yeme bağımlılığı, oyun bağımlılığı, seks bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı, televizyon bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, internet bağımlılığı vb. bağımlılıklardan da söz edilebilir.

Sosyal medya bağımlılığı internet bağımlılığının bir parçasıdır. Bu bağımlılık aslında fiziksel bağımlılıktan çok davranışsal bağımlılıktır. Kısacası, kişinin belirli davranışları yaparak rahatlamasının bağımlılık yaratması durumudur.

Gün içerisinde sadece 5 dakika iletişim kurmak, paylaşım yapmak, paylaşılan haber, resim ve videolar hakkında yorumlar yapmak için günümüzün çok büyük bir kısmını Facebook, Instagram, Twitter, çevrimiçi oyunlar vb. gibi sosyal medya hesaplarımızda geçirmekteyiz. Bu davranış biçimi sosyal medyaya bağımlı hale gelmemize neden olmaktadır.

İnternet bağımlılığının bir türü olarak kabul edilen sosyal medya bağımlılığı her yaşta insan için eğlence ve boş zaman geçirme aracı olarak kullanılan sosyal medyanın aşırı kullanımudur.

Sosyal medyada daha çok zaman harcayan bireyler, sanal iletişim ve sanal problemlere sebep olabilecek düzeyde her şeyden hemen haberdar olma arzusu bireyleri sosyal medya bağımlılığına itmektedir.



Sosyal Medya Bağımlılığının Nedeni Nedir?

Yapılan araştırmalar da;

- Yalnızlık
- Dünya da ki gelişmeleri kaçırma korkusu,
- Boş vakti değerli geçirmeme bilinçsizliği,
- Sosyal fobi
- Narsistlik
- Kişilik bozukluğu gibi durumlar sosyal medya bağımlılığının nedenleri olarak ifade edilir.

Sosyal Medya Bağımlılığının Belirtileri Nelerdir?

- Uyandırdığınız ilk aklımıza sosyal medya hesaplarının gelmesi
- Sosyal medya hesaplarının sürekli yenilenmesi ve güncellenmesi
- Günlük bütün rutinlerin işlerin sosyal medya hesaplarında yapılması
- Bilgiye ulaşmak için sosyal medya hesaplarının kullanılması
- Can sıkıntısında akla gelen ilk seçeneğin sosyal medya hesabının olması ; sosyal medya bağımlılığının belirtileridir.

GÜNÜMÜZÜN HASTALIĞI, SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI NEDİR?



Sosyal Medya Bağımlısı Bir Birey Misiniz?

- Sosyal medya mecralarında çok fazla zaman harcıyor musunuz?
- Çevrimiçi değilken sosyal medya hakkında düşünmek ya da sosyal medyaya girmeyi planlamak gibi şeyler yapıyor musunuz?
- Dürtüsel olarak, istemsiz bir şekilde, sosyal medyada uzun zaman harcıyor musunuz?
- Sosyal medya kullanırken kendi hayatınızdaki problemleri bir kenara bırakıp unutup musunuz?
- Sosyal medya kullanımınızı aza indirmeye çalışıp başarısız oldunuz mu?
- Sosyal medyaya giremediğiniz zaman huzursuz ve sıkıntılı hissediyor musunuz?
- Sosyal medya kullanımınız, sosyal ve eğitim/iş hayatınızı olumsuz etkilemekte mi?
- Bu soruları yanıtlayarak sosyal medya bağımlılığınız olup olmadığını siz de fark edebilirsiniz.

Sosyal Medya Bağımlılığının Olumsuz Etkileri

- Anksiyete
- Depresyon
- Yalnızlık hissi
- Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu
- Uyku problemleri
- İkili ilişkilerde sorunlar
- Notların düşmesi ve derslere odaklanamama
- Algı bozukluğu
- Siber zorbalık
- Sosyal güvensizlik
- Kıskançlık
- Nefret söylemleri
- İsteksizlik (bir işe başlamada, ders çalışmaya başlamada) gibi birçok olumsuz etkisi vardır.



Sosyal Medya Bağımlılığıyla Nasıl Mücadele Edilir

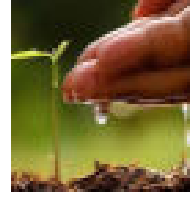
- Sosyal medya ve internet ortamından uzaklaşın.
- Sosyal medya ağlarının bildirimlerini devre dışı bırakın.
- Gününüzü planlayın; sosyal yaşama ayırdığınız zamanı azaltın.
- Hobilerinizi geliştirin. Yeni aktiviteler edinin.
- Aileniz ile birlikte yaşam alanları oluşturun ve onlara vakit ayırın.
- Gerektiğinde aile bireylerinizin bilgisine başvurun ve yardım etmelerini isteyin.
- Yatmadan önce telefonunuzu, tabletinizi, bilgisayarınızı kapatın.
- Bağımlılık ile ilgili okul rehberlik servisleri, Rehberlik ve Araştırma Merkezi ya da uzman psikologdan profesyonel destek alın.

Kaynaklar:<https://www.yesilay.org.tr/bagimlilik/bagimlilik-nedir>
<https://www.yedam.org.tr/modern-sorun-sosyal-medya-bagimliliği>
<https://www.mapfre.com.tr/blog/gundem/sosyal-medya-bagimliliği-nedir>
<https://www.siberay.com/sosyal-medya-bagimliliği>
<http://psikologizmir.com.tr/makale/8/sosyal-medya-bagimliliği-nedir-neden-quot-like-begeni-quot-almayı-onemsiyoruz>
<https://www.bepositive.com.tr/sosyal-medya-bagimliliği-nedir/>
<https://www.memorial.com.tr/saglik-rehberi/nomofobi-nedir>
<https://dergipark.org.tr/download/article-file/941666>
<https://avys.omu.edu.tr/app/public/mkalkan>
<https://www.cemilcelik.com.tr/internet-ve-sosyal-medya-bagimliliği/>
<https://www.hurriyet.com.tr/teknoloji/sosyal-medya-platformlari-neden-bagimlilik-yaratıyor>



KOŞMA! DÜŞERSİN

SANA SÜREKLİ KOŞMANI SÖYLÜYÖRLER. YARIŞMANI, BİRİLERİNİ ARKADA BIRAKMANI, İPİ ÖNCE GÖĞÜSLEMENİ BEKLİYÖRLER. HEP DAHA HIZLI KOŞMANI İSTİYÖRLER. BENSE SADECE ANNENİN ÇOCUKLUĞUNDA SÖYLEDİĞİ BİR SÖZÜ HATIRLAYACAĞIM. KOŞMA DÜŞERSİN
Prof. Dr. Kemal SAYAR



**FARUK ÇAĞLAR
ŞEHİT ALPER
SEVEN AİHL**

Bu işte bir yanlışlık olmalı. Çünkü herkes sana koşmanı, hiç durmamani, hayatın bir yarış olduğunu bu yarışta ancak böyle kazanacağını söyledi durdu. Yani koşman gerektiğini.

Ama anne babalar eskiden koşma düşersin derlerdi. Korumak isterdi anne, sakınırdı çocuğunu.

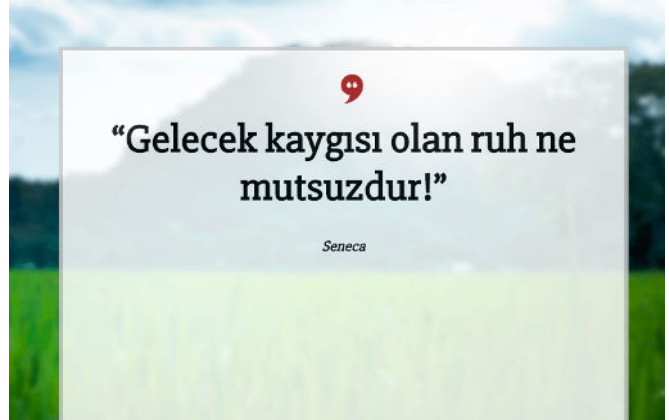
Koşma düşersin. Sımsıcak sevgi damlıyor bu kelimelerden. Buram buram anne sevgisi, saf sevgi. Biz dinlemez koşardık. Üstüne üstlük bir de düşerdik. Koşmanın da düşmenin de tadına vardık biz. ÖPÜNCE GEÇER’di çünkü.



Anneyle çocuk arasındaki en güçlü bağ sevgi. O da korumak ve sakınmak ile gösterir kendini. (Yanlış anlamayın sakın. O bağ hala sevgi ve hala çok çok güçlü. Kutsalın önünde kim durabilir ki?). Ama bu sevgi biraz hissedilmez, hissettirilmez mi oldu yoksa? Başka şeyler mi aldı sevginin 1. sıradaki yerini. Mesela gelecek kaygısı, mesem korkusu, yani ekmek aslanın bilmem neresinde artık saçmalığı. Evet saçmalık.

Yeter artık. Sevgiyle sakınmak yok artık. Gelecek korkusuyla sakındırmak, endişelendirmek, bugün de geleceğin de canına okumak var artık. Dünyü unutmamalım. Onu da eklemeyip sıralamayı yeniden yapalım. Çocuklarımızı gelecek kaygısına sokup; dünü, bugünü ve yarını mahvediyoruz. Sahi ne var bu gelecekte?

Anne babalar çocuklarını bir koşuşturmacanın içine hapsetti. Okul, sonrası kurs, sonra özel ders üstüne bir de muhakkak sportif faaliyet ya da müzik aleti kursu. Çocuğun kendisini tanınmasına bile vakti yok. Fırsatı da yok. Neden çünkü hayat bir mücadele. Bunun için hiç durmadan koş, arkada kalma sakın. Ne geriye dönüp bak, ne de sağa sola? Önüne bak yalnızca. İşte biri hemen geçmelisin. Geç onu. Ama bunun için bir kaç test fazla çöz. Birkaç sayfa fazladan oku. Öğrenmek için değil. Düşünmek için de değil ha. SINAV İÇİN.



Aman ha. Sınav yaklaşıyor. Peki ben. Ben uzaklaşıyorum anne. Ben kayboluyorum baba. Belki de arkada gelenlerden biri düştü. Yardım etmeliyim. Belki koşarken sağımda deniz vardı. Solumda bir ağaç, Ağaçta bir kuş. Ama ben dönüp bakamadım. Ama ben durup seveмедim. Ayağım takıldı düştüm. Azar işittim. Yaramı hastanede sardılar. Annem babam öpmedi. ÖPÜNCE GEÇMİYÖR artık.

Soluklanmalıyım. Nefesim kesildi. Yazarken için yandı. Kreşlere kadar indi artık gelecek kaygısı. Çıldırılmış gibi anneler babalar. Okula, öğretmene, idareye ve en önemlisi çocuğa çöktüler. Karabasan gibi. Öyle bir çöküş ki bu her şeyi unutturdu.

Koş evladım. Hadi. Düş kuzum. Kalk ve yürü. Bazen otur. Arkadan gelenleri bekle. Sağa sola bak. GÖĞE BAK.





VERİMLİ DERS ÇALIŞMA



SELVİNAZ YETKİN
REHBERLİK
HİZMETLERİ BÖLÜMÜ

Öğrencilik hayatımızın önemli bir kısmı dersler ve ders çalışma gerekliliğidir. Bizden beklenen bu süreçte en önemli şey genellikle derslerimizden başarıyla geçmektir. Bu da ancak düzenli bir çalışma alışkanlığıyla olur. Ne var ki, masa başına oturup ders çalışmak, kitapların başında saatler harcamak, kişiyi, her zaman istenilen sonuca götürmeyebilir. Verimli çalışmak, başarıyı artırmaya yarayan önemli bir beceridir.

Öğrenme, insanların bireysel farklılıklarına göre gerçekleşir. Önemli olan öğrenmeyi öğrenmektir. Ders çalışırken de, zamanınızı planlarken de kendinizi tanımanız, nasıl daha iyi öğrene bildiğinizi bulmanız çok önemlidir. Örneğin, tek başınıza mı yoksa grupla birlikteyken mi daha iyi anlıyorsunuz? Sınıfta dersi dinlemek size yetiyor mu, yoksa sonradan özet çıkarmanız mı gerekiyor? Verdiğiniz yanıtların doğrusu ya da yanlışı yoktur, onlar öğrenme alışkanlıklarınızı gösterir. Öğrenmede aslanan bilgiyi kendiniz için anlamlı kılmaktır.

Verimli Çalışmayı Etkileyen Faktörler

Zamanı doğru yönetebilme becerisi: Zamanı iyi değerlendirememenin en önemli sebeplerinden biri performans kaygısı ve ona eşlik eden başarısızlık korkusudur. Bir diğer etken mükemmeliyetçi eğilimlerdir. Mükemmeliyetçilik; ayrıntıda boğulma, yapılan işten tatmin olmama, duygusal basınç nedeniyle çalışmaya yoğunlaşamama gibi sonuçlar doğurur. Tüm bunlar söz konusu olduğunda da, çalışmadan verim almak zorlaşır.

Dikkati toplayabilmek ve çalışılan konuya yoğunlaşabilmek: Dikkatimizi dağıtan birçok etmen vardır. Kafamızı meşgul eden kişisel sorunlarımız, bedensel yorgunluk, fiziksel hastalık, çalışma ortamının kimi özellikleri, karmaşık bir örgüde sunulan bilgiler ve performans kaygısı, bunlar içinde sıkça rastlananlardır. Verimli çalışabilmek için dikkat dağıtan bu tür etmenleri en aza indirmemiz gerekir.



Motivasyona sahip olmak: Kişi neyi, niçin çalışması gerektiğini bilmelidir. Hedeflerin varlığı çalışma isteğini artırır.

Öncelik sıralaması yapabilmek: Bazen çalışılacak konuların çokluğu içinde boğuluruz. Nereden başlayacağımızı bilemez ve bu zorluk içinde kilitlenip kalırız. Bu noktada yapılması gereken bir öncelikler listesi hazırlamaktır. Önce neye bakacağımızı bilirsek; önümüze, küçük ve ulaşılabilir hedefler koyabilirsek çalışmaya başlamak kolaylaşır. Birçok zaman, çalışmaya başlamak bizi tetikler ve çalışmayı sürdürmekte zorlanmayız.

Verimli Çalışmak İçin İpuçları

- ❖ Çalışmaya başlamadan önce zihinsel, duygusal ve bedensel olarak yorgun olmadığınızı kontrol edin. Çalışma ortamını kendinize göre düzenleyin. Etrafı, dikkatinizi dağıtacak şeylerden (ör: televizyon, telefon, gürültü) arındırın.
- ❖ Zamanınızı iyi değerlendirmek için plan yapın. Böylece hem derse, hem eğlenceye, hem de dinlenmeye zaman ayırabilirsiniz. Planınıza uymadığınız zamanlarda kendinize yüklenmeyin ya da nasıl olsa plan bozuldu diye düşünerek kendinizi salıvermeyin. Kaldığınız yerden başlayarak yeniden plan yapın.
- ❖ Öğrendiklerinizi pekiştirmek için dersten sonraki 24 saat içinde tekrar edin. Birinci günde öğrendiğiniz bir şeyin % 50'sini 2.gün unutursunuz, 7 gün sonra ise bu bilginin yalnızca %20'si aklınızda kalır. Oysa birinci günün sonundaki 10 dakikalık günlük bir tekrar aklınızda kalan bilgi oranını % 90'a çıkarabilir. Bu 10 dakikayı hergün ayırmamanız daha sonra saatlerinize mal olabilir.
- ❖ Neye, niçin çalıştığınızı bilerek masaya oturun. Çalışacağınız konuyu alt başlıklara ayırın. Çalışmaya her oturduğunuzda en azından bir basamağı tamamlayın.
- ❖ Büyük hedefler koyup onları karşılayamadığımızda kendimize karşı eleştirel oluruz. Bu nedenle, küçük hedefler koyarak çalışmaya başlamak daha olumlu sonuçlar yaratır. "10 dakika oldu hala bir şey anlayamadım" yerine "Bakalım neler var, bir anlamaya çalışayım" demek daha olumlu sonuçlar doğuracaktır.
- ❖ Uzun süre ara vermeden çalışmak iyi bir fikir değildir. Dikkatin belli bir zaman sonra azalmaya başlayacağını unutmayın. 40-50 dakikalık dönemler halinde çalışın ve aralarında 10-15 dakikalık molalar verin.
- ❖ Size zor gelen ve/veya sevmediğiniz konuları çalışmak için en verimli saatlerinizi ayırın.
- ❖ Not tutarak çalışmayı deneyin. Not tutmak, çalışılan konuya karşı ilginin dağılmaması ve bilginin akılda kalması açısından oldukça etkili bir yöntemdir.
- ❖ İlginizi okuduğunuz şeyde tutmanın ve bilgileri hafızanıza kaydetmenin en etkin yollarından biri de sesli okumaktır.
- ❖ Okuma yaparken önemli yerlerin altını çizin ve gerektiğinde yanlarına eklemeler yapın.
- ❖ Çalışırken, her konu için anahtar sözcükler ve sorular belirleyin. Böylece çalıştıklarınızı anlamlandırma ve örgütlemeye daha başarılı olursunuz.
- ❖ Ders çalışmanızı aksatan ve kolaylaştıran alışkanlıkların birer listesini yapın. Listenizde yer alan olumsuz alışkanlıkları bırakmaya çalışın.

Çalışma sonrasında kendinizi ödüllendirin. Bu motivasyonunuzu artıracak ve kendinizi takdir etmenizi sağlayacaktır.

BABAM VE BEN



İBRAHİM BAĞCI ÖZEL
EĞİTİM BÖLÜMÜ



- 4yaş: Babam her şeyi bilir.
- 5 yaş: Babam çok şeyi biliyor.
- 6 yaş: Benim babam, senin babandan daha çok şey biliyor.
- 8 yaş: Babam her şeyi bilmiyor olabilir.
- 10 yaş: Babamın gençliğinde her şey çok farklıymış.
- 12 yaş: Aslında, babam bu konuda hiçbir şey bilmiyor. Çocukluğunu anımsayamayacak kadar yaşlı.
- 14 yaş: Babama kulak asma, o artık çağ dışı kaldı.
- 21 yaş: Babam mı? Aman Tanrım! o hiçbir işe yaramaz
- 25 yaş: Babam bu konuda az da olsa bir şeyler biliyor. Ama o yaştaki insanın bu konuda bir şeyler bilmesi normal zaten.

- 30 yaş: Bu konuda babamın fikrini alsak iyi olur. O kadar deneyimli ki!
- 35 yaş: Babama sormadan hiçbir şey yapmasam iyi olacak.
- 40 yaş: Acaba babam bu konunun nasıl üstesinden gelirdi? Ne kadar akıllı ve deneyimli bir insandı.
- 50 yaş: Babamın yanımda olması ve bu konu hakkında fikir vermesini ne kadar çok isterdim. Onun ne kadar akıllı olduğunu hiç taktir etmemişim. Ondan çok şey öğrenebilirdim.

Ann Landers

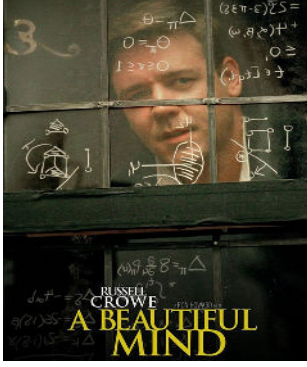




sineRAM-3



EBRU TAŞTAN
ÖZEL EĞİTİM BÖLÜMÜ



“Bazılarının, sadece normal olmak için ne büyük çaba sarf ettiğini kimse fark etmiyor.”

Albert Camus

Merhaba değerli okuyucu,

Bu sayıda sizlere "Akıl Oyunları(A Beautiful Mind)" adlı filmi tanıtacağım. Film 2001 ABD yapımı,yönetmenliğini Ron Howard'ın yaptığı,başlıca rollerini Russel Crowe,Ed Harris ve Jennifer Connelly'nin paylaştıkları biyografik bir film. John Nash adında Nobel ödüllü şizofreni hastası bir matematikçinin hayatının anlatıldığı film, Sylvia Nasar'ın Akıl Oyunları adlı kitaptan sinemaya uyarlanmıştır.2002 Oscar'larında en iyi film,yönetmen,uyarlama senaryo ve en iyi yardımcı kadın oyuncu ödüllerinin yanı sıra birçok adaylığın yanında Altın Küre ödüllerinden de yine en iyi film,en iyi uyarlama senaryo ve en iyi erkek oyuncu ödüllerini kazanmıştır.

Şizofreni hastalığına ek olarak dahillik sınırlarında gezen bu ünlü matematikçi,bize aklın sınırlarını ,delilik ve dahillik arasında gidip gelen bir zihnin neleri başarmaya kadir olduğunu etkileyici bir biçimde anlatıyor. Nash başarısına istinaden burslu okuduğu üniversitede çalıştığı bir teori üzerine onu kanıtlayacak detaylara ulaşır. Üniversite hayatı boyunca asosyal bir öğrenci olan Nash,diğer arkadaşlarından farklı olarak,eğlenme,arkadaş edinme gibi faaliyetlerde bulunamıyor. Ona çalışmalarında yardım eden hayali bir arkadaşı var..

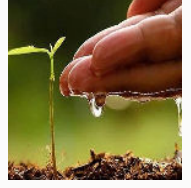
Buna karşın elde ettiği başarılar eğitim çevrelerince gözden kaçmıyor ve fark ediliyor. Bu yıllarda çeşitli hayaller,sanrılar görmeye başlayan Nash'e okulundan mezun olmasının ardından "paranoid şizofreni" tanısı konuyor. Bu durumdan muzdarip hemen her hasta Nash de gibi hastalığının farkında değil. Ancak bir tesadüf sonucu,verdiği bir konferansta bir psikiyatristin durumu fark etmesiyle süreç içerisinde hastaneye yatıyor ve akademik çalışmalarından da uzaklaşıyor.

Eşyle yaşadıkları evlerinde Sovyetler'in kendisini izlediği paranoyalarına kapılan Nash'in aile hayatı da olumsuz yönde etkileniyor. Nash şizofreni ve getirdikleriyle yaşamak için her ne kadar zorlansa da en sonunda bu hastalıkla yaşamayı ve baş etmeyi öğreniyor. Bunu başarması ona Nobel ödülünü kazandırıyor. Filmin en can alıcı sahnelerinden biri de Nash'in hep hayalini kurduğu,akademik çevrelerin onayını ve Takdirini kazandığını kanıtlayan kalem bırakma hareketinin olduğu sahne. Nobel konuşmasında kendisine en büyük desteği veren eşine "Burada senin sayende varım, burada olma sebebim sensin, sen benim bütün nedenlerimsin." cümlesiyle eşinin hakkını teslim ediyor ve seyirciye bir duygu bombardımanı yaşıyor.

Filmde beynin normalden farklı çalışmasının kişinin hayatını ne denli zorlaştırıcı bir durum olduğunu, kahramanımızın aklının kendisine oynadığı oyunlarla mücadele ederek nasıl galip gelip matematikte çok önemli başarılar imza attığını görüyoruz. Filmin konusuna ve ayrıntılarına çok fazla değinmek istemiyorum, değinmek isteğim nokta filmin kahramanının sahip olduğu engellilik türü ve bunun bireyin hayatını ne yönde etkilediği. Nash, zihninde şizofreni ile sahip olduğu deha arasında bitimsiz çatışmalar yaşarken eşi Alicia daima onun yanında ve ona destek oluyor. Şizofreni, gerçek ile gerçek dışı arasındaki farkın ayırt edilemediği, birden fazla gerçekliğin iç içe geçerek insanın zihnini allak bullak edip çıldırma sınırlarında dolaştırdığı çok ciddi bir zihinsel bozukluktur. Birey bunları yaşarken yalnız bırakılması ve toplum tarafından itilmesi ise kişi için iyice içinden çıkılması ve dayanılması güç bir durum haline gelmektedir. Şizofreni antik uygarlıklara ait yazılı kaynaklarda dahi tanımlanmış, bilinen en eski zihinsel hastalıklardan biridir. Genel itibarıyla de gençlik dönemlerinde ilk belirtileri fark edilir. Bunda çevresel faktörlerin yanı sıra genetik faktörler de etkilidir. Birey çevresiyle ciddi iletişim zorlukları yaşar, kendini ifade edemez zira gerçeklikler kendi zihninde bir kaos ortamında savaş halindedir. Bu durumdaki kişinin durumları doğru değerlendirebilme, duygularını kontrol altında tutabilme, doğru yargılarda bulunabilme yetisi yitirilir.

Yaşamda savaşların en zoru, bireyin kendisi ile olan savaşıdır. Filmin bizlere verdiği mesaj da kanımca; kendinle verdiğin savaşın son derece çetin bir mücadele sonucunda kazanabilmenin haklı gururunu yaşayabilmek. İyi seyirler dilerim.

TEKNOLOJİ VE İNTERNET



REHBERLİK VE
PSİKOLOJİK DANIŞMA
HİZMETLERİ BÖLÜMÜ

Bilişim teknolojileri 1980'li yıllardan itibaren insan yaşantısının her alanında yer almaya başlamıştır. Hayatı kolaylaştıran bu teknolojik gelişmeler toplumsal yapıyı yeniden şekillendirmiş, kişisel davranış ve özelliklerde değişikliklere neden olmuştur. Bilgisayar, internet, web ve mobil teknolojiler ile anlık mesajlaşma, sosyal ağlar ve blog yapıları gibi uygulamalar, kişiler arasındaki iletişim kanallarını arttırmıştır. Uluslararası örgütler tarafından gelişmişlik göstergeleri arasında kabul edilen bu teknolojiler, bilgi toplumu olma sürecinin en temel unsurları arasına girmiştir.

İnternet, birçok bilgisayar sisteminin birbirine bağlı olduğu, dünya çapında yaygın olan ve sürekli büyüyen bir iletişim ağıdır ve insanların her geçen gün gittikçe artan "üretilen bilgiyi saklama, paylaşma ve ona kolayca ulaşma" istekleri sonrasında ortaya çıkmış bir teknolojidir. Bu teknoloji yardımıyla pek çok alandaki bilgiye insanlar kolay, ucuz, hızlı ve güvenli bir şekilde erişebilmektedir.

Yetişkinler interneti genellikle kendi işlerinin bir parçası olarak kullanırken, 13-19 yaş arası gençler interneti daha çok oyun oynamak müzik dinlemek ve yeni insanlarla tanışmak için kullanmaktadır. Ergenlerin kendi beyanlarına göre internet kullanımları incelendiğinde %74'ünün yabancı biri ile iletişim kurduğu, % 44'ünün silah ve patlayıcılarla ilgili bir siteyi ziyaret ettiği, % 25'inin kimlik bilgilerini paylaştığı, % 21'inin pornografik siteleri ziyaret ettiği, % 7.5'nin nefret içerikli siteleri izlediği bulunmuştur.

Sağlıklı internet kullanımı; çocukların ve gençlerin yaşadıkları deneyimlerini yönlendirmelerine, hızlarını ayarlamalarına ve bilgi toplarken okuma, yazma, seçme, sınıflandırma gibi çeşitli becerilerini kullanmalarına yardımcı olmaktadır. Kontrolsüz internet kullanımı ise çocuğun ve gencin fiziksel, psikolojik, sosyal ve bilişsel gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir

Ülkemizde, internet kullanıcısı sayısı 1998 yılında 239 bin iken, 2005 yılında 14 milyon olmuştur. 2007 yılı itibari ile ülkemiz Avrupa internet kullanımının %4.6'sını oluşturmaktadır

ÇOCUKLARDA VE GENÇLERDE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞININ SEBEPLERİ



- Kontrolsüz ve ölçsüz kullanımın ne olduğuna dair bilgi eksikliği
- Bağımlılığın sonuçlarını bilmemek veya önemsememek
- Merak duygusunu kontrol edememek,
- Bağımlı arkadaş çevresinin içerisinde bulunmak
- Can sıkıntısı ve yapacak daha iyi bir şey bulamamak.
- Dışlanma korkusuyla arkadaşlarının her istediğini kabul etmek
- Sosyal ilişki kuramamak ya da kurarken güçlük çekmek
- Problemleri nasıl çözeceğini bilmemek ve sorunları çözmek yerine teknolojiye yönelmek gerçek dünyada başarılmayan şeyleri sanal dünyada elde etmeye çalışmak

KİMLER RİSK ALTINDA

- Spordan uzak duran ve hareketsiz yaşamı tercih edenler
- Olumsuz ve bağımlı arkadaş çevresi bulunanlar
- Ders başarısı sürekli düşük olan ya da okul dışı faaliyetlere karşı isteksiz olanlar
- Arkadaş edinme, iletişim kurma ve iletişimi devam ettirme becerileri az olanlar
- Aile içi çatışmalar yaşayan, sağlıklı iletişimi olmayan aile üyeleri
- Hayatlarında kaliteli vakit geçirebileceği aktiviteler bulunmayanlar
- Sosyal ilişkilerinde kendini ifade etmekte güçlük yaşayanlar
- Aileleri teknolojiyi olumsuz ve bilinçsiz kullanan bireyler



Türkiye Pedagoji Derneği, bir gün içinde tablet, telefon ve televizyon dahil olmak üzere çocukların ekran başında geçirmeleri gereken azami süreleri şöyle belirlemiştir.

SINIRLAMALAR VE SÜRELER DEDİK. PEKİ HANGİ YAŞ GRUBU ÇOCUK İÇİN NE KADAR SÜRE SINIRLAMASI UYGUNDUR?

- 0-3 YAŞ** Ekrandan olabildiğince uzak tutulmalıdır.
- 3-6 YAŞ** Günlük toplam süre en fazla 20-30 dakikadır.
- 6-9 YAŞ** Günlük toplam süre en fazla 40-50 dakikadır.
- 9-12 YAŞ** Günlük toplam süre en fazla 120 dakikadır.
- 12 YAŞ+** Günlük toplam süre 120 dakikayı geçmemelidir.

AYRICA;

- Bilgisayarı evin ortak kullanım odasına almanız takibinizi kolaylaştıracaktır.
- Yatmadan önceki 90 dakikalık sürede ekranlardan uzak durulmasını sağlamanız sağlık ve uyku açısından yararlı olacaktır.
- Kontrol edilmesinin zorlaştığı durumlarda bilgisayarın belirli bir süre sonra kendini kapattığı koruma programları kullanılabilir.
- Bağımlılık geliştirmeyi engellemek amacıyla, uyarıcı maddenin ortamdaki çekilmesi gereklidir. Bu nedenle çocuğunuzun bilgisayar kullanım süresini sınırlandırmanız çok önemlidir. Koyduğunuz kurallar açık, net, tutarlı, kesin ve uygulanabilir olmalıdır. Ancak tamamen yasaklamak; uygulanabilir, gerçekçi ve doğru bir çözüm olmayacaktır.



ÇOCUKLARDA BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI HUSUSUNDA VELİLER NE YAPABİLİR?

Çocukların bilinçli teknoloji kullanımı noktasında veliler için başlıca ana kavramlar;

sınır koymak ve tutarlı olmaktır.

Sınır koymak; iletişim halinde, yaşına uygun bir yaklaşım ile, eylem öncesinde konuşarak, kendisine uygun olmayan davranışları tanımlayarak ve bunları yaptığında, tekrar öğrenme fırsatı tanımak adına önlemler almak demektir.

Tutarlı olmak ise; kişinin benzer durumlarda aynı şekilde davranması ve ebeveynlerin ortak hareket etmesidir.

Bu iki kavram doğrultusunda velilerin sergileyebileceği yaklaşımlar aşağıdaki sıralanmıştır;

- Çocuğunuzla birlikte televizyon, bilgisayar, tablet vb. kullanımının kurallarını belirlemek ve bu kurallara öncelikli olarak ailelerin uymasına özen göstermek ve model olmak,
- Hem kendinizin hem de çocuğunuzun ne seyredeceği veya hangi programları kullanacağı konusunda seçici olmak,
- Teknolojinin ailece birlikte geçirilen zamanların ya da oyun saatlerinin yerini almasına izin vermemek ve televizyon, bilgisayar ve tablet olmadan çocuğunuzla birlikte yapabileceğiniz eğlenceli etkinlikler belirlemek,
- Bilgisayarda oyunun yerini spor, hobi ve benzeri etkinliklerle doldurmak,
- Çocuklarına internette vakit geçirme konusunda katı kısıtlamalar ve cezalar vermek yerine onlarla karşılıklı konuşmak ve ikna yolunu seçmek, yavaş yavaş ama kararlı olarak azaltması konusunda destek olmak,
- Çocuğunuzun ekranla baş başa uzun süre ve denetimsiz bırakmamak, ekran başında geçireceği günlük süre için mutlaka bir zaman sınırlaması getirmek,
- Sosyal ağlarda tanımadıkları kişileri arkadaş listelerine eklememelerini söylemek ve kimlerle arkadaşlık ettiklerini belli aralıklarla kontrol etmek,
- Çocuğunuza internet ve sosyal ağlarda profillerindeki gizlilik ayarlarını yapmalarını sağlamaları hakkında konuşmak ve özel bilgi, telefon, T.C. kimlik numara ve özel fotoğraflarını paylaşmamalarını öğütlemek,
- Gerçek hayattaki başarının daha değerli olduğunu fark etmesini sağlamak,
- Teknolojinin yararları ve zararları hakkında çocuğunuzla konuşmak,
- Güçlü ve pozitif aile bağları geliştirmek, çocuklarının arkadaşlarından ve neler yaptıklarından haberdar olmak,
- Bağımlılık yapan şeylerin kullanımıyla ilgili doğru bilgiye sahip olmak ve çocuğu bu doğrultuda gözlemleyebilmek.
- Çocuğunuzun teknolojik aygıtta kullandığı yazılımlar veya seyrettikleriyle ilgili paylaşım içinde olmak,
- Çocuğun internet ve bilgisayar kullanımı için "ev içi denetleme" sistemlerini oluşturmak,
- Bilgisayar, tablet vb. kullanımını disiplin-ödül aracı hâline getirmemek,
- Televizyon, bilgisayar vb. araçları asla çocuk bakıcısı olarak kullanmamak,
- Gerekirse psikolojik danışmandan uzman desteği almaktır.



AİLELERİN ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARI HAKKINDA YAŞADIKLARI KAYGININ KAYNAKLARI VE ÖNERİLER



ZELİHA ÇAĞLAR
ÖZEL EĞİTİM BÖLÜMÜ



Ebeveynler özel çocuklarının yaşına göre farklı kaygılara sahip olabilirler. Bu kaygıların bilinmesi yapacakları planlama açısından önemlidir. Bu kaygıları dönemsel olarak şöyle sıralayabiliriz.

Erken çocukluk döneminde; doğru tanı, arkadaşlarının, ailelerinin ve öğretmenlerinin durumdan haberdar edilmesi, çocuğun alması gereken doğru hizmetlerin belirlenmesi ve uzmanlarla yoğun iletişim ve ilişkiler önemlidir. Özel hizmetlerin farkına varma, yasal hak ve sorumluluklar, çocuğu en uygun ortama yerleştirmeye yönelik çabalar, akademik ve akademik olmayan etkinliklerin planlanması gereği gibi etkenler ailede yaşanan kaygıların temelini oluşturan etkenlerdir.

Ergenlik döneminde yaşanan sorunlar; cinselliğin uzun süren doğası, akrın reddi, çocuğun yaşına uygun etkinliklerde bulunmuyor olması ve mesleki yerleştirme planlarının yapılabilmesindeki yetersizliklerdir. Yetişkinlik döneminde ise; yetişkin yaşam düzeninin tanımlanması, aileden uzak sosyalleşme etkinliklerinin planlanması, ebeveyn kaybı, çocukların korunması gibi etkenler ailede kaygıları ortaya çıkaran dönemsel ve temel etkenlerdir.

Evet yukarıda bahsedilen durumların tümü kaygılanmanızı artıran etkenler olarak karşınıza çıkmaktadır. Çocuğunuza özel gereksinim alanlarına yönelik konulan herhangi bir tanı biliyorum ki siz ve aileniz için hatta en yakınlarınız için bile kaygı oluşturacak bir durum. Fakat kolay olmasa da yapmanız gereken en önemli şey sakin olmaktır. Var olan tanıyı hızla kabul etmeniz hem sizin için hem de çocuğunuz için en faydalı yol olacaktır. Lütfen zaman kaybetmeyin. Konulan tıbbi tanıdan çok çocuğunuzun nelere ihtiyaç duyduğunu belirlemeye çalışın. Çeşitli bahanelerle zaman kaybetmeyin. Çocuğunuzun size ihtiyacı olduğunun farkında olarak ve ona doğru şekilde destek olmaya yönelin. Erken tanı erken eğitim kriterinden yola çıkarak doğru kurum ve uzman kişilerden yardım almaya çalışın. Unutmayın çocuğunuzun amaçsızca zamanını geçirmesi, zamanında öğrenmesi gereken becerileri kazanmasında gecikmesine ve onun sosyal iletişimden de kopmasına neden olacaktır. Çocuğunuzun tıbbi tanısı ve gereksinim yüzdesi çocuğunuzun eğitime ihtiyacı olup olmadığını belirtir. Fakat neye gereksinimi olduğunu nelerin yapılması gerektiği ile ilgili bir fikir vermez. Bu sebeple çocuğunuzun eğitimsel ve davranışsal performansını analiz edilmesini sağlayın ve çocuğunuzun da çok iyi gözlemleyin. Süreçten hiçbir zaman kopmayın. Çocuğunuzun güçlü yanlarını ortaya çıkarmaya çalışın. Çocuğunuzun destek çevresini analiz edin. Çocuğunuzun bu işi bilen uzmanlara teslim edin. Çocuğunuz hakkında vereceğiniz her türlü bilgi çalıştığınız uzmanlar için çok önem arz etmektedir. Çocuğunuzla nitelikli zaman geçirmeye odaklanın. Çocuğunuzla oyun oynayın. Oyun oynamayı öğrenin. Oyun sırasında çocuğunuzun ilgilerini keşfedecek ve iletişim becerilerini de oldukça desteklemiş olacaksınız. Çocuğunuzun davranışlarını kontrol edebilmeyi öğrenmeniz de size çok fazla yarar sağlayacaktır. Çocuğunuzla ilgili kayıtlar tutun. Bu kayıtlar sizin bir sonraki adımınızda neleri planlamanız gerektiği ile ilgili ip ucu niteliğinde olacaktır. Bu kayıt ve gözlemlerinizi çocuğunuz destek eğitim çevresinde de paylaşmanın eğitimciler ile ortak bir plan oluşturmanızı sağlayacaktır. Unutmayın; kayıtlar sizin nereden başladığınızı ve nereye gittiğinizi gösteren en önemli pusulanız olacaktır.



ÇOCUKLARDA İNATÇILIK



EMİN DOĞAN YILTI
REHBERLİK HİZMETLERİ
BÖLÜMÜ



Çocukta inatçılık, çocuğun belli bir makul nedeni olmaksızın, bir harekette ısrar etmesi, davranışını, düşüncesini, durumunu değiştirmemesi şeklinde tanımlanabilir.

"Negativizm" (olumsuzluk) adı verilen inatçılık ve karşı gelme, ana babaları endişelendirir. Bu dönemde çocuk büyüklerin sözünü dinlemez, hatta söylenenin tersini yapar. Eylemleri, davranışları kısıtlandığında öfkelenir, kendini yerlere atar. Her işi yardım görmeden kendi başına yapmakta direnir.

İnatçılık çocuğun duygusal gelişiminin bir sonucudur ve en çok 3-6 yaş arasında yaşanır. Bu yaşlarda inatçılık normaldir. Çocuk ben duygusunun ve özgür olma bilincinin gelişiminden kaynaklanan inatçılık gösterir. Çocuk her şeyi kendi yapmak ister. Yaptığı şeyler hoşuna gider, çevresinden gelen direnmeyi yenmeye çalışır. Kendi varlığını hissettirmeye, kabul ettirmeye çalışır. Kendince o hep haklıdır.

İnatçılığın Nedenleri:

- Çocuğa fazla baskı yapılması
- Çocuğun tüm isteklerinin önüne geçilmesi
- Yanlış ve yersiz eğitim
- Kıskançlık
- Yetişkinlerin kendi istekleriyle çocuğun istekleri arasında çelişkili davranış sergilemeleri
- Çocuğa bağımsızlık duygusunun verilmemesi

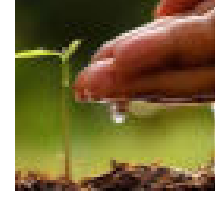


Kaynakça
YAVUZER, Haluk. Çocuk Psikolojisi, 1999
ÇANKIRILI, Ali. Aile Öyküleri

ANNE-BABAYA ÖNERİLER

- ❖ "Hayır" diyen çocukla alay etmeyin, ceza ile korkutmayın, kimin güçlü olduğunu ispatlamak için zor kullanmayın. Bazen çocuk sizin sevginizi, sabrınızı, kendisine ne kadar katlanabildiğinizi denemek için "Hayır" diyerek inatlaşabilir. Sinirlenir, bağırıp çağırır ve hele ceza verirsiniz "Haklıymışım, beni sevmiyorlar" diye düşünebilir.
- ❖ İnatçılık yaptığı zaman neden böyle davrandığını sorun. İnat çoğu zaman çocuğun varlığını kabul ettirme ve bağımsızlık isteğinden kaynaklanır. Gösterdiği sebep ne kadar saçma ve yersiz olursa olsun, sabırla dinleyin. Şüphelerini, kaygılarını ve korkularını anlamaya çalışın. Kızmadan, sabırla dinlediğinizi gördüğü zaman duygularını ifade etmeyi ve gerektiğinde kontrol etmeyi öğrenecektir.
- ❖ Haklı istekleri yerine getirilmeyen bir çocuk inatçılık yaparak isteklerine kavuşmayı deneyebilir. Anne babaya kızan çocuk gizli bir öç alma duygusuyla inatçılık yapabilir. Kardeş kıskançlığı, kardeşinin kendisinden daha fazla sevildiği kanaati inatçılığa yol açabilir.
- ❖ Çocuğu kardeşi ile kıyaslayarak kıskançlık duygusunu tahrik etmemelidir.
- ❖ İnadını fazla önemseyemediğimiz, kızdığımız veya üzüldüğümüz zaman çocuk inadı bize karşı bir silah olarak kullanabilir.
- ❖ Kuralları belirlemede ve uygulamada aile üyeleri arasında uyum ve söz birliği olmalıdır. Babanın kızdığı bir davranışı anne gülerken karşılar veya "Çocuğun üstüne gitme" diyerek korumaya kalkarsa çocuk neyin doğru neyin yanlış olduğunu öğrenemez.
- ❖ Aile büyükleri çocuk terbiyesine fazla müdahale ederek anne ve babanın işini zorlaştırmamalı. Çocuğu dilediği gibi eğitime öncelikle anne ve babanın hakkıdır. Büyükanne ve büyükbaba çoğu zaman torunları korumaları altına alarak şımartırlar. Çocuk cezadan kurtulmak veya bir isteğine kavuşmak için büyükbabayı ve büyükanneyi kullanır.
- ❖ Çocuğa isteklerini olumlu bir dille ifade etmesi hatırlatılmalı, haklı istekleri yerine getirilmelidir. Yerine getirilmeyen haksız ve zamansız isteklerin sebepleri açıklanmalı; bazı isteklere kavuşmak için hak etmesi, beklemesi ve sabretmesi gerektiği öğretilmelidir.
- ❖ Kurallar gerekli, anlaşılır ve mümkün mertebe az olmalıdır. Gereksiz konularda ve ayrıntılarda fazla kural ve yasaklama getirirseniz bir süre sonra çocuğunuza çok fazla "Hayır" demek zorunda kalırsınız. Bu da çocuğunuzda bağımsızlığının elinden alındığı, kendisine güvenilmediği ve her şeyi yanlış yaptığı duygusu uyandıracaktır.
- ❖ Kurallara uymasını kolaylaştırmak için "Hayır" demek yerine seçenek sunmak daha doğru bir yaklaşımdır. Yemekten önce çikolata veya şeker yemek isteyen çocuğa "Hayır, yemekten önce çikolata yemek yasak" demek yerine; kuralın sebebini açıkladıktan sonra ona bir seçme fırsatı verebilirsiniz: "Biliyorsun, yemekten önce çikolata yememen konusunda anlaşmıştık. Yemekten önce çikolata yersen iştahın kapanır, yemeğini yemek istemeyebilirsin. Eğer istersen çikolatayı saklayıp yemekten sonra yiyebilirsin."
- ❖ Duvarı karalayan çocuğa, "Duvarı kirletiyorsun, bırak o kalemi" demek yerine; "Duvarı çizersen duvar kirlenir, canın resim yapmak istiyorsa sana kağıt verebilirim" diyerek seçme şansı vermek "Hayır" demekten daha etkili ve daha az incitici olur.
- ❖ "Sütünü iç" diye dayatmak yerine, "Sütünü cam bardakla mı yoksa fincanla mı içmek istersin" diye seçenek sunmak daha doğru olacaktır.

ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ



METİN GÜÇLÜ
REHBERLİK HİZMETLERİ BÖLÜMÜ

ÇATIŞMA, bir ya da birden çok kişinin bir konu üzerinde yaşadığı doğal bir anlaşmazlık ya da gerginlik durumudur.

Toplumumuzda çatışma genellikle olumsuz bir kavram olarak değerlendirilmektedir. Buna sebep olan çatışma hakkında yeterli bilgiye sahip olmamız ya da geçmişteki olumsuz yaşam deneyimlerimizden kaynaklanan olumsuz anlam yüklemeleri olabilir.

İçinde yaşadığımız yüzyılda her şey hızla değişmekte, gelişmekte ve sürekli artan yeniliklerle birlikte yeni problemler ve çatışmalar karşımıza çıkmaktadır.

Ergenlik döneminde olan çocuklarımızla yaşadığımız çatışmaların diğer dönemlere oranla daha fazla olduğunu düşünebilirsiniz. Çoğumuz kendimizi onların şimdiki yaşlarındaki halimizle kıyaslayıp öfkelenebiliyoruz.

Ancak dünyanın değişim hızı, teknolojinin hayatımızın her noktasındaki ağırlığı ve diğer tüm gelişmeleri göz önüne aldığımızda, çocuk yetiştirmeye ilgili bakış açılarının da çok değiştiğini fark etmemiz gerekir. Buna bağlı olarak kendimizi gelişim ve değişimlere uyumlu hale getirmeli ve problemlerle baş edebilmek için çatışma çözme becerilerini bilmeliyiz.



NEDEN ÇATIŞMA YAŞARIZ?

- 1-Karşılanmayan psikolojik gereksinimler
- 2-Kaynakların sınırlı olması
- 3-Farklı değerler

Unutmayınız; hayatın akışı içerisinde çatışmalar kaçınılmazdır, her zaman olabilir. Evinizde, iş yerinizde, toplu yaşadığımız her noktada mutlaka anlaşamadığımız türde kişiler olacaktır. Bu yüzden de çatışma çözme becerileri hepimiz için hayatımızın erken dönemlerinde kazanılması gereken becerilerden biridir.

Çatışmalarla baş edebilmede bireyler genellikle; ya çatışmadan kaçmak-kaçınmak gibi bir tepkide bulunurlar ya da saldırganca tepkiler verirler.



Peki Çatışma Çözmede Hangi Yöntemler İzlendmelidir?

***Duyguları Keşfetme:** Çatışma çözmede ilk adım kesinlikle duygularımızı ve karşıımızdaki kişinin duygularını fark etmemizdir. Empati kurabilmek.

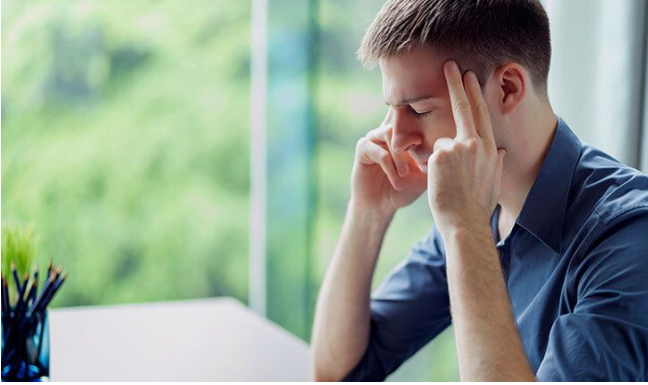
***İletişim Becerisi:** Başkalarına kendi ihtiyaçlarımızı anlatabilme, karşıımızdakini anlayabilme.

ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

**“Sorunlar,
Onları Yaratan
Düşünce Düzeyinde
Çözülemez.”**
Albert Einstein



***Öfke Kontrolü:** Sorun ne olursa olsun saldırgan olmayan tepkiler vermek. Eğer taraflar sağlıklı düşünemeyecek kadar kızgınsa ve öfke duygularını kontrol edemiyorsa uzlaşma sağlanamaz.



***Problem Çözme Becerisi:** İki tarafın da kazançlı çıkabileceği ve kabul edebileceği çözümlere odaklanmak. "Sen" kelimesi yerine "Biz" kelimesini kullanmaya özen göstermek.

***Olası çözümleri değerlendirmek ve uygun çözümleri belirlemek:** Her iki taraf için de kabul edilebilir, gerçekçi, gerçekleştirilebilir, belirgin ve dengeli olmalıdır.

***Çözümlerin işlerliğinin izlenmesi:** Belirli bir süre çözümlerin işleyip işlemediğinin kontrol edilmesi. Eğer işlemiyorsa, tüm aşamaları tekrarlayarak çözümleri yeniden gözden geçirmek.



Çatışma Çözme Stratejileri

1 -GüçKullanma-Zorlama(KöpekBalığı)

Bu yöntemi seçenler kendi çözüm önerilerini kabul etmesi için, karşı taraf üzerinde güç kullanmayı denerler. Kendi amaçları önemlidir, ilişkileri önemsizdir. Sadece kendi amaçlarına ulaşmayı isterler, başkalarının ihtiyaçlarıyla ilgilenmezler.



-Kaçınma(Kaplumbağa)

Bu yöntemi seçenler ise çatışma yaratan sorunlar ve kişilerden uzak dururlar, çatışmayla yüz yüze gelmektense, geri çekilmeyi seçerler.



-Uyma Yöntemi(Oyuncak Ayı)

Bu yöntemi seçenler için ilişkileri çok önemli, amaçları pek önemli değildir. İlişkileri bozulmasın diye kendi isteklerini göz ardı ederler. Güç kullanmanın tam tersidir.



ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ



4-Uzlaşma(Tilki Yöntemi)

Bu yöntemi seçenler uzlaşma ararlar. Kendileri uzlaşmak için bazı isteklerinden vazgeçebildikleri gibi çatıştıkları kişiyi de amaçlarının bir kısmından vazgeçmeye ikna ederler. Hem girişimcilik hem de işbirliği içeren bu yöntem her iki tarafı da kısmen mutlu eder.



5-İşbirliği Yöntemi(Baykuş)

Bu yöntemi seçenler çatışma çözerken hem amaçlarına hem de ilişkilerine önem verirler ve karşı tarafı suçlamadan, her iki tarafı da mutlu edecek bir çözüm yolu bulmaya çalışırlar.

PEKİ BİZİM YÖNTEMİMİZ HANGİSİ?

KURUMUMUZ PERSONELİ TARAFINDAN SORUMLULUK BÖLGEMİZDEKİ OKULLARIMIZDA GÖREVLİ YARDIMCI PERSONEL,KANTİN GÖREVLİLERİ,GÜVENLİK GÖREVLİLERİ VE SERVİS ŞOFÖRLERİNE YÖNELİK ÖFKE KONTROLÜ VE STRES YÖNETİMİ EĞİTİMLERİNDEN KARELER



Yenilikleri denemediğiniz
müddetçe yeni birşeyler
öğrenemezsiniz.

H.J BROWN

<http://fethiyeram.meb.k12.tr/> | OCAK-2023 | SAYI:3