

OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU

AİLE EĞİTİMİ KİTAP SETİ

III. KADEME

- Dr. Öğr. Üyesi **Esra ORUM ÇATTIK**
- Dr. Öğr. Üyesi **Özgöl ALDEMİR FIRAT**
- Dr. Öğr. Üyesi **Serap DOĞAN ASLAN**
- Dr. Öğr. Üyesi **Tahir Mete ARTAR**



**ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ**

2024

**5.
Kitap**

Genel Yayın Yönetmeni	Doç. Dr. Mustafa OTRAR
Yayın Koordinatörü	Gökçağrı GÜREL
Proje Koordinatörü	Prof. Dr. Atilla CAVKAYTAR
Editör	Prof. Dr. Yasemin ERGENEKON Dr. Öğr. Üyesi Ersin Ufuk TIMUÇİN
Yazı İşleri	Dr. Mehmet Akif CİHAN
Yayına Hazırlayan	Sevil CANPOLAT Gülhan ERSOY Merve LAÇİN
Katkıda Bulunanlar	Oğuz BURCU
Tashih	Ömür YALÇIN
Görsel Betimleme	Hafize DOĞAN
Görsel Tasarım	Sude Ajans Reklam Org. Tan. Ltd. Şti.
ISBN	978-975-11-8204-3

Aile Eğitimi Kitap Seti'nin her hakkı saklıdır ve Millî Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğüne aittir. Setin içerikleri kaynak gösterilmeden hiçbir suretle alınıp yayınlanamaz.

Değerli Aileler,

Eğitimde tüm paydaşların bir araya gelerek ortak bir amaç uğruna çaba sarf etmesi, başarı için en önemli kriterlerdendir. Paydaşların en mühimlerinden birisi de muhakkak ki sizlersiniz. Özel eğitim ihtiyacı olan öğrencilerin ebeveyni veya vasisi olmak, sizleri de bizim nazarımda özel kılmaktadır. Bizler Millî Eğitim Bakanlığı mensupları olarak çocuğunuzun doğumundan mezuniyetine kadar geçireceğiniz süreçte sizlere destek vermek amacıyla gece gündüz çalışmaktayız. "Aile Eğitimi Kitap Seti'de" bu amaçla hazırlanmıştır. Setimiz, özel eğitim ihtiyacı olan çocukların eğitiminde, sizlere yol gösteren bir başucu kitabı görevi görecektir mahiyette hazırlanmıştır.

Sevgili Aileler, Kıymetli Öğretmenler,

Aile Eğitimi Kitap Seti; alanında uzman seksenden fazla akademisyen ve eğitimcinin uzun uğraşlar sonucunda ortaya çıkardığı, toplam 53 kitaptan oluşan bir yardımcı kaynak kitap setidir. Tüm yetersizlik türleri için kendi içerisinde ayrı kitap setleri barındıran ve her bir kitap setinin içerisinde de farklı yaş gruplarına veya alt yetersizlik türlerine hitap eden bir anlatım tarzı benimsenmiştir. Eğitim sürecinde ve sonrasında ihtiyaç duyacağınız teorik bilgiler, etkililiği bilimsel olarak kanıtlanmış uygulama örnekleriyle harmanlanmış ve uzun yıllar kullanılacak harika bir çalışma ortaya çıkmıştır.

Günümüz bilgi toplumunun ihtiyaçları ve teknolojik gelişmeler düşünüldüğünde video içeriklerin öğrenmede ne kadar etkili bir yöntem olduğu herkesin malumudur. Bu çalışmada kitaplarda yer alan teori ve uygulama içerikleri kısa videolar ile desteklemeye çalışılmıştır. Ayrıca bu videolar işitme ve görme yetersizliği olan aileler için erişilebilir formatta hazırlanmıştır. Bununla birlikte kitaplardaki görsel betimleme metinleri de düşünüldüğünde özel eğitim alanında her ögesiyle erişilebilir bir eser ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Takdimimi noktalarken "Aile Eğitimi Kitap Seti"nin sizlere özel eğitim ihtiyacı olan bireyler yetiştirirken yol gösterici olmasını ve her bir evladımızın eğitim hayatının sonunda, bağımsız bir yurttaş olarak yaşamlarına devam edecek seviyeye gelmelerinde katkı sağlamasını temenni ederim. "Özel Eğitim" alanında bir mihenk taşı görevi görecektir bu eserin hazırlanmasında emeği geçen tüm akademisyen, eğitimci ve Genel Müdürlüğümüzün kıymetli personellerini canı gönülden kutlar, setimizin memleketimize hayırlı olmasını umut ederim.

Doç. Dr. Mustafa OTRAR
Genel Müdür

SUNUŞ

Değerli Aileler,

Sizler, en değerli varlıklarınız olan biricik çocuklarınızın yaşam içinde kendi ayakları üzerinde durabilmelerini sağlayacak becerileri kazanabilmeleri için büyük bir mücadele vermektесiniz. Bu mücadelede sizlere yardımcı olabilmek için sağlık, eğitim, sosyal destek, güvenlik gibi alanlarda pek çok eğitimci ve uzman görev yapmaktadır. Tüm görevlilerin amacı, siz ailelerin çocuklarınızın gelişimi ve eğitimine katkıda bulunarak onları bağımsız bireyler hâline getirme sürecinde yanınızda olmaktır.

Gelişim özellikleri her ne olursa olsun her çocuğun ailesiyle mutlu, huzurlu ve geleceğe güvenle bakan bireyler olmaya hakkı vardır. Çocuklarınızın bu hakları elde edebilmesi, onlara verilecek nitelikli eğitim ve destek hizmetlerin sunulması ile mümkün olacaktır. Tüm çocukların bu nitelikli eğitim ve destek alma yönündeki anayasal haklarını, en verimli şekilde kullanabilmeleri için doktorların, öğretmenlerin, uzmanların yanı sıra siz ailelerin de önemli sorumlulukları yerine getirmeleri gerekir. Her anne baba mutlaka çocuğu için en iyisini ister. Sizler için önemli olan; en iyi bakıma, en iyi eğitime, en iyi destek hizmetlerine kolaylıkla erişebilmektir. Biz hizmet verenlerin de sizin çok önem verdiğiniz bu hizmetlerin geliştirilmesinde iş birliğimize ihtiyacımız vardır. İnanıyoruz ki uzmanlar ve eğitimciler ile aileler, el ele vererek çocukların toplum yaşamına katılımlarını sağlamak için en iyisini yapacaklardır.

Çocuklarınızın, uzmanlar ve eğitimcilerin sunduğu pek çok hizmetten en iyi şekilde yararlanabilmesi için siz ailelerin de bu sürece etkin katılmanız beklenmektedir. Şu bir gerçektir ki aileler çocuklarının gelişim ve eğitimlerinde katılımcı olduklarında çocuklarının okul başarıları artacağı gibi bağımsız yaşama hazırlanmaları da kolaylaşacaktır. Sizlere sunulan bu Aile Eğitimi Kitap Seti, tüm özel eğitim kategorileri ve tüm yaş grupları için alanında uzman akademisyenler tarafından titizlikle hazırlanmıştır. Sizler çocuğunuzun durumuna ve yaşına uygun olan kitapları, bu kitap setinden seçerek çocuğunuzun gelişim ve eğitimine katkıda bulunabileceksiniz.

Sevgili Öğretmenler, Değerli Aileler,

Kitap setlerimiz otizm spektrum bozukluğu, zihin yetersizliği, işitme yetersizliği, görme yetersizliği, fiziksel yetersizlik, öğrenme güçlüğü, dil ve konuşma bozukluğu, duygu ve davranış bozukluğu, çoklu yetersizlikler ve ailelerle çalışma konularını kapsamaktadır. Her bir kitap seti ise 0-3 yaş, 4-6 yaş, birinci kademe olan ilkokul, ikinci kademe olan ortaokul, üçüncü kademe olan ortaöğretim öğrencilerinin aileleri için ayrı ayrı hazırlanmıştır. Aynı zamanda tüm grupları ilgilendiren konular, ortak aile eğitimi kitap seti olan Özel Eğitimde Ailelerle Çalışma Seti'nde toplanmıştır. Tüm kitap setlerinde açıklanan konular, uzmanların ve öğretmenlerin hazırladığı videolarla zenginleştirilmiştir. Böylece sizler çocuğunuzun gelişimi ve eğitimiyle ilgili bilgileri edinirken aynı zamanda konuların videolarını izleyebileceksiniz. Özel eğitim ihtiyacı olan tüm bireylerin ailelerine yararlı olması dileğiyle...

Çocuk yetiştirmek bir sanattır, aileler sanatçılardır, çocuklar ailelerin eserleridir.

Prof. Dr. Atilla CAVKAYTAR
Proje Koordinatörü

EDİTÖR/KOORDİNATÖR

Prof. Dr. Yasemin ERGENEKON

Dr. Öğr. Üyesi Ersin Ufuk TİMUÇİN

OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU AİLE EĞİTİMİ KİTAP SETİ YAZAR LİSTESİ

Prof. Dr. Yasemin ERGENEKON

Dr. Öğr. Üyesi Ersin Ufuk TİMUÇİN

Dr. Öğr. Üyesi Esin PEKTAŞ KARABEKİR

Dr. Öğr. Üyesi Esra ORUM ÇATTIK

Dr. Öğr. Üyesi Özgül ALDEMİR FIRAT

Dr. Öğr. Üyesi Serap DOĞAN ASLAN

Dr. Öğr. Üyesi Tahir Mete ARTAR



GENEL AMAÇ

Sevgili Ailelerimiz, Kıymetli Öğretmenler,

0-18 yaş aralığında otizm spektrum bozukluğu (OSB) olan çocukların ailelerine yönelik olarak hazırlanan bu rehber kitap serisi ile OSB'yi daha iyi anlamamız, çocuğunuzun içinde bulunduğu gelişim alanlarında sahip olması gereken becerileri öğrenerek onu beceri alanlarında en iyi şekilde nasıl destekleyebileceğiniz konusunda yapmanız gerekenleri bilmeniz yanısıra ve anne-baba olarak doğru rolleri kazanmanız amaçlanmıştır.

KAZANIMLAR

Bu kitap seti ile aileler, bakım verenler aşağıdaki kazanımları edinirler:

- Çocuklarının içerisinde bulunduğu gelişim aşamalarında yer alan beceriler hakkında bilgi edinir.
- OSB'nin çocukları üzerindeki etkilerini söyler.
- Evde ve okulda günlük rutinleri planlar.
- İletişim, sosyal etkileşim, oyun, öz bakım, bedensel ve bilişsel beceriler, akademik beceriler, günlük yaşam becerileri, güvenlik becerileri, bağımsız yaşam becerileri, öz belirleme becerileri ile iş çalışmaya hazırlık becerilerini desteklemede ebeveyn olarak işlevsel bir rol sergileyebilir.

İÇERİK

Otizm Spektrum Bozukluğu Aile Eğitimi Kitap Seti 5 kitaptan oluşmaktadı. Bu kitaplar:

1. Kitap: *Otizm Spektrum Bozukluğu Aile Eğitimi Kitap Seti 0-3 Yaş Grubu*
2. Kitap: *Otizm Spektrum Bozukluğu Aile Eğitimi Kitap Seti 4-6 Yaş Grubu*
3. Kitap: *Otizm Spektrum Bozukluğu Aile Eğitimi Kitap Seti I. Kademe*
4. Kitap: *Otizm Spektrum Bozukluğu Aile Eğitimi Kitap Seti II. Kademe*
5. Kitap: *Otizm Spektrum Bozukluğu Aile Eğitimi Kitap Seti III. kademe*

AÇIKLAMALAR

Sevgili Aileler,

Kitap seti 0-3 yaş, 4-6 yaş, 7-10 yaş (I. kademe), 11-14 yaş (II. kademe) ve 15-18 yaş (III. kademe) olmak üzere beş aile eğitim kitabından oluşmaktadır. Bu kitapların her birinde çocuklarınızın yaş gruplarına uygun olarak dil, sosyal etkileşim, öz bakım, oyun, bedensel, duygusal ve bilişsel gelişim alanlarını destekleyici bilgiler ve uygulama örneklerine yer verilmektedir.

Çocuğunuzun yaş grubuna uygun olarak verilen etkinlik örnek ve önerilerinin çocuğunuzun gelişim düzeyinin üzerinde veya altında olduğunu düşünüyorsanız çocuğunuzun yaşını ya da okul kademesini dikkate almadan serinin bir önceki veya bir sonraki ilgili bölümünü inceleyerek çocuğunuza uygun bilgiler edinebilir ve bunları uygulayabilirsiniz. Her bölümün özetine ve uygulamaların bazılarına video kaydı olarak da ulaşmanız mümkündür. Kitabı kullanmaya kendinize en uygun gördüğünüz bölümden başlayabilirsiniz.

BÖLÜM 1: GELİŞİM AŞAMALARI VE ÖZELLİKLERİ

Genel Amaç	6
Kazanımlar	6
İçerik	6
Açıklamalar	6
Giriş	6
Gelişimin Tanımı ve Gelişimle İlgili Temel Kavramlar	7
Gelişim Görevleri ve Dönemleri	10
Gelişim Dönemleri ve Özellikleri	10
Ergenlik Dönemi Gelişim Görevleri	10
Alıcı ve İfade Edici Dil Gelişim Alanı ve Özellikleri	12
Bilişsel Gelişim Alanı ve Özellikleri	18
Fiziksel Gelişim Alanı, Kaba ve İnce Motor Gelişim Alanı ve Özellikleri	25
Uyumsal Beceriler Gelişim Alanı ve Özellikleri	31
Psikososyal Gelişim Alanı ve Özellikleri	36
Neler Öğrendik?	41
Yararlanılan Kaynaklar	42



BÖLÜM 2: EVDE VE OKULDA GÜNLÜK RUTİNLERİN DÜZENLENMESİ



Genel Amaç 46

Kazanımlar 46

İçerik 46

Açıklamalar 46

Giriş 46

Rutin Nedir? 47

Rutinler Neden Önemlidir? 50

Rutinlerin Belirlenmesi ve Değerlendirilmesi 51

Rutinlerin Nitelikli Hâle Getirilmesi 55

Rutin Süresini Değiştirme 55

Rutin Sırasını Değiştirme 55

Rutinlere Yeni Etkinlikler Ekleme 56

Çocuğunuza Yeni Alışkanlıklar Kazandırma 57

Serbest Zaman Etkinliklerini Planlama 57

Etkinlik Çizelgeleri Kullanma 59

Günlük Yaşam İçerisinde Doğal Etkinlikleri Düzenleme 60

Neler Öğrendik? 63

Yararlanılan Kaynaklar 64

BÖLÜM 3: GÜNLÜK YAŞAM BECERİLERİNİ DESTEKLEME

Genel Amaç	66
Kazanımlar	66
İçerik	66
Açıklamalar	66
Giriş	66
OSB Olan Çocuklar İçin Günlük Yaşam Becerilerinin Önemi	66
Kişisel Bütçe Yönetme	69
Ev İçi Becerileri	70
Kişisel Gereksinimlerini Karşılama	72
Toplum Kaynaklarını Kullanma Becerileri	73
Günlük Yaşam Becerilerini Destekleme	75
Neler Öğrendik?	76
Yararlanılan Kaynaklar	77



BÖLÜM 4: ÖZ - BELİRLEME BECERİLERİNİ DESTEKLEME



Genel Amaç 80

Kazanımlar 80

İçerik 80

Açıklamalar 80

Giriş 80

Öz Belirleme Becerileri 84

OSB Olan Çocuğunuz İçin Öz
Belirleme Becerilerinin Önemi 86

Öz Belirleme Becerilerini
Değerlendirme 90

Öz Belirleme Becerilerini
Destekleme ve Uyarlamalar Yapma 92

Neler Öğrendik? 103

Yararlanılan Kaynaklar 104



BÖLÜM 5: AKADEMİK BECERİLERİ DESTEKLEME

Genel Amaç	108
Kazanımlar	108
İçerik	108
Açıklamalar	108
Giriş	109
Akademik Beceriler	110
III. Kademe Akademik Beceriler	112
III. Kademe Kritik Özellikleri	113
Akademik Becerilere İlişkin Doğru Bilinen Yanlıklar	122
Çocuğun Eğitim Yaşamında Anne Baba Katılımının Önemi	123
Çocuğunuzla Yapabileceğiniz Çalışmalar	125
Öğretmenler Tarafından Verilen Ev Ödevlerine Yardımcı Olmak	128
Ev Ödevi	129
Okuldaki Konuları Destekleyici Çalışmalar Yapmak	132
Neler Öğrendik?	137
Yararlanılan Kaynaklar	138





BÖLÜM 6: KARIYER KEŞFİNİ DESTEKLEME

Genel Amaç 142

Kazanımlar 142

İçerik 142

Açıklamalar 142

Giriş 142

Kariyerle İlgili Kavramlar 143

Çevredeki Mesleklerin
Değerlendirilmesi 151

Kariyer Keşfine Dayalı
Olarak Mesleki Yeterliliklerin
Desteklenmesi 156

Neler Öğrendik? 157

Yararlanılan Kaynaklar 159

BÖLÜM 1: GELİŞİM AŞAMALARI VE ÖZELLİKLERİ

Dr. Öğr. Üyesi **Özgül ALDEMİR FIRAT**

BÖLÜM 2: EVDE VE OKULDA GÜNLÜK RUTİNLERİN DÜZENLENMESİ

Dr. Öğr. Üyesi **Tahir Mete ARTAR**

BÖLÜM 3: GÜNLÜK YAŞAM BECERİLERİNİ DESTEKLEME

Dr. Öğr. Üyesi **Esra ORUM ÇATTIK**

BÖLÜM 4: ÖZ BELİRLEME BECERİLERİNİ DESTEKLEME

Dr. Öğr. Üyesi **Esra ORUM ÇATTIK**

BÖLÜM 5: AKADEMİK BECERİLERİ DESTEKLEME

Dr. Öğr. Üyesi **Serap DOĞAN ASLAN**

BÖLÜM 6: KARİYER KEŞFİNİ DESTEKLEME

Dr. Öğr. Üyesi **TAHİR METE ARTAR**

Genel Amaç

Bu kitabın sonunda ebeveynler III. kademedeki OSB tanılı çocuklarını gelişim alanlarında destekleyecek düzenlemeleri ve çalışmaları yapar.

Kazanımlar

Bu kitapla aileler, bakım verenler aşağıdaki kazanımları edinirler:

- Gelişimi ve gelişimle ilgili temel kavramları tanımlar.
- Gelişimin temel ilkelerini, gelişimin görevlerini, dönemlerini ve özelliklerini açıklar.
- Her bir gelişim alanına ilişkin genel özellikleri ifade eder.
- Otizm spektrum bozukluğunun (OSB) her bir gelişim alanını nasıl etkileyebileceğini söyler.
- Çocuğun gelişim alanlarını nasıl destekleyebileceğini açıklar.
- Rutin kavramını açıklar.
- Rutinlerin çocuğun gelişimi için önemini açıklar.
- Çocuğun günlük rutinlerini sıralar.
- Çocuğun rutinlerini değerlendirir.
- Çocuğun rutinlerini nitelikli hâle getirmek için gerekli uygulamaları sıralar.
- Günlük yaşam becerilerinin neler olduğunu açıklar.
- Günlük yaşam becerilerinin OSB olan çocukları için neden önemli olduğunu açıklar.
- Günlük yaşam becerilerinin nasıl desteklenebileceğini ve bu beceriler desteklenirken ne tür uyarlamalar yapılabileceğini açıklar.
- Öz belirleme becerilerinin neler olduğunu açıklar.
- Öz belirleme becerilerinin OSB olan çocukları için neden önemli olduğunu açıklar.
- Öz belirleme becerilerinin nasıl değerlendirilebileceğini açıklar.
- Öz belirleme becerilerinin nasıl desteklenebileceğini ve bu beceriler desteklenirken ne tür uyarlamalar yapılabileceğini açıklar.
- Akademik becerileri açıklar.
- III. Kademenin kritik özelliklerini açıklar.

- III. Kademedede çocuğuyla yapabilecekleri ve destek çalışmaları tanımlar.
- III. Kademedeki çocuğunun ev ödevleri için neler yapabileceklerini açıklar.
- Çocuğunun öğrendiği akademik becerileri desteklemek için destek çalışmaları yapar.
- Kariyer kavramını açıklar.
- Kariyer gelişimi kavramını açıklar.
- Kariyer eğitimi kavramını açıklar.
- Çocuğun kariyer farkındalığını değerlendirmek için yapılması gerekenleri sıralar.
- Çocuğun kariyer keşfi düzeyini değerlendirmek için yapılması gerekenleri sıralar.
- Çocuğun kariyer keşfi sürecini desteklemek için gerekli adımları sıralar.

İçerik

1. Gelişim Döneminin zellikleri
2. Evde ve Okulda Günlük Rutinlerin Düzenlenmesi
3. Günlük Yaşam Becerilerini Destekleme
4. z Belirleme Becerilerini Destekleme
5. Akademik Becerileri Destekleme
6. Kariyer Keşfini Destekleme

Bölümler Hakkında

Birinci bölümde III. kademe yaş diliminde bulunan tipik gelişen çocukların gelişim alanlarında hangi becerileri edindiği ve her bir gelişim alanının genel özelliklerine yer verilmiştir. Bu yolla çocuklarınızı tipik gelişen çocuklarla kıyaslamanızdan çok çocuğunuzun kendi içerisinde gerçekleştirmesi gereken becerilerin neler olduğunu anlamanız amaçlanmaktadır.

İkinci bölümde evde ve okulda günlük rutinleri ne şekilde dzenleyeceğinize değindik. Bu yolla çocuğunuzun hangi nitelikte rutinlerde yer alması gerektiğine yönelik açıklamalarla evdeki ve okuldaki bir günlük rutini en verimli ne şekilde geirebileceğinizi

açıklamaya çalıştık. Bu bölümde çocuğunuzun rutinlerinin düzenlenmesinin nasıl olması gerektiğini bulabileceksiniz.

Üçüncü bölümde günlük yaşam becerileri konusunda çocuğunuzu nasıl destekleyebileceğiniz hakkında bilgilere yer verdik. Bu bölümde günlük yaşam becerilerinin neler olduğunu, bu becerilerin neden öğrenilmesi gerektiği, bu becerileri desteklemek için neler yapabileceğiniz konusunda size açıklamalar yaptık; günlük yaşamdan örnekler sunduk.

Dördüncü bölümde öz belirleme becerileri konusunda çocuğunuzun desteklenmesi üzerinde durduk. Bu bölümde öz belirleme becerilerinin ne olduğu, bu becerilerin önemi, çocuğunuzun öz belirleme becerilerinin değerlendirilmesi, öz belirleme becerilerini nasıl destekleyeceğinize ve uyarlamalar yapacağınıza ilişkin bilgiler bulabileceksiniz.

Beşinci bölümde III. kademedeki akademik becerilerin neler olduğu, bu akademik becerilerden özellikle Türkçe ve matematik dersleri bağlamında çocuğunuzu nasıl destekleyebileceğinizi, okuldaki çalışmalarını destekleyici çalışmalarını nasıl yapacağınızı ve ev ödevlerini yaptırırken işlevsel rolünüzü öğrenmenize yönelik bir içerik bulabileceksiniz.

Son olarak da altıncı bölümde çocuğunuzda kariyer keşfini nasıl destekleyeceğinizi konusunda bilgiler yer almaktadır. Bu amaçla ilgili bölümde öncelikle kariyerle ilgili temel kavramlara yer verdik. Ardından çocuğunuzun kariyer keşfi sürecini nasıl değerlendirebileceğinizi ve kariyer keşfi sürecini nasıl destekleyebileceğinizi konusunda ayrıntılı bilgiler ve bolca örnekler sunduk sizlere.

Genel olarak ele aldığımız bölümlerde çocuğunuza bir beceriyi kazandırmaya çalışırken düzenlemeniz gereken koşulları ortam, materyal, zaman, süre gibi düzenlemelerin örneklerini bulabilir ve farklı becerileri kazandırırken nasıl düzenlemeler yapmanız gerektiğine yönelik fikirler edinebileceksiniz. En önemlisi bu bölümde çocuğunuza bir beceriyi kazandırırken ne tür ipuçlarından nasıl yararlanabileceğinizi bulabileceksiniz. Biz sizin için belli başlı bazı becerilerde örnekler verdik. Sizin de çocuğunuzun gereksinim duyduğu farklı becerilerde bu becerileri kullanmanızı umut ediyoruz.

Çocuğunuzun bağımsız beceriler sergilemesinde sunacağınız katkının eşsiz değerinde olduğunu belirterek çocuğunuzun gelişiminde en önemli yere sahip olduğunuzun bilincinde olmanızdan dolayı sizleri takdir ediyor, başarılar diliyoruz. Haydi hep birlikte...

BÖLÜM 1

Dr. Öğr. Üyesi Özgül ALDEMİR FIRAT



GELİŞİM AŞAMALARI VE
ÖZELLİKLERİ

Genel Amaç

Bu bölüm sonunda aileler özel eğitim ihtiyacı olan çocukların gelişim döneminin özelliklerini açıklayabileceklerdir. Ayrıca aileler çocuklarının temel gelişim alanlarını desteklemeye yönelik yapabileceklerini ifade edebileceklerdir.

Kazanımlar

Bu bölümde aileler, bakım verenler aşağıdaki kazanımları edinirler:

- Gelişimi ve gelişimle ilgili temel kavramları tanımlar.
- Gelişimin temel ilkelerini, gelişimin görevlerini, dönemlerini ve özelliklerini açıklar.
- Her bir gelişim alanına ilişkin genel özellikleri ifade eder.
- Otizm spektrum bozukluğunun (OSB) her bir gelişim alanını nasıl etkileyebileceğini söyler.
- Çocuğun gelişim alanlarını nasıl destekleyebileceğini açıklar.

İçerik

1. Gelişim ve Gelişimle İlgili Temel Kavramlar
2. Gelişimin Temel İlkeleri, Görevleri, Dönemleri ve Özellikleri
3. Gelişim Alanlarının Temel Özellikleri
4. OSB'nin Gelişim Alanlarına Etkisi
5. OSB Olan Çocuğun Gelişim Alanlarını Destekleme
6. Neler Öğrendik?
7. Yararlanılan Kaynaklar

Açıklamalar

Bu bölümde "gelişim" in tanımı, gelişimle ilgili temel kavramların neler olduğuyla ilgili bilgi verilmektedir. Ayrıca gelişimin temel ilkeleri ve gelişim dönemleriyle ilgili bilgiler sunulmaktadır. Gelişimin ilkelerinin ve çocuklarının içinde bulunduğu gelişim döneminin özelliklerinin aileler tarafından bilinmesinin önemi üzerinde durulmaktadır. Bununla birlikte (a) alıcı ve ifade edici dil, (b) bilişsel, (c) fiziksel, kaba ve ince motor, (d) uyumsal ve (e) sosyal duygusal gelişim alanı ve özelliklerine yönelik bilgi edinebilirsiniz.

Giriş

Sevgili Aileler,

Bu bölümde "gelişim" e ve gelişim dönemlerinin özelliklerine ilişkin bilgilerin sunulması amaçlanmıştır. Böylece çocuklarınızın gelişim alanlarına yönelik bilgi sahibi olacak, OSB'nin bu gelişim alanlarını nasıl etkileyebileceğini bilecek ve bu alanlarda çocuklarınızı nasıl destekleyebileceğinizi öğrenebileceksiniz.

Gelişimin Tanımı ve Gelişimle İlgili Temel Kavramlar

Bu başlık altında gelişimin tanımına ve gelişimle ilgili temel kavramlara yer verilmektedir (1, 2, 3, 4, 5, 6). **Gelişim**, yaşam boyunca organizmada gözlenen düzenli ve sürekli değişiklikleri ifade etmektedir. “**Büyüme**”, “**olgunlaşma**” ve “**öğrenme süreçleri**” bakımından gözlenen değişiklikleri ifade etmede “gelişim” kavramı kullanılmaktadır. **Büyüme**; bireyin boy, kilo ve hacimsel olarak artmasıdır. Büyüme vücudun farklı organlarında farklı hızlarda gerçekleşebilir. **Olgunlaşma**, vücut organlarının kendilerinden beklenen fonksiyonu yerine getirebilecek düzeye gelmesidir. Olgunlaşma, fiziksel gelişime büyük anlamda etki etmektedir. Pek çok motor davranışın yapılması olgunlaşmaya bağlı olmaktadır. Örneğin küçük kas gelişimi yeterli olgunluğa erişmeden, ne kadar alıştırma yapılırsa yapılsın çocuk düzgün biçimde yazı yazamaz, çizim yapamaz. III. kademe çocukları II. kademede edindikleri becerileri daha ustalıkla yapmaya başlarlar. **Öğrenme**, yaşantı ve tekrarlar sonucu davranışta gözlenen kalıcı değişiklikler olarak ifade edilmektedir.

“**Hazırbulunuşluk**” ve “**kritik dönem**” gelişimle ilgili olan diğer iki temel kavramdır. Yeni bir öğrenme durumunda bireyin önceden sahip olduğu özelliklerin tümüne **hazırbulunuşluk** denmektedir. Bireyin yaşı, olgunluk düzeyi, gelişimi, motivasyonu, tutumu ve sağlık durumu yeni öğrenme ortamında oldukça etkilidir. **Kritik dönem** gelişim sürecinde “çocuğun gelişmeye daha yatkın olduğu belirli zaman dilimleri”ni belirtmek için kullanılan bir kavramdır. Kritik dönemlerde birey yaş değişkenine göre belirli becerileri öğrenme konusunda daha avantajlıdır. Bir diğer ifadeyle kritik dönem, belirli bir zaman diliminde belirgin bazı özelliklerin ön planda olduğu ve bu özelliklerin uyarılmasının çok önemli olduğu dönemdir. Yaşa ve kazanılacak beceriye göre farklı öğrenme durumları için farklı kritik dönemler vardır. Bu kritik dönemlerde çocuğa zengin uyarın sağlanırsa ve olumsuz çevresel durumlar ortadan kaldırılırsa çocuğun gelişimi olumlu yöne çevrilebilir. Bu kritik dönemlerde çocuğa gereken destek ve uyarın sağlanmazsa çocuğun gelişimi olumsuz etkilenebilir. Gelişim tüm bireyler için belli temel ilkeler çerçevesinde gerçekleşmektedir.

! DİKKAT

Kritik dönemlerde çocuğa gereksinim duyduğu desteklerin sunulması ve olumsuz çevresel durumların ortadan kaldırılması kritik önem taşımaktadır.

Gelişimin Temel İlkeleri

Gelişimle ilgili bazı genel ilkeler bulunmaktadır. Bireyin gelişimi bu ilkeler doğrultusunda gerçekleşmektedir. Bu ilkeler izleyen biçimde sıralanabilir (1, 2, 3):

1. **Gelişim süreklidir ve belli aşamalar hâlinde gerçekleşir:** Her aşama kendinden önceki aşamaya dayalıdır ve çocuğu kendinden sonraki aşamaya hazırlar. Gelişimin alanları birbiriyle iç içe geçmiş durumdadır ve bu alanlar birbirlerinden kesin çizgilerle ayrılmamışlardır.

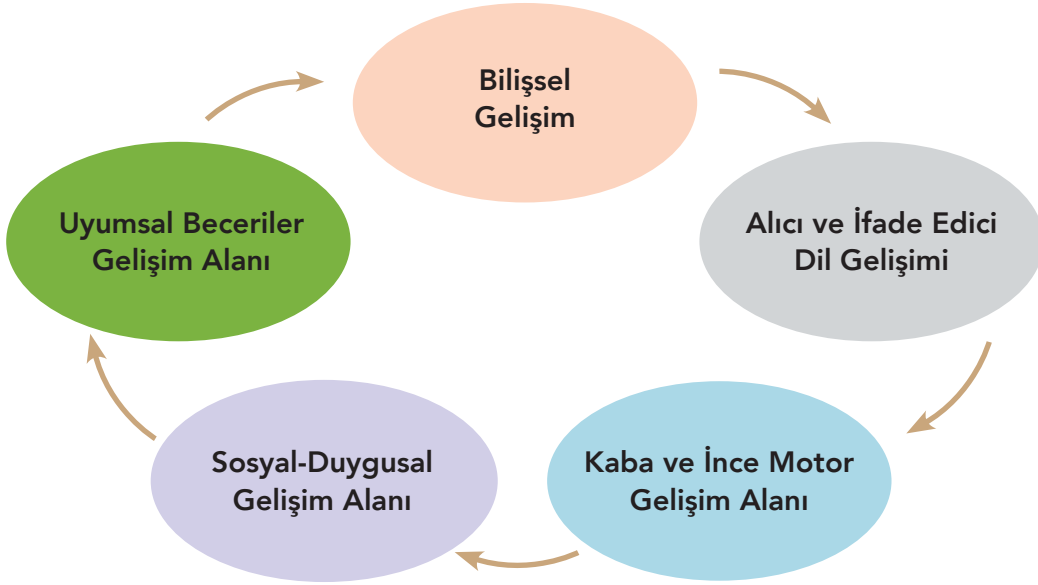
! DİKKAT

Gelişimin alanları birbiriyle iç içe geçmiş durumdadır.

2. **Gelişim, kalıtım ve çevre etkileşiminin bir ürünüdür:** Kalıtım yoluyla gelen (ör. saç rengi, göz rengi, beden biçimi vb.) özellikler doğrudan gözlenebilen özelliklerdir. Bazı özellikler ise çevreyle etkileşimin bir ürünü olarak ortaya çıkar. Örneğin kalıtsal olarak gelen zekâ kapasitesinin tam olarak kullanılabilmesi için bireye bilişsel gelişimini destekleyen zengin bir çevre sunulması gerekmektedir.
3. **Çeşitli dönemlerde gelişim alanları nöbetleşe ön plana geçebilir:** Bir gelişim alanı hızlandığında diğeri duraklayabilir, ancak bu durum diğere alanda gelişimin durduğu anlamına gelmez. Gelişim tamamen durmaz, sürekliliği devam eder.
4. **Gelişim genelden özele doğru olur:** Çocuklar önce tüm bedenleriyle hareket ederler ve büyük kaslarını kullanırlar. Zaman geçtikçe etkinlikle ilgili organını kullanır duruma gelirler.
5. **Gelişim baştan ayağa, içten dışadır:** Önce baş hareketi kontrol edilir; sonra göğüs, karın, bacaklar ve ayaklar kontrol edilir. Önce iç organlar, ardından dışa doğru olan kollar gelişir.
6. **Gelişimde kritik dönemler vardır:** Bireyin bazı gelişim alanlarında gelişmeye ve öğrenmeye daha eğilimli olduğu hassas dönemler vardır. Bu hassas dönemde birey çevrenin etkilerine karşı daha duyarlıdır, bu dönemde daha çabuk öğrenmektedir.
7. **Gelişim bir bütündür:** Tüm gelişim alanları birbiriyle ilişkilidir. **Bir gelişim alanında yaşanan olumlu ya da olumsuz durumlar diğere gelişim alanlarını da etkilemektedir.** Örneğin bilişsel gelişimi iyi olan bir öğrencinin bu durumu, akademik becerilerine ve dil gelişimine olumlu yönde yansıtacaktır.

! DİKKAT

"Önce bir gelişim alanına yönelik çalışılır, sonrasında da diğer gelişim alanlarına yönelik çalışılır." gibi bir durum kesinlikle söz konusu değildir.



Şekil 1.1 Gelişim Alanlarının Birbiri ile İlgisi

! DİKKAT

Tüm gelişim alanları birbirini etkilemektedir.

SORU

Sizce gelişimin tüm alanları birbirini nasıl etkilemektedir?

- 8. Gelişimde bireysel farklılıklar vardır.** Gelişme, olgunlaşmanın ve öğrenmenin etkileşiminin bir ürünüdür. Olgunlaşmayı büyük oranda kalıtsal etmenler, öğrenmeyi de çevresel etkileşimler sonucu edinilen deneyimler belirlemektedir. Her bireyin kalıtsal ve çevresel özellikleri farklıdır. Bir başka deyişle her bireyin gelişimi de farklıdır.

İnsan gelişimini iyi bir biçimde gözlemek ve anlamak üzere insanı belirli yaşlarda ve belirli becerilerin odaklaştığı dönemler içinde incelemek son derece yararlı olmaktadır.

Gelişimin Görevleri ve Dönemleri

Yaşamın her döneminde başarılması önemli olan, bireyi çevreyle olumlu etkileşime ve mutluluğa götüren davranışlara gelişim görevleri denmektedir. Büyüme, olgunlaşma, çevre, çevrenin ve bireyin beklentileri gelişimin görevlerini etkilemektedir. Bazı durumlarda kronolojik yaş ve o yaştan beklenen gelişimsel görevler eş güdümlü olarak gerçekleşmeyebilir. Gelişim görevleri dönemlere ayrılarak ele alınmaktadır (1, 2, 3, 4, 5, 6).

! DİKKAT

Belli dönemlerde bireylerin kazanmaları beklenen becerilere, davranışlara ve özelliklere gelişim görevleri denmektedir.

! DİKKAT

Çocuğun "yaşı" ile "yaşından beklenen gelişimsel görevler" bazı durumlarda uyumlu olmayabilir.

Gelişim Dönemleri ve Özellikleri

Gelişim, **doğum öncesi dönem** ve **doğum sonrası dönem** olarak iki döneme ayrılmaktadır.



Şekil 1.2 Gelişim Dönemleri

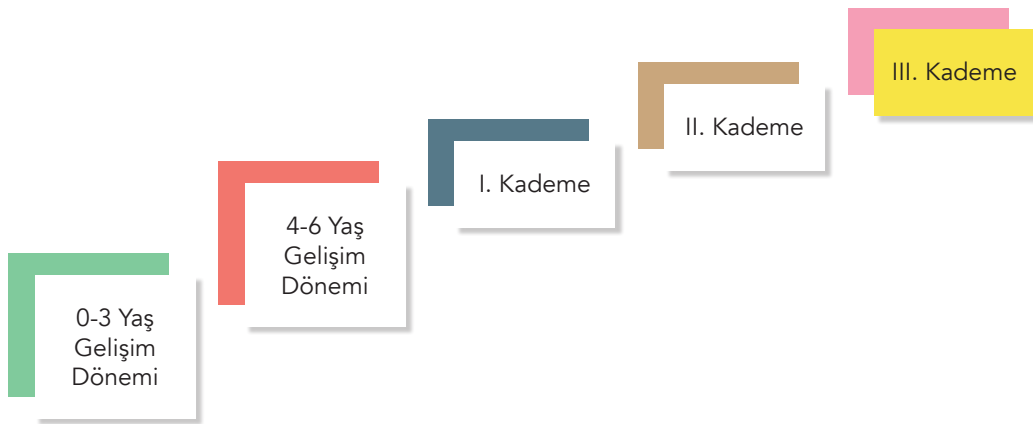
Ergenlik Dönemi Gelişim Görevleri

Bu dönemin gelişim görevleri gençler için izleyen şekilde ifade edilebilir (1, 6):

- ✓ Fiziksel büyüme ve değişimler çok hızlıdır. Bu süreci kabullenmeye çalışırlar.

- ✓ Üreme olgunluğu kazanırlar.
- ✓ Kimlik arayışı içine girerler. "Kim" oldukları, ileride "ne yapmak istedikleri" gibi sorulara yanıt ararlar.
- ✓ Soyut düşünme yeteneği iyice gelişir. Dil ve zihinsel yetenekler ileri düzeydedir ve farklı akıl yürütme yollarını kullanabilirler.
- ✓ Yapmak istedikleri mesleğe ilişkin kararları büyük ölçüde netleşmeye başlar.
- ✓ Okuyacakları üniversite bölümüne ilişkin çeşitli hazırlıklar yaparlar.
- ✓ Takip etmek istedikleri kariyer ve çalışma yoluna ilişkin kararlar alırlar.
- ✓ Aile içinde duygusal anlamda bağımsızlık kazandıkça akranlarına yönelirler.
- ✓ Erkeksi ya da kadınsı toplumsal rolleri gerçekleştirirler.
- ✓ Karşı cinse ilgi duymaya başlarlar.
- ✓ Kendi geleceğini ve ailesini kurmak üzerine düşünmeye başlarlar.
- ✓ Yetişkin dünyasında bulunarak sorumluluk almak isterler.
- ✓ Kişilik ve ahlak sistemleri gelişir, değerleri oluştururlar.

Çocukların gelişim dönemleri bu aile eğitim seti kapsamında (a) 0-3 yaş gelişim dönemi, (b) 4-6 yaş gelişim dönemi, (c) I. kademe, (d) II. kademe ve (e) III. kademe şeklinde ele alınmaktadır. Bu bölüm kapsamında III. kademedeki gençlerin gelişim dönemine yönelik bilgiler sunulmaktadır. Buna ilişkin Şekil 5.3'e bakabilirsiniz.



Şekil 1.3 Gelişim Dönemleri



Görsel 1 Betimleme: Bir arada oturan ve gülümseyen beş genç

Alıcı ve İfade Edici Dil Gelişim Alanı ve Özellikleri

(a) Alıcı ve İfade Edici Dil Alanına İlişkin Genel Bilgi

Dil, bireylerin gereksinimlerini ve isteklerini ifade edebilmek ve düşüncelerini başkalarına iletebilmek amacıyla kullanılan kurallar sistemidir. Kullandığınız dili çocuğun anlaması **alıcı dil** olarak ifade edilmektedir. Yazılı ya da sözlü olarak ifade edilen mesajları anlayabilmek alıcı dil becerileriyle açıklanır. Çocukların dili üretmesine ise **ifade edici dil** denir. Bir başka deyişle çocuğun konuşma ve yazmayla kendini ifade etmesi ifade edici dil becerileriyle açıklanır. **Çocuklar dili üretmeye başlamadan önce dili anlamaya başlarlar.** Bilişsel gelişim, dil gelişimine zemin hazırlar. Dil gelişimi dönemleri **(a) konuşma öncesi dönem** ve **(b) konuşma dönemi** olarak iki başlıkta incelenebilir (7, 8, 9, 10).

III. kademeye devam eden gençler, alıcı ve ifade edici dil becerileri kapsamında aşağıda sıralanan davranışları gerçekleştirirler (9, 11):

- ✓ Dil gelişiminde biçim bilgisi (sözcüklerin köklerini ve eklerini inceleyen dilin bileşeni) ve söz dizimi (sözcüklerin cümle içerisinde dil bilgisi kurallarına göre sıralanışını inceleyen dilin bileşeni) gelişimini tamamlamışlardır.
- ✓ Dilin anlam bilgisinde (kelimelerin ve cümlelerin anlamlarını inceleyen dilin bileşeni) ustalaşmışlardır.
- ✓ Soyut düşünceye erişmişlerdir.

- ✓ Sözcük dağarcıkları gelişmiştir.
- ✓ Farklı bilgi dallarına ilişkin yeni terimler, kelimeler öğrenirler.
- ✓ Okuma ve yazmada oldukça uzmanlaşmışlardır.
- ✓ Dilin karmaşık anlamlarını anlayabilirler, yeni bilgileri sentezleyebilirler.
- ✓ Atasözlerini ve mecaz ifadeleri anlama süreci gelişmeye başlar.
- ✓ Metin incelemesi, yazım çalışmaları, dil bilgisi alanlarında kendilerini geliştirirler.

(b) Otizmin Dil Gelişimi Alanına Etkileri



Görsel 2 Betimleme: Yan yana duran avuçları yukarı çevrilmiş iki el. Ellerin içinde karakalemle çizilmiş birbirine dönük iki insan portresi. Çizimlerin baş kısmında bulunan kapak şeklinde açıklığın birinde bir ampul var ve iki baş arasında dişli çarklar görülmekte

OSB'nin dil gelişimi alanına ilişkin etkileri oldukça fazladır. OSB olan gençler göz kontağını uygun şekilde kurmada sorun yaşayabilirler. Ortak dikkati sağlamada zorlanabilirler. Sosyal gülümsemelerde sınırlılık yaşayabilirler. Alıcı ve ifade edici dil becerilerinde zorlanabilirler. Sıra dışı ve yineleyici bir dil kullanabilirler. İletişim başlatmada zorluk yaşayabilirler. Sözel olan ve sözel olmayan iletişim becerilerinde sınırlılık gösterebilirler. Dili iletişim amaçlı kullanmada yetersizlik gösterebilirler. Jest ve mimikleri anlamada ve kullanmada sınırlılık gösterebilirler. Sözlü iletişim becerilerini kullanarak iletişim kurmada yetersizlik yaşayabilirler. Başkalarıyla sözlü ve sözsüz etkileşim başlatmada ve başkalarının başlattığı etkileşimleri sürdürmede yetersizlik yaşayabilirler. Duygularını karşısındaki kişiye ifade edebilmede sıkıntı yaşayabilirler. Sözcük dağarcıkları ve anlatım becerileri sınırlı olabilir. Soyut ifadeleri, mecaz sözcükleri,

imaları anlamakta zorluk yaşayabilirler. Zamirleri uygun biçimde kullanmada zorlanırlar. Yönergeleri takip etmede zorlanabilirler.

Dilin içeriği, biçimi ve kullanımı alanlarında sıkıntılar yaşayabilirler. Dilin içerik bağlamında sözcüklerin anlamlarının öğrenilmesi, kavramların öğrenilmesi gibi alanlarda zorluk yaşayabilirler. Dilin biçimi bağlamında dildeki konuşma seslerini, bu seslerin anlamları değiştirebildiğini anlamada sorun yaşayabilirler. Dilin kullanımı bağlamında ise dili ortama, kişiye, duruma ve iletişim amacına göre nasıl kullanacağı konusunda zorluk yaşayabilirler.

Konuşulan bağlamı anlamada sıkıntı yaşayabilirler. Konuşmaya başladıktan sonra basit bir dil bilgisi yapısı kullanabilirler ya da belli yanlışları tekrarlamaya devam edebilirler. Soru sormada ve kendilerine sorulan sorulara yanıt vermede zorluk yaşayabilirler. Başkalarının yorumlarına tepkide bulunmayabilirler. Sadece kendi favori konularına ilişkin konuşabilirler. İfade edici dil becerileri olan gençlerde daha önce duymuş oldukları bir ifadenin tamamının ya da bir bölümünün bağlama uygun olmayan biçimde sözel olarak tekrar etme durumu görülebilir. Kendisinin uydurduğu ya da yalnızca kendisine anlam ifade eden sözleri tekrarlayabilirler. Aşırı resmî ve didaktik konuşma özellikleri gösterebilirler. Ses tonlarını kontrol etmede sorunlar yaşayabilirler. Fısıltıyla ya da yüksek bir sesle konuşabilirler. Bazı gençler konuşamayabilirler ya da konuşmayı istemeyebilirler. OSB olan genç kendini, duygularını ve isteklerini ifade etmede yetersizlik gösterdiği için bazı uygun olmayan davranışlar sergileyebilir. Örneğin içinde bulunduğu ortamdan duyduğu herhangi bir rahatsızlığı uygun biçimde ifade etmede zorluk yaşadığından saldırgan davranışlar sergileyebilir (7, 10, 12, 13, 14, 15).

! DİKKAT

OSB olan gençlerin bir kısmı "konuşabilir", bir kısmı "konuşamayabilir" ve bir kısmı da "konuşabilir ancak sözel iletişimi tercih etmeyebilir".

SORU

Sizce çocuğunuzun kendini ifade etmekte zorlandığı hangi durumlar uygun olmayan davranışlar sergilemesine yol açıyor olabilir?

(c) Alıcı ve İfade Edici Dil Gelişimini Destekleme



Görsel 3 Betimleme: Ellerinizi iki yana açarak kanepede yanında oturan kızına onu anlamaya çalışın bir ifadeyle bakan anne ve annesinin olduğu tarafın tersine doğru dönmüş eliyle ona dur işareti yapan genç kız



Görsel 4 Betimleme: Kanepede yanında oturduğu annesine sevgiyle sarılan genç bir kız ve mutlu annesi

Çocuğunuzla konuşurken yüz yüze olduğunuz ve rahatlıkla göz kontağı kurabileceğiniz bir pozisyonda olun. Çocuğunuz konuşma becerilerini geliştirme sürecindeyse sizinle göz kontağı kurmasını, üzerinde konuşulan nesneye bakmasını, uygun jestler kullanmasını, anlamlı sesler çıkarmaya çalışmasını **iletişim girişimi** olarak kabul edin. Çocukla bir nesneye ilişkin konuşurken o nesneyi de çocuğunuzun gördüğü hizaya getirebilirsiniz. Böylece üzerine konuşulan nesne ile ona ait sözel ifadeyi eşleştirme ve nesnelere ilişkin adlandırma yapmayı kolaylaştırabilirsiniz. Örneğin çocuğunuz bilgisayara yönelirse ya da bilgisayarda vakit geçirmek istediğini ifade eden hareketlerde bulunursa bilgisayarı işaret ederek “bilgisayar”, “Bilgisayarı açalım mı?” diyebilirsiniz.

Çocuğunuzun isteklerini bildirmesi, gerektiğinde yardım istemesi ve istemediği durumları reddetmesi gibi konularda cesaretlendirin. Örneğin çocuğunuzun yemek masasında duran bir bardak ayrıntı içmek istemediğini fark ettiyseniz ona reddetmesi için fırsat verin. Çocuğunuz reddetmeden hemen içeceğini değiştirmeyin. Çocuğunuzla konuşurken onu rahatsız edecek boyutta ısrarcı davranmaktan uzak durun ve çocuğunuzun söylediklerine ilişkin aşırı düzeltici olmaktan kaçının.

! DİKKAT

Konuşma sürecinde çocuğunuzun rahatsız edecek biçimde ısrarcı olmadığınızı emin olunuz.

Çocuğunuzun yaptıklarıyla ilgili yorumlarda bulunun. Örneğin çocuğunuzun ödev yaparken gördüğünüzde “Ödev mi yapıyorsun?, Aferin sana!” diyebilirsiniz. İletişim sürecinde siz konuştuğuktan sonra çocuğunuzdan da karşılık beklediğinizi ona hissettirmeye çalışın. Bunun için bir süre çocuğunuzun bakarak bekleyin ve ondan da bir karşılık beklediğinizi hissettirin. Çocuğunuzun sorular sorun ve sorularınıza yanıt vermesi için çocuğunuzun bekleyin. Gerektiğinde sorunuzda uyarlamalar yaparak tekrar sorun. Örneğin çocuğunuzun “Bugün okulda günün nasıl geçti?” diye sordunuz ve çocuğunuz yanıt vermediyse “Bugün okula gittin. Okulda neler yaptın? Haydi anlat.” diyebilirsiniz. Çocuğunuz sohbet katıldığında (ör. gülümseyerek, sesler çıkararak, sözcükler kullanarak, cümleler kullanarak) ona övgü dolu sözler söyleyin. Çocuğunuzla konuşurken ses tonu, jest ve mimiklerinizi abartılı bir şekilde kullanın. Böylece çocuğunuzun sohbetin içine çekme olasılığınızı arttırmış olursunuz.

Soyut ifadeleri, mecaz sözcükleri, imaları anlamakta zorluk yaşayabileceklerinden bu ifadelerin ne anlama geldiğini öğrendiğince ve anlayabileceği şekilde ona açıklayın, somutlaştırın. Örneğin çocuğunuzla konuşurken “heyecan” ifadesini kullanırsanız bu ifadenin ne

demek olduğunu somutlaştırarak anlatabilirsiniz. Bunun için kendiniz heyecan duymuş birisi gibi davranarak bu durumun nasıl olduğunu ona gösterebilirsiniz.

Çocuğunuzun söylediği ifadeyi kabul edin ve doğru söylenişine ilişkin model olun. Çocuğunuzla sıralı olayları anlatan öykü kartlarını paylaşabilirsiniz. Örneğin çocuğunuzla sıralı kartları paylaştıktan sonra (ör. her bir karta ilişkin sırasıyla çocuğunuzun dil ve bilgi düzeyine göre konuştuktan ve kartları olay oluş sırasına göre çocuğunuzun okuma çizgisi doğrultusunda sıraladıktan sonra) kartları çocuğunuzdan tekrar sıralamasını isteyebilirsiniz. Çocuğunuza sıralama yaparken gerektiğinde destek sunun. Örneğin sözel olarak çocuğunuza ipucu (ör. "Öğretmen önce ne yaptı? Öğretmen önce sınıfa girdi." vb.) verebilirsiniz. Çocuğunuzun sıralayabilmesi için karışık hâlde duran üç/dört/beş sıralı karttan ilkinin çocuğunuza işaret edebilirsiniz. Çocuğunuz daha fazla desteğe gereksinim duyuyorsa "Önce öğretmen sınıfa girdi." diyerek çocuğunuzun elini bu karta doğru yönlendirebilirsiniz.

Çocuğunuzla konuşurken ortamda dikkati dağıtabilecek ses, eşya ve kişilerin olmamasına özen gösterin. Ortamda açık olan bir televizyon varsa televizyonu kapatabilirsiniz. Çocuğunuza iletişim kurması için verdiğiniz fırsatları farklı ortamlarda ve farklı kişilerle de sunun. Böylece çocuğunuz farklı ortamlarda, kişilerle de bu fırsatları kullanmayı öğrenir.

Çocuğunuzun dil becerilerini geliştirmek üzere bazı uyarlamalar yapmanız gerekebilir. Örneğin çocuğunuz iki-üç sözcükten oluşan cümleler (ör. "Anne gezmeye gidelim." vb.) kullanıyorsa çocuğunuzla konuşurken kullanacağınız cümleleri onun düzeyine göre düzenleyebilirsiniz (Üç-dört sözcüklü cümleleri kullanabilirsiniz.).

Çocuğunuzla yaptığınız sohbetlerde çocuğunuzun ihtiyacı doğrultusunda **görsel destekler** kullanabilirsiniz. Görsel destekler yazılı metinler, çizimler, fotoğraflar, nesnelere, resimler ve video görüntüleri olabilir (14, 16, 17). Örneğin çocuğunuzla sabah rutinine ilişkin konuşurken (ör. "Önce kahvaltını yap. Sonra okula git." derken) çocuğunuzun ne yapması gerektiğini anlamasına destek olacak resimler kullanabilirsiniz.

Çocuğunuzun dil gelişimiyle ilgili süreçlerinde gerektiğinde **dil ve konuşma terapistiyle** de görüşebilirsiniz. Bunun için öncesinde özel eğitim öğretmeninizle konuşup ondan fikir alabilirsiniz. III. kademedeki çocuğunuz hâlâ **konuşamıyor** ya da **konuşmayı tercih etmiyorsa** özel eğitim öğretmeninizle alternatif ve destekleyici iletişim sisteminin kullanımıyla ilgili olarak görüşebilirsiniz. Alternatif iletişim görsel sistem, işaret sistemi gibi konuşmanın yerini almak üzere bireye kazandırılan sözel olmayan iletişim uygulamalarını kapsamaktadır. **Destekleyici iletişim** ise sözel iletişimi desteklemek üzere alternatif iletişim sistemlerinin kullanılmasıdır (14, 16, 17).

ÖNERİ

Çocuğunuzun iletişim becerilerine ilişkin ayrıntılı bilgi için "T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Orta-Ağır Zihinsel Engeli ve Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Öğrenciler İçin İletişim ve Sosyal Becerileri Dersi Öğretim Programı III. Kademe"yi inceleyebilirsiniz.

Link:

https://huseyinkecici.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/34/11/747517/dosyalar/2018_09/27122527_YletiYim_ve_Sosyal_Beceriler_Dersi_3.kademe.pdf



Bilişsel Gelişim Alanı ve Özellikleri



Görsel 5 Betimleme: Masa başında ders çalışan genç kız

(a) Gelişim Alanına Yönelik Genel Bilgi

"Biliş" düşünme, öğrenme ve hatırlama süreçlerine verilen addır. "**Bilişsel**" sözcüğü ise akıl ve bilgi, akıl yürütme, bellek, hatırlama, unutmama, kavramlar, düşünce ve sorun çözme gibi zihinsel işlevleri ifade etmede kullanılmaktadır. Yaşla birlikte düşünme, öğrenme ve hatırlama süreçlerinde gerçekleşen değişimlere "**bilişsel gelişim**" denir. Bilişsel gelişim, bireyin çev-

resindeki dünyayı öğrenmesini ve anlamasını sağlayan aktif zihinsel faaliyetlerdeki gelişimi belirtmektedir.

Bilişsel gelişimi anlayabilmek için bazı kavramların üzerinde durulmalıdır. Bu kavramlar "algı", "dikkat", "taklit", "bellek ve hatırlama", "yaratıcılık", "kavram", "düşünme ve akıl yürütme", "problem çözme", "motivasyon" şeklinde sıralanabilir. Algının amacı du-yularla elde edilen bilgileri bazı bilişsel öğelerle eşleştirme ve evrendeki olguları anlayabil-mektir. **Dikkat**, uyarıcılar üzerinde bilinçli olarak odaklanma süreci şeklinde ifade edilmekte-dir. Öğrenme süreci dikkat ile başlar.

! DİKKAT

Öğrenmenin gerçekleşebilmesi için öncelikle çocuğunuzun dikkatini çalışmaya yönl-tmesi gerekmektedir.

Taklit becerisi pek çok becerinin öğrenilmesinde ön koşuldur. Bir davranışı takip etme ve kopya etme yeteneğine taklit denir. Bellek, bireyin deneyimlerinden elde ettiği, öğrendi-ği bilgileri doğru ve güvenilir biçimde depolamaya, gerektiğinde tekrar kullanmaya imkân veren bilişsel yeteneği ifade etmektedir. Hatırlama, uygun bir uyarıcıyla zihindeki bilgilerin güvenilir biçimde ve değişmeden bilinçli hâle gelebilmesidir. Yaratıcılık; benzersiz, yeni ve alışılmadık yollardan giderek bilinen şeylerden yeni bir şeyler oluşturmaktır. Kavram, olay-ların ya da nesnelerin ortak özelliklerini simgelemektedir. Bu simgeleme genellikle bir söz-cükle yapılır. Bu nedenle çocukta algısal uyarıcıları düzenleme yeteneği geliştikçe kavramlar da öğrenilmeye başlamaktadır. Renkler, şekiller, sayılar, uzunluk, büyüklük, para, zaman bu kavramlara örnek olarak verilebilir. Gözlem, deneyim, akıl yürütme ve diğer kanallarla elde edilen bilginin şekillendirilmesi sürecine düşünme denir. Akıl yürütme, daha önce öğrenilen bilgilerin yeni karşılaşılan soruna çözüm sağlamak amacıyla birleştirilip düzenlenmesidir. Bir amaca erişmekte karşılaşılan güçlükleri yenme sürecine problem çözme denir. Problem çöz-me, öğrenilmesi ve sürekli olarak geliştirilmesi gereken bir yetenektir. Davranışları yönl-en-direrek davranışların artmasını ya da kalıcı hâle gelmesini sağlayan içsel durum motivasyon olarak isimlendirilmektedir. Motivasyon dikkat becerilerine de etki etmektedir (9, 18, 19, 20).

III. kademedeki gençler bilişsel gelişim bağlamında aşağıda sıralanan davranışları gerçek-leştirirler (10, 21, 22):

- ✓ Bu dönemdeki gençlerde ergenlik çağı benmerkezciliği görülür. Ergen en doğru düşüncenin kendi düşüncesi olduğuna inanır.

- ✓ Soyut düşünme kapasitesine sahip olurlar ve soyut kavramları anlarlar.
- ✓ Mantıksal sonuç çıkarmayı geliştirirler.
- ✓ Dikkati yoğunlaştırmada ve bellek kapasitelerinde gelişme gösterirler.
- ✓ Neden-sonuç düşüncesinin temel ilkelerini anlamaya başlarlar.
- ✓ Esnek düşünme becerileri gelişir.
- ✓ Karar alma stratejilerini geliştirirler.
- ✓ Düşünme biçimleri yetişkininkine benzemeye başlar.
- ✓ Bir konuyla ilgili farklı bakış açıları olduğunu anlarlar.
- ✓ Değişik koşullar altında oluşabilecek olasılıklar üzerine akıl yürütebilirler.
- ✓ Bir problemle karşılaştıklarında nedenini bulmaya yönelik değişkenleri düşünebilirler.
- ✓ Değişkenler arasındaki ilişkiyi bilerek çıkarım yapabilirler.
- ✓ Değişkenleri birleştirme ve ayırmaya ilişkin becerileri gelişmeye başlar.
- ✓ Özelden genele ya da genelden özele geçme yolunu kullanarak akıl yürütmeye başlarlar.
- ✓ Toplumun yapısıyla, felsefesiyle, politikasıyla ilgilenmeye başlarlar.
- ✓ Ergenlerin ifade edilen tüm bu becerileri yapabilmeleri için zengin deneyimlere ve uygun modellere ihtiyaçları vardır.
- ✓ 9, 10, 11 ve 12. sınıf boyunca Türk dili ve edebiyatı, matematik, tarih, T.C. İnkılâp tarihi ve Atatürkçülük, coğrafya, matematik, yabancı dil, din kültürü ve ahlak bilgisi, fizik, kimya, biyoloji, felsefe, görsel sanatlar, müzik, beden eğitimi ve spor, sağlık bilgisi ve trafik kültürü gibi dersleri görürler.

ÖNERİ

Ayrıntılı bilgi için T.C. Millî Eğitim Bakanlığı, Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı "Orta-öğretim Kurumları Haftalık Ders Çizelgesi"ni inceleyebilirsiniz.

Link:

http://ttkb.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2018_02/21173451_ort_ogrtm_hdc_2018.pdf

(b) OSB'nin Bilişsel Gelişim Alanına Etkileri

OSB tanılı gençler çevreyi keşfetmeye yönelik ilgi düzeyinde ve girişimde bulunmada yetersiz kalabilmektedirler. Bir konuya dikkatini vermede, odaklanmada zorlanabilirler. Bazı nesnelere karşı takıntılı olabilirler ve nesnelere amaç dışı kullanabilirler. Soyut kavramları anlamlandırmada zorluk yaşayabilirler. Öğrendikleri bilgileri hatırlamada ve öğrendikleri bilgi ve becerileri farklı bir ortamda, farklı kişilerin yanında ve farklı araç gereçlerle sergilemede yetersizlik gösterebilirler.

Neden-sonuç ilişkisi kurmada zorlanabilmektedirler. Korunum kavramını öğrenmede, gruplama yapmada, sınıflama yapmada, problem çözmede zorluk yaşayabilirler. Başkalarının bakış açısını anlamada zorluk yaşayabilirler. Belli bir problemdeki değişkenler arasındaki ilişkiyi fark edebilmekte, akıl yürütebilmekte sıkıntı yaşayabilirler. OSB tanılı gençlerde OSB'nin yanı sıra zihinsel yetersizlikten etkilenme durumu ya da ek bir kronik rahatsızlık durumları varsa bu durum sergiledikleri davranışları da etkileyebilmektedir. Örneğin zihinsel yetersizlikten daha çok etkilenmiş bir genç öğrendiği bilgi ve becerileri farklı bir ortamda, farklı kişilerin yanında ve farklı araç gereçlerle sergilemede zihinsel yetersizlikten daha az etkilenmiş bir gence göre daha fazla zorluk yaşayabilir.

! DİKKAT

OSB tanılı gençlerde OSB'nin yanı sıra zihinsel yetersizlikten etkilenme durumu da varsa bu gençlerin zihinsel yetersizlikten etkilenme düzeyleri davranışlarını etkileyebilmektedir.

Yaşına uygun kavramları (ör. zaman kavramı, vücudun bölümleri, canlı-cansız varlıklar vb.) öğrenmede ve bu kavramları günlük yaşamında kullanmada zorluk yaşayabilirler. Okuma yazma becerilerinde, matematik becerilerinde, günlük yaşam becerileri dersine ilişkin becerilerde yetersizlik sergileyebilirler (9, 10, 13, 18, 19, 20).

- ✓ "Özel Eğitim Uygulama Okulu III. Kademe"ye devam eden OSB olan gençler okulda bağımsız yaşam becerileri, beslenme, sağlık ve güvenlik, din kültürü ve ahlak bilgisi, görsel sanatlar, iletişim ve sosyal beceriler, matematik, müzik ve oyun, spor ve fiziksel etkinlikler, Türkçe okuma yazma gibi derslere ilişkin öğretim almaktadırlar.
- ✓ Gençlere sunulan matematik dersi kapsamında ritmik sayma, doğal sayılar, dört işlem, ölçme, örüntü, veri analizi ve geometri gibi öğrenme alanları bulunmaktadır.
- ✓ Gençlere sunulan Türkçe okuma yazma dersi kapsamında işlevsel okuma yazma, okuduğunu anlama, yazılı ifade, dinlediğini anlama, sözlü iletişim gibi öğrenme alanları bulunmaktadır.

ÖNERİ

Link:

<https://orgm.meb.gov.tr/www/ozel-egitim-ile-ilgili-yayimlar/icerik/123>

Yukarıda yer alan adresten "Özel Eğitim Uygulama Okulu III. Kademe Öğretim Programları" isimli zip dosyasını (sıkıştırılmış dosyayı) indirebilirsiniz.

İndirdiğiniz bu dosyada "Orta-Ağır Zihinsel Engeli ve Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Öğrenciler İçin" olan

(a) bağımsız yaşam becerileri dersi

(b) beslenme, sağlık ve güvenlik dersi

(c) din kültürü ve ahlak bilgisi dersi

(d) görsel sanatlar dersi

(e) iletişim ve sosyal beceriler dersi

(f) matematik dersi

(g) müzik ve oyun dersi

(h) sosyal beceriler dersi

(i) spor ve fiziki etkinlikler dersi ve

(i) Türkçe okuma yazma dersi öğretim programlarını sırasıyla bulabilirsiniz.

(c) Bilişsel Gelişim Alanını Destekleme

Çocuğunuzun bilişsel becerilerini geliştirmek üzere evinizdeki günlük olarak gerçekleşen rutinleri birer fırsat olarak kullanabilirsiniz. Bu günlük rutinlerde çocuğunuza **öncesinde okulda öğretimi yapılmış olan** becerilere ilişkin destekleyici etkinlikler planlayabilirsiniz. Bunun için çocuğunuzun özel eğitim öğretmeninden evde çocuğunuzu destekleyebileceğiniz becerilere ilişkin bilgi alabilirsiniz. Örneğin çocuk okulda para hesabı yapmaya ilişkin öğretim almış olsun. Akşam yemeği için lahmacun siparişi veren anne ve baba çocuğa "Şimdi kapı çalacak. Lahmacunlarımız gelecek. 100 TL vermemiz gerekiyor. Masada duran kâğıt paralara (100 TL, 50 TL ve 20 TL) bak ve 100 TL'yi al." diyebilir. Çocuğunuzdan mutfaktaki şeffaf kutuların üzerine içindeki erzakın (ör. mercimek, makarna, nohut, tarhana vb.) adının yazılı olduğu etiketleri yapıştırmasını isteyebilirsiniz. Bunun için masanın üzerine etiketleri koyabilirsiniz. Çocuğunuz bir etiketi alarak etikette yazanla ilgili kutuyu eşleyerek etiketi kutunun

üzerine yapıştırabilir. Çocuğunuz okuma yazma becerisine sahipse etiketi okuduktan sonra yapıştırmasını isteyebilirsiniz. Bunun yanı sıra erzak kutularının üzerine etiketi siz yapıştırabilirsiniz ve etiketin üzerine erzakın adını çocuğunuzun yazmasını isteyebilirsiniz.



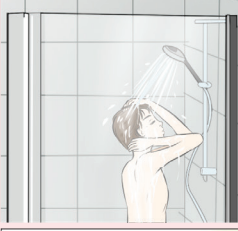



Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
✓		✓		✓		✓

Görsel 6 Betimleme: Diş fırçalayan bir çocuk çizimi altında haftanın yedi gününün yazılı olduğu ve her günün altında işaretleme kutucuğunun bulunduğu bir tablo

Gençlerin öğrendiklerini genellemeleri, bir başka deyişle öğrendikleri bilgi ve becerileri farklı ortamlarda, farklı kişilerle ve farklı araç gereçlerle de sergilemeleri tam bir öğrenmenin olması için gereklidir. Bu bağlamda çocuğunuzun okulda neler öğrendiğine yönelik bilgi sahibi olursanız evde de çocuğunuzun öğrendiği becerileri genelleme süreçlerine katkı sunmuş olursunuz. Örneğin çocuğunuz okulda veri analizine ilişkin çalıştıysa evde de buna yönelik destekleyici bir çalışma yapabilirsiniz. Bu amaçla çocuğunuzun yatmadan önce dişlerini düzenli fırçalayıp fırçalamadığına ilişkin birlikte bir "diş temizliği takip çizelgesi" hazırlayabilirsiniz ve çocuğunuzdan günlük olarak bu çizelgeyi doldurmasını talep edebilirsiniz. Böylece çocuğunuz hem kendi davranışlarını izlemeyi hem de eksik yaptığı durumlarda bu davranışı yapması gerektiğini hatırlamış olur.

Günlük rutinler bağlamında çocuğunuza öğretim fırsatları sağlarken çalışma ortamının da düzenlenmesi gerekir. Örneğin çocuğunuzun ev ödevini yaptığı ortamda bulunan televizyondan, bilgisayardan gelen ses ya da müzik varsa bu durum onun dikkatini dağıtabilir. Bu yüzden çocuğunuzla çalıştığınız ortamın sessiz olmasına özen göstermeniz gerekir. Etkinlik ya da ödev için kullanmayacağınız ve çocuğunuzun etkinliğe odaklanmasının önüne geçen nesnelere de ortamdaki kaldırmanızda yarar vardır.

Çocuğunuzu ödev yapmaya ya da rutin bir görevi yerine getirmeye yönelik motive etmek için çocuğunuzun sevdiği nesne, yiyecek, etkinliklerden yararlanabilirsiniz. Örneğin “Matematik ödevini bitirdiğinde kardeşinle birlikte bilgisayarda oyun oynayabilirsin.” diyebilirsiniz. Bu bağlamda görsellerden yararlanabilirsiniz. Okuldan eve geldikten sonra çocuğunuzun yapması gerekenleri gösteren görselleri sırasıyla bir panoya yapıştırabilirsiniz. Bunun için çocuğunuz o etkinliği gerçekleştirirken çektiğiniz fotoğrafları kullanabilirsiniz ya da o etkinliği anlatan resimleri internetten bularak onları kullanabilirsiniz. Çocuğunuzla konuşup yapması gerekenleri gerçekleştirdikçe yaptığı etkinliği gösteren resmin yanına “tik işareti (✓)” koyabilirsiniz. Örneğin çocuğunuza “Şimdi ödevini yaptın. Karşısına tik işaretini koyalım. Bak bakalım sırada ne var? Oyun zamanı var. Şimdi bilgisayarında yarım saat oyun oynayabilirsin.” diyebilirsiniz.

	Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma
					
					
					
					

Görsel 7 Betimleme: Hafta içi günlerinin yazılı olduğu beş sütundan ve dört satırdan oluşan bir tablo. Tablonun satırlarının başında yer alan küçük görseller sırasıyla; banyo yapan çocuk, gitar çalan çocuk, masa başında ders çalışan çocuk, diş fırçalayan çocuk

Çocuğunuzun davranışsal özellikleri onun bilişsel becerilerini destekleme sürecinizi etkileyebilir. Çocuğunuzun sergilediği yineleyici-kendini uyarıcı davranışlar, takıntılı davranışlar ve nesnelere ilgili sıra dışı ilgiler-takıntılar gibi davranışları onun öğrenme sürecini olumsuz etkileyebilir. Böyle bir durumda çocuğunuzun uygun olmayan davranışına yönelik bir planlama yapılması gerekebilmektedir. Bu durumda çocuğunuzun özel eğitim öğretmeniyle görüşerek sürecin sağlıklı yönetilmesi için ondan destek talep ediniz ve süreci iş birliğiyle sürdürmeye çalışınız. Çocuğunuzun öğrenmesini olumsuz etkileyen bu davranışlarının azalması veya ortadan kalkması, öğrenmesini desteklemenize katkı sunacaktır. Ayrıca "Özel Eğitimde Ailelerle Çalışma Kitabı"nın "Davranış Yönetimi" bölümünü okuyarak bu konuda bilgi edinebilir ya da var olan bilgilerinizi güncelleyebilirsiniz.

Çocuğunuz günlük yaşamında kendi rutini dışına çıkan durumlarda gerginlik yaşayabilir. Bu durum çocuğunuzun öğrenme sürecini olumsuz etkileyebilir. Çocuğunuzun değişiklikleri daha kolay kabullenebilmesi için meydana gelecek değişikliklerle ilgili önceden bilgi sahibi olmaya gereksinimi vardır. Böyle bir durumda çocuğunuza öncesinden değişiklik olacak duruma ilişkin gerekli bilgileri onun anlayacağı bir dille ve bilgi düzeyinde iletin. Böylece bu durumda oluşabilecek uygun olmayan davranışları en aza indirebilir ya da ortadan kaldırebilirsiniz.

Gençler bilişsel gelişim alanına yönelik bazı davranışlarda performans eksikliği yaşayabilirler. Genç davranışı biliyor olabilir ancak davranışı uygun zamanda, yerde ve biçimde sergilemekte zorlanıyor olabilir. Bu durumda öğrenmiş olduğu davranışı uygun zamanda, yerde ve biçimde sergilemesine yönelik çocuğunuzun desteklemelisiniz. Örneğin çocuğunuz dinleme kurallarına (ör. konuşanı dinleme, konuşanla göz kontağı kurma, konuşanın söylediklerine dikkatini verme vb.) uymayı okulda öğrenmiştir ancak bu becerisini doktor muayenesi sırasında kullanma konusunda yetersiz olabilir. Bu durumda öğrendiği bu davranışı muayene sırasında da sergilemesi için çocuğunuzun destekleyebilirsiniz. Çocuğunuzun akademik becerilerini desteklemek konusunda ilgili olarak kitabınızın beşinci bölümünü inceleyebilirsiniz.

Fiziksel Gelişim Alanı, Kaba ve İnce Motor Gelişim Alanı ve Özellikleri

(a) Gelişim Alanına Yönelik Genel Bilgi

Bireyin hayatı boyunca gerekli olan görevler bedeninin davranışları yoluyla bedende gerçekleşir. Bedensel gelişim normal sınırlar içindeyse birey gerekli motor becerileri kolaylıkla sergileyebilir. Bedensel gelişim sayesinde birey yaşama ilişkin daha fazla deneyim kazanır.



Görsel 8 Betimleme: Önündeki tuvallere yağlı boya resim yapan gençler

Bireyin bedeninin alt sistemleriyle beraber sağlıklı olarak gelişebilmesi fiziksel gelişime bağlıdır. Gözle görülür ve ölçülebilir özellikler sergileyen **fiziksel gelişim** bireyin gerek psikolojisinin gerekse eğitiminin temelidir. Fiziksel gelişimin her döneminde kendine özgü özellikleri vardır. Her gelişimsel dönem bir sonraki dönemin özellikleriyle birleşerek bireyin gelişimini etkilemektedir. Birey her gelişim döneminin ödevlerini yerine getirirken bedenini kullanır. Örneğin çocuğun yazabilmesi için iskelet, kas ve sinir sistemlerinin uygun şekilde büyüüp gelişmesi gerekmektedir.

Gelişim doğum öncesi dönemden ölüme kadar devam eden bir süreç olarak adlandırılmaktadır. Bu süreçte büyüme gerçekleşir. Fiziksel büyüme anne karnında başlayarak devam eden bir süreçtir. Fiziksel büyüme, bütün vücudun veya vücudu oluşturan parçaların büyümesidir. Fiziksel büyümede hücrelerin sayısı artar ve hücrelerin ölçüleri büyür. Fiziksel büyüme uzunlamasına, genişlemesine ve derinlemesine olur. Büyüme erkeklerde 22-23, kadınlarda 21-22 yaşında sona erer. Fiziksel gelişme ise büyüme sürecinde insan vücudunun şekil ve oranlarının değişmesidir. Fiziksel gelişim hem bedensel hem de motor gelişimi kapsamaktadır. Fiziksel gelişim bedenın ağırlıkça artması, boyca uzaması, organların ve kemiklerin gelişimi, dişlerin çıkması ya da değişmesi, beyin, kas ve tüm sistemlerle duyu organlarının büyümesi ve olgunlaşmasını kapsamaktadır.

Fiziksel gelişim boy, ağırlık ve hacim olarak artmanın yanı sıra kas, iskelet, solunum, sindirim, sinir, dolaşım ve boşaltım sistemlerinin ve organlarının kendinden beklenen görevleri yerine

getirecek duruma gelmesi olarak ifade edilmektedir. Fiziksel gelişim, bireyin davranışlarının niteliğini ve niceliğini dolaylı olarak ya da doğrudan etkilemektedir. Fiziksel gelişim süreci bireyin diğer gelişim alanlarını da etkilemektedir.

Fiziksel gelişim; doğum öncesi, yenidoğan, bebeklik, ilk çocukluk, orta çocukluk ve ergenlik (son çocukluk) olmak üzere altı dönemde ele alınmaktadır. Ergenlik dönemi bir diğer adıyla son çocukluk dönemi 11-12 ila 17-18 yaş arasındaki dönemi kapsamaktadır. Kızlarda 12-13, erkeklerde 13-14 yaşlarında ortaya çıkmaktadır. Yarı çocukluk yarı ergenlik olmak üzere iki ila dört yıl süren döneme erinlik dönemi denilmektedir. Erinlik dönemi kızlarda âdet kanaması ve idrarda östrojen hormonunun belirlenmesiyle erkeklerde ise gece boşalmalarının ve idrarda androjen hormonlarının görülmesiyle başlar. Erinlik döneminden sonra gelen ergenlik dönemi kızlarda 18 ve erkeklerde de 21 yaşına kadar sürer. Ergenlik döneminde hızlı boy ve kilo artışı görülebilir. Ergenlik döneminde büyüme vücudun bütün uzuvlarında aynı olmadığı için vücut orantısız görünebilir. El ve ayaklar, kol ve bacaklara göre ilk önce büyüyen organlardır. Sonrasında kollar ve bacaklar, ardından da beden gelişir. Ergenlik döneminde kızlarda göğüslerde büyüme, kalçada genişleme, cinsel organ ve koltuk altı bölgesinde kıllanma, vücutta yağlanma, yüzde sivilce görülür. Erkeklerde ise yüz, bacaklar, cinsel organ ve koltuk altı bölgesinde kıllanma, sivilce, seste belirgin bir kalınlaşma şeklinde ortaya çıkan farklılaşma durumları görülür (23, 24).

Motor gelişim bu başlık altında üzerinde durulan bir diğer önemli kavramdır. "Motor" sözcüğü hareket anlamına gelmektedir. "Motor gelişim" ise fiziksel büyümeye ve merkezi sinir sisteminin gelişmesine paralel bir biçimde bireyin istemli olarak hareket kazanması olarak ifade edilebilir. Motor gelişim (a) baştan ayağa doğru, (b) merkezden dışa doğru, (c) genelden özele doğru gerçekleşmektedir.

"Motor beceri" öğrenilmiş ve hedefe yönelik bir şekilde bir ya da birkaç vücut parçasının hareketidir. Hareketin boyutu ve kapsamına göre motor beceriler "**kaba motor beceriler**" ve "**ince motor beceriler**" olmak üzere iki sınıfta ele alınır. Kaba motor beceriler, genel kuvvet ve dayanıklılık gösterecek biçimde bacaklarda ve kollarda büyük kasların kullanımını gerektiren becerilerdir. Vücudun genel hareketlerini ve dengesini kapsamaktadır. Zıplama, merdiven inme-çıkma, koşma, atlama gibi hareketler kaba motor becerilere örnek olarak verilebilir. İnce motor beceriler ise kollar, eller ve parmaklarda daha küçük kasları koordine etme yeterliliği olarak ifade edilmektedir. Resim çizme, boncuk dizme, küçük nesnelere parmakla tutma gibi beceriler ince motor becerilere örnek olarak verilebilir. Motor gelişim belli bir sırayla gerçekleşse de **gelişimin hızı bireysel olarak farklılık göstermektedir** (24, 25, 26, 27).

! DİKKAT

Motor gelişimin hızı bireysel olarak farklılaşmaktadır.

14 yaşından itibaren genç, motor becerileri sergilemede doruk noktasına ulaşır ve bu becerilerini yaşam boyu kullanır. 14 yaşından başlayıp yetişkinlik dönemine kadarki dönem motor gelişimin doruk noktası olarak ifade edilir. Bu dönemin en önemli özelliği gencin öğrendiği hareket becerilerini ömür boyu kullanmasıdır. Bu dönemde önceki dönemlerde netleşen ilgi, yetenek ve seçimler daha da sınırlandırılmaktadır. Genç motivasyonuna, yeteneğine, olanaklarına, deneyimlerine, fiziksel özelliklerine bakarak belirli bir etkinliğe katılım düzeyini belirler. Örneğin basketbol oynayamayacağını fark eden genç futbola yönelir ve antrenmanlara başlar. Bu dönemde genç, yeteneklerinin üst sınırına ulaşma yolundadır (28).

III. kademe de yer alan T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Beden Eğitimi ve Spor Dersi Öğretim Programı'nda (9, 10, 11 ve 12. sınıflar) denge, yer değiştirme, nesne kontrolü, kuvvet, dayanıklılık, esneklik, koordinasyon, hız, su içi beceriler, ritim, dans, spor, bireysel beceriler, sosyal beceriler üzerinde durulmaktadır. T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Görsel Sanatlar Dersi Öğretim Programı'nda (9, 10, 11 ve 12. sınıflar) ise el sanatları, iki boyutlu ve üç boyutlu çalışmalar, organlar ve uzuvlar arasında eş güdüm sağlama gibi beceriler üzerinde durulmaktadır.

SORU

Sizce çocuğunuzun fiziksel ve motor gelişimini yakından takip etmek neden önemlidir?

(b) OSB'nin Fiziksel Gelişim Alanı ve Motor Gelişim Alanına Etkileri

OSB olan gençler çevrelerinde gerçekleşen olayları ve durumları keşfetmeye yönelik hareketlerini kullanmada yetersizlik gösterebilirler. Motor becerilerin öğrenilme süreci her çocuk için farklı olabilir ve bu süreçte gecikmeler yaşanabilir. OSB olan gençler karmaşık hareketleri sergilemede zorlanabilirler. Dengede durmaya, uygun vücut duruşunu sergilemeye ve uygun bir pozisyonda yürümeye ilişkin problem yaşayabilirler. El-göz ve/veya el-ayak koordinasyonunda zorluk yaşayabilirler. Motor gelişim alanında yaşadıkları yetersizlikler, farklı becerileri yerine getirmede de sorunlara neden olabilir. Gerek nesne kullanarak gerekse nesne kullanmaksızın taklit etme becerilerinde yetersizlik gösterebilirler. Motor becerileri kullanmasını gerektiren sosyal oyunlara katılmada isteksizlik ve bu oyunların gerektirdiği motor hareketleri sergilemede yetersizlik yaşayabilirler.

Öz bakım becerilerini sergilemede ve el becerileri gerektiren günlük yaşam etkinliklerinde sınırlılıklar gösterebilirler. Giyinme, uygun biçimde diş fırçalama, kaşık-çatal-bıçak kullanma, kalemi uygun biçimde tutma ve kullanma, makas kullanma, yazı yazma, boyama gibi el-göz koordinasyonu gerektiren küçük kas becerilerini gerçekleştirmede zorluk yaşayabilirler. Tekrarlanan sıra dışı el ve beden hareketleri gibi görülen yineleyici motor hareketler gençlerin motor becerilerinin gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir.

Motor becerileri bağlamına ve amacına uygun ve işlevsel olarak kullanmada sıkıntı yaşayabilmektedirler. OSB'ye başka yetersizliklerin eşlik ettiği durumlarda motor beceriler de etkilenebilmektedir. Genç, OSB'nin yanı sıra bedensel bir yetersizlik de yaşıyorsa motor becerileri de bu durumdan olumsuz şekilde etkilenebilir. El-göz koordinasyonu, tutma, kavrama gibi alanlarda sıkıntı yaşayan genç uygun bir biçimde çatalı, kaşığı kullanarak yemek yeme becerisini sergilemede de zorlanabilir (13, 27).

(c) Fiziksel Gelişim Alanı ve Kaba ve İnce Motor Becerileri Destekleme

Günümüz şartlarında ergenlerin hareketlilik düzeyleri oldukça düşüktür. Hareketlilik düzeyinin azalması da fiziksel olarak uygunluk düzeyini düşürmektedir. Fiziksel uygunluğu olumsuz etkileyen etmenler hareketliliğin az olması, sağlıksız ve düzensiz beslenmedir. Tüm bu durumlar gençlerin motor becerilerini geliştirme fırsatlarını olumsuz şekilde etkileyebilmektedir. Çünkü sağlıklı bir beden, kuvvet ve performansı da olumlu yönde etkilemektedir. Bu yüzden gençlerin uzun süre hareketsiz kaldıkları durumları sınırlandırabilirsiniz. Tablet, televizyon, bilgisayar başında geçirdikleri zamanı çocuğunuzun yaşını ve durumunu dikkate alarak düzenleyebilirsiniz. Çocuklarınız için güvenli, rahat hareket edebilecekleri ve sağlıklı ortamlar yaratmaya çalışabilirsiniz ya da çocuklarınızın bu ortamlara ulaşmasını sağlayabilirsiniz. Çocuklarınızın yapmak zorunda oldukları herhangi bir sorumlulukları yoksa, yani çocuklarınız serbest zaman dilimindeyse onları özelliklerine uygun olan sportif etkinliklere yönlendirebilirsiniz. Bunun için çocuğunuzun ilgileri de çok önemlidir. Örneğin çocuğunuz yürümeyi, koşmayı seviyorsa buna ilişkin etkinliklerin yapıldığı bir spor salonuna kaydını yaptırabilirsiniz. Bunun için **ortamın çocuğunuzun güvenliği açısından uygun olup olmadığını mutlaka kontrol ediniz.** Çocuğunuz açık havada yürümek, koşmak, zıplamak, top oynamak gibi etkinliklerden hoşlanıyorsa hava durumunun uygun olduğu zamanlarda rahatlıkla hareket edebilecekleri ortamlara (ör. büyük parklar, ormanlık alanlar vb.) götürebilirsiniz. Bu ortamlarda hareket etmelerini (ör. ritimli bir şekilde yürümeleri, koşmaları, atlamaları, zıplamaları, tırmanmaları, fırlatmaları, yakalamaları vb.) teşvik edecek etkinlikler ve oyunlar planlayabilirsiniz. Planladığınız oyun ve etkinliklerde çocuğunuzun sadece tek bir hareketi yapmasındansa birkaç hareketi birden yapmasına olanak veren oyunları tercih edebilirsiniz.

Günlük ev içi temizlik rutinlerine çocuklarınızı dâhil edebilirsiniz. Buradaki önemli nokta çocuktan becerileri doğrultusunda yapabileceği şeyleri ve çocuğunuzun güvenliğini tehdit

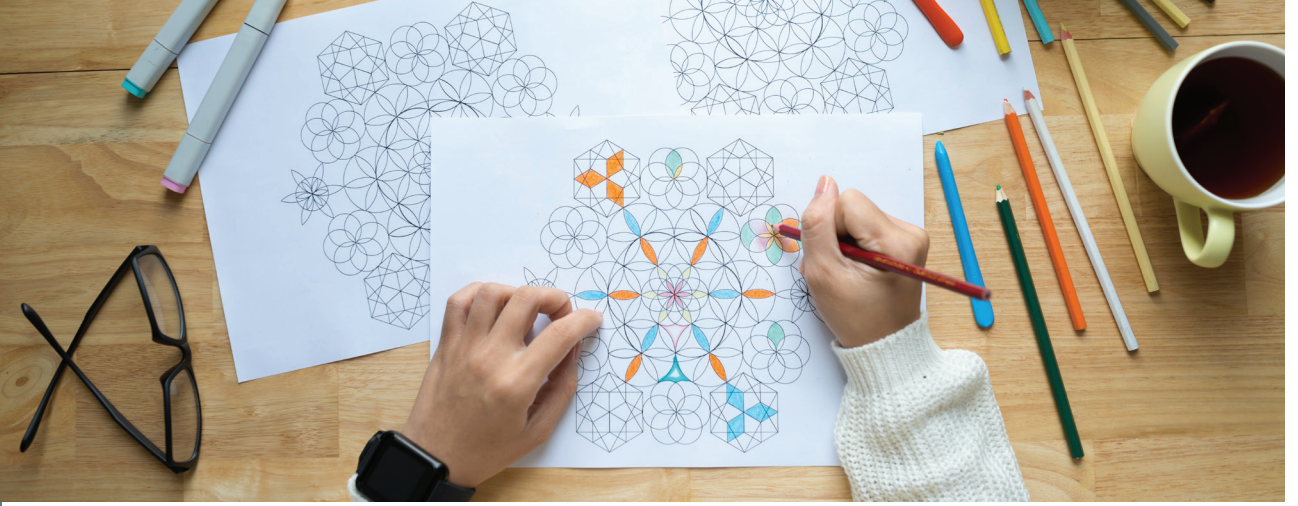
etmeyecek işleri istemenizdir. Çocuğunuzdan çamaşırları çamaşır makinesinden çıkararak çamaşır askısına sermesini isteyebilirsiniz. Kendi odasının düzenine ve temizliğine ilişkin yapabileceği görevler verebilirsiniz. Bulaşık makinesinden çıkan çatalları, kaşıkları, kesici olmayan bıçakları ayırarak kaşıklıkta uygun yerlere yerleştirmesini isteyebilirsiniz. Çocuğunuza bir paspas ve su dolu bir kova vererek yerleri silmesini isteyebilirsiniz.



Görsel 9 Betimleme: Evin salonunda elindeki paspasla yerleri silen, yanında bir kova duran, ellerinde eldiven genç bir erkek. Arka planda koltuk takımı, vitrin ve sandalyeler üzerine kapatılmış bir masa.

Çocuğunuzun çizim yapmasını, boyama yapmasını, yazmasını destekleyecek etkinlikleri yapmasına ilişkin olarak ona destek sunabilirsiniz. Bu etkinlikleri yaparken çocuğunuza gereksinimleri doğrultusunda gerekli destekleri sağlayabilirsiniz. Örneğin çocuğunuza model olarak bir mandalayı nasıl boyayacağını gösterebilirsiniz ya da elinizi çocuğunuzun elinin üzerine koyarak çizgiyi birlikte çizebilirsiniz.

Çocuğunuzun motor becerilerini geliştirmek üzere özellikleri doğrultusunda araç gereçlerde ve etkinliklerde uyarlamalar yapmanız gerekebilir. Örneğin çocuğunuz mandala boyamayı seviyor ancak boyayacağı desen ve desenin ayrıntıları çocuğunuzun düzeyi dikkate alındığında küçük ve fazla ayrıntılı geliyorsa var olan deseni daha büyük boyutta bir kâğıda fotokopi çektirebilirsiniz. Seçtiğiniz desen çocuğunuz için zorsa deseni çocuğunuz için daha uygun olan bir modelden (daha az ayrıntılı olan daha sade bir model) başlayabilirsiniz.



Görsel 10 Betimleme: Üzerinde kahve fincanı, gözlük, boya kalemleri, mandala boyama sayfaları olan bir masada mandala boyayan eller

! DİKKAT

Çocuğunuz bazı etkinliklerde uyarlamalara gereksinim duyabilir.

SORU

Sizce bazı etkinliklerde uyarlamalar yapmak neden önemlidir?

Uyumsal Beceriler Gelişim Alanı ve Özellikleri



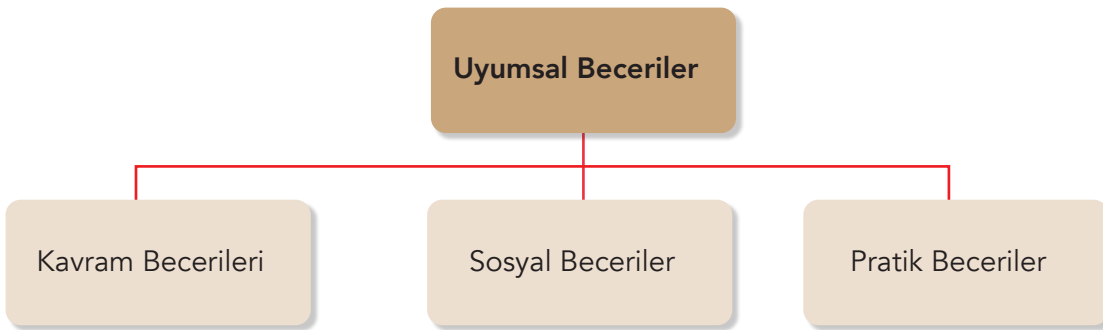
Görsel 11 Betimleme: Yan yana iki resim. Soldaki görselde; otobüse binan bir genç kız. Sağdaki görselde; marketin meyve sebze reyonundan alışveriş yapan anne kız.

(a) Gelişim Alanına Yönelik Genel Bilgi

Uyumsal beceriler (a) kavram becerilerinden, (b) sosyal becerilerden ve (c) pratik becerilerden oluşmaktadır. Uyumsal becerilere ilişkin Şekil 5.4'e bakabilirsiniz. Uyumsal becerilerin öğrenilmesi bireyin bağımsızlık düzeyinin ve yaşam kalitesinin artmasını sağlar. Günlük yaşamımızda uyumsal becerileri sıklıkla kullanırız. Sosyal uyum becerileri toplumda olabildiğince bağımsız bir şekilde yaşayabilmek için yerine getirilmesi gereken becerilerdir. **Kavram becerileri** dil, okuryazarlık, sayı, para, zaman ve kişinin kendini yönetmesi gibi becerileri içermektedir. **Sosyal beceriler** kişiler arası ilişkiler, sosyal sorumluluk, öz güven, kurallara uyma gibi becerilerdir. **Pratik beceriler** ise günlük yaşamla ilgili etkinlikler, seyahat edebilme, sağlık hizmetlerinden yararlanma, iş becerileri ve güvenlik becerileri gibi becerilere karşılık gelmektedir (13, 28, 29, 30).



Görsel 12 Betimleme: Kafede oturmuş garsona sipariş vermekte olan genç kız ve erkek



Şekil 1.4 Uyumsal Beceriler

Öğrenilmesi gereken uyumsal beceriler her yaş grubuna göre farklılaşmaktadır. Önemli olan bireyin yaşına uygun olan uyumsal becerileri öğrenmesidir. Birey yaşına uygun uyumsal davranışları uygun ortamda ve koşullarda doğru bir şekilde gerçekleştirdiğinde çevresiyle, içinde bulunduğu toplumla uyum hâlinde olur. Yaş ilerledikçe bireyden beklenen uyumsal davranışlar farklılaşmaktadır (13, 28, 29, 30). Örneğin beş yaşındaki bir çocuktan şehir içi ulaşım araçlarını tek başına kullanması beklenmezken 16 yaşındaki bir gençten bu beceriyi sergilemesi beklenmektedir.

! DİKKAT

Çocuklar tarafından öğrenilmesi gereken uyumsal beceriler her yaş grubu için farklı farklıdır.

III. kademedeki gençler uyumsal beceriler açısından izleyen davranışları gerçekleştirirler (28, 31, 32):

- ✓ Kişisel bakımını üstlenir ve bunu alışkanlık hâline getirir.
- ✓ Öz bakım becerilerini bağımsız olarak gerçekleştirir ve bunu alışkanlık hâline getirir.
- ✓ Cinsiyetine özgü olarak kişisel hijyenini sağlamayı öğrenir. Örneğin kızlar için âdet döngüleri sırasında hijyenlerini sağlamayı öğrenme, erkekler için sakal tıraşı olma.
- ✓ Ev içi becerileri (ör. araç gereçleri kullanma, temizlik ve düzeni sağlama, yiyecek-içecek hazırlama, giysi bakımı vb.) gerçekleştirir.
- ✓ Ev işlerine yardım eder. Temizlikle ilgili malzemeleri güvenilir şekilde kullanarak günlük işlerde sorumluluk alır.
- ✓ Kendisi için tehlike yaratabilecek durumları fark ederek bunlardan kaçınır.
- ✓ Toplum içinde bağımsız biçimde var olur.
- ✓ Serbest zamanlarını işlevsel biçimde değerlendirir.
- ✓ Bilinçli bir tüketici olmaya, alışveriş yapmaya ve bütçesini yönetmeye başlar.

SORU

Sizce bu dönemde (III. kademedeki) çocuğunuzun hangi uyumsal becerileri öğrenmesi yaşamını kolaylaştırır?

(b) OSB'nin Uyumsal Beceri Gelişim Alanına Etkileri

OSB olan gençler sözlü ya da sözsüz etkileşimi başlatmada ve sürdürmede yetersizlik yaşayabilirler. Yönergelere uymada, isteklerini bildirmede, uygun biçimde reddetmede, dinlemede, başkalarının konuşmalarını anlamada güçlük çekebilirler. Yakın çevresindeki kişi ve ortamları ayırt etmede zorlanabilirler. Toplumsal ortamları kullanmada, bu ortamlarda davranış kurallarına uygun davranmada yetersizlik gösterebilirler. Serbest zamanlarını kendileri için uygun biçimde değerlendirmede zorluk yaşayabilirler. Kavramları (ör. para, zaman vb.) ve okuma yazmaya ilişkin becerileri öğrenmede çeşitli yetersizlikler yaşayabilirler. Güvenliklerini ve sağlıklarını tehdit eden durumları fark etmede ve bu durumlardan kendilerini korumada yetersizlik gösterebilirler. Planlanmış etkinliklere uyum sağlamada zorlanabilirler. Ortaya çıkan sorunlara çözüm üretmede zorlanabilirler.

Öz bakım becerilerinde (ör. yeme, içme, yiyecek hazırlama, giyinme, uygun kıyafeti seçme, kişisel temizlik vb.) yetersizlik sergileyebilirler. Günlük ev işlerinde annesine, babasına yardım etmeye yönelik bir istek göstermeyebilirler. Gençlerin sergileyebildikleri el hareketleri ve sıra dışı beden hareketleri de öz bakım (ör. kişisel bakım ve temizlik becerileri, giyinme becerileri vb.) becerilerini gerçekleştirmede zorluk yaşamalarına neden olabilir. Gençler bazı durumlarda bildikleri bir beceriyi uygun zamanda, uygun yerde ve uygun biçimde sergilemekte zorlanabilirler. Örneğin genç; okulda, yemekhanede sıraya girme davranışını kolaylıkla sergileyebilirken servise binme sırasında sergileyemeyebilir. Kariyer farkındalığı konusunda (ör. ilgi duyduğu mesleği belirlemede, yeterliliklerinin farkına varmada, çalışmanın gerekliliği, meslekleri tanıma vb.) zorluk yaşayabilirler (13, 15, 28, 29, 32).

(c) Uyumsal Becerileri Destekleme

Çocuğunuza okuma ve yazma becerilerine ilişkin destek sunmanız gerekmektedir. Çocuğunuzun özel eğitim öğretmeninden ev ödevlerine nasıl yardım edebileceğinizi, çocuğunuzun evde ve toplumsal ortamlarda desteklemek için neler yapabileceğinizi öğrenebilirsiniz. Çocuğunuzun devam ettiği okulda ne gibi çalışmalar yapıldığını öğretmene sorabilirsiniz ve çocuğunuzun orada yaptığı çalışmalarını inceleyebilirsiniz.

Gençlerin öz bakım becerilerini sergileyebilmeleri için öncelikle o becerinin ön koşulu olan bazı becerileri yerine getirebiliyor olmaları gerekmektedir. Çocuğunuz ön koşul becerileri sergileyemiyorsa çocuğunuza önce ön koşul becerileri gerçekleştirmesi için destek sunmanız gerekir. Örneğin çocuğunuzun kendisine sütlü kahve hazırlamasını istiyorsanız çocuğunuz öncelikle malzemeleri tanımalıdır. Çocuğunuzun sütlü kahve hazırlayabilmesi için el-göz koordinasyonu, malzemeleri tutma, kavrama, dökme, çay kaşığıyla karıştırma gibi becerileri yerine getirebilmesi gerekir.

Çocuğunuz öğrenmiş olduğu beceriyi uygun zamanda, yerde ve biçimde sergileyemiyorsa bu durumda çocuğunuzun desteklemeniz gerekir. Örneğın çocuğunuz nezaket ifadelerini evde kullanıyordur ancak toplumsal bir ortamda kullanmakta zorluk yaşıyor olabilir. Bu durumda toplumsal ortamlarda ona bu davranışın nasıl yapılacağını hatırlatabilir (ör. "Garson sana pasta getirdi. Ne diyoruz şimdi? Teşekkür ederim." vb.) ve çocuğunuz uygun davranışı sergilediğinde ona övgü dolu sözler söyleyerek uygun davranışını pekiştirebilirsiniz.

Çocuğunuzun sağlığı için tehlikeli ya da zararlı olan durumları fark ederek kendisini koruması için yapılabilecekler konusunda bir özel eğitim öğretmeninden ya da bu konuda çalışan bir uzmandan destek alabilirsiniz. Çocuğunuzun ev kazalarından korunmasına yönelik önlemler alabilirsiniz. Örneğın çocuğunuzun okuma ve anlama becerileri yeterli düzeyde ise zararlı sıvıların (ör. çamaşır suyu, deterjan vb.) üzerine "zararlı" yazabilirsiniz ya da bazı renk kodları kullanabilirsiniz. Çamaşır suyunun üzerine "kırmızı" renkte bir etiket yapıştırabilirsiniz ve bu etiketin anlamını çocuğunuzla paylaşabilirsiniz. Çocuğunuza basit ilk yardım becerilerini öğretebilirsiniz. Örneğın çocuğunuz evde elini yanlışlıkla hafifçe kestiğinde, çizdirdiğinde ya da elinde hafif bir yanık oluştuğunda neler yapabileceğini ona sırasıyla sözlü olarak anlatabilir ve bu sırada örnek görsellerden de yararlanabilirsiniz. Ayrıca oyuncak bir bebek üzerinde yapması gerekenleri çocuğunuzun gerçekleştirmesini sağlayabilirsiniz.

Çocuğunuzun yeterliliğini ve ilgilerini gözeterak hangi mesleklere ilgi duyduğunu gözlemleyebilirsiniz. Bu bağlamda ilgi duyduğu mesleklere ilişkin ona kısa bilgiler verebilirsiniz. Buna ilişkin kitaplara, broşürlere bakarak üzerine konuşabilirsiniz. Toplumsal ortamlarda o meslek alanında çalışan birini gördüğünüzde çocuğunuza gösterebilir ve üzerine konuşabilirsiniz. Ayrıca bu duruma ilişkin çocuğunuzun özel eğitim öğretmeninden de bilgi ve yardım talep edebilirsiniz. İş ve çalışmaya hazırlık becerilerini desteklemeye ilişkin ayrıntılı bilgi için kitabınızın altıncı bölümünü inceleyebilirsiniz.

Çocuğunuzun uyumsal becerilerini desteklemek üzere günlük rutinleri kullanabilirsiniz. Örneğın çocuğunuzun dolmuşa binerek şehir içinde bir yerden bir yere gitmesine ilişkin okula gitme zamanlarını kullanabilirsiniz. Günlük rutinler sırasında çocuğunuzun gereksinim duyduğu becerileri edinmesi için desteklerken ortamın onlar için uygun ve rahat olduğundan emin olun. Çocuğunuzun dikkatini dağıtabilecek uyaranlar varsa onları ortadan kaldırın. Çocuğunuza uyumsal becerilerin öğretiminde kolaydan zora bir yol takip edin. Çünkü çocuğunuz daha kolay olan bir beceriyi yapmadan daha karmaşık olanı yapmakta zorlanır. Çocuğunuzla çalışırken bazı araç gereçlerde uyarılama yapmanız gerekebilir. Örneğın çocuğunuz fermuarlı bir bot giyecekse ve botun fermuar kısmını tutmakta zorlanıyorsa fermuarlı kısmı çocuğunuzun kolay kavrayabilmesi için o kısımlara metal bir anahtarlık halkası geçirebilirsiniz.

Çocuğunuzun sergilediği beceriyi farklı ortam, kişi ve araç gereçlerle de sergileyebilmesi önemlidir. Bu bağlamda çocuğunuzun öğrendiği bir beceriyi farklı durumlara genelleyip

genellemediğine dikkat etmelisiniz. Örneğin çocuğunuz sayıları tanıyor olabilir ancak bineceği otobüsün üzerinde yazan numarayı tanımakta zorluk çeker olabilir. Böyle bir durumda otobüste yazan numarayı da okuyabilmesi için çocuğunuza destek olabilirsiniz.

Psikososyal Gelişim Alanı ve Özellikleri

(a) Gelişim Alanına İlişkin Genel Bilgi

Kişilik bireyi diğer insanlardan ayıran, o bireye özgü ve tutarlı bir şekilde gerçekleşen özellikler bütünü olarak ifade edilmektedir. Kişilik gelişiminde bireyin doğuştan gelen özellikleri, yaşamdaki deneyimleri ve bireyin anne-babasıyla, akranlarıyla ve diğer bireylerle olan ilişkileri etkili olmaktadır. 6-12 yaşları arasında birey bazı kişilik özelliklerini kazanmaktadır. Bu süreçte birey kendisiyle ilgili olarak ya yeterlik duyguları geliştirir ya da yetenekli olmadığına inanarak yetersizlik duyguları geliştirir.



Görsel 13 Betimleme: Elini başına götürmüş ya da eliyle çenesini tutmuş düşünmekte olan iki erkek, iki kadın

6-12 yaş arası dönemde anne, baba ve öğretmenler çocuk için önemli kişiler olduğundan bu kişilerin çocuğun yetenekleri doğrultusunda çocuklara başarılı deneyimler yaşayabilecekleri öğrenme ortamları düzenlemeleri gerekmektedir. Böylece çocuklar da kendilerini başarılı bireyler olarak algılayabileceklerdir. 12-18 yaşları arasındaki döneme gelindiğinde ise bu dönemde gençlerin yaşadığı temel karmaşanın **kimlik kazanma** karmaşası olduğu görülür. Gencin kendine yönelik olumlu bir "ben" duygusu geliştirmesi kimlik kazanma olarak ifade edilmektedir. 12-18 yaşlar arasındaki bu dönemde olumlu bir kimlik duygusu geliştirmiş genç kendine ilişkin gerçekçi beklentilere sahip olur. Ayrıca kendisi hakkında olumlu duy-

guları olur. Böylece kendi ilgi ve yeteneklerine uyumlu olan bir kimlik geliştirir. Gelecek yaşamıyla ilgili kararlarını vermeye başlar. Kendine özgü değerler sistemi geliştirmeye başlar. Kişisel ve mesleki planlar yapmaya başlar. Duygusal olarak aileden bağımsızlaşmaya başlar. Cinsiyete ilişkin sosyal roller gelişir (33).

SORU

Siz çocuğunuzun kişilik gelişimini desteklemek üzere neler yapıyorsunuz?

Ahlak, kişilerin toplumda uymak zorunda oldukları ve benimsedikleri kurallar ve davranış biçimleri olarak ifade edilmektedir. Ahlak genel olarak insanların toplum içinde neyi yapip neyi yapmamaları gerektiğini belirtir. Ahlak gelişimi bireyin sosyal, ruhsal, zihinsel ve kişilik gelişimiyle yakından ilgilidir.



Görsel 14 Betimleme: Arka planda yüzü görünmeyen, öne doğru uzattığı ellerinin birinde yeşil tik işareti diğerinde kırmızı çarpı işareti olan kartları tutan birey

Taklit etme becerisi ve model aracılığıyla öğrenme ahlak gelişiminde önemli bir yere sahiptir. Soyut anlamanın gelişmeye başlamasıyla çocuklar olaylar karşısında farklı bakış açılarının

da olabileceğini anlama becerilerini geliştirirler. 8-9 yaşlarında çocuklar olaylar karşısında bireylerin farklı duygulara sahip olabileceklerini fark etmektedirler. İlerleyen yıllarda çocuklar olayları içinde bulunduğu duruma göre değerlendirme becerisini kazanırlar. 7-9 yaşlar arasında çocuklar kuralları değişmez ve sabit olarak görürler. 9-11 yaşlarında ise kuralların duruma, gereksinimlere bağlı olarak değişebileceğini anlamaktadırlar. Bu yaşlarda çocuklar doğruya ya da yanlışa karar verirken kişisel etkenleri ve niyeti önemsemeye başlamaktadırlar. Kuralların ihlal edilme nedenlerini de önemsemeye başlarlar. 11-12 yaşlarında çocuk soyut anlamları da anlamaya başladıkça ahlak kurallarının gereğini anlamaya başlar. Sonraki dönemlerde ise genç kendi seçtiği, üzerinde düşündüğü ahlak ilkelerine göre yargıda bulunmaktadır. Davranışlarını insan hakları ve toplumun yararını gözeterek şekillendirmektedir. Topluma daha fazla yarar sağlayabilmek adına yasaların değişebileceğine inanmaktadırlar (34).

! DİKKAT

Bilişsel gelişim ahlaki gelişim için gereklidir ancak tek başına yeterli değildir.

! DİKKAT

Bir gelişim alanında yaşanan sıkıntılar çocuğun diğer gelişim alanlarını da etkileyebilir.

Ergenlik dönemindeki gençler bu dönemde karşı cinse karşı duygular beslemeye başlayabilirler ve karşı cinse yönelik istek duyabilirler. Aileler bu süreçte çocuklarını her anlamda sağlıklı yetiştirmek ister. Her ailenin bu konuda bilgili ve bilinçli olması önemlidir. Özellikle ergenlik döneminde gençlerde fiziksel olarak ciddi değişiklikler olmaktadır. Bu değişiklikler de gençlerin korku ve panik yaşamalarına neden olabilmektedir. Gençleri bilgilendirme konusunda aileler özel eğitim öğretmenlerinden, konuyla ilgili çalışan uzmanlardan ve sağlık elemanlarından destek alabilirler.

Genç, vücut farkındalığı çalışmaları sayesinde kendi bedenini, cinsiyetini ve karşı cinsin özelliklerini öğrenir. Böylece ileriki yaşantısında kendi cinsiyetindekiler ve karşı cinsten kişilerle sağlıklı ilişkiler kurabilir. Bu eğitim gencin kendi bedenini ve kendi cinsiyetinin özelliklerini tanımasını sağlar. Özel bölgelerin temizliğinin sağlanması ve korunması gibi konularda bilgi sahibi olur. Sonraki yaşamında karşı cinsle dengeli ve sağlıklı ilişkiler kurar. Toplumda karşılaşılabileceği cinsel istismara karşı kendini koruyabilir.

(b) OSB'nin Psikososyal Gelişim Alanına Etkileri

OSB olan gençlerin psikososyal gelişimleri üzerinde çeşitli etkileri bulunmaktadır. Bu noktada gençler kendilerini "başarılı" ve "yeterli" hissetmeyebilirler. Soyut ifadeleri anlamada yetersizlik gösterebilirler. Kendi duygularını fark etmede ve anlamada zorluk yaşayabilirler. Diğer bireylerin farklı bakış açılarını anlamada güçlük yaşayabilirler. Diğer bireylerin davranışlarını model almada, taklit etmede yetersizlik gösterebilirler. Toplumsal kuralları anlamada ve bu kurallara uymada yetersizlik yaşayabilirler. Kendi bedenini ve vücudunun özelliklerini tanımada yetersizlik yaşayabilirler.

Ergenlik dönemine ilişkin fiziksel, sosyal ve duygusal değişimleri anlamlandırma sürecinde güçlük yaşayabilirler. Ergenliğe uygun tutum, davranış ve beceri sergilemede yetersizlik gösterebilirler. Tacizden ve istismardan korunmada yetersizlik gösterebilirler. Kendini kontrol etme, seçim yapma, isteklerini kontrol etme gibi becerilerde yetersizlik yaşayabilirler. Özel bölgelerinin temizliğini (ör. düzenli banyo yapma, iç çamaşırını değiştirme, tüylerini temizleme vb.) bağımsız olarak gerçekleştirmede sıkıntı yaşayabilirler. Duyusal uyaranlara az veya aşırı tepki verebilirler ya da tepkisiz olabilirler. Bu durum da tehlikeli olabilecek durumlardan kendilerini korumalarını zorlaştırabilir (13, 33, 34, 35, 36).

(c) Psikososyal Gelişimi Destekleme



Görsel 16 Betimleme: Bir duvarın önünde oturmuş gülümseyen bir aile. Elllerinde çatı şeklinde bir malzemeyi ailesinin üzerinde tutan baba. Babanın kucağında bir kız çocuğu, annenin kucağında bir erkek çocuğu

Çocuğunuza gerek ev içinde gerekse toplumsal ortamlarda yapabileceği ve yaptığında kendini başarılı ve yeterli hissedebileceği görevler veriniz. Çocuğunuz kendine verilen sorumluluğu tamamladığında ona övgü dolu sözler söyleyiniz. Örneğin komşunun tabağını komşunun ziline basarak uygun biçimde vermesine yönelik çocuğunuza bir fırsat sunabilirsiniz. Çocuğunuz bunu gerçekleştirdiğinde “Süpersin Rıza, tabağı komşu teyzeye çok güzel verdin. Aferin oğluma!” diyebilirsiniz.

Çocuğunuzun “duygu”ları anlamasına ve duygularını ifade etmesine yönelik onu destekleyebilirsiniz. Bunun için çocuğunuzun serbest zamanında yapmaktan çok hoşlandığı bir etkinliği yaparken oluşan fırsatı değerlendirebilirsiniz. Örneğin çocuğunuz sevdiği müzikte dans etmeyi çok seviyorsa bu etkinliği yaparken çocuğunuzda yarattığı duyguya ilişkin konuşabilirsiniz.

Çocuğunuzun seçim yapabilmesi için farklı rutinlerde ve farklı ortamlarda onlara seçim fırsatlarını sununuz. Örneğin çocuğunuz serbest zamanlarında bitkilerle uğraşmayı seviyorsa birlikte bir seraya gidip yetiştirmek istediği çiçeği kendisinin seçmesini sağlayabilirsiniz.

Belli konularda çocuğunuzun bazı kararlarının sorumluluğunu almasına (çocuğunuzun güvenlik ve sağlığını tehlike atmayacak durumlar için) fırsat tanıyınız. Örneğin çocuğunuz evde bir muhabbet kuşu beslemek istiyorsa onu düzenli beslemesi gerektiğini ve kafesinin temizlenmesi sürecinde de anneye ve babaya yardım etmesi gerektiğini belirtebilirsiniz. Bu süreçte çocuğunuzun desteğini talep edebilirsiniz.

Çocuğunuza farklı toplumsal ortamlarda yapması ve yapmaktan kaçınması gerekenleri o ortamlara girmeden belli bir süre önceden başlayarak anlatabilirsiniz. Çocuğunuza bu kuralları anlatırken olabildiğince somut ifadeler kullanın ya da olabildiğince somutlaştırın. Bunun için resimlerden, fotoğraflardan yararlanabilirsiniz. Örneğin “Markete gittiğimizde aldığımız yiyeceği yemeden önce parasını vermeliyiz.” dedikten sonra önce çocuğun aldığı yiyeceğin parasını ödediği ve sonra parasını ödediği yiyeceği yediği bir “önce-sonra” kartı kullanabilirsiniz. Çocuğunuza kurallara nasıl uyulacağını kendiniz yaparak da gösterebilirsiniz. Örneğin otobüse binerken “Bak insanlar sıraya girmiş. Şimdi ben de giriyorum.” diyerek sıraya girebilir ve çocuğunuzun da sizinle sıraya girmesini sağlayabilirsiniz.

Çocuğunuzla cinsiyeti ve cinsiyetinin özellikleriyle ilgili konuşabilirsiniz. Cinsiyetine özgü vücudundaki özellikler ve değişiklikler hakkında çocuğunuzun bilgilendirebilirsiniz. Bunun için resimli kartlardan, fotoğraflardan ya da cinsiyeti gösteren maket bebeklerden yararlanabilirsiniz. Örneğin “kız” ve “erkek” bebek maketleri üzerinden farklı fiziksel özellikleri hakkında çocuğunuzun gelişimsel özelliklerini dikkate alarak açıklamalar yapabilirsiniz.

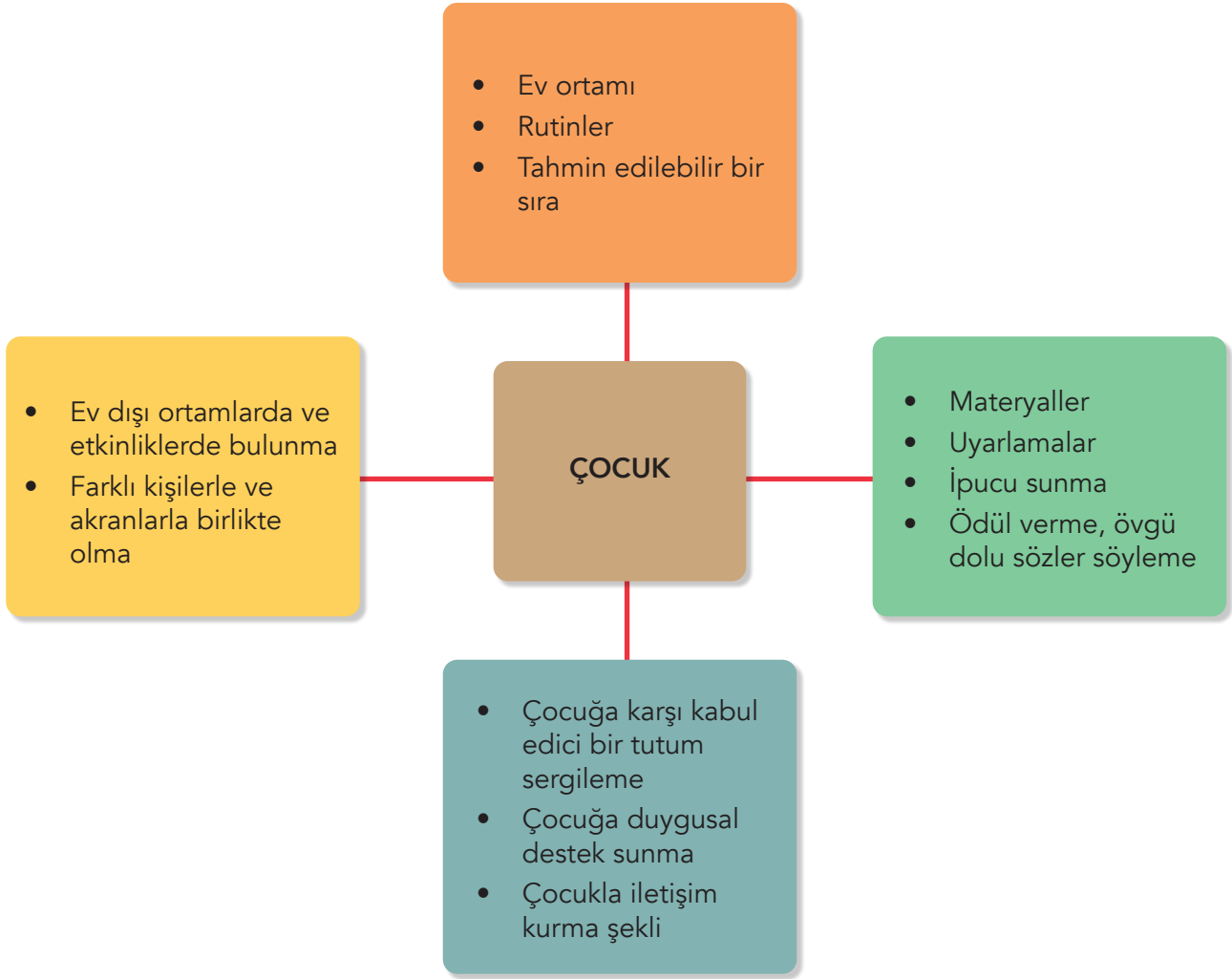
Vücut bakımı ve temizliğiyle ilgili çocuğunuza bilgi verip vücut temizliğini nasıl gerçekleştirdi-

receğine ilişkin ona model olabilirsiniz. Örneğin çocuğunuz o gün duş alamamışsa özellikle de sıcak yaz günlerinde banyoda koltuk altını sabunla yıkadıktan sonra kurularak sağlığına uygun olan ve ter kokusunu önleyen bir ürünü nasıl kullanacağını göstererek çocuğunuzun sizin davranışınızı model almasını sağlayabilirsiniz. Yaparken sözlü açıklamalarda da bulunabilirsiniz. Örneğin “Koltuk altımı yıkadım. Şimdi kuruluyorum.” gibi. Çocuğunuz kendi vücut temizliğini yapmaya çalıştığında ihtiyaç duyarsa sözel olarak açıklamalar yapabilir, aynı zamanda çocuğunuzun ihtiyaç düzeyine göre elinizi onun elinin üzerine koyarak ya da bileğinden yönlendirerek yapmasına destek verebilirsiniz.

Neler Öğrendik?

Bu bölümde gelişime ve gelişim alanlarına yönelik bilgiler sunulmuştur. III. kademedeki gençlerin gelişim özelliklerine ve gelişim alanlarına göre gençlere desteklerin nasıl sunulacağına ilişkin açıklamalar yapılmıştır. Gelişim alıcı ve ifade edici dil alanı, bilişsel gelişim alanı, fiziksel gelişim alanı, kaba ve ince motor gelişim alanı, uyumsal beceriler gelişim alanı ve psikososyal gelişim alanı olmak üzere bir bütündür. Her gelişim alanı birbirini etkilemektedir. Her dönemde her gelişim alanına ilişkin çocukların gerçekleştirmeleri beklenen bazı görevler bulunmaktadır. Bununla birlikte her çocuğun gelişim hızı ve öğrenme özellikleri kendine özgüdür. Çocukların öğrenme sürecinde pek çok çevresel etmen etkili olmaktadır. Bireyin öğrenme çevresine ilişkin Şekil 5.5.'i inceleyebilirsiniz.

Çocukta farklı gelişim alanlarına ilişkin öğrenmelerin sağlanabilmesi sürecinde ev ve aile ortamı çok önemlidir. Günlük rutinler çocuklara çeşitli öğrenme fırsatları sunmaktadır. Çocuğa sağlıklı bir öğretim ortamı sunmada dikkat edilmesi gereken en önemli unsur, uygun bir ortam oluşturmaktır. Çocuğun öğrenmesini desteklemek için günlük rutinlerde kullanılacak araç gereçlerin çocuğa ve üzerinde çalışılacak beceriye uygun olması önemlidir. Anne ve baba, çocuk bir beceri üzerinde çalışırken çocuğun ihtiyacı doğrultusunda çocuğa yardım etmelidir. Çocukla iletişim sürecinde çocuğunuzun sevdiği, ilgili olduğu etkinlikleri bilmeniz, çocuktan başarabileceği etkinlikleri yapmasını istemeniz önemlidir. Çocuğunuzun iletişimi kurmaya daha istekli kılmak için çocuğa karşı kabul edici olmak, onu takdir etmek ve duygusal destek sunmak gerekmektedir. Ayrıca ev dışındaki farklı ortamlarda, farklı kişilerle bulunmak da çocuğunuzun iletişim alanı dâhil olmak üzere diğer beceri alanlarını da geliştirmesinde oldukça kıymetlidir.



Şekil 1.5. Çocuğun Öğrenme Çevresinin Niteliği

Yararlanılan Kaynaklar

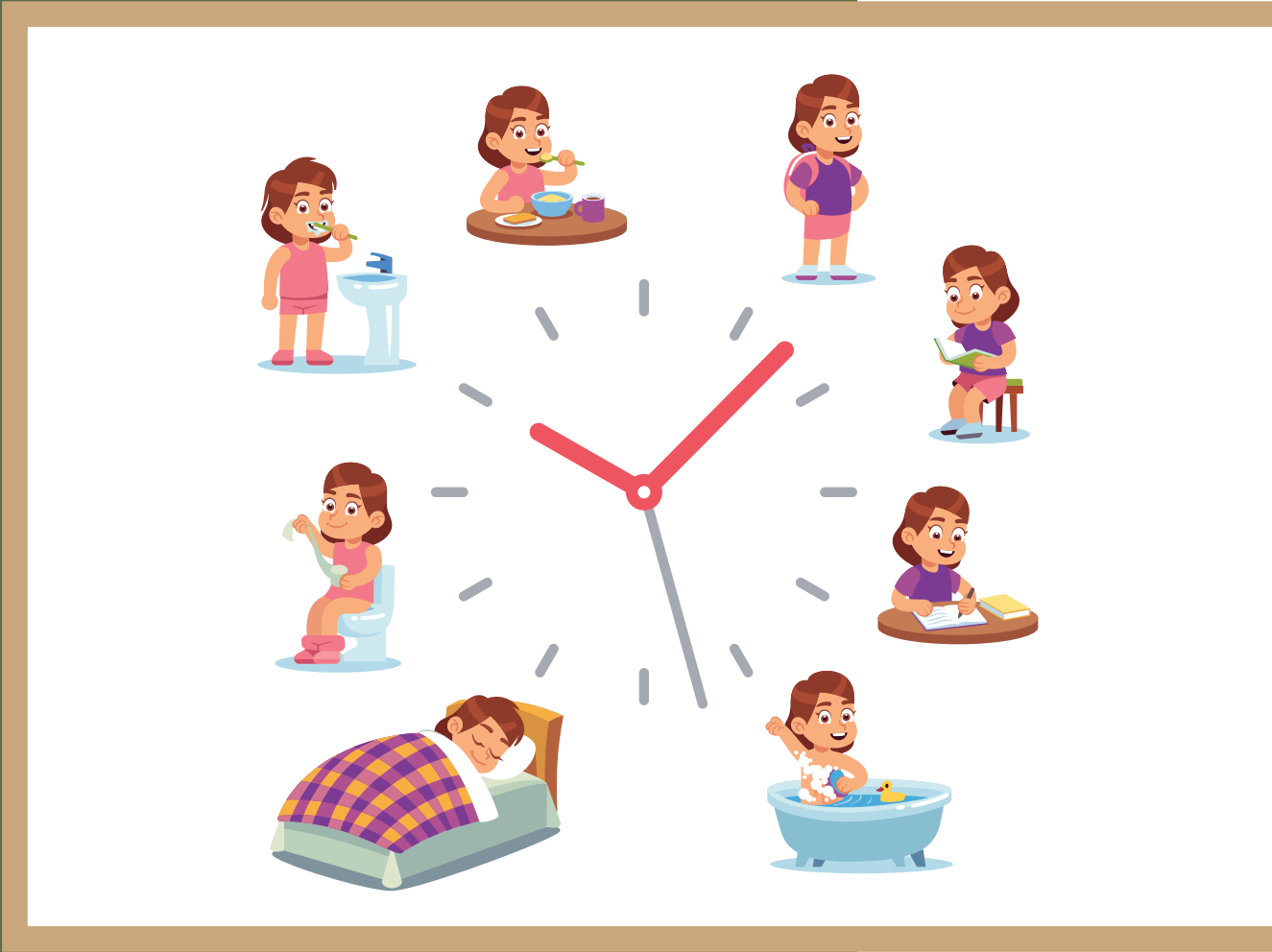
- [1] Aydın, B. (2020). Gelişimin doğası. B. Yeşilyaprak (Ed.), *Eğitim Psikolojisi: Gelişim-öğrenme-öğretim* (ss. 31-55) içinde. Pegem Akademi.
- [2] Doğan, Ö., & Acar Şengül, E. (2016). Büyüme ve gelişme. N. Baysal Metin (Ed.), *Doğum öncesinden ergenliğe çocuk gelişimi* (ss. 3-22) içinde. Pegem Akademi.
- [3] Senemoğlu, N. (2020). Gelişimle ilgili temel kavramlar, ilkeler ve gelişimi etkileyen faktörler. *Gelişim, öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya* (ss. 2-14) içinde. Anı Yayıncılık.
- [4] Ceyhan, E. (2013). Gelişimin temelleri. G. Can (Ed.), *Eğitim psikolojisi* (ss. 21-39) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [5] Cavkaytar, A. (2016). Çocuk gelişimine ilişkin temel kavramlar. A. Cavkaytar (Ed.), *Çocuk gelişiminde normal ve atipik gelişim* (ss. 2-24) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [6] Gürsoy, F., & Özasan, H. (2018). Çocuk gelişimine giriş. N. Aral (Ed.), *Çocuk gelişimi* (ss. 2-24) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.

- [7] Tohum Otizm Portalı (2021). *İletişim kurma ve sohbet etme becerileri modülü*. <https://tohumotizmportalı.org/>
- [8] Turan, F., & Topcu, Z. G. (2016). İletişim ve dil gelişimi. N. Baysal Metin (Ed.), *Doğum öncesinden ergenliğe çocuk gelişimi* (ss. 125-156) içinde. Pegem Akademi.
- [9] Küçükkaragöz, H. (2020). Bilişsel gelişim ve dil gelişimi. B. Yeşilyaprak (Ed.), *Eğitim Psikolojisi: Gelişim-öğrenme-öğretim* (ss. 84-121) içinde. Pegem Akademi.
- [10] Ergenekon, Y. (2016). Bilişsel beceriler ve dil gelişimi. A. Cavkaytar (Ed.), *Çocuk gelişiminde normal ve atipik gelişim* (ss. 79-102) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [11] Turan, F., & Topcu, Z. G. (2016). İletişim ve dil gelişimi. N. Baysal Metin (Ed.), *Doğum öncesinden ergenliğe çocuk gelişimi* (ss. 125-156) içinde. Pegem Akademi.
- [12] Topbaş, S. S. (2013). Okulun ilk yıllarında dil ve konuşma gelişimi. E. Ceyhan (Ed.), *Erken çocukluk döneminde gelişim-II* (ss. 51-72) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [13] American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistick manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- [14] Ökcün-Akçamus, M. Ç. (2019). Otizm spektrum bozukluğu olan bireylerde iletişim ve dil özellikleri. F. Acarlar & Diken, Ö. (Eds.), *Yetersizliği olan bireylerin dil ve iletişim becerilerinin desteklenmesi* (ss. 103-122) içinde. Pegem Akademi.
- [15] Millî Eğitim Bakanlığı (2018). *Orta-Ağır Zihinsel Engeli ve Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Öğrenciler İçin İletişim ve Sosyal Beceriler Dersi Öğretim Programı III. Kademe (9., 10., 11. ve 12. Sınıf)*. http://mufredat.meb.gov.tr/Dosyalar/2020915101511832-%C4%B0leti%C5%9FimVeSosyalBeceriler_Kademe3.pdf
- [16] Autism Speaks, (2018). *Görsel destekler ve otizm*. <https://www.autismspeaks.org/sites/default/files/2018-08/Visual%20Supports%20Tool%20Kit.pdf>
- [17] Kırcaali-İftar, G., & Odluyurt, S. (2012). Otizm spektrum bozukluğu olan bireylere iletişim becerilerinin kazandırılması. E. Tekin-İftar (Ed.), *Otizm spektrum bozukluğu olan çocuklar ve eğitimleri* (s. 329-368) içinde. Vize Yayıncılık.
- [18] Senemoğlu, N. (2020). Bilişsel gelişim kuramları. *Gelişim, öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya* (ss. 34-61) içinde. Anı Yayıncılık.
- [19] Şahin, S. (2016). Bilişsel gelişim. N. Baysal Metin (Ed.), *Doğum öncesinden ergenliğe çocuk gelişimi* (ss. 85-118) içinde. Pegem Akademi.
- [20] Türküm, A. S. (2013). Bilişsel gelişim. G. Can (Ed.), *Eğitim psikolojisi* (ss. 65-82) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [21] Aral, N., & Doğan Keskin, A. (2018). Bilişsel gelişim ve dil gelişimi. *Çocuk gelişimi* (ss. 97-126) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [22] Türküm, A. S. (2013). Bilişsel gelişim. G. Can (Ed.), *Eğitim psikolojisi* (ss. 65-82) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.

- [23] Bulut, Ş. (2018). Fiziksel gelişim. N. Aral (Ed.), *Çocuk gelişimi* (ss. 26-56) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [24] Ceyhan, A. A. (2013). Fiziksel gelişim. G. Can (Ed.), *Eğitim psikolojisi* (ss. 43-62) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [25] Can Yaşar, M., & Kaya, Ü. (2018). Motor gelişim. N. Aral (Ed.), *Çocuk gelişimi* (ss. 58-94) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [26] Aytekin, Ç. (2016). Fiziksel büyüme ve motor gelişim. N. Baysal Metin (Ed.), *Doğum öncesinden ergenliğe çocuk gelişimi* (ss. 57-78) içinde. Pegem Akademi.
- [27] Yücesoy Öztürk, Ş. (2016). Büyüme ve motor gelişim. A. Cavkaytar (Ed.), *Çocuk gelişiminde normal ve atipik gelişim* (ss. 51-76) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.
- [28] Demir, Ş. (2018). Sosyal uyum becerilerine genel bakış. E. Sazak (Ed.), *Özel eğitimde sosyal uyum becerilerinin öğretimi* (ss. 219-242) içinde. Pegem Akademi.
- [29] Öncül, N., & Çiftçi Tekinarslan, İ. (2018). (Eds.). *Özel eğitimde sosyal uyum becerilerinin öğretimi 1: Öz bakım ve güvenlik becerilerinin öğretimi*. Vize akademik.
- [30] Avcioğlu, H. (2018). (Ed.). *Özel eğitimde sosyal uyum becerilerinin öğretimi*. Eğitimci Kitap.
- [31] Uyaroğlu, B. (2016). Öz bakım becerilerinin gelişimi. N. Baysal Metin (Ed.), *Doğum öncesinden ergenliğe çocuk gelişimi* (ss. 265-284) içinde. Pegem Akademi.
- [32] Millî Eğitim Bakanlığı (2018). *Orta-Ağır Zihinsel Engeli ve Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Öğrenciler İçin Bağımsız Yaşam Becerileri Dersi Öğretim Programı III. Kademe (9., 10., 11. ve 12. Sınıf)*. [http://mufredat.meb.gov.tr/Dosyalar/202091510959298-Bagimsiz%20Yas.%20Bec._III.%20Kademe%20\(07.03.2018\).pdf](http://mufredat.meb.gov.tr/Dosyalar/202091510959298-Bagimsiz%20Yas.%20Bec._III.%20Kademe%20(07.03.2018).pdf)
- [33] Can, G. (2020). Kişilik gelişimi (psikososyal ve ahlak gelişimi). B. Yeşilyaprak (Ed.), *Eğitim Psikolojisi: Gelişim-öğrenme-öğretim* (ss. 125-163) içinde. Pegem Akademi.
- [34] Bencik Kangal, S. (2016). Ahlak gelişimi. N. Baysal Metin (Ed.), *Doğum öncesinden ergenliğe çocuk gelişimi* (ss. 199-223) içinde. Pegem Akademi.
- [35] Millî Eğitim Bakanlığı (2013). *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi, Cinsel Gelişim Modülü*. http://ismek.ist/files/ismekOrg/file/2013_hbo_program_modulleri/Cinsel%20Geli%C5%9Fim.pdf
- [36] Millî Eğitim Bakanlığı (2015). *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi, 0-72 Ay Cinsel ve Ahlak Gelişimi Modülü*. http://megep.meb.gov.tr/mte_program_modul/moduller/0-72%20Ay%20Cinsel%20ve%20Ahlak%20Geli%C5%9Fim.pdf
- [37] Baran, G., & Aksoy, P. (2018). Cinsel gelişim. *Çocuk gelişimi* (ss. 191-216) içinde. Anadolu Üniversitesi Yayını.

BÖLÜM 2

Dr. Öğr. Üyesi Tahir Mete ARTAR



EVDE VE OKULDA
GÜNLÜK RUTİNLERİN
DÜZENLENMESİ

Genel Amaç

Bu bölümün sonunda aileler çocuklarını günlük rutinlerin düzenlenmesi yoluyla desteklemek için neler yapabileceklerini açıklayabileceklerdir.

Kazanımlar

Bu bölümde aileler, bakım verenler aşağıdaki kazanımları edinirler:

- Rutin kavramını açıklar.
- Rutinlerin çocuğunun gelişimi için önemini açıklar.
- Çocuğunun günlük rutinlerini sıralar.
- Çocuğunun rutinlerini değerlendirir.
- Çocuğunun rutinlerini nitelikli hâle getirmek için gerekli uygulamaları sıralar.

İçerik

1. Rutinin Tanımı
2. Rutinlerin Önemi
3. Rutinlerin Belirlenmesi ve Değerlendirilmesi
4. Rutinlerin Nitelikli Hâle Getirilmesi
5. Neler Öğrendik?
6. Yararlanılan Kaynaklar

Açıklamalar

Kitabınızın ikinci bölümü “Evde ve Okulda Günlük Rutinlerin Düzenlenmesi” başlığını taşımaktadır. İlgili bölüm bir ailenin yaşam öyküsünün anlatıldığı yaşamdan bir kesit ile başlamıştır. Ardından ilgili bölümde rutin nedir, rutinler neden önemlidir, rutinlerin belirlenmesi ve değerlendirilmesi, rutinlerin nitelikli hâle getirilmesi başlıklarına yer verilmiştir.

Giriş

Sevgili Aileler,

Bu bölümde sizlere çocuğunuzu günlük rutinler yoluyla desteklemeye ilişkin bilgiler kazandırmak amaçlanmıştır. Çocuğunuz artık çocukluktan yetişkinliğe adım atma döneminde. Çocuğunuz artık ev yaşamının dışında toplumsal yaşamla da etkileşime girecektir. İleriki dönemde bir meslek edinip bu meslekte sürdürülebilir şekilde çalışması, yetişkinlik yaşamının sorumluluklarını yerine getirebilmesi için çocuğunuzun yaşamını belli bir düzene koyması önemlidir. Bölümde sizlerle bulduğunuz yaş döneminde işinize yarayacak stratejiler ve

etkinlik alanları paylaşılmıştır (ör. etkinlik çizelgeleri, serbest zaman etkinlikleri vb.). Bu bölümde öğreneceğiniz bilgiler çocuğunuzu erken dönemde desteklemek için sizleri bilgilendirmeyi amaçlamaktadır.

YAŞAMDAN BİR KESİT

Ece 10. sınıfa devam etmektedir. Ece mutfak becerilerine olan ilgisi ve yeteneği doğrultusunda okulunda yiyecek-içecek atölyesinde ders almaya başlamıştır. Ailesi onun bu yeteneğini takdirle karşılamaktadır. Buna karşın Ece çok geç yatmakta, odasını düzenli tutmamakta, yemek pişirmek dışında diğer konulara hiç ilgi göstermemekte ve bir çocuk gibi davranmaktadır. Ailesi onun artık bir yetişkin gibi sorumluluklar ve yararlı alışkanlıklar edinmesini istemektedir. Ece'nin ailesi bunun için ne yapmalı?

Rutin Nedir?

Yetişkinlik dönemi her bireye belli sorumluluklar yüklemektedir. Bizler bu sorumlulukları başarıyla yerine getirebilmek için günlük yaşamımızı belli bir düzene göre yaşamaktayız. Yaşamımızı belli bir rutine göre düzenlediğimizde farklı alanlardaki sorumluluklarımızı aksatmadan yerine getirmek daha kolay hâle gelmektedir.

Rutinler sürekli tekrarlayan, beklendik olay ve durumlardır. Herkesin kendine özgü bir rutin içerisinde yaşadığı söylenebilir. Aile ve birey özelinde rutinler aşağıdaki özelliklere göre değişim gösterebilir:

- ✓ Bireyin yaşı
- ✓ Bireyin cinsiyeti
- ✓ Ailenin ekonomik durumu
- ✓ Ailenin yaşadığı çevre
- ✓ Ailedeki birey sayısı
- ✓ Ailenin eğitim durumu
- ✓ Aile üyelerinin meslekleri





Görsel 1 Betimleme: Bir çocuğun günlük rutininin anlatıldığı 8 çizimin bulunduğu görsel. Uyuyan, tuvalete giden, dişlerini fırçalayan, kahvaltı yapan, sırt çantasını takmış okula giden, kitap okuyan, ders çalışan, banyo yapan çocuk çizimleri

Rutinler Şekil 3.1’de gördüğümüz üzere birçok değişken tarafından belirlenmektedir. Çocuğunuzun becerileri, katıldığı etkinlikler, serbest zamanını geçirme şekli, alışkanlıkları genel olarak günlük rutinleri oluşturmaktadır. Diğer yandan rutinler birey için belirlenen hedeflerden, bireyden beklentilerden, ona sunulan desteklerden etkilenmektedir.

Tablo 2.1 Rutinlerin Değişimi

4-6 Yaş Dönemi												
00.00	02.00	04.00	06.00	08.00	10.00	12.00	14.00	16.00	18.00	20.00	22.00	24.00
Uyku	Uyku	Uyku	Uyku	Kreş	Kreş	Kreşte Beslenme	Kreş	Eve Geliş	Beslenme	Oyun	Uyku	Uyku
İlkokul Dönemi												
00.00	02.00	04.00	06.00	08.00	10.00	12.00	14.00	16.00	18.00	20.00	22.00	24.00
Uyku	Uyku	Uyku	Uyku	Kahvaltı	Okul	Okul	Okul	Oyun	Yemek-Duş	Ödev	Uyku	Uyku
Çocuğumun Rutini												
00.00	02.00	04.00	06.00	08.00	10.00	12.00	14.00	16.00	18.00	20.00	22.00	24.00

Rutinler Neden Önemlidir?

Rutinler sürekli tekrarlanan ve yaşam döngümüzün önemli bölümünü kapsayan bir zaman dilimidir. Bu nedenle rutinlerimizi nasıl planladığımız ve belli rutinlerde gerçekleştirdiğimiz etkinlikler fizyolojik, psikolojik refahımız üzerinde önemli etkiye sahiptir.

Çocuğunuz okuldan artan zamanının hemen hemen tamamını sizlerle geçirmektedir. Bu nedenle günlük rutinlerin niteliği çocuğunuzun gelişim düzeyi üzerinde okul yaşamı kadar önemlidir. Örneğin akşam yemeği sonrası açık olan televizyonu izleyen bir çocuğa karşı babasıyla oyun oynayan bir çocuğu düşünelim. Babasıyla oyun oynayan çocuğun iletişim becerileri gelişecek, aralarındaki bağ kuvvetlenecektir.

Ebeveynlerle birlikte geçirilen nitelikli oyun zamanları çocukların iletişim, bilişsel ve motor becerileri edinmesini kolaylaştıracaktır. Bu nedenle sizlerin çocuklarınız için günlük rutinleri belirleyip bu rutinleri nitelikli hâle getirmeniz oldukça önemlidir.

Rutinlerin Belirlenmesi ve Değerlendirilmesi

Çocuğunuzun gelişimini desteklemek için rutinlerini nitelikli hâle getirmek gerekir. Rutinlerin niteliğini artırmanın ilk aşaması ise kendi rutininizi belirlemenizdir. Rutinler yaşamınızdaki doğal ve alışlageldik olaylardan meydana gelir. Dolayısıyla önemli olan rutininizi baştan aşağı yenilemek değil, yaşamınızın doğal seyrinde akışı bozmayacak düzenlemeler yapmaktır. Aşağıda Şekil 2.2’de görülen süreci takip ederek çocuğunuzun rutinlerini belirleyebilir ve değerlendirebilirsiniz. Çocuğunuz için rutinleri belirlemek ve değerlendirmek üzere aşağıdaki soruları yanıtlayabilirsiniz:

- ✓ Çocuğum bir gün boyunca neler yapıyor?
- ✓ Çocuğum bir gün boyunca kimlerle etkileşim kuruyor?
- ✓ Çocuğumdan günlük yaşamdaki beklentilerim nelerdir?
- ✓ Çocuğumun gelişimini desteklemek için ne tür düzenlemeler yapılabilir?

Bir günü betimleyin.

Haftalık, aylık rutinleri belirleyin.

Paydaşlarla iş birliği yapın.

Öncelikli amaçları belirleyin.

Durumu değerlendirin ve karar alın.

Şekil 2.2 Rutinlerin Belirlenmesi Süreci

Bir günü betimleyin.

Çocuğunuzun rutinlerini belirlemek için öncelikle bir gününüzü kayıt altına alın. Bunun için bir not defteri, cep telefonu kullanabilirsiniz. Tablo 2.2’de örnek bir tablo sizinle paylaşmıştır. Gününüzü kayıt altına alırken aşağıdaki soruları yanıtladığınızdan emin olun (1, 2, 3).

- ✓ Çocuğum bir gün boyunca neler yaptı?
 - o Sabah
 - o Öğlen
 - o Akşam
- ✓ Biz (ailenin diğer üyeleri) gün boyunca neler yaptık?
 - o Sabah
 - o Öğlen
 - o Akşam
- ✓ Çocuğum kimlerle etkileşim kurdu?
 - o Evde
 - o Ev dışında
- ✓ Çocuğumun etkinliklerdeki bağımsızlık düzeyi nasıldı?
- ✓ Çocuğumun girdiği sosyal etkileşimler nasıldı?
- ✓ Çocuğumuz ve biz geçirdiğimiz günden memnun muyuz?

Gününüzü bir hafta boyunca kayıt altına alın.

Günlük rutinleri belirlemek önemlidir. Ancak her gün birbirine benzer şekilde geçmeyebilir. Örneğin salı günü alışverişe gidilirken cuma günü ebeveynlerden biri mesaiye kalıp eve geç gelebilir. Bunun gibi farklılıkları içeren haftalık ve aylık rutinlerin belirlenmesi size daha sağlıklı fikirler verebilir (4).

Çocuğunuzun etkileşim kurduğu diğer kişi ve kurumlarla iş birliği yapın.

Çocuğunuz gün içerisinde okula, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezine, fizyoterapi merkezine ya da farklı kurslara katılım gösteriyorsa bu kurum ve personelle iletişim kurarak iş birliği yapmanız rutinleri nitelikli hâle getirmede sizleri destekleyecektir. Bu kapsamda ilgili kurum ya da personelden izleyen davranışları gerçekleştirmesini bekleyebilirsiniz:

- ✓ Çocuğunuzun gereksinim duyduğu alanların neler olduğu belirleme
- ✓ Kurumda çocuğunuza sunulan destekleri evde nasıl tekrar edebileceğiniz
- ✓ İlgili beceri alanında çocuğunuzun nasıl destekleyebileceğinize ilişkin bilgi talep edebilir ya da onlara gerekli alanlarda bilgi verebilirsiniz

Çocuğunuz için öncelikli amaçlara karar verin.

Hangi yaş grubunda olursa olsun çocuğunuz için önemli beceri alanları bulunmaktadır.

Öğretmeninizle konuşarak ya da çocuğunuzu gözlemleyerek onun hangi alanlarda öncelikli gereksinimi olduğunu belirleyin. Böylece rutinleriniz içerisinde hangi becerilere yönelik planlama yapacağınızı netleştirebilirsiniz. Örneğin çocuğunuzun iletişim becerilerinde desteklenmesi gerektiğini düşünüyorsanız onun gün içinde bir şeye gereksinim duyduğu zamanlar kritiktir. Diğer yandan küçük kas becerilerinde sorun yaşayan çocuğunuz için yemekten sonra onu bu alanda geliştirici oyunlar planlayabilirsiniz. Farklı beceri alanları hakkında daha ayrıntılı bilgi sahibi olmak isterseniz kitabınızın diğer bölümlerini inceleyebilirsiniz. Aşağıda Şekil 2.3'te çocuğunuz için kritik beceri alanları ve örnek beceriler sıralanmıştır.



Şekil 2.3 Kritik Beceri Alanları ve Beceri Örnekleri

Durumu değerlendirin ve karar alın.

Yukarıda yer alan adımları tamamladığınızda artık rutinlerinizi değerlendirmeye hazır hâle geleceksiniz. Bu aşamada aile bireyleri, varsa çocuğunuza destek sunan paydaşlar (ör. öğretmen, bakım elemanı vb.) ile görüş alışverişinde bulunabilirsiniz. Bu görüş alışverişinde aşağıda sıralanan noktalara ilişkin kararlar alabilirsiniz:

- ✓ Çocuğunuzun rutinindeki eksikliklerin belirlenmesi,
- ✓ Var olan rutinlerin düzenlenerek iyileştirilmesi,
- ✓ Gereksinim duyulan rutinlerin eklenmesi,
- ✓ Farklı ortam ya da kişileri içeren rutinler varsa paydaşlar arasında iletişim kurulması çıkarılsın, açıklama cümlesi ile tekrara düşüyor.

Tablo 2.2 Rutinlerin Belirlenmesi ve Değerlendirilmesi İçin Örnek Tablo

Zaman	Rutin Öğeleri			
Sabah	Çocuğum kaçta kalktı?	Uyandığında nasıldı? (aç, mutlu, gergin vb.)	Kalktıktan sonra sırasıyla neler yaptı?	Öğleye kadar yalnız zaman geçirdi mi? (Oyun oynayarak ya da TV vb. izleyerek)
	Öğle yemeğini kaçta yedi?	Öğle yemeğini severek yedi mi? Sevmediği yemekler nelerdir?	Kendi mi yedi birlikte mi yediniz?	Öğleden sonra sırasıyla neler yaptı?
Akşam	Akşam yemeğini kaçta yedi?	Akşam yemeğini severek yedi mi? Sevmediği yemekler nelerdir?	Kendi mi yedi birlikte mi yediniz?	Yemekten sonra sırasıyla neler yaptı?
	Uyku öncesi neler hikâye okuma vb.) yaptınız?	Uyku düzenli midir yoksa sık sık bölünür mü?	Yatma vaktinde mutlu mudur?	Uyurken nelere (oyuncak, sessiz ortam, ninni vb.) gereksinim duyar?
Günüünüzü değerlendirin	Çocuğunuz sizce gün sonunda nasıl hissetti?	Siz gün sonunda nasıl hissettiniz?	Günüünüzün nitelikli olduğunu düşünüyor musunuz?	Sizce günüünüzü nitelikli hâle getirmek için nereden başlamalısınız?

Rutinlerin Nitelikli Hâle Getirilmesi

Çocuğunuzun rutinlerini belirleyip gereksinim duyduğu amaçları ortaya koyduktan sonra sıra rutinlerin nitelikli hâle getirilmesindedir. Rutinlerin niteliğini arttırmak siz ailelerin gerçekleştireceği küçük düzenlemelerle mümkündür. Bu düzenlemeler izleyen şekilde gerçekleştirilebilir:

- ✓ Rutin süresini değiştirme
- ✓ Rutin sırasını değiştirme
- ✓ Rutinlere yeni etkinlikler ekleme
- ✓ Çocuğunuza yeni alışkanlıklar kazandırma
- ✓ Serbest zaman etkinlikleri planlama
- ✓ Etkinlik çizelgeleri kullanma
- ✓ Günlük yaşam içerisinde doğal etkinlikleri düzenleme şeklinde gerçekleştirilebilir.

Aşağıda bu sıralanan düzenlemelere ilişkin açıklamalar yer almaktadır.

Rutin Süresini Değiştirme

Rutinler olumlu ya da olumsuz anlam taşımaz. Ancak rutin içinde yer alan etkinliklere ayrılan zaman gereğinden fazla ya da az olabilir. Uyku her birey için doğal bir gereksinimdir. Ancak yetişkinlik dönemindeki bireyler için fazla uyku ya da çok az uyku yaşam kalitesini olumsuz şekilde etkileyebilir. Bu nedenle çocuğunuzun yaşını ve özelliklerini göz önünde bulundurarak onun rutinlerine harcadığı süreyi değerlendirmeniz önemlidir. Bunun için aşağıda yer alan adımları uygulayabilirsiniz:

- ✓ Çocuğunuzun yaş dönemi için bir normal belirleyin (ör. 14 yaşındaki bir çocuk için günde 8 saat uyku ve günde 2 saat oyun normaldir.).
- ✓ Çocuğunuzun gün içerisindeki rutinlerini ve bu rutinlere harcadığı zamanı belirleyin.
- ✓ Normal süre ile çocuğunuzun harcadığı süreyi karşılaştırın.
- ✓ Her rutin için bir hedef belirleyin (ör. "Çocuğumla 20 dakika oyun oynuyoruz. Başlangıç için 1 saat oyun oynamayı hedefliyoruz.").
- ✓ Değişimi gözleyin (Aldığınız kararların sonuçlarını değerlendirin.).

Rutin Sırasını Değiştirme

Günlük yaşamın doğal akışı içerisinde her birimiz etkinlikleri kendi özelliklerimize göre belirleriz. Kimimiz işten eve geldikten sonra bir süre dinlenmeyi sonrasında yemek yeme, çalışma gibi işlerimizi yapmayı tercih ederken kimimiz hemen yemek yemeyi isteyebiliriz. Bu durum çocuğunuz için de geçerlidir.

Çocuğunuzun günlük rutininde yer alan kimi etkinlikler doğru zamanda gerçekleştirilmiyor olabilir. Örneğin çocuğunuzla oyun oynamak için belirlediğiniz sürede onun karnı aç olabilir ya da kendisini yorgun hissedebilir. Böyle bir durumda çocuğunuzla nitelikli bir oyun zamanı geçirmeniz mümkün değildir. Bu nedenle günlük rutinlerin sırası önemlidir. Rutinlerin sırasına karar verirken aşağıdaki soruları kendinize sorarak karar alabilirsiniz:

- ✓ Çocuğum bu etkinlik için istekli mi?
- ✓ Çocuğumun bu etkinlik için enerjisi yeterli mi?
- ✓ Bu etkinlik çocuğumun eğitim, uyku gibi zorunlu etkinliklerini nasıl etkiliyor?
- ✓ Evde olduğum zamanlarda çocuğumla nitelikli zaman geçirebiliyor muyum?
- ✓ Çocuğumun rutinleri benim rutinime uygun mu?

Rutinlere Yeni Etkinlikler Ekleme

Günlük rutinler nitelikli ve bir amaca yönelik gerçekleştirildiğinde çocuğunuzun gelişimine önemli katkılar sunmaktadır. Uyku, beslenme, banyo yapma gibi etkinlikler yaşamın doğal akışı içerisinde yer almaktadır. Rutinlerin belirlenmesi ve değerlendirilmesi başlığında paylaşılan süreçte çocuğunuz için öncelikli amaçlara karar verme aşamasını tamamladıysanız onun rutinlerine yeni etkinlikler eklemeniz oldukça kolaydır.

Aşağıda Tablo 2.3'te farklı becerilere yönelik etkinlik örnekleri bulunmaktadır. Sizler de kendi kültürünüze ve olanaklarınıza göre bu örnekleri çeşitlendirebilirsiniz:

Tablo 2.3 Hedef Becerilere Yönelik Etkinlik Örnekleri

Hedef Beceri	Örnek Etkinlik
İş birliğine Açık Olma	Yemek saatinde çocuğunuzun masayı kurmaya ve toplamaya yardım etmesini isteyin. Çocuğunuza zor görevler verin ve sizden yardım istemesini sağlayın.
Tüketici Becerileri	Mutfak için eksik malzeme listesi hazırlayın ve listeye uygun olarak markette alışveriş yapın. Süreçte çocuğunuza sorumluluk verin.
Seyahat Becerileri	Her gün belli sayıda dışarı çıkma fırsatı yaratın. Başlangıçta kısa mesafelerde olmak üzere çocuğunuzun toplu taşıma kullanmasını sağlayın.
Mesleki Beceriler	Çocuğunuzunuzu her hafta belli günlerde farklı bir mesleğin sergilendiği iş yerine götürün. İlgili meslekleri gözlemesini, çalışanlarla sohbet etmesini sağlayın. Çocuğunuza sorumlulukları dışındaki konularda görevler verin. Görevleri doğru şekilde yerine getirdiğinde az miktarda parayla ödüllendirin.

Çocuğunuza Yeni Alışkanlıklar Kazandırma

Çocuğunuz gün geçtikçe yeni davranışlar öğrenebilir. Kimi zaman sizi gözleyerek taklit ederken kimi zaman okulda yeni beceriler kazanır. Sizler bu davranışlardan bazılarını çocuğunuzun günlük yaşamı içerisinde alışkanlık hâline getirebilirsiniz. Böylece çocuğunuzun günlük rutinini zenginleştirmiş olacaksınız. Örneğin çocuğunuz ondan istediğinizde yatağını düzeltiyor olabilir. Bu davranışı her uyandığında kendisine hatırlatılmasına gerek duymadan gerçekleştirmesi önemlidir. Bu kapsamda yatak toplama davranışının çocuğunuzda "alışkanlık" hâline gelmesi gerekmektedir. Çocuğunuzda yeni alışkanlıklar oluşturmak için aşağıdaki adımları izleyebilirsiniz:

- ✓ Çocuğunuzun gerçekleştirebildiği becerileri sıralayın.
 - o Yatak toplama, el yıkama, diş fırçalama, çorap giyme vb.
- ✓ Bu becerilerin gerçekleştirilmesi gereken günlük rutinleri sıralayın.
 - o Sabah kalktıktan hemen sonra, yemekten önce, eve geldikten sonra vb.
- ✓ Beceri ile rutini eşleştirerek bir amaç belirleyin.
 - o Çocuğum her kalktığında yatağını toplar.
- ✓ Çocuğunuza ipucu verin.
 - o Çocuğunuz kalktıktan sonra "Uyandıktan sonra yatağımızı toplamalıyız!" deyin. Yatağını toplaması gerektiğini hatırlatın.
- ✓ Çocuğunuzun davranışlardan sonra pekiştirin.
 - o "Aferin! Yatağını harika topladın."
- ✓ İpucunu zamanla geri çekin.
 - o Beceriye tam söylemek yerine "Yataktan kalktıktan sonra ne yapıyorduk?" deyin.
 - o Evin farklı alanlarına alışkanlığı hatırlatıcı resimler ya da uyarılar koyun.
 - o Çocuğunuz için bir etkinlik çizelgesi hazırlayın (İzleyen bölümde ayrıntılarına ulaşacaksınız.).
- ✓ Bu süreci farklı becerilere uygulayın.

Serbest Zaman Etkinliklerini Planlama

Serbest zaman sıklıkla sanılanın aksine "boş zaman" değildir. Serbest zamanlar, bir iş ya da sorumluluğumuzun olmadığı, ilgi ve isteklerimize göre şekillendirdiğimiz zamanlardır. Ser-

best zamanların nitelikli geçirilmesi çocuğunuzun psikolojik, fizyolojik ve sosyal gelişimine önemli katkılar sunar.

Serbest zaman etkinlikleri bireyin yaşına, özelliklerine, ilgi ve isteklerine göre farklılık gösterebilir. Çocuğunuz için serbest zaman etkinliklerini planlarken önceliğiniz çocuğunuzun ilgileri olmalıdır. Boyama yapmak istemeyen çocuğunuza el kaslarının gelişmesi amacıyla boyama yaptırmanız onun etkinliğe katılım düzeyini olumsuz etkileyebilir. Dolayısıyla hem onun el kaslarını geliştirecek hem de ilgi duyduğu başka bir etkinliği planlamanız etkinlikten elde ettiğiniz verimi artıracaktır. Serbest zaman etkinliklerini planlarken göz önünde bulundurmanız gereken noktalar aşağıda sıralanmıştır (5).

- ✓ **Çocuğunuzda serbest zaman farkındalığı oluşturun:** Çocuğunuz etkinliğe katılırken bunun rahatlamak için gerçekleştirilen, keyif alması gereken bir etkinlik olduğunun bilincinde olmalıdır. Bunun için;
 - o Gün içerisinde onun kendini rahat hissettiği bir zaman aralığını belirleyin.
 - o Ona yaşına uygun şekilde “Şimdi oyun zamanı!”, “Serbest zaman vakti geldi!” vb. ifadelerle serbest zaman rutinini hatırlatın.
 - o Çocuğunuzun yaşı arttıkça ve siz burada sıraladığımız biçimde çalışmalar yaptığınızda çocuğunuzun serbest zaman farkındalığı gelişecektir.
- ✓ **Çocuğunuzun serbest zamana yönelik ilgi ve tutumlarını belirleyin:** Serbest zamanlar, gerçekleştirdiğimizde tatmin yaşadığımız etkinliklerden oluşmalıdır. Bu nedenle etkinlikleri belirlerken hangi etkinlikleri yapacağına çocuğunuzun kendisinin karar vermesi oldukça önemlidir. Bunun için;
 - o Serbest zamanında çocuğunuzun farklı etkinlikleri deneyimlemesini sağlayın.
 - o Etkinlikler sırasında onu gözleyin ya da etkinlik sonrasında ona “Örgü örmek nasıldı?”, “Dama oynamayı sevdi mi?” gibi sorular sorun.
 - o Gözlemlerinize ya da çocuğunuzun yanıtlarına göre sonraki etkinliklere karar verin.
 - o Deneyimlediğiniz etkinlik sayısı arttıkça etkinlik seçimindeki sorumluluğu aşamalı olarak çocuğunuza devredin.
 - o Belli zaman aralıklarıyla çocuğunuzun yeni etkinliklerle etkileşim kurması onun gelişimi için oldukça önemlidir.
- ✓ **Serbest zaman etkinlikleri için gerekli bilgi ve becerilerin kazandırılması:** Kimi durumlarda çocuğunuz ilgi duyduğu serbest zaman etkinliklerini gerçekleştirecek becerilere sahip olmayabilir. Bu durumda ilgili becerilerin belirlenip çocuğunuza kazandırılması gereklidir.

- o Çocuğunuzun ilgi duyduğu etkinliği siz gerçekleştirin.
 - o Gerekli becerileri sıralayın.
 - o Çocuğunuzun ilgili beceriyi gerçekleştirirken gözleyin.
 - o Çocuğunuzun gerçekleştiremediği basamak ya da basamakları not edin.
 - o Çocuğunuzun sorun yaşadığı basamaklarda ona ipucu sunun.
 - o Çocuğunuz beceriyi yaptığında davranışını pekiştirin.
 - o Zorlandığınız durumlarda öğretmeninize danışın.
- ✓ **Etkinlik kaynaklarının kullanılması:** Serbest zaman etkinlikleri belli ortamlarda ya da belli zamanlarda gerçekleştirilebilir. Çocuğunuzun bu etkinliklere bağımsız olarak katılması için etkinliği gerçekleştirmenin yanında etkinliğe ulaşma, ürün satın alma gibi farklı becerileri de yerine getirmesi gerekebilir.
- o Etkinliğe ulaşmak için gerekli becerileri belirleyin (ör. seyahat becerileri, güvenlik becerileri vb.).
 - o Etkinliğe katılmak için gerekli becerileri belirleyin (ör. etkinlik tarihini takip etmek için internet/sosyal medya kullanımı, alışveriş becerileri vb.).
 - o Çocuğunuzun gereksinim duyduğu becerilerin öğretimi için öğretmeninizle iş birliği yapın.
 - o Çocuğunuzun etkinliklere katılımı için sosyal destek ağlarından yardım talep edin (ör. akran desteği, kardeş desteği, kolaylaştırıcı kişi desteği vb.).

Etkinlik Çizelgeleri Kullanma

Çocuğunuz kimi becerileri yerine getirmek için ipuçlarına gereksinim duyabilir. Örneğin yüzünü yıkama becerisine sahipken sabah kalktığında yüzünü yıkamayı unutabilir. Benzer şekilde montunu giymek için gerekli becerilere sahip olmasına rağmen, dışarı çıkarken montunu giymek için kendisine hatırlatılmasına gereksinim duyabilir. Etkinlik çizelgeleri, yukarıda sıralanan durumlar gibi ipucu bağımlılığı kaynaklı durumlarda oldukça etkili bir yöntemdir (6). Etkinlik çizelgeleri aşağıda sıralanan biçimlerde hazırlanabilir:

- ✓ Kitap şeklinde tasarlanabilir.
- ✓ Fotoğraflardan ya da sözcüklerden oluşabilir.
- ✓ Gün içinde gerçekleştirilen farklı rutinlere yönelik olabileceği gibi bütün bir güne yönelik de hazırlanabilir.

Etkinlik çizelgeleri yoluyla çocuğunuz ipucuna gereksinim duymadan günlük rutinlerini takip

edebilir, farklı rutinler arasında tercih yapabilir, konuşamamasına rağmen kendisini ifade edebilir. Sürecin başında çocuğunuza etkinlik çizelgelerini kullanmayı öğretmeniz gerekmektedir. Çocuğunuz etkinlik çizelgesini almayı ve takip etmeyi öğrendikten sonra çizelgeyi farklı rutinlere yönelik uyarlayabilirsiniz. Etkinlik çizelgelerinin hazırlanması ve kullanımı için özel eğitim öğretmeninden destek alabilirsiniz. Aşağıda etkinlik çizelgesi kullanma öğretimi açıklanmıştır:

- ✓ Çocuğunuzun sevdiği oyuncakların fotoğrafını çekin.
- ✓ Fotoğrafları çıktı alın ve farklı dosya poşetlerine koyun (Boş bir defterin yapraklarına da yapıştırabilirsiniz.).
- ✓ Dosyayı çocuğunuzun oyuncak kutusunun üzerine koyun.
- ✓ Oyun zamanında önce dosyayı alın ve çocuğunuza "Hangi oyunu oynamak istersin? Bunu mu yoksa bunu mu?" şeklinde sorarken dosyanın yapraklarını çevirin.
- ✓ Çocuğunuzun gösterdiği oyuncak kutudan alın ve oynamasına izin verin.
- ✓ Çocuğunuz dosyayı tek başına kullanana dek rehberlik edin.

Çocuğunuz etkinlik çizelgesini tek başına kullanmaya başladıktan sonra diğer serbest zaman etkinlikleri için de çizelgeler hazırlayın. Çocuğunuz çizelge kullanımında ustalaştıkça gün içi rutinleri konu alan farklı çizelgeler hazırlayabilirsiniz. Çizelgeler tek bir rutin için hazırlanabileceği gibi (ör. okula hazırlık) bütün bir gün için de hazırlanabilir. Bunun için örnek uygulama aşağıda sıralanmıştır:

- ✓ Çocuğunuzun hatırlatmaya gereksinim duyduğu rutinleri belirleyin.
- ✓ Bu rutinler için çizelge hazırlayın (ör. Sabah rutini için çocuğunuzun kalktıktan sonra gerçekleştirmesini istediğiniz davranışların ayrı ayrı resmini çekip farklı dosyalara poşetleyin/defter yapraklarına yapıştırın.).
- ✓ Çocuğunuza çizelgeyi kullanmasını hatırlatın.
- ✓ Çizelgeyi kullanan ve etkinlikleri gerçekleştiren çocuğunuzu ödüllendirin.

Günlük Yaşam İçerisinde Doğal Etkinlikleri Düzenleme

Günlük yaşamın doğal akışı içerisinde birçok etkinlik gerçekleştirilir. Sabah kalkıp yüzümüzü yıkar, kahvaltımızı yaparız. Üzerimizi giyinip işe, okula gideriz. Akşam eve geldiğimizde elimizi yıkar, yemek yer, dinlenir ve yatarız. Yaşamın doğal akışı içerisindeki bu rutinlerin her biri çocuğunuz için öğretim fırsatı hâline getirilebilir. Böylece günlük rutinlerin niteliğini artırarak çocuğunuzun gelişimine katkı sağlayabilirsiniz. Bunun için;

- ✓ Gereksinim duyulan gelişim alanını/becerileri belirleyin.
- ✓ Becerinin sergilendiği rutine karar verin.
- ✓ Rutinde düzenleme yapın.
- ✓ Sürekli tekrar edin.

Doğal öğretimde çevresel düzenleme stratejileri olarak isimlendirilen bu düzenlemeler aşağıda başlıklar hâlinde sıralanmıştır (2, 7, 8). Her bir düzenleme için evinizde ya da toplumsal ortamlarda hâlihazırda gerçekleşen etkinlikleri, rutinleri kullanabilirsiniz.

! DİKKAT

Aşağıda yer alan düzenlemeler rutinelere yeni şeyler ekleme ya da çocuğunuzun sevdiği nesnelere bir süre ulaşamamasını gerektirmektedir. Bir süreliğine çocuğunuz ağlayabilir, öfke nöbeti geçirebilir. Bu nedenle ilk uygulamalarda çocuğunuza ipucu vermeden çekinmeyin.

Unutmuş Gibi Yapma

Çocuğunuzun hemen her gün katıldığı, tanıdığı bir rutini oluşturan materyallerden birini ya da rutininin bir bölümünü eksik bırakarak duruma tepki vermesini bekleyebilirsiniz. Aşağıda ilgili örnekler sıralanmıştır:

- ✓ Yemek sırasında çocuğunuzun önüne çorba koyun ancak kaşık vermeyin.
- ✓ "Haydi resim çizelim!" diyerek masaya oturun. Kâğıt verin ancak kalemi eksik bırakın.
- ✓ Önüne bardak koyun ancak bardağa su koymayın.
- ✓ Dışarı çıkmak için hazırlanın. Ancak ayakkabılarını giydirmeyin.

Çocuğunuz eksiklikleri fark ederse onu abartılı şekilde ödüllendirin (ör. "Harikasın!", "Bravo sana!", "İşte bu!" vb.). Fark etmezse siz "Ayakkabılarımızı giymeyi unuttuk!" diyerek eksikliği hatırlatın ve ertesi gün tekrar deneyin.

Duruma/Ortama Yenilik Katma

Çocuğunuz için rutin hâline gelen, her gün tekrarlanan oyun, etkinlik ya da durumlara tanıdık olmayan öğeler ekleyin. Bu yeni öğelerin çocuğunuzun ilgisini çekecek nitelikte olması-

na özen gösterin. Aşağıda ilgili örnekler sıralanmıştır:

- ✓ Çocuğunuzun en sevdiği şarkıyla ilgili bir nesneyi ona gösterin. Nesneyi incelemesini, istemesini sağlayın.
- ✓ Her gün kullandığı çantasını dışında bilgisayar oyunundaki sevdiği karakteri olanla değiştirin. Karakter üzerine konuşun.

Ulaşamaz Hâle Getirme

Çocuğunuzun bildiği, kullandığı ve ilgi duyduğu nesnelere kullanım zamanlarında onun görebileceği ancak ulaşamayacağı yerlere koyun. Bu sırada mutlaka çocuğunuzun yanında bulunun. Eksikliğini fark ettiği nesneyi istemesini sağlayın. İsterse ödüllendirin, istemezse model olun. Aşağıdaki örneği inceleyebilirsiniz:

- ✓ Oyun zamanında en sevdiği oyuncacı ulaşamayacağı bir yere koyun.
- ✓ Yerde oturan çocuğunuza “Arabamız nerede?” diye sorun ve arabanın bulunduğu yere bakın.
- ✓ Çocuğunuz oyuncacı görüp eliyle gösterirse “Arabayı vereyim mi?” deyin.
- ✓ “Ver!” derse arabayı ona verin ve sözel olarak ödüllendirin. Sözel iletişim kuramıyorsa eliyle “Ver” işareti yapması da yeterlidir. Ancak oyuncacı verirken “Ver” kelimesini tekrarlayın.

Beklentilerde Değişiklik Yaratma

Çocuğunuzun tanıdığı bir etkinlik ya da duruma, alakalı olmayan ya da yadırganacak durumlar ekleyerek onu iletişim kurmaya teşvik edebilirsiniz. Örneğin yemek saatinde masaya tabak yerine kitap koyabilir ve çocuğunuzun tepkisini takip edebilirsiniz. Çocuğunuz yanlış koyduğunuz nesneyi fark edip tepkide bulunursa “Aaa kitap mı koymuşum, hay Allah! Ne koymam lazım masaya?” diye sorabilirsiniz. Çocuğunuz yanlış koyduğunuz nesneyi fark etmezse “Aaa kitap mı koymuşum, hay Allah! Yemek yemek için neye ihtiyacımız var? Tabağa değil mi?” diyerek tabağı almasını sağlayabilirsiniz.

Parça Parça Verme

Kimi görevlerin ya da oyunların gerçekleştirilmesi için farklı parçalar gerekebilir. Çocuğunuzun gerçekleştirmeyi bildiği bu gibi etkinliklerde gerekli parçaları eksik bırakarak onun bu parçaları talep etmesini sağlayabilirsiniz. Örnek bir etkinlik aşağıda paylaşılmıştır:

- ✓ Bloklardan kule yapma etkinliğinde çocuğunuzla karşılıklı oturun.
- ✓ Çocuğunuzun önüne iki tane blok koyun ve birleştirmesini bekleyin.

- ✓ Yeni parçayı o istemeden vermeyin.
- ✓ Çocuğunuz parçayı istemezse, parçayı ona gösterip "İster misin?", "Vereyim mi?" şeklinde onu teşvik edin.

Zor Görevler Oluşturup Yardım İsteme İçin Fırsat Oluşturma

Bu düzenleme için çocuğunuzun sevdiği ve ilgi duyduğu şeyleri zor görevlerle eşleştirin. Sevdiği nesne ya da etkinliğe ulaşması için yardım talep etmesini bekleyin. Aşağıda ilgili örnekler sıralanmıştır:

- ✓ Sandalyede oturamayan çocuğunuzun sevdiği oyuncak masanın üzerine koyun.
- ✓ Oyuncak kutusunu ipe bağlayın ve açamayacağı şekilde düğümleyin.
- ✓ Sevdiği çikolata ya da içeceği ambalajını açmadan verin ve yardım istemesini bekleyin.

Erteleme ya da Kesintiye Uğratma

Çocuğunuzun sevdiği bir etkinliği aniden sonlandırın. Şaşırın çocuğunuzun etkinliğin devamı için talepte bulunmasını bekleyin. Aşağıda çeşitli örnekler sıralanmıştır:

- ✓ Çizgi film izleyen çocuğunuzun televizyonunu kapatın.
- ✓ Çocuğunuz sevdiği bir müziği dinlerken ilgili ekipmanı kapatın ya da sesi duyulamayacak düzeyde kısın.
- ✓ Oyuncakıyla oynayan çocuğunuzdan kısa süreliğine oyuncak alın.

Neler Öğrendik?

Bu bölümde sizlere günlük rutinlerinizi düzenleme yoluyla çocuğunuzun gelişimini desteklemeye yönelik bilgiler paylaşılmıştır. Rutinler yaşamın doğal akışı içerisinde tekrarlayan şekilde gerçekleştirdiğimiz etkinliklerdir. Günlük yaşam içerisinde rutinlerin nasıl şekillendirildiği çocuğunuzun gelişimini yakından ilgilendirmektedir.

- ✓ Çocuğunuzun gelişimini desteklemek amacıyla gerçekleştirebileceğiniz ilk uygulama rutinlerinizi belirlemek ve değerlendirmektir. Bu kapsamda;
 - o Gün içinde ya da bir hafta içerisinde gerçekleştirdiğiniz etkinlikleri not edin.
 - o Çocuğunuzla etkileşim kuran diğer paydaşlarla görüşün.
 - o Çocuğunuz için amaçlar belirleyin.
 - o Rutinler için karar alın.

- ✓ Değerlendirme sonrasında rutinlerinizi nitelikli hâle getirmek için aşağıda sıralanan uygulamaları gerçekleştirebilirsiniz:
 - o Rutin süresini değiştirme
 - o Rutin sırasını değiştirme
 - o Rutinlere yeni etkinlikler ekleme
 - o Alışkanlıklar kazandırma
 - o Serbest zaman etkinlikleri planlama
 - o Etkinlik çizelgeleri kullanma
 - o Günlük yaşam içerisinde doğal etkinlikleri düzenleme

Yararlanılan Kaynaklar

- [1] McWilliam, R. A. (2010). *Routines-based early intervention: Supporting young children and their families*. London: Paul H. Brookes Publishing CO.
- [2] Pretti-Frontczak, K., & Bricker, D. (2004). *An activity-based approach to early intervention*. London: Paul Brooks Pub.
- [3] McWilliam, R. A., & Casey, A. M. (2008). *Engagement of every child in the preschool classroom*. London: Paul Brooks Pub.
- [4] Aksoy, A. B., & Çiftçi, H. D. (2008). *Erken çocukluk döneminde gelişimi destekleyen oyunlar*. Ankara: Pegem Akademi.
- [5] Artar, T. M., & Ergenekon, Y. (2020). Gelişimsel yetersizliği olan yetişkinler için ihmal edilen bir zaman dilimi: Serbest zaman. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 21(1), 171-192. doi:10.21565/ozelegitimdergisi.559802
- [6] Birkan, B. (2013). Etkinlik çizelgeleri: Otizmli çocuklara bağımsızlık, sosyal etkileşim ve seçim yapmayı kazandırma. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 14(01), 61-76.
- [7] Aldemir Fırat, Ö., A., & Ergenekon, Y. (2018). Uygulamacılar için özel eğitimde farklı bir bakış açısı: Gömülü öğretim. *Özel Eğitim Dergisi*, 19(2), 379-401.
- [8] Özen, A., & Ergenekon, Y. (2011). Özel eğitimde etkinlik temelli öğretim uygulamaları [Activity-based intervention practices in special education]. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 351-362.

BÖLÜM 3

Dr. Öğr. Üyesi Esra ORUM ÇATTIK



GÜNLÜK YAŞAM
BECERİLERİNİ
DESTEKLEME

Genel Amaç

Bu bölümün sonunda aileler otizm spektrum bozukluğu (OSB) olan çocuklarının günlük yaşam becerilerini nasıl destekleyeceklerini öğreneceklerdir.

Kazanımlar

Bu bölümde aileler, bakım verenler aşağıdaki kazanımları edinirler:

- Günlük yaşam becerilerinin neler olduğunu açıklar.
- Günlük yaşam becerilerinin OSB olan çocukları için neden önemli olduğunu açıklar.
- Günlük yaşam becerilerinin nasıl desteklenebileceğini ve bu beceriler desteklenirken ne tür uyarlamalar yapılabileceğini açıklar.

İçerik

1. Giriş
2. Günlük Yaşam Becerileri
3. Günlük Yaşam Becerilerinin Önemi
4. Günlük Yaşam Becerilerini Destekleme
5. Neler Öğrendik?
6. Yararlanılan Kaynaklar

Açıklamalar

Kitabınızın üçüncü bölümü “Günlük Yaşam Becerilerini Destekleme” başlığını taşımaktadır. Bu bölüm giriş başlığıyla başlamış, günlük yaşam becerilerinin neler olduğunu ve günlük yaşam becerilerinin neden önemli olduğunu açıklayan bölümlerle devam etmektedir. Ardından günlük yaşam becerilerini destekleme başlıklarına yer verilmiştir.

Giriş

Sevgili Aileler,

Bu bölümde OSB olan çocuğunuz için günlük yaşam becerilerinin neden önemli olduğu, çocuğunuzun sergileyebileceği günlük yaşam becerilerinin neler olduğu ve çocuğunuzun günlük yaşam becerilerini nasıl destekleyebileceğinize ilişkin bilgiler sunulmuştur.



OSB Olan Çocuklar İçin Günlük Yaşam Becerilerinin Önemi

Günlük yaşam becerileri bağımsız yaşam becerilerinin önemli bir bölümünü oluşturmaktadır. Çocuğunuzun ev içinde ve ev dışında yaşamını bağımsız olarak sürdürebilmesini sağlayan beceriler günlük yaşam becerileri olarak tanımlanmaktadır (1).

Günlük yaşam becerileri erken çocukluk döneminden itibaren öğretilmeye başlanan ve yetkinlik döneminde sergilendiğinde ise bireyin ve yakın çevresinin yaşam kalitesini önemli ölçüde arttıran becerilerdir (2). Günlük yaşam becerilerini sergileyebilen bireyler başkalarına bağımlı olmadan yaşamlarını sürdürebilir, çevreleri tarafından daha kolay kabul görür, bu becerileri gerçekleştirebildikleri için kendilerine olan güvenleri artar.



Görsel 1 Betimleme: Uykudan uyanan, diş fırçalayan, banyo yapan, saçını tarayan, gömleğini giyen, kahvaltı yapan, ayakkabı giyen, sırtında çantası ve elinde defteriyle duran, masa başında elinde kalemiyle bekleyen kız çocuğuna ait 9 farklı çizim.

Günlük yaşam becerileri aynı zamanda bireyin yetişkinlik döneminde pek çok beceriyi bağımsız gerçekleştirebilmesi için ön koşul görevi gören becerilerdir (3). Örneğin kişisel bakımını gerçekleştirirken, bir yerden başka bir yere giderken ya da dışarıda yemek yerken bir başkasına bağımlı olmayan OSB olan genç bir yetişkin bu becerileri gerçekleştirebildiği için hem daha kolay istihdam edilebilir hem de toplumsal yaşamın içinde daha çok yer alabilir. Benzer şekilde serbest zaman etkinliklerini gerçekleştirebilmek için bir yetişkinin ya da akranının desteğine gereksinim duymaz. İzleyen başlıklarda çocuğunuzun bulunduğu yaş grubunda sergilemesi beklenen günlük yaşam becerilerinden ve bu becerileri nasıl destekleyebileceğinizden söz edilmektedir (5, 6, 7, 8).

! DİKKAT

Günlük yaşam becerileri bireyin ev içinde ve ev dışında yaşamını bağımsız olarak sürdürebilmesini sağlayan becerilerdir.

Günlük Yaşam Becerileri

Kişisel Bütçe Yönetimi

Bütçeyi kalemlere uygun bir biçimde paylaşırabilme
Para hesabı yapabilme
Parayı hesaplı/idareli kullanabilme
Harcamaları planlayabilme

Ev İçi Beceriler

Ev aletlerini kullanma ve bunları kullanarak ev içi becerileri gerçekleştirme
Gerekli malzemeleri temin etme
Kullanılan malzemeleri hazırlama

Kişisel Gereksinimleri Karşılama

Yemek yeme becerileri
Kişisel temizlik ve bakımını bağımsız olarak gerçekleştirme
Giyinme-soyunma
Kıyafetlerinin temizliğini ve bakımını yapma
Kişisel bakımını yapma

Toplum Kaynaklarını Kullanma Becerileri

Ulaşım
Banka kullanma
Alışveriş yapma
Restoranda yemek yeme
Hastaneye gitme
Serbest zaman etkinlikleri

Şekil 3.1 Günlük Yaşam Becerileri



DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun yukarıda sıralanan günlük yaşam becerilerinden hangilerini gerçekleştirebildiğini/gerçekleştirebileceğini düşününüz.

Kişisel Bütçe Yönetme

Kişisel bütçe yönetimi önemli bağımsız yaşam becerileri arasında yer alır. Kişisel bütçe yönetimi çocuğunuzun var olan bütçesini kalemlere (ör. yemek parası, yol harcamaları, serbest zaman etkinlikleri, faturalar vb.) uygun bir biçimde paylaşırabilmesi, para hesabı yapabilmesi, parasını hesaplı/idareli kullanabilmesi ve harcamalarını planlayabilmesi gibi alt becerilerden oluşur (6). Kişisel bütçe yönetimi birey yetişkin olduğunda ve bir işte çalıştığında kazandığı parayla giderlerini (ör. faturalar, kira ödemesi, mutfak alışverişi vb.) hesaplayabilmesini, parasını hesaplı bir biçimde kullanabilmesi ve gerektiğinde tasarruf ederek para biriktirebilmesini kolaylaştıran becerilerdir. Şekil 3.2'de kişisel bütçe yönetimi becerilerine ilişkin bir görsel yer almaktadır.



Görsel 2 Betimleme: İçinde bozuk para olan cam kavanoza para atan bir el. Ön tarafta, sola doğru artan bir yükseklikle üst üste dizilmiş bozuk paralardan en soldaki paraların üstünde minik bir ev maketi yer almakta.

Bireyi bağımsız yapan en önemli göstergelerden birisi onun bağımsız olarak kendi parasını kazanabilmesi ve başkasına bağımlı olmadan parasını uygun biçimde kullanabilmesidir. Hepimiz kendi paramızı kazanabildiğimizde ve bunu uygun biçimde harcayabildiğimizde kendimizi çok daha özgür hissederiz. Bu nedenle çocuğunuzun bu beceriyi gerçekleştirebilmesi için onu günlük yaşamda desteklemeniz oldukça önemlidir.

ÖNERİ

Örneğin kişisel bütçe yönetimi için harçlığını haftalık olarak günlere bölebilmesi, yol ve yemek giderlerine harçlığından ne kadar ayırması gerektiğini belirleyebilmesi, istediği bir şeyi alması için kendi harçlığını biriktirebilmesi, eğer telefon kullanıyorsa kendi telefon faturasını ödeyebilmesi gibi çeşitli sorumluluklar verebilirsiniz.

DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun kişisel bütçe yönetimi becerilerini desteklemek için başka neler yapabileceğinizi düşünün.

Ev İçi Becerileri

Ev içi becerileri ev aletlerini kullanmayı (ör. çamaşır makinesi, ocak, fırın, süpürge vb.), bunları kullanarak ev içi becerileri gerçekleştirmeyi (ör. temizlik yapma, yemek yapma, yatağını toplama vb.), bu beceriler sırasında gerekli malzemeleri temin etmeyi (ör. eksik malzemeleri satın alma) ve hazırlamayı (ör. yiyecekleri hazırlama, temizlik malzemelerini hazırlama vb.) içeren becerilerdir (3, 6). Ev içi beceriler çocuğunuzun bir yetişkin olduğunda kendi başına yaşayabilmesine, yaşadığı ortamı başkalarıyla paylaştığı durumlarda sorumluluklarını başkalarıyla eşit biçimde yerine getirebilmesine, yaşamını organize edebilmesine katkı sağlayan becerilerdir (3, 4, 8). Şekil 3.3'te ev içi becerilere ilişkin bir görsel yer almaktadır.

OSB olan çocuklar ev içi becerileri gerçekleştirmede çeşitli sınırlılıklar yaşarlar. Bu durumun temel nedenlerinden birisi de ebeveynlerinin ya da çevrelerindeki kişilerin onların bu becerileri bağımsız olarak gerçekleştirebileceklerine inanmamalarıdır. Ebeveynler çoğu zaman çocuklarına bu becerileri gerçekleştirmeleri için fırsatlar vermek yerine bu becerileri kendileri yapmayı tercih ederler. Buna karşın gerçekleştirilen çalışmalar OSB olan çocukların kendilerine öğretildiğinde bu becerileri tipik gelişen akranları kadar iyi gerçekleştirebildiklerini göstermektedir (7). Ev içi beceriler günlük yaşamda en çok gerçekleştirilen becerilerdir. Bu nedenle bu beceriler çocuğunuzu en çok destekleyeceğiniz ve genellenmesi kolay beceriler arasında yer alır.



Görsel 3 Betimleme: Yanında içi deterjan dolu temizlik kovası, ellerinde temizlik eldivenleri ve tuttuğu paspas ile parke zemini silerken gülümseyerek poz veren genç kız.

Ev içi beceriler ev ortamında hemen her gün sıklıkla tekrarlanabilir. Çocuğunuzun bu becerileri gerçekleştirebilmesi için kısa yollar kullanmak, çevresel düzenlemeler yapmak, becerileri küçük parçalar hâline bölerek gerçekleştirmesini sağlamak, bu becerileri gerçekleştirebilmesi için gün içinde fırsatlar yaratmak, bu becerileri yapması için çocuğunuzun teşvik etmek ve ona model olmak becerilerin öğrenilmesi ve sergilenmesini kolaylaştıracaktır.

👍 ÖNERİ

Örneğin yemek hazırlarken, temizlik yaparken, marketten alınan ürünleri yerlerine yerleştirirken çocuğunuzun size yardım etmesini sağlamak, ev aletlerinin kullanılmasının sanıldığı kadar zor olmadığını anlatmak ve nasıl kullanıldığını anlatarak çocuğunuza bunları yapması için fırsatlar vermek ve çocuğunuzun girişimlerini desteklemek onun ev içi becerilerini desteklemenize yardımcı olacaktır.

! DİKKAT

Çocuğunuzun ev içi becerileri gerçekleştirebilmesi için çevresel düzenlemeler yapmak, becerileri küçük parçalara bölmek, gün içinde becerileri sergilemesi için fırsatlar yaratmak, onu teşvik etmek ve ona model olmak becerilerin sergilenmesini kolaylaştırır.

Kişisel Gereksinimlerini Karşılama

Kişisel gereksinimleri karşılama yemek yeme becerileri, kişisel temizlik, hijyen ve bakımını bağımsız olarak gerçekleştirme, giyinme-soyunma, kıyafetlerinin temizliğini ve bakımını yapma, kişisel bakımını yapma (ör. saçını tarama, tırnaklarını kesme, tüy temizliği yapma vb.) becerilerinden oluşmaktadır (4, 7). Çocuğunuzun başkalarına bağımlı olmadan kişisel gereksinimlerini karşılayabilmesi oldukça önemli olduğundan bu becerileri gerçekleştirebilmesi için çocuğunuzun desteklemeniz son derece önemlidir. Bu beceriler sayesinde çocuğunuz okulda ya da diğer toplumsal ortamlarda kendi kendine yetebilir ve yanında bir başkası olmadan gereksinimlerini karşılayabilir. Özellikle yetişkinliğe geçiş döneminde çocuğunuzun bu becerileri sergileyebilmesi onun farklı sosyal ortamlara katılabilmesini, sosyal ilişkiler geliştirebilmesini ve akranları tarafından sosyal kabul görmesini sağlayacaktır. Şekil 3.4'te kişisel gereksinimlerini karşılama becerilerine ilişkin bir görsel yer almaktadır.



Görsel 4 Betimleme: Gülümseyerek saçını tarayan genç kız

Kişisel gereksinimleri karşılama becerileri diğer bağımsız yaşam becerileri için de ön koşul olma özelliği taşır. Örneğin kişisel bakım becerilerini sergileyebilen bir çocuk okulda pek çok etkinliğe bağımsız olarak katılabilir. Akranlarıyla daha fazla zaman geçirebilir. Bu becerilerdeki yeterlilikleri onun akranlarıyla arasındaki gelişimsel farkı azaltmasını ve kendisini bu özelliklerdeki performansı açısından yeterli görmesini sağlar. Bu sayede öz güveni artar. Kişisel gereksinimlerini karşılama becerilerini gerçekleştirebilmesi için çocuğunuzu günlük yaşam içerisindeki öğretim fırsatlarını kullanarak destekleyebilirsiniz.

! DİKKAT

Kişisel gereksinimleri karşılama becerilerini sergileme çocuğunuzun akranları tarafından daha fazla sosyal kabul görmesini sağlar.

👍 ÖNERİ

Örneğin kişisel gereksinimlerini karşılama becerilerini desteklemek için kişisel temizlik sırasında çocuğunuzun gerçekleştiremediği basamakları pekiştirip gerçekleştiremediği basamaklarda ne yapacağını söyleyerek ipuçları verebilirsiniz. Çocuğunuzun kişisel gereksinimlerinin neler olduğunu belirlemesine ve bunların zaman aralıklarına bölmeye (hangilerini günlük olarak hangilerini haftada bir yapması gerektiğini) yardımcı olarak planlama yapmasını sağlayabilirsiniz.

💡 DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun kişisel gereksinimlerini karşılama becerilerini başka hangi yollarla destekleyeceğinizi düşünün.

Toplum Kaynaklarını Kullanma Becerileri

OSB olan çocuğunuz da tüm akranları gibi toplumsal yaşamda eşit ve aktif olarak var olma hakkına sahiptir. Toplumda aktif olarak var olma hakkı, onlar için toplum kaynaklarını kullanma becerilerinin önemini göstermektedir. OSB olan çocukların toplumsal yaşama geçişlerinde akranlarıyla aynı fırsatlara sahip olmaması ve yetersizlik durumunun getirileri onların toplumsal yaşama katılımlarına zaman zaman engel olabilmektedir (9). Buna karşın toplumsal yaşama katılım bireyin yaşam kalitesini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu nedenle toplum kaynaklarını kullanma becerilerinin öğretilmesi ve desteklenmesi OSB olan çocuğunuz için

oldukça önemlidir. Tipik gelişim gösteren çocuklar toplum kaynaklarını kullanma becerilerini doğal yaşantılarla kolaylıkla öğrenebilmektedirler. Ancak OSB olan çocukların bu becerilerle ilgili desteklenmeye gereksinimleri vardır (9, 10). Şekil 3.5'te toplum kaynaklarını kullanma becerilerine ilişkin bir görsel yer almaktadır.



Görsel 5 Betimleme: Markette alışveriş yapan ve gülümseyen bir aile. Alışveriş arabasını süren baba, bir eli ile alışveriş arabasını tutan bir anne ve yine bir eli alışveriş arabasında bize göre sağ eli manav reyonundan bir armut tutan kız çocuğu.

Toplum kaynaklarını kullanma becerileri; ulaşım becerileri, banka kullanma becerileri (ör. fatura ödeme, para yatırma, para çekme vb.), alışveriş yapma becerileri (ör. alışveriş listesi hazırlama, alışveriş rutininin basamaklarını yerine getirme, uygun fiyatlı ürünü alma, ürünlerin son tüketim tarihlerini kontrol etme, para üstü alma, fişi kontrol etme vb.), restoranda yemek yeme (ör. menüden yiyeceği/içeceği ürünü seçme, adisyonu ve fişi kontrol etme, self-servis restoranlarda sıraya girme vb.), hastaneye gitme (ör. randevu alma, hastane kurallarına uygun davranma, muayene sonrası ilaçlarını alma vb.) ve serbest zaman etkinliklerini gerçekleştirme (ör. serbest zamanlarını ve bu zamanlarda neler yapacağını belirleme, etkinliklere başkaları da katılacaksa onlara haber verme, etkinlik ev dışında gerçekleştiriliyorsa hangi ulaşım türünü kullanacağına karar verme, serbest zamanlarda yapmayı planladığı etkinlikler hakkında bilgi sahibi olma vb.) gibi beceriler ve bu becerilerin alt becerilerinden oluşmaktadır (9). Çocuğunuzun toplum kaynaklarını kullanma becerilerini desteklemek için günlük yaşamda karşılaşılan pek çok fırsattan yararlanabilirsiniz.

👍 ÖNERİ

Örneğin fatura ödeme, banka kullanma, alışveriş yapma gibi beceriler günlük yaşamda hepimizin sıklıkla gerçekleştirdiği becerilerdir. Bu becerilerin gerçekleştirilmesi sırasında bazı basamakları çocuğunuzun yapmasını (ör. numaratoriden numara alma, faturayı görevliye uzatma vb.) istemeniz çocuğunuzun bu becerilerin görüldüğü kadar karmaşık olmadığını anlamasını ve bu beceriyi gerçekleştirebileceğine inanmasını sağlayacaktır. Benzer şekilde bu becerilerin nasıl yapılacağını küçük parçalara bölmeniz becerilerin öğrenilmesini kolaylaştırabilir. Böylece basamaklar hâlinde çalışarak daha sonra çocuğunuzun becerinin bütününe gerçekleştirmesini sağlayabilirsiniz.

! DİKKAT

Tipik gelişim gösteren akranları toplum kaynaklarını kullanma becerilerini doğal yaşantılarla kolaylıkla öğrenebilirken OSB olan çocukların bu becerilerle ilgili desteğe gereksinimleri vardır.

Günlük Yaşam Becerilerini Destekleme

OSB olan çocuğunuzun toplumsal yaşama daha kolay uyum sağlaması, yaşına uygun olan ev içi ve ev dışında gerçekleştirilen becerileri sergileyebilmesi ve yaşadığı toplumun aktif bir üyesi olabilmesi için ona günlük yaşam becerilerinin öğretilmesi ve desteklenmesi oldukça önemlidir (1, 2, 9). Günlük yaşam becerilerinin büyük bir bölümü neredeyse her gün gerçekleştirdiğimiz becerilerdir. Bu durum bu becerileri çocuğunuzla sık sık tekrarlamayı ve çocuğunuzun öğretim fırsatlarından bol bol yararlanmasını sağlar. Aşağıda çocuğunuzun günlük yaşam becerilerini desteklemede neler yapabileceğinize ilişkin çeşitli öneriler yer almaktadır.

- ✓ Günlük yaşam becerilerinin yeni ortamlara genellenebilmesi açısından mümkün olduğunca gerçek ortamlarda öğretilmesi ve/veya doğal olarak oluşan fırsatların kullanılması önerilmektedir. Bu nedenle bu becerileri çocuğunuzla günlük yaşam içerisinde gerçekleşen doğal fırsatları (ör. rutin ev temizliği sırasında, alışveriş sırasında, ulaşım sırasında vb.) kullanarak destekleyebilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzun günlük yaşam becerilerini desteklerken beceriyi gerçekleştirmesini kolaylaştırmak için ipucu kullanmanız ve becerinin devamını sağlamak için pekiştirme yapmanız oldukça önemlidir. Çocuğunuz beceri basamaklarını gerçekleştire-

mediğinde ona nasıl yapılacağını göstermek, bir başka deyişle ipucu sunmak ya da gerçekleştirdiği basamaklar için onu pekiştirmek becerinin sergilenme olasılığını önemli ölçüde artırır. Sunduğunuz ipuçlarını çocuğunuz beceriyi yapmada ustalaştıkça zaman içinde geri çekmelisiniz. Böylece becerinin sonucunun doğal bir pekiştireç olmasını sağlayabilirsiniz (ör. Temiz bir odada oturmak aynı zamanda doğal bir pekiştireç olacaktır.).

- ✓ Günlük yaşam becerileri genellikle çok basamaklı (zincirleme) becerilerdir. Bu becerilerin beceri basamaklarını küçük parçalara bölerek çalışmak oldukça yararlı olabilir. Örneğin ev temizliği sırasında evi süpürme becerisini çalışırken elektrik süpürgesini alma, fişi yuvasından çıkarma, makineyi fişe takma, düğmesine basarak makineyi çalıştırma, yerleri süpürme, bitince makineyi düğmeden kapatma, fişi çekme, makineyi yerine götürme gibi basamakları sırayla çalışabilirsiniz.
- ✓ Farklı alanlarda çalışılan becerilerde olduğu gibi günlük yaşam becerilerini desteklerken çocuğunuzun çevresindeki kişileri bilgilendirmek, onların da çocuğunuzun bu becerileri sergilemesi konusunda desteklemesine katkı sağlar. Örneğin mahallenizde yer alan market çalışanlarına önceden bilgi vermek alışveriş yaparken site güvenliğine haber vermek çocuğunuz çöpleri atarken çocuğunuzun başkaları tarafından da pekiştirilme olasılığını artırır. Böylece çocuğunuz çalıştığınız becerileri yeniden sergileme konusunda daha istekli olur.

! DİKKAT

Günlük yaşam becerilerinin büyük çoğunluğu her gün düzenli olarak sergilenir.

! DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun günlük yaşam becerilerini desteklemek için başka neler yapabileceğinizi düşününüz.

Neler Öğrendik?

Günlük yaşam becerileri çocuğunuzun ev içinde ve dışında sergileyebildiği ve bağımsızlığına katkı sağlayan beceriler arasında yer almaktadır. Günlük yaşam becerilerini sergileyebilen bireyler başkalarına bağımlı olmadan yaşamlarını sürdürebilir, çevreleri tarafından daha kolay kabul görür, bu becerileri gerçekleştirebildikleri için kendilerine olan güvenleri artar. Günlük yaşam becerileri çocuğunuzun yaş grubuna uygun olarak kişisel bütçe yönetimi,

ev içi becerileri, kişisel gereksinimleri karşılama ve toplum kaynaklarını kullanma becerileri olarak sınıflandırılmaktadır. Kişisel bütçe yönetimi becerileri önemli bağımsız yaşam becerileri arasında yer alır. Kişisel bütçe yönetimi çocuğunuzun var olan bütçesini kalemlere (ör. yemek parası, yol harcamaları, faturalar, mutfak alışverişi vb.) uygun bir biçimde paylaşabilmesi, para hesabı yapabilmesi, parasını hesaplı/idareli kullanabilmesi ve harcamalarını planlayabilmesi gibi alt becerilerden oluşur. Ev içi becerileri; ev aletlerini kullanmayı, bunları kullanarak ev içi becerileri gerçekleştirmeyi, bu beceriler sırasında gerekli malzemeleri temin etmeyi ve hazırlamayı içeren becerilerdir. Ev içi beceriler çocuğunuzun bir yetişkin olduğunda kendi başına yaşayabilmesine, yaşadığı ortamı başkalarıyla paylaşıyorsa sorumluluklarını yerine getirebilmesine, yaşamını organize edebilmesine katkı sağlayan becerilerdir. Kişisel gereksinimleri karşılama becerileri; yemek yeme, kişisel temizlik ve bakımını bağımsız olarak gerçekleştirme, giyinme-soyunma, kıyafetlerinin temizliğini ve bakımını yapma, kişisel hijyen ve bakımını yapma becerilerinden oluşmaktadır. Çocuğunuzun başkalarına bağımlı olmadan kişisel gereksinimlerini karşılayabilmesi oldukça önemli becerilerdir. Toplum kaynaklarını kullanma becerileri; ulaşım becerileri, banka kullanma becerileri, alışveriş yapma becerileri, restoranda yemek yeme (ör. menüden yiyeceği/içeceği ürünü seçme, adisyonu ve fişi kontrol etme, self-servis restoranlarda sıraya girme vb.), hastaneye gitme ve serbest zaman etkinliklerini gerçekleştirme gibi beceriler ve bu becerilerin alt becerilerinden oluşmaktadır. Çocuğunuzun günlük yaşam becerilerini desteklerken becerileri becerinin gerçekleştirildiği gerçek ortamlarda çalışmanız, ipucu ve pekiştirmeden yararlanmanız, becerileri küçük parçalara ayırarak çalışmanız, yakın çevrenizi bilgilendirmeniz becerilerin öğrenilmesini ve desteklenmesini kolaylaştıracaktır.

Yararlanılan Kaynaklar

- [1] Shipley-Benamou, R., Lutzker, J. R., & Taubman, M. (2002). Teaching daily living skills to children with autism through instructional video modeling. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 4(3), 166-177.
- [2] Mailick Seltzer, M., & Wyngaarden Krauss, M. (2001). Quality of life of adults with mental retardation/developmental disabilities who live with family. *Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews*, 7(2), 105-114.
- [3] Mechling, L. C., Gast, D. L., & Seid, N. H. (2009). Using a personal digital assistant to increase independent task completion by students with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 39(10), 1420-1434.
- [4] Rogers, L., Hemmeter, M. L., & Wolery, M. (2010). Using a constant time delay procedure to teach foundational swimming skills to children with autism. *Topics in Early Childhood Special Education*, 30(2), 102-111.

- [5] Carothers, D. E., & Taylor, R. L. (2004). How teachers and parents can work together to teach daily living skills to children with autism. *Focus on Autism and other Developmental Disabilities, 19*(2), 102-104.
- [6] Smith, L. E., Maenner, M. J., & Seltzer, M. M. (2012). Developmental trajectories in adolescents and adults with autism: The case of daily living skills. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 51*(6), 622-631.
- [7] Van Laarhoven, T., Kraus, E., Karpman, K., Nizzi, R., & Valentino, J. (2010). A comparison of picture and video prompts to teach daily living skills to individuals with autism. *Focus on Autism and other Developmental Disabilities, 25*(4), 195-208.
- [8] Ramdoss, S., Machalicek, W., Rispoli, M., Mulloy, A., Lang, R., & O'Reilly, M. (2012). Computer-based interventions to improve social and emotional skills in individuals with autism spectrum disorders: A systematic review. *Developmental Neurorehabilitation, 15*(2), 119-135.
- [9] Orum-Çattık, E. (2016). Zihinsel yetersizliği olan bireylere toplum kaynaklarını kullanma becerilerinin öğretiminde işitsel teknoloji desteğiyle sunulan videoyla model olmanın etkililiği, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- [10] Schalock, R. L., Gardner, J. F., & Bradley, V. J. (2007). Quality of life for people with intellectual and other developmental disabilities: Applications across individuals, organizations, communities, and systems. American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.
- [11] Cihak, D. F., Wright, R., & Ayres, K. M. (2010). Use of self-modeling static-picture prompts via a handheld computer to facilitate self-monitoring in the general education classroom. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities, 45*(1), 136-149.

BÖLÜM 4

Dr. Öğr. Üyesi Esra ORUM ÇATTIK



ÖZ BELİRLEME
BECERİLERİNİ
DESTEKLEME

Genel Amaç

Bu bölümün sonunda aileler otizm spektrum bozukluğu (OSB) olan çocuklarının öz belirleme becerilerini nasıl destekleyeceklerini öğreneceklerdir.

Kazanımlar

Bu bölümde aileler, bakım verenler aşağıdaki kazanımları edinirler:

- Öz belirleme becerilerinin neler olduğunu açıklar.
- Öz belirleme becerilerinin OSB olan çocukları için neden önemli olduğunu açıklar.
- Öz belirleme becerilerinin nasıl değerlendirilebileceğini açıklar.
- Öz belirleme becerilerinin nasıl desteklenebileceğini ve bu beceriler desteklenirken ne tür uyarlamalar yapılabileceğini açıklar.

İçerik

1. Giriş
2. Öz Belirleme Becerileri
3. Öz Belirleme Becerilerinin Önemi
4. Öz Belirleme Becerilerini Değerlendirme
5. Öz Belirleme Becerilerini Destekleme ve Uyarlamalar Yapma
6. Neler Öğrendik?
7. Yararlanılan Kaynaklar

Açıklamalar

Kitabınızın dördüncü bölümü “Öz Belirleme Becerilerini Destekleme” başlığını taşımaktadır. Bu bölüm giriş başlığıyla başlamış, öz belirleme becerilerinin neler olduğunu ve öz belirleme becerilerinin neden önemli olduğunu açıklayan başlıklarla devam etmektedir. Ardından öz belirleme becerilerini değerlendirme, destekleme ve uyarlamalar yapma başlıklarına yer verilmiştir.

Giriş

Sevgili Aileler,

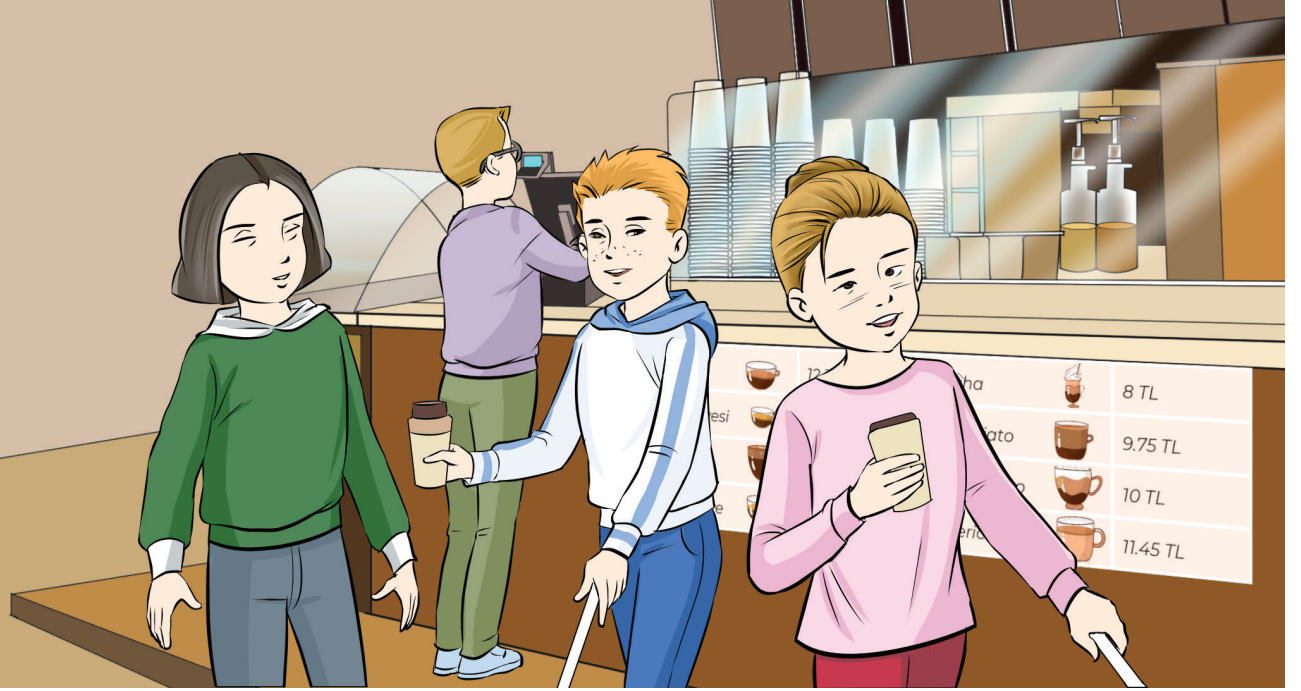
Bu bölümde sizlere OSB olan çocuğunuz için öz belirleme becerilerinin neden önemli olduğu, çocuğunuzun sergileyebileceği öz belirleme becerilerinin neler olduğu ve çocuğunuzun

öz belirleme becerilerini nasıl değerlendireceğinize ilişkin bilgiler yer almaktadır.

Son olarak çocuğunuzun öz belirleme becerilerini desteklemenize ve uyarlamalar yapmanıza ilişkin bilgiler sunulmuştur.



OSB olan çocuklara sağlanan eğitsel desteklerin amacı, onların yetişkin bireyler olduklarında başkalarına bağımlı olmadan yaşamlarını sürdürmeleri içindir (1). Çocuklar bağımsızlıkları arttıkça içinde öz belirleme becerilerinin de yer aldığı birçok bağımsız yaşam becerisini tek başlarına gerçekleştirerek toplumun aktif bir üyesi olabilirler (1, 2). OSB olsun ya da olmasın yetişkinliğe geçiş dönemindeki her birey kendi yaşamı hakkında kararlar verme, geleceğine ilişkin planlar yapma, kendisiyle ilgili hedefler belirleme ve bu hedefleri gerçekleştirme hakkına sahiptir. Şekil 4.1’de öz belirleme becerilerine sahip toplumsal yaşamın içinde bağımsız genç yetişkinlere ilişkin bir görsel yer almaktadır.



Görsel 1 Betimleme: Bir kafede kahvelerini sipariş edip ellerine almış beyaz bastonlu genç kız, genç erkek ile yanlarında bir genç kız ve kasada sipariş veren başka bir genç erkek

OSB hem çocuğunuzun yaşamını hem de sizin yaşamınızı zaman zaman olumsuz etkileyebilen bir yetersizlik türüdür. Bu olumsuzluklar OSB olan gençlerin kendi yaşamlarına ilişkin karar vermekte zorlanmalarına, günlük yaşamda karşılaştıkları problemleri çözememelerine, bir aksilik yaşadıklarında farklı yollar düşünememelerine neden olabilir. Bu durum OSB olan gençlerin yaşamları boyunca karşılaştıkları hiçbir zorlukla baş edemeyeceklerini düşünmelerine, ailelerin de çocuklarına ilişkin beklentilerinin düşmesine neden olabilmektedir (2, 3). Şekil 4.2’de karşılaştığı problem karşısında ne yapacağına karar veremeyen bir gence ilişkin bir görsel yer almaktadır.



Görsel 2 Betimleme: Sağ eliyle çenesinden tutmuş yukarı doğru düşünceli ve mutlu bir şekilde bakan genç erkek

OSB olan çocuğunuzun tipik gelişen akranları kimi zaman deneme yanılma yoluyla kimi zaman da başkalarını gözleyerek yukarıda sözü edilen öz belirleme becerilerini sergilemeyi öğrenebilirler. Ancak kabul etmek gerekir ki bu becerileri sergilemek bazen herkes için zor olabilmektedir. Bununla birlikte OSB olan genç yetişkinler hedef belirleme, problem çözme, kendini değerlendirme gibi öz belirleme becerilerini uzun süren eğitimler, öğretimler ve çeşitli uyarlamalarla desteklendiklerinde öğrenebilirler ve günlük yaşamlarında sergileyebilirler (1). Bu becerileri yapmaları, onların günlük yaşamlarında gerçekleştirdikleri başka becerileri de daha çok sergilemelerini sağlamaktadır.

ÖNERİ

Örneğin çocuğunuz asansör kullanmayı biliyor ancak asansör herhangi bir nedenle durduğunda ne yapacağını bilmiyor olabilir. Çocuğunuz asansöre binme becerisini sergilese bile yanında bir yetişkin olmadan asansöre binmek istemeyebilir. Bu durumda beceriyi gerçekleştirebiliyor olması onun ve sizin için bir şey ifade etmeyebilir.

Benzer şekilde her gün düzenli olarak dişini fırçalayan çocuğunuz diş macunu bittiğinde ya da diş fırçasını değiştirmesi gerektiğinde size bağımlı kalıyorsa bu durumda bu becerinin tam anlamıyla bağımsız olarak gerçekleştirildiğinden söz edemeyiz. Bu bağlamda öz belirleme becerilerini çocuklara kazandırmak bir can simidi gibi düşünülebilir. Şekil 4.3'te bu durumu anlatan bir görsel yer almaktadır.

! DİKKAT

OSB olan genç yetişkinler hedef belirleme, problem çözme, kendini değerlendirme gibi öz belirleme becerilerini uzun süren eğitimler, öğretimler ve çeşitli uyarlamalarla desteklendiklerinde öğrenebilirler ve günlük yaşamlarında sergileyebilirler.

! DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun yukarıda sözü edilen becerilerin hangilerini günlük yaşamında sergilediğini düşününüz!



Görsel 3 Betimleme: Lavabonun yanında bir elinde diş fırçası bir elinde diş macunu tutan çocuğun başının üstündeki konuşma balonunda -“Diş macunum bitti. Şimdi ne yapmalıyım?” yazıyor

Öz belirleme becerileri çocuğunuzun yaşamında belirleyici rol oynayan becerilerdir. Çocuğunuz öz belirleme becerilerini sergilediğinde daha özgür hareket eder ve kendi kararlarının sonuçlarını tahmin ederek planlamadığı durumlar karşısında alternatifler geliştirebilir. Yapılan çalışmalar OSB olan genç yetişkinlerin tipik gelişen akranlarına göre öz belirleme becerilerini daha az sergilediklerini ve bu becerileri sergilemeleri için öğretime gereksinim duyduklarını göstermektedir (2, 4, 5). Öz belirleme becerilerinin öğrenilmesi çoğu zaman bir uzman tarafından sistematik olarak çalışmayı gerektirebilir (6). Bununla birlikte çocuğunuzla günlük yaşamda gerçekleştirebileceğiniz pek çok uyarlama ve sağlayacağınız desteklerle bu becerilerin öğrenilmesine destek olabilir ve çocuğunuzun bu becerileri daha sık sergilemesini sağlayabilirsiniz.



Görsel 4 Betimleme: Ağaçlık bir alanda yere oturmuş neşeyle birbirleriyle sohbet eden iki genç.

! DİKKAT

Yapılan çalışmalar OSB olan genç yetişkinlerin tipik gelişen akranlarına göre öz belirleme becerilerini daha az sergilediklerini ve bu becerileri sergilemeleri için öğretime gereksinim duyduklarını göstermektedir.

! DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun günlük yaşamında hangi öz belirleme becerilerini sergilediğini düşününüz.

Öz Belirleme Becerileri

Öz belirleme becerileri okul, ev, toplumsal yaşam gibi pek çok ortamda sergilenen ve diğer becerilere göre çocuğunuzun daha aktif düşünmesini sağlayan becerilerdir (6). OSB'nin etkileri çocuğunuzun öz belirleme becerilerini daha az sergilemesine neden olabilmektedir. Bu durum OSB olan çocukların günlük yaşamlarında karşılaşılabilecekleri pek çok öğrenme ve bağımsızlaşma fırsatını kaçırmalarına da neden olabilmektedir (3, 4, 5).

ÖNERİ

Örneğin okulda yapılan bir sınavdan sonra yanlış yaptığı soruları neden yanlış yaptığını kontrol edememek, çocuğunuzun öğrenme fırsatlarını kaçırmasına neden olabilir.

Benzer şekilde arkadaşlarıyla oynadığı bir grup oyununda yenilen taraf olmanın da yenmek kadar doğal olduğunu bilmemesi onun bundan sonraki grup oyunlarına katılmak istememesine ve arkadaşlık ilişkilerinin gelişmemesine neden olabilir.

Öz belirleme becerileri diğer zincirleme davranışlar (ör. sandviç hazırlama, toz alma vb.) gibi tek başına öğrenilmesi çok kolay olmayan ancak sosyal beceri, akademik beceri, mesleki beceri gibi başka beceriler üzerinden öğretildiğinde anlamlı hâle gelen becerilerdir (6). Örneğin seçim yapma becerisini tek başına öğretmek zor olabilecekken günlük yaşamda alışveriş sırasında alınan ürünler arasından seçim yapma, ulaşım becerilerinde hangi ulaşım aracına bineceğini seçmek üzerinden çalışmak daha kolay olacaktır. Öz belirleme becerileriyle ilgili farklı isimler ve farklı sınıflandırmalar olmakla birlikte bu becerilerin bir bölümü Şekil 4.1'de gösterilmiştir (5, 6).



Şekil 4.1 Öz Belirlemeye İlişkin Beceriler

! DİKKAT

Öz belirleme becerileri okul, ev, toplumsal yaşam gibi pek çok ortamda sergilenen ve diğer becerilere göre çocuğunuzun daha aktif düşünmesini sağlayan becerilerdir.

! DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun günlük yaşamda öz belirleme becerilerini hangi beceriler üzerinde destekleyebileceğinizi düşünün.

OSB Olan Çocuğunuz İçin Öz Belirleme Becerilerinin Önemi

Araştırmalar OSB olan genç yetişkinlerin öz belirleme becerilerini kazanmalarının pek çok yararından söz etmektedir. OSB olan genç yetişkinler öz belirleme becerilerine sahip olduklarında aşağıda sözü edilen olumlu etkileri yaşamaktadırlar (6, 7, 8, 9).

Öğretime odaklanmaları ve akademik başarıları artar. OSB olan genç yetişkinler öz farkındalıkları arttığında, kendilerini değerlendirebildiklerinde, kendileri için bir hedef belirleyip bu hedefe ulaşabildiklerinde, kendilerini değerlendirip nerede eksikliklerinin olduğunu fark ederek bu durumla baş etmenin yollarını aradıklarında öz güvenleri artacak ve derslere daha aktif biçimde katılabileceklerdir. Buna ek olarak çocuğunuz öz belirleme becerilerine sahip olduğunda kendisi için belirlenecek eğitsel hedeflerde ve geleceğini planlamada söz sahibi olabilir. Bu durum onun akademik başarısına da katkı sağlayacaktır.

! DİKKAT

Araştırmalar OSB olan genç yetişkinlerin öz belirleme becerilerini kazanmalarının onlara pek çok gelişim alanında katkı sağlayacağını göstermektedir.

! ÖNERİ

Örneğin çocuğunuz öz belirleme becerilerine sahip olduğunda okulda kendisine öğretilmesi gereken amaçlar hakkında söz sahibi olabilir, fikirlerini rahatlıkla ifade edebilir. Bu durumda öz güveni artar, derslere aktif katılım sağlayabilir, akademik başarısı da buna paralel olarak artar.

Kendi ilgilerini, tercihlerini, güçlü yanlarını belirleyebilirler. Çocuğunuz kendi hedeflerini belirlediğinde ve bu hedeflere ulaşabildiğinde, önüne çıkan seçenekleri değerlendirebildiğinde ve karar verebildiğinde kendi ilgilerinin farkına varabilir, neleri başarıp neleri başaramayacağını daha iyi belirleyebilir. Böylece çocuğunuz kendisi için bir başkasının karar vermesi yerine seçim yapma duygusunu tadabilir, kendisi için verdiği kararların doğru olup olmadığını kendisi görebilir.



Görsel 5 Betimleme: Kız ve erkek garson

👍 ÖNERİ

Örneğin çocuğunuzun öz belirleme düzeyi yüksek olduğunda okuldan mezun olduktan sonra hizmet sektöründeki bir işte çalışmak istediğini ifade edebilir, seçmek istediği meslekle ilgili hedefler üzerinde çalışmak isteyebilir.

Benzer şekilde kendisi için başka bir meslek alanına ilişkin belirlenen eğitsel hedeflerin kendisine uygun olmadığını ve bu mesleği yapmak istemediğini ifade edebilir.

Çocuğunuzun ne olmak ve gelecekte ne yapmak istediğini fark etmesinin yanı sıra bunu başkalarıyla paylaşabilmesi oldukça önemli bir özelliktir. Bu durum aynı zamanda onun geleceği için güdülenmesini ve istediklerini yapma gücünü kendisinde bulabilmesini sağlar. Çoğu zaman OSB olan genç yetişkinlerin ileride ne yapacaklarına ebeveynleri ya da öğretmenleri karar verir. Ancak öz belirleme becerilerine sahip olduklarında kendileri için uygun olan mesleğin ne olduğuna kendileri karar verebilirler.



Görsel 6 Betimleme: Üzerinde açık bir bilgisayar ve kağıtlar olan bir masanın etrafında toplanmış, gülererek konuşan iki genç kız ve iki genç erkek

ÖNERİ

Örneğin çocuğunuz öz belirleme becerilerine sahip olduğunda size ve yakın çevresindeki diğer kişilere hayallerinden, okumak istediği okuldan ya da ileride yapmak istediği meslekten söz edebilir. Neden bu mesleği seçmek istediğini daha iyi açıklayabilir. Bunları anlatırken mutlu olabilir, kendisine olan inancı artabilir ve motive olabilir.

Yaşamları için önemli adımlar atabilirler. Çocuğunuz genç bir yetişkin olduğunda tipik gelişen akranları gibi kendisi için bir şeyler yapmak ve yaşamına ilişkin bir adım atmak isteyebilir. OSB gibi bir yetersizlik söz konusu olduğunda çocuğunuz çoğu zaman bunu nasıl yapacağını bilemeyebilir. Bu beceriler kazandırıldığında ise çocuğunuz kendi yaşamına ilişkin yeni başlangıçlar yapabilir. Kendisi için hedefler belirleyebilir ve bu hedefleri gerçekleştirebilmek için neler yapacağını araştırabilir.

ÖNERİ

Örneğin çocuğunuz yeni bir bilgisayar oyunu öğrenmek isteyebilir. Bu durumda internete girerek bu oyunu nasıl oynayacağına ilişkin bilgilendirici videoları izleyebilir. Benzer şekilde arkadaşlarının yaptığı bir spor dalına ilişkin bilgi edinmek için bu sporu yapmak istediğini söyleyebilir ve nasıl öğreneceğini size ya da bir başkasına sorabilir.

Psikolojik açıdan dengeli bir kişilik sağlayabilirler. OSB olan genç yetişkinlerin daha bağımsız olmaları, yetişkinliklerinde kendilerine güvenen bireyler olmaları, karşılaştıkları zorluklarla psikolojik açıdan başa çıkabilmeleri öz belirleme becerilerini sergileyebilmeleriyle yakından ilişkilidir. Bu becerileri sergilediklerinde okul başarıları artacak, daha fazla beceriyi sergileyebilir hâle gelecek, daha fazla arkadaş edinecek ve bu yolla sosyal ilişkileri artacaktır. Tüm bunlar onun kendisine daha çok güvenmesini, kendisine daha çok saygı duymasını ve bağımsızlaşmasını sağlayacaktır.



Görsel 7 Betimleme: Birbirlerine gülümseyerek ellerini çak yapacak şekilde tutan, elinde tablet tutan genç erkek ve not defteri tutan genç kız

ÖNERİ

Örneğin çocuğunuzun öz belirleme düzeyi arttıkça yetersizliğine ilişkin akranları tarafından maruz kaldığı psikolojik baskıyla, alay edilme gibi zorbalık davranışlarıyla mücadele edebilir, yetersizliğinin getirilerini kabul ederek kendine güvenen, psikolojik olarak dengeli bir birey olabilir.

Benzer şekilde kendisi için bir hedef belirleyip bu hedefe ulaşabildiğinde, kendi seçimlerini yaparak kararlarını verebildiğinde kendisini çok daha yeterli hissedecektir.

Öz Belirleme Becerilerini Değerlendirme

Çocuğunuzun öz belirleme becerilerine ilişkin neler yapabildiğini ya da yapamadığını anlamak için öncelikle onun bu becerilere ilişkin değerlendirilmesi gerekir. Bu durumda öz belirleme becerilerinin sıralandığı bir liste işinizi kolaylaştırabilir. Öz belirleme becerileri görünüşte günlük yaşamda sıkça sergilediğimiz, aşına olduğumuz ancak nasıl değerlendirileceği, öğretileceği ve ölçülebilir hâle getirileceği konusunda kafa karıştırıcı becerilerdir (4, 5, 6, 9). Bu nedenle bu becerileri günlük yaşamda çocuğunuzun nasıl sergileyebileceğine ilişkin örneklere ihtiyaç duyabilirsiniz. Aşağıda Tablo 4.1'de genç yetişkin bir kişinin sergilemesi beklenen öz belirleme becerilerinin günlük yaşamda nasıl karşımıza çıkabileceğini gösteren bir liste bulunmaktadır. Bu listeye bakarak siz de bu becerilerin günlük yaşamdaki kullanımını kendi çocuğunuza göre uyarlayabilirsiniz (6).

DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun sergileyip sergileyemediği öz belirleme becerilerini belirlemek için değerlendirme yaparken bu becerileri nasıl uyarlayacağını düşününüz.

Tablo 4.1 Çocuğunuzun Sergileyebileceği Öz Belirleme Becerilerine Günlük Yaşamdan Örnekler [Orum-Çattık, E. (2020) kaynağından alınmıştır.]

Beceri	Örnek
Liderlik Yapma	<p>Öğle arasında okulda oynanan bir maçta takımı kurabilmesi</p> <p>Öğretmenin verdiği grup ödevinde sözcülük yaparak ödevi sınıf arkadaşlarına sunabilmesi</p> <p>Sınıfça gidilen bir gezide (ör. hayvanat bahçesi) aynı grupta olduğu arkadaşları için giriş bileti alabilmesi</p>

Beceri	Örnek
İçsel Kontrol Sağlama	<p>Fazla abur cubur yemenin bağırsaklarını olumsuz etkilediğini bildiği için arkadaşının teklif ettiği ikinci kâse cipsi reddetmesi</p> <p>Ertesi gün okula gideceği için akşam çok sevdiği dizinin geç saatlerde yayınlanan bölümünü sabah kalkamayacağını düşünerek izlemekten vazgeçmesi</p> <p>Giymekten çok hoşlandığı ince montunu havanın sıcak olduğunu anladığında giymekten vazgeçmesi</p>
Beceri	Örnek
Kendinin Farkında Olma	<p>Meslek seçerken sahip olduğu bireysel özellikleri dikkat alabilmesi</p> <p>Ulusal çapta yapılan sınavlarda sınıfındaki diğer arkadaşlarıyla aynı puanları alamayacağını bilmesi</p> <p>Bir iş başvurusu yaptığında işverene yapabileceği işleri sıralayabilmesi</p>
Beceri	Örnek
Kendini Değerlendirme	<p>Okulda yapılan sınavın sonuçlarını kontrol ederek yanlış yaptığı soruları neden yanlış yaptığını öğrenmesi</p> <p>Arkadaşıyla yaşadığı bir tartışma sonucunda gösterdiği tepkilerde haklı veya haksız olduğu tarafları dile getirmesi</p> <p>Öğretmeni ya da anne-babası bir konuda ona tepki gösterdiğinde bu tepkinin nedenini düşünerek bulmaya çalışması</p>
Beceri	Örnek
Kendi Güvenliğini Sağlama	<p>Yeni silinmiş okul koridorlarında ıslak zemin tabelasını gördüğünde yavaşlaması ve daha dikkatli yürümesi</p> <p>Asansöre bindiğinde asansör hareket etmeden önce kapıdan uzaklaşması</p> <p>Otobüs ya da dolmuşa bindiğinde kapı açılrsa bile araç tamamen durduğunda inmesi</p>
Beceri	Örnek
Hedef(ler) Koyma ve Bunlara Ulaşma	<p>Almak istediği bir bilgisayar oyunu için harçlığının bir kısmıyla para biriktirmesi</p> <p>Geçmek istediği bir dersin sınavı için ders çalışması</p> <p>Bir işe girmek için iş ilanlarını araştırması ve yeterliliğine uygun işlere başvurması</p>

Beceri	Örnek
Kendini İzleme	<p>Evden yalnız çıkması gerektiğinde elektriği, doğal gazı kapatıp kapatmadığını ve kapıyı kilitleyip kilitlemediğini kontrol edebilmesi</p> <p>Bir yiyecek hazırlarken (ör. sandviç, tost vb.) malzemeleri doğru sırayla koyup koymadığını, kullanacağı cihazları açıp açmadığını, bozulabilecek malzemeleri dolaba geri koyup koymadığını, cihazları kullandıktan sonra kapatıp kapatmadığını kontrol edebilmesi</p> <p>Okula giderken ders programına bakarak ders programına uygun kitap ve defterleri çantasına koyup koymadığını kontrol edebilmesi</p>
Beceri	Örnek
Kendini Pekiştirme	<p>Okulda yapılan sınavda yüksek bir not aldığı anda kendini ödüllendirmek için kantinden sevdiği bir yiyeceği alabilmesi</p> <p>Arkadaşlarıyla oynadığı futbol maçında gol attığında kendi kendisini övebilmesi (ör. "Harikayım!", "İşte ben buyum!" vb.).</p> <p>Evde yalnız kaldığında kapı çalmasına rağmen yabancı birisine kapıyı açmadığını annesine, babasına ya da öğretmenlerine anlatabilmesi</p>

Çocuğunuzun yukarıda yer alan öz belirleme becerilerini günlük yaşamında ne düzeyde kullandığını değerlendirebilmek için bu becerileri birden fazla ortamda, birden çok durumda gerçekleştirip gerçekleştirmediğini gözleyip bunları not edebilirsiniz. Örneğin çocuğunuz bir durumda seçim yapma becerisini gerçekleştirememiş olabilir ancak bir başka durumda bu beceriyi rahatlıkla sergileyebiliyor olabilir. Bu durumda öğrenmesi için çocuğunuzun günlük yaşamda desteklemeniz yeterli olabilir. Buna karşın bu beceriyi hiç sergileyemiyorsa o zaman daha sistematik olarak desteklemek ve bunun için günlük yaşamda ekstra fırsatlar yaratmak akıllıca olacaktır (6, 9).



DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun öz belirleme düzeyini arttırmak için günlük yaşamda nasıl fırsatlar yaratabileceğinizi düşününüz.

Öz Belirleme Becerilerini Destekleme ve Uyarlamalar Yapma

Çocuğunuzun öz belirleme becerilerini desteklerken belki de yapacağınız ilk iş, onun bu becerileri öğrenemeyeceğine ilişkin ön yargılarınızı bir kenara bırakmak olmalıdır. Toplum-

da OSB olan bireylerin bu denli karmaşık görünen becerileri öğrenemeyeceklerine ilişkin yaygın bir kanı vardır. Oysa gerekli eğitsel destekler sağlandığında OSB olan genç yetişkinler de akranları gibi öz belirleme becerilerini kolaylıkla öğrenebilirler. Yapılan çalışmalar öz belirleme becerilerinin belirli basamaklarla birer birer kazandırıldığında, gerçek ortamlarda çalışıldığında, öğrendikleri beceriler günlük yaşamda yakın çevreleri tarafından desteklendiğinde OSB olan genç yetişkinlerin bu becerileri kolaylıkla öğrendiğini göstermektedir.



Görsel 8 Betimleme: Mutfakta bulaşık yıkayan anne kız. elindeki tabağı kurulayan genç kız ve kıza gülümseyerek bakarak elindeki fincanı yıkayan annesi.

Aşağıda sıralanan destekler ve uyarlamalar her ailenin kendi dinamiklerine ve OSB olan bireyin özelliklerine göre değişebilmektedir. Kuşkusuz OSB olan bir birey ve ailesi için yapılan uyarlamalar bir başka OSB olan birey ve aile için geçerli olmayabilir. Bu bağlamda çocuğunuzun öz belirleme becerilerini desteklerken bu noktayı göz önünde bulundurmanız yararlı olacaktır. İzleyen paragraflarda kendinize özgü değişiklikler yapabileceğiniz, günlük yaşamda işinize yarayabilecek çeşitli ipuçlarından söz edilmektedir (10, 11).

- ✓ Çocuğunuzun öz belirleme becerilerini desteklerken yapılabileceklerden birisi bu becerileri desteklemeye erken çocukluk döneminden itibaren başlamaktır. Öz belirleme becerileri çoğu zaman yetişkinlik dönemiyle ilişkilendirilse de aslında bu beceriler erken çocukluk döneminden itibaren kazanılmaya ve sergilenmeye başlar.

ÖNERİ

Örneğin erken çocukluk döneminde çocuğunuzun hangi oyuncakla oynayacağını kendisinin seçmesi, oyunlarda çocuğunuzun liderliğini izlemeniz onun öz belirleme becerilerinin desteklenmesine yardımcı olabilir.

Benzer şekilde yapbozu tamamlarken eksik parçayı bulamadığında öğretmeninden yardım istemesi, bloklarla oynarken uygun parçayı bulamadığında başka bir parçayla boşluğu tamamlaması çocuğunuzun öz belirleme düzeyini arttıracaktır.

- ✓ Günlük rutinler içerisindeki fırsatları değerlendirme, çocuğunuzun öz belirleme becerilerine ilişkin düzeyini arttırmada belki de aile üyelerinin yapabilecekleri en önemli destekleme yoludur. Gün içerisinde farkında olarak ya da olmadan öz belirleme becerilerinin birçoğunu sergileriz.



Görsel 9 Betimleme: Markette manav reyonunda alışveriş yapan anne baba ve erkek çocuğundan oluşan bir aile. Babanın bir elinde yarısı dolu bir alışveriş arabası diğer elinde bir kavun, çocuk bakasına bakarken sağ eli kavunun üzerinde, annenin eli çocuğun omuzlarında

👍 ÖNERİ

Örneğin marketten alışveriş yaparken seçim yapma, karar verme, kendini izleme becerilerini, ulaşım araçlarını kullanırken hedef belirleme, hedefe ulaşma, problem çözme becerilerini, serbest zaman etkinliklerini gerçekleştirirken içsel kontrol sağlama, liderlik yapma, kendi güvenliğini sağlama becerilerini sıklıkla kullanırız. Günlük rutinler içerisinde bu becerileri desteklemek becerilerin kalıcılığını ve genellenmesini sağlamak açısından oldukça önemlidir.

- ✓ Çocuğunuzun gerçekleştirebildiği öz belirleme becerilerini pekiştirmek bu becerilerin sergilenme olasılığını arttırmada en etkili yollardan birisidir. Pekiştirme pek çok becerinin öğrenilmesinde en etkili öğretim stratejilerinden birisidir. Çocuğunuz düzenli olmasa da öz belirleme becerilerinin bir kısmını günlük yaşamda sergiliyor olabilir.

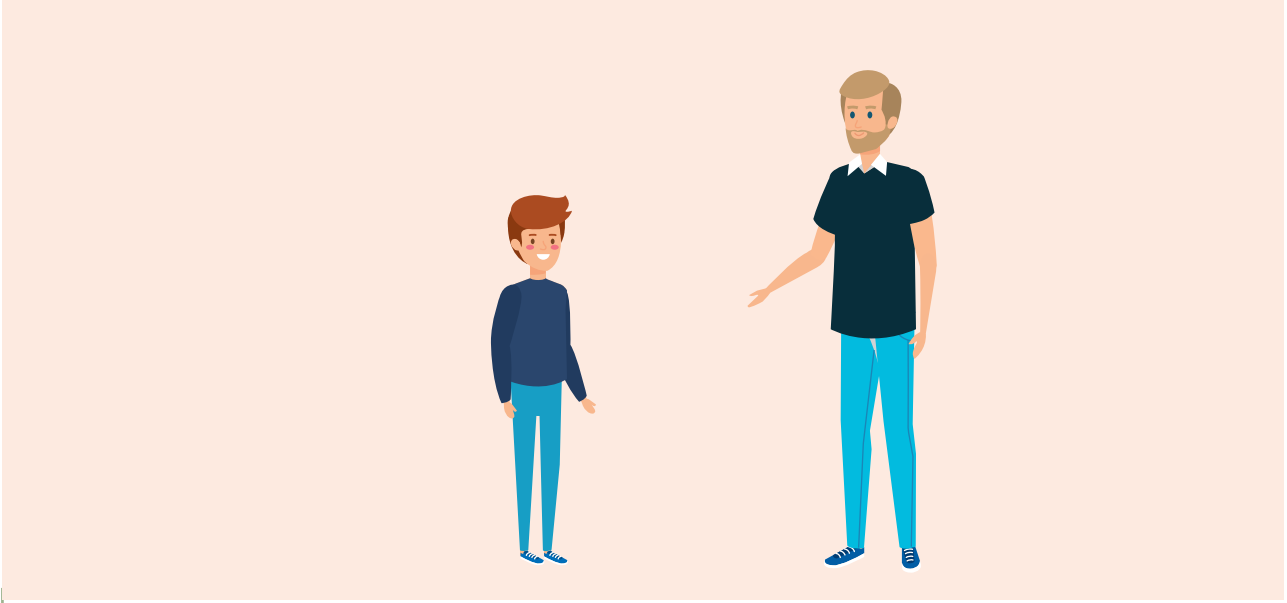


Görsel 10 Betimleme: Karşısında oturmuş ellerini tutan annesine dikkatli bir şekilde bakan genç kız

👍 ÖNERİ

Örneğin çocuğunuz evde ya da toplumsal ortamlarda zaman zaman öz belirleme becerilerini sergiliyor olabilir. Bu durumda beceriye vurgu yaparak pekiştirmeniz becerinin gerçekleşme olasılığını arttıracaktır.

- ✓ Çocuğunuzun öz belirleme becerilerini geliştirmenin bir başka yolu kendisi için belirlenen öğretimsel amaçlarda söz sahibi olmasını sağlamaktır. OSB olan çocuğunuzun akademik ve sosyal gelişimi ve buna bağlı olarak bağımsızlığının artırılması için bazen öğretmenleriyle birlikte ne öğrenmesi gerektiğine karar verirsiniz. Ancak çocuğunuzun da ne öğrenmek ya da ne yapmak istediği konusunda fikrini almanız, kendisine ilişkin beklentilerini öğrenmeniz onun öz belirleme düzeyini arttırabilir.



Görsel 11 Betimleme: Mutlu bir şekilde yan yana duran baba oğul

ÖNERİ

Örneğin OSB olan bir genç yetişkin okuldan mezun olduğunda hangi işi yapmak istediğine, serbest zamanlarını hangi spor dalıyla geçireceğine kendisi karar verebilir. Bu durumda planlarını öğretmenine ya da ailesine de kendisi ifade edebilir. Kendi isteklerinin önemsendiğini ve kendi kararlarını verebildiğini gördüğünde ise öz belirleme düzeyi artabilir.

- ✓ Çocuğunuzun öz belirleme becerilerine ilişkin düzeyini arttırmanın bir diğer yolu ona öğretmek istediğiniz becerileri gerçek öğretim ortamlarında çalışmanızdır. Hedeflenen becerileri gerçek ortamlarda çalışmak çocuğunuzun öğrendiği beceriyi kolayca başka ortamlara, durumlara ve kişilere genellemesini sağlayacaktır. Buna ek olarak çocuğunuzun gerçek ortamlarda karşısına çıkabilecek farklı uyarılara karşı direnç göstermesini, kendisinde ve öğrendiği beceride uyarlamalar yapabilmesini sağlayacaktır.



Görsel 12 Betimleme: Çeşitli yemeklerin olduğu bir tezgâhın arkasındaki görevliden yemek dolu bir tabak alan bir gencin elleri

👍 ÖNERİ

Öz belirleme becerileri toplumsal ortamlarda sıklıkla sergilenen becerilerdir. Alışveriş sırasında alacağı ürünü seçmek, ulaşım sırasında hangi ulaşım aracına bineceğine karar vermek, restoranda yemek yerken karşılaştığı bir problemi çözmek bu becerilerin evde benzetim ortamlarında çalışılmasına göre çok daha kalıcı olacaktır.

- ✓ Çocuğunuzun öz belirleme becerilerini desteklerken onu korumakla fazla özgür bırakmak arasındaki dengeyi iyi korumalısınız. Çok kontrolcü olmak yerine çocuğunuzun kendi özelliklerinin farkına varmasını, neyi gerçekleştirip neyi yapamayacağını kendisinin de fark etmesine izin vermeniz akıllıca bir yaklaşım olacaktır.

👍 ÖNERİ

Örneğin bir akranıyla ilk kez tanıştığında onun yakınında olup nasıl davranması gerektiğine ilişkin müdahale etmek yerine onları uzaktan izlemeyi tercih edebilirsiniz.



Görsel 13 Betimleme: Büyük bir parkta tahterevalliye binen, salıncakta sallanan, kaydıraftan kayan, kum havuzunda oynayan, hayvanları seven, el ele gezen çocuklar, kenardaki bankta gazete okuyan bir erkek ve oyun parkının içinde çocuğunu izleyen bir anne

- ✓ Çocuğunuzun öz belirleme becerilerini desteklerken yapılacaklardan biri de ona çeşitli sorumluluklar vermektir. Her çocuk gibi çocuğunuzun da kendi yaptığı davranışların, yerine getirdiği sorumlulukların başkaları için önemli olduğunu bilmeye gereksinimi vardır. Bu nedenle kimi zaman risk olarak onlara sorumluluklar verebilir, aldıkları görevleri yerine getirmede başarılı olup olmadıklarını değerlendirmelerini isteyebilirsiniz.



Görsel 14 Betimleme: Mutfakta elinde paspas ile mutfağın yerini silen ve ellerinde eldiven ile üzerinde mutfak önlüğü olan gülümseyen genç kadın

👍 ÖNERİ

Örneğin eline bir alışveriş listesi vererek alışveriş yapmasını istediğiniz çocuğunuzdan market dönüşü listedekilerin ne kadarını doğru bir şekilde aldığını, para üstünü doğru alıp almadığını kendisinin kontrol etmesini isteyebilirsiniz.

- ✓ Karar verme becerilerini destekleyebilmek için evdeki kararların alınmasında ailenin bir üyesi olarak yaşına uygun konularda çocuğunuza da fikirlerini sormak onun öz belirleme becerilerini geliştirmesine yardımcı olabilir.



Görsel 15 Betimleme: Karşısında ekranı açık bilgisayar olan bize göre sol elindeki kalemi yukarı doğru kaldırarak gülümseyen genç kız. Genç kızın sağ üst tarafında boş bir konuşma balonu

👍 ÖNERİ

Örneğin evde alınan kararları çocuğunuzla tartışabilir, sorgulamasını isteyebilirsiniz. "Bu köşeye yeni bir koltuk almak istiyoruz. Senin bu konudaki fikrin nedir?", "Yaz tatilinde nereye gitmeyi isterdin?" gibi. Bu kararlarda çocuğunuza onun fikrinin de çok önemli olduğunu belirtebilirsiniz.

- ✓ Çocuğunuzun güçlü yanlarını keşfederek kendisine değer vermesini sağlamak için zaman zaman kendisini ödüllendirmesini sağlayabilirsiniz.

👍 ÖNERİ

Örneğin çocuğunuzla olumlu yönlerine ve güçlü yanlarına ilişkin konuşabilirsiniz. Matematikte yetersizlikler yaşasa bile resim yapmada oldukça başarılı olduğunu söylemek bu tarz bir konuşmaya örnektir. Çocuğunuzun yetersizlik durumunun sınırlılıklarına odaklanmak yerine her bireyin farklı olabileceğini ve farklılıkların her zaman olumsuz etkiler yaratmayacağını ona söyleyebilirsiniz.

- ✓ Çocuğunuz bir hedef belirlediğinde hedefine ulaşmayı değil bu süreçte yaşadıklarından neler öğrendiklerini konuşabilirsiniz.

👍 ÖNERİ

Örneğin önemli olan şeyin çocuğunuzun kendisi için belirlediği hedefe ulaşması değil bunun için çabalaması olduğunu vurgulayabilirsiniz. Ondan hedefine ulaşabilmesi için neleri eksik yaptığını ya da neleri düzeltmesi gerektiğini kendisine sormasını isteyebilirsiniz.

- ✓ Çocuğunuzun kendi eylemlerinin, başarılarının ya da başarısızlıklarının sorumluluğunu almasına izin verebilirsiniz.



Görsel 16 Betimleme: Bir kahraman gibi kollarını dirseklerinden bükerek yukarı kaldıran bir baba ve yanında onu taklit eden küçük erkek çocuğu

ÖNERİ

Örneğin bir başarısızlık yaşadığında "Ben sana olmayacağını söylemişim." sözü yerine bu kararın onun kararı olduğunu ve sonucunu da onun değerlendirmesi gerektiğini söyleyebilirsiniz.

- ✓ Öz belirleme becerilerini arttırmak için seçim yapma fırsatlarını şansa bırakmamanız gerekir. Çocuğunuzun seçim yapmasına izin vermek için her fırsatı kullanmak iyi bir yol olabilir. Günlük rutinlerin öğretimde kullanılması çocuğunuzun seçim yapma becerilerini desteklemede oldukça etkili yollardan birisidir.

ÖNERİ

Örneğin günlük yaşamınızda hava durumuna göre giyeceği kıyafeti belirlemeye, marketten alacağı ürünün hangisinin daha hesaplı olduğuna, eve kısa zamanda gitmesi için hangi yolu kullanması gerektiğine kadar karşısına çıkacak her seçimi kendisinin yapmasına ve kendi kararını kendisinin vermesine destek olabilirsiniz.

Benzer şekilde yemekte ne pişirileceği, tatile nereye gidileceği gibi konularda seçim fırsatı sunmak onun bu becerilerdeki deneyimini arttırabilir. Buna ek olarak çocuğunuzun yaptığı seçimlere saygı duymak onun öz belirleme düzeyini arttırmada oldukça önemlidir.

- ✓ Çocuğunuzun öz belirleme becerilerini desteklemenin bir diğer yolu çocuğunuza dürüstçe olumlu geri bildirimler sağlamaktır. Başarısızlık duygusunu hissettirmek yerine değiştirilmesi gereken davranışa odaklanmak çocuğunuzun motive edebilir.

ÖNERİ

Örneğin çocuğunuz ödevini tamamlamaya çalışıyor ancak bunu bir türlü başaramıyor olabilir. Burada ona vereceğiniz geri bildirim başarısızlığa değil eksikliği gidermeye ve onu cesaretlendirmeye yönelik olması önemli olacaktır.



Görsel 17 Betimleme: Üzerinde kitaplar, kalemlik, açık bir defter, yanında kalem ve açık bir bilgisayar bulunan masanın başında mutlu ifade ile duran bir aile. Bir eli defterin diğer eli bilgisayarın üzerinde babasına bakan kız, kızının omuzundan tutan anne ve bize göre sol elinin başparmağını yukarı kaldırmış, kızına tamam işareti yapan baba

- ✓ Çocuğunuzun öz belirleme düzeyini arttırmak için anne-baba olarak öz belirleme becerilerine ilişkin çocuğunuza iyi model olmanız son derece önemlidir.

👍 ÖNERİ

Örneğin günlük yaşamda öz belirleme becerilerini sergilerken doğru örnek olmak, öz belirlemeye hizmet eden davranışlarınızı seslendirerek ifade etmek çocuğunuza iyi bir rol model olmak açısından önemli olabilir.

Kendinizi iyi bir şey yaptığınızda ödüllendirmeniz, kararlarınızı zaman zaman yüksek sesle vermeniz, başarısız olduğunuzda bununla nasıl baş ettiğinizi göstermeniz çocuğunuzun bu becerileri daha kolay öğrenmesini sağlayabilir.

- ✓ Yukarıda sözü edilen ve günlük yaşamda çocuğunuzla gerçekleştirebileceğiniz örnekler her düzeydeki OSB olan birey için mümkün olmayabilir. OSB olan bazı bireyler yetersizlikten daha ağır düzeyde etkilenmiş olabilirler ve yukarıdaki örnekleri bağımsız olarak gerçekleştiremeyebilirler. Ancak unutulmamalıdır ki her düzeydeki OSB olan bireyin gerçekleştirebileceği çeşitli öz belirleme becerileri ve sizin de bu becerileri destekleyebileceğiniz yollar vardır.

ÖNERİ

Örneğin çocuğunuz yetersizlikten ağır düzeyde etkilenmişse görsel destekler kullanarak seçim yapmasını sağlayabilirsiniz. Serbest zaman etkinlikleri içerisinde seçim yaparken parka gitme ve dışarıda yemek yeme resimleri arasından birisini seçmesini isteyerek görsel destekleri kullanarak becerinin öğretimini gerçekleştirmiş olursunuz.

Neler Öğrendik?

OSB olan çocuklara sunulan eğitsel destekler onların yetişkinlik dönemlerinde bağımsız olarak yaşamlarını sürdürebilmelerini amaçlar. Bağımsızlık düzeyleri artan çocuklar pek çok bağımsız yaşam becerisini yardımsız gerçekleştirerek toplumsal yaşamın içinde kendilerine yer edinebilirler. Özel gereksinimli olsun ya da olmasın yetişkinlik dönemindeki tüm bireyler yaşamları hakkında kararlar alma, ileriye dönük planlar yapma, kendisine yönelik amaçlar belirleme ve bu amaçları gerçekleştirme hakkına sahiptirler. OSB olan çocuğunuz tıpkı tipik gelişen akranları gibi bazen deneme yanılma yoluyla bazen de çevresindeki diğer kişileri gözlemleyerek öz belirleme becerilerini öğrenebilirler. Ancak sözü edilen becerileri gerçekleştirmek bazen hepimiz için zor olabilmektedir. Bunun yanı sıra OSB olan bireyler hedef belirleme, problem çözme ve kendini değerlendirme gibi öz belirleme becerilerini yoğun ve sistematik bir eğitim sürecine ek olarak çeşitli uyarlamalarla öğrenebilirler ve günlük yaşamlarına aktarabilirler. Bu becerileri yapmaları onların günlük yaşamlarında sergiledikleri diğer becerileri de daha sık gerçekleştirmelerini sağlamaktadır.

Öz belirleme becerileri liderlik yapma, seçim yapma, karar verme, problem çözme, hedef belirleme ve hedefe ulaşma, kendi güvenliğini sağlama, öz yönetim, öz pekiştirme, öz izleme, öz savunma ve liderlik yapma, içsel kontrol sağlama, öz yeterlik ve olumlu sonuç beklentisi, öz farkındalık ve öz bilgi becerileridir. Öz belirleme düzeyleri artan çocukların öğretime odaklanmaları ve akademik başarıları artar. Bu çocuklar/gençler kendi ilgilerini, tercihlerini, güçlü yanlarını belirleyebilirler. Hedeflerini ve gelecekte yapmak istediklerini başkalarıyla paylaşabilirler. Yaşamları için önemli adımlar atabilirler. Psikolojik açıdan dengeli bir kişilik sağlayabilirler.

Çocuğunuzun öz belirleme becerilerini günlük yaşamında ne ölçüde kullandığını değerlendirebilmek için bu becerileri birden fazla ortamda, birden çok durumda gerçekleştirip gerçekleştirmediğini belirlemek gerekir. Çocuğunuzun öz belirleme becerilerini desteklerken yapmanız gereken ilk şey onun bu becerileri öğrenemeyeceğine ilişkin oluşturan ön yargılarınızı bir kenara bırakmak olacaktır. Toplumda OSB olan bireylerin oldukça karmaşık gibi görünen öz belirleme becerilerini kazanamayacaklarına ilişkin yaygın bir düşünce hâkimdir.

Ancak gerekli eğitsel destekler sunulduğunda OSB olan çocuklar/gençler de akranları gibi öz belirleme becerilerini kolaylıkla öğrenebilirler. Gerçekleştirilen bilimsel çalışmalar öz belirleme becerilerinin basamaklara bölünüp birer birer kazandırıldığında, doğal ortamlarda çalışıldığında ve kazandıkları beceriler günlük yaşamda yakın çevreleri tarafından desteklendiğinde OSB olan bireyler tarafından kolaylıkla öğrenildiğini göstermektedir.

Yararlanılan Kaynaklar

- [1] Wehmeyer, M. L., Shogren, K. A., Zager, D., Smith, T. E., & Simpson, R. (2010). based principles and practices for educating students with autism: Self-determination and social interactions. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 475-486.
- [2] Ward, M. J., & Meyer, R. N. (1999). Self-determination for people with developmental disabilities and autism: Two self-advocates' perspectives. *Focus on Autism and other Developmental Disabilities*, 14(3), 133-139.
- [3] Carter, E. W., Lane, K. L., Cooney, M., Weir, K., Moss, C. K., & Machalicek, W. (2013). Parent assessments of self-determination importance and performance for students with autism or intellectual disability. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 118(1), 16-31.
- [4] Cheak-Zamora, N. C., Maurer-Batjer, A., Malow, B. A., & Coleman, A. (2020). Self-determination in young adults with autism spectrum disorder. *Autism*, 24(3), 605-616.
- [5] White, K., Flanagan, T. D., & Nadig, A. (2018). Examining the relationship between self-determination and quality of life in young adults with autism spectrum disorder. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 30(6), 735-754.
- [6] Orum-Çattık, E. (2020). Otizm spektrum bozukluğu olan genç yetişkinlerin bağımsızlığa hazırlanmalarında öz belirleme öğrenme modelinin etkileri, [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- [7] Wehmeyer, M. L. (2014). *Selfdetermination: A family affair*. *Family Relations*, 63(1), 178-184.
- [8] Field, S., & Hoffman, A. (1999). The importance of family involvement for promoting self-determination in adolescents with autism and other developmental disabilities. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 14(1), 36-41.
- [9] Getzel, E. E., & Thoma, C. A. (2008). Experiences of college students with disabilities and the importance of self-determination in higher education settings. *Career Development for Exceptional Individuals*, 31(2), 77-84.
- [10] Brotherson, M. J., Cook, C. C., Erwin, E. J., & Weigel, C. J. (2008). Understanding sel-

f-determination and families of young children with disabilities in home environments. *Journal of Early Intervention*, 31(1), 22-43.

- [11] Erwin, E. J., Brotherson, M. J., Palmer, S. B., Cook, C. C., Weigel, C. J., & Summers, J. A. (2009). How to promote self-determination for young children with disabilities: Evidenced-based strategies for early childhood practitioners and families. *Young Exceptional Children*, 12(2), 27-37.

BÖLÜM 5

Dr. Öğr. Üyesi Serap DOĞAN ASLAN



**AKADEMİK BECERİLERİ
DESTEKLEME**

Genel Amaç

Bu bölümde aileler III. kademe akademik becerilerin neler olduğunu, önemini ve bu becerilerle ilgili çocuğuyla yapabileceği etkinlikleri açıklayabileceklerdir.

Kazanımlar

Bu bölümde aileler, bakım verenler aşağıdaki kazanımları edinirler:

- Akademik becerileri açıklar.
- III. kademenin kritik özelliklerini açıklar.
- III. kademedeki çocuklarıyla yapabilecekleri destek çalışmalarını tanımlar.
- III. kademedeki çocuğunun ev ödevleri için yapabileceklerini açıklar.
- Çocuğun öğrendiği akademik becerileri desteklemek için destek çalışmaları yapar.

İçerik

1. Akademik Beceriler
2. III. Kademedeki Akademik Beceriler
3. Türkçe
4. Matematik
5. Akademik Becerilere İlişkin Doğru Bilinen Yanlışlar
6. Çocuğun Eğitim Yaşamına Anne-Baba Katılımının Önemi
7. Anne-Babaların Çocuğuyla Yapabileceği Çalışmalar
8. Öğretmen/Öğretmenler Tarafından Verilen Ev Ödevlerine Yardımcı Olma
9. Okuldaki Konuları Destekleyici Çalışmalar Yapma
10. Neler Öğrendik?
11. Yararlanılan Kaynaklar

Açıklamalar

Bu bölümde III. kademedeki öğrenim gören otizm spektrum bozukluğu (OSB) tanılı çocuğa sahip anne-babalara çocuklarının öğrendiği matematik ve Türkçe derslerindeki becerilerin neler olduğu, önemi, çocuklarıyla yapabilecekleri çalışmalar, ev ödevleri ve okuldaki dersleri desteklemek üzere yapabilecekleri destekleyici çalışmalara ilişkin açıklamalar yer almaktadır. Bilgilendirici kısımlara ilişkin açıklamaları dikkatlice okumanız, uygulamaya yönelik etkinliklerin aynısını ya da benzerini kendinize ve çocuğunuza göre gerçekleştirmeniz bu bölümün amacına uygun olarak tamamlanmasını sağlayacaktır.

Giriş

Sevgili Aileler,

Eğitim sistemindeki her öğrenci yaşı ilerledikçe ve şartları taşıyorsa bir üst sınıfa ya da eğitim kademesine (ör. ilkokuldan ortaokula, ortaokuldan liseye) geçmeye hak kazanır. Bu durum özel gereksinimli öğrenciler için de geçerlidir.

Özel gereksinimli öğrenciler için hazırlanan öğretim programları, onların şu anda içinde buldukları ve gelecekte içinde bulunacakları ortam açısından son derece önemlidir. Bu programların içeriği özel gereksinimli öğrencilerin ömür boyu kullanabilecekleri bilgi, beceri ve kavramlardan oluşmaktadır. Özel gereksinimli öğrencilerin bu bilgi, beceri ve kavramları günlük yaşamlarında da kullanarak kendilerini bilişsel, psikolojik, sosyal alan gibi çeşitli açılardan geliştirmeleri beklenir. Böylece bağımsızlaşmaları yolunda bir adım atmaları sağlanır.

Öğretim programlarının her öğrencide amacına ulaşması için öğrenci merkezde olmak üzere pek çok kişinin desteği oldukça önemlidir. Bu süreçte öğretmenler, okul yönetimi, destek personel, akranlar gibi kişilerin yanı sıra aileler oldukça kritik bir öneme sahiptir.

Her aile eğitim, sosyal, ekonomik ve kültürel açıdan birbirinden oldukça farklıdır. Kısacası aileler farklı özelliklere sahiptir. Bir kısmı çocuklarına nasıl destek olacaklarını bilebilir, bir kısmıysa hiç bilmeyebilir. Hangi aile özelliğinde olursanız olun bu konuda en çok ihtiyaç duyacağınız konulardan biri de muhtemelen çocuğunuzun akademik becerilerine (ör. Türkçe, matematik) nasıl katkı sağlayacağınızdır. Kitabınızın bu bölümünde III. kademe öğrenci gören OSB olan çocuğunuzun akademik becerilerini destekleyebilmeniz, sunduğunuz desteği daha nitelikli hâle getirebilmeniz için akademik becerilere ilişkin bilgiler, çocuğunuzla gerçekleştirmeniz için etkinlik örnekleri ve öneriler yer almaktadır.

YAŞAMDAN BİR KESİT

17 yaşındaki Nesrin, Ali Bey ve Necla Hanım'ın iki çocuğundan en büyüğüdür. Kendisinden altı yaş küçük bir erkek kardeşi olan Nesrin bu yıl evlerine yakın olan bir özel eğitim mesleki eğitim merkezine başlamıştır. Okuluna severek devam eden Nesrin bu yıl ilk yılı olduğu için akademik dersler görmektedir. Özellikle Türkçe dersinde okuduğunu anlama çalışmalarını yaparken zorlanmakta, ödevlerini eksik ya da yanlış yapmaktadır. Öğretmeni Nesrin'in genel durumunu, diğer derslere ilişkin neler yapabildiklerini, nelerde zorlandığını dersine giren branş öğretmenleriyle konuştuğunda onun özellikle Türkçe dersinde bir güçlük yaşadığını anlamıştır. Ancak bu durumdan daha da emin olabilmek için Nesrin'in ailesiyle konuşmaya karar vermiştir. Ali Bey ve Necla Hanım öğretmenle kısa bir telefon görüşmesi yapıp yüz yüze görüşmek için randevu aldılar.

Bu telefonla görüşmesinden sonra da kızlarının Türkçe dersiyle ilgili ne yaşadığını düşünmeye başladılar. Necla Hanım eşine "Ben Nesrin'in zorlandığını biliyordum bu derste. Ama elimden bir şey gelmiyordu ki. Yani nasıl yardımcı olacaktım ki ona." cümlesiyle düşüncelerini belirtirken Ali Bey de "Haklısın hanım. Sonuçta biz öğretmen değiliz ki. Daha ne yapacağız? Kızımız okulda öğreniyor zaten." diyerek eşine destek vermiştir. Ali Bey ve Necla Hanım'ın öğretmenle görüşeceği gün gelip çatmıştı. Ali Bey işten izin alıp eve eşini almaya gelmişti. Yolda öğretmene kızlarının bu dersle ilgili yaşadığı sorununa hangi çözüm önerilerini sunacaklarını tartışmışlardı. Necla Hanım "Bence öğretmen eve daha çok ödev versin." derken Ali Bey "Yani evet bu da olabilir ama bence okulda çok fazla konu işleminler." cümlesiyle görüşünü dile getirmiştir. Okula geldiklerinde Cezmi öğretmeni bulup toplantı odasına geçtiler. Cezmi öğretmen Nesrin'in durumunu anlatıp, aileyi dinledikten sonra "Keşke Nesrin'in zorlandığını görüp benimle iletişime geçseydiniz ya da siz bu dersle ilgili ona destek olsaydınız." dedi. Ali Bey ve Necla Hanım aynı anda "İyi ama Cezmi Bey biz öğretmen değiliz ki! Biz mi kızımıza ne yapacağını öğreteceğiz. Biz evde ne yapabiliriz?" diyerek şaşkınlıkla yanıt verdiler.

Sevgili Anne ve Babalar,

Yukarıdaki hikâyeye pek çoğunuza tanıdık gelmiş olabilir. Sizin de yukarıdaki hikâyedeki gibi III. kademeye devam eden çocuğunuzun zorlandığı akademik dersler olabilir. Siz de tıpkı hikâyedeki anne ve baba gibi çocuğunuza bu derslerde nasıl destek olacağınızı bilemiyor olabilirsiniz. Kitabınızın bu bölümünde siz anne babaların III. kademedeki eğitimine devam eden çocuğunuza akademik derslerde nasıl destek olacağınıza ilişkin açıklamalar, videolar ve örnekler yer almaktadır.

Akademik Beceriler

Öğrenim hayatına devam eden her öğrencinin programında farklı dersler yer almaktadır. Özel gereksinimli öğrencilerin devam ettiği bazı okullarda izlenen eğitim programlarındaki dersler genellikle onların günlük yaşamlarında da gereksinimleri olan akademik becerilerden oluşmaktadır (1, 2). Akademik beceriler genellikle matematik, Türkçe, fen gibi okul dersleriyle ilgili olan konuları kapsamaktadır. Öğrenciler akademik becerileri okulda öğrenir. Öğrencilerden öğrendikleri bu akademik becerileri okul dışında günlük yaşamlarında da kullanarak farklı ortam, kişi ya da zamanlarda öğrendiği bu akademik becerileri göstermesi beklenir.

! DİKKAT

Akademik beceriler okulla sınırlı değildir. Bu beceriler günlük yaşamda farklı ortamlarda, zamanlarda ve durumlarda kullanılabilir.

Öğrencilerin okulda öğrendikleri akademik becerileri sadece sınıfta ya da okulda göstermesi, söylemesi yeterli değildir. Öğrendikleri akademik becerileri okul dışındaki ortamlarda da göstermeleri beklenir. Öğrencilerin öğrendikleri akademik becerileri günlük yaşamlarında gösterebiliyor olması öğrenilen akademik beceriyi okul dışına da aktarabildiklerini, yanı sıra bu becerileri uygun biçimde kullanmaları onların bağımsızlığa bir adım daha yaklaştığını gösteren bir veridir. Bu bağlamda özel gereksinimli öğrencinin öğrendiği akademik becerileri farklı ortamlarda kullanması onun bağımsız bir birey olabilmesi için çok önemlidir. Son derece kritik olan bu durum özel gereksinimli öğrencinin kendisi kadar anne-babası açısından da önemlidir.

Öğretim programlarındaki akademik beceriler çeşitli dersleri içermektedir. Ancak bazı dersler farklı derslerin ve pek çok becerinin öğretilmesi için adeta ön koşul niteliğindedir. Bir başka deyişle bazı akademik dersler öğrenilmeden başka derslerin öğretilmesi uygun ve mümkün olmayabilir. Örneğin matematik ve okuma gibi temel derslerdeki beceriler genellikle diğer tüm derslerdeki konuların/öğrenme alanlarının temelini oluşturmaktadır. Bu nedenle okuma, yazma ve matematik okullardaki en temel beceriler olarak ifade edilmektedir (1, 2, 3, 4). Bu temel becerileri öğrenen bireyler farklı eğitim kademelerindeki dersleri daha kolaylıkla öğrenebilirler. Yanı sıra bir üst eğitim kademesine daha kolay geçiş yapabilirler. Örneğin II. kademedeki eğitime devam eden bir öğrencinin matematik dersine ilişkin öğrendikleri, sonraki eğitim kademesi olan III. kademedeki matematik dersindeki amaçları daha kolay öğrenmesini sağlayabilir. Benzer şekilde okumayı II. kademedeki öğrenen bir öğrenci öğrendiği bu beceriyi III. kademedeki okuduğunu anlama becerisini içeren herhangi bir derse ya da Türkçe dersindeki diğer amaçlara kolaylıkla yansıtabilir. Dolayısıyla temel beceriler farklı derslerle ya da konularla ilişkilidir. III. kademedeki dersler ve bu derslerde öğrenilen beceriler öğrencilerin, okul sonrası yaşamlarına, uygunsa üniversiteye, istihdama ve toplumsal yaşama geçişlerini sağlamak gibi noktalar açısından da önemlidir (5).

! DİKKAT

III. kademedeki akademik beceriler okul sonrası yaşama, uygunsa üniversiteye, istihdama ve toplumsal yaşama geçiş gibi noktalar açısından da önemlidir.

III. Kademe Akademik Beceriler



DÜŞÜNÜN

III. kademe akademik beceriler çocuğunuz için neden önemlidir? Bu konu hakkında neler düşünüyorsunuz?

III. kademe 9, 10, 11 ve 12. sınıf düzeylerini kapsayan ve genellikle 15-18 yaşlarındaki öğrencilerin devam ettiği eğitim kademesidir. Bu kademe daha önceki okul öncesi, birinci ve ikinci kademeye ek olarak birbirini bütünleyen bir şekilde belli amaçlara ulaşmayı hedeflemektedir.



DİKKAT

III. kademe beceriler II. kademe becerilerin devamı niteliğindedir. Ayrıca III. kademe beceriler II. kademe becerilere göre daha karmaşık ve zorlu olabilir.

Eğitim sistemindeki akademik programlar öğrencilerin günlük yaşamında da kullanabileceği şekilde hazırlanmıştır. III. kademe akademik beceriler II. kademe akademik becerilerin daha kapsamlı hâlidir. Bireylerin diğer eğitim kademeleriyle birlikte III. kademeyi de başarılı ve istenilen sonuçlarla tamamlaması, okul sonrası yaşama geçişin daha kolay, yumuşak ve sorunsuz olmasını sağlayabilir (5).

III. kademede akademik beceriler II. kademedeki akademik becerilerin öğrenme alanlarıyla aynı olmakla birlikte II. kademedeki becerilerin devamı niteliğindedir ve daha karmaşık hâlidir. Kitabınızın bu bölümünde III. kademe akademik becerilerden Türkçe ve matematik derslerindeki becerilere yer verilmiştir.

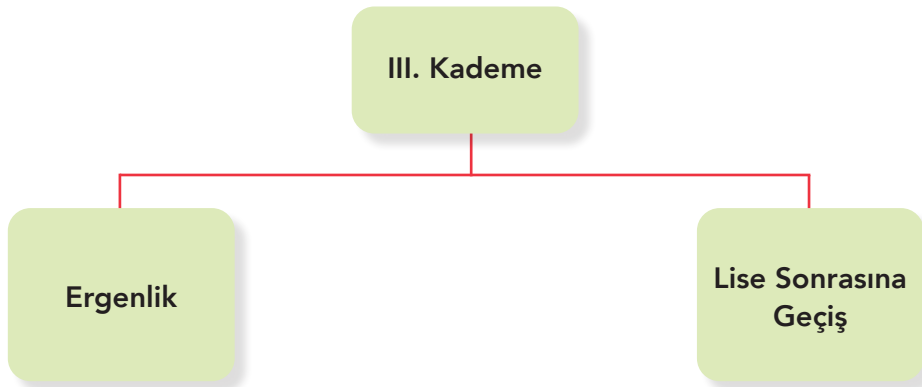


III. Kademe
Akademik
Beceriler

* Türkçe
* Matematik

Şekil 5.1 III. Kademe Akademik Beceriler

Bu bölümde Şekil 5.1’de III. kademede yer alan temel akademik becerilerden Türkçe ve matematik derslerindeki becerilere yer verilmiştir. Türkçe ve matematik derslerinin yanı sıra III. kademeye özel eğitim programları açısından bakıldığında dersler bağlamında bazı farklılıklar bulunduğu görülmektedir. Örneğin özel eğitim uygulama okulu II. kademe programında günlük yaşam becerileri dersi yer alırken III. kademede bağımsız yaşam becerileri dersi yer almaktadır (2). III. kademedeki akademik beceriler I. ve II. kademeye göre genel olarak daha karmaşık ve zor olabilir. Bu kademedeki akademik becerilerin günlük yaşamda desteklenmesi ve çeşitli etkinliklerin yapılması son derece önemlidir (6).



Şekil 5.2 III. Kademenin Kritik Özellikleri

III. Kademenin Kritik Özellikleri

Ergenlik, 10-19 yaş arasını kapsayan ve çocuklukla yetişkinlik arasındaki bir dönemdir (7). Bir başka tanıma göre ise çocukla yetişkinlik arasındaki bir geçiştir. Bu dönem tüm bireylerde fiziksel, bilişsel, psikolojik, sosyal özellikler başta olmak üzere içerisinde farklı değişiklikleri barındırır. Bu değişiklikler karar verme, seçim yapma, tercihte bulunma, çevreyle etkileşime girme gibi pek çok durumu etkileyebilmektedir (8). Bu nedenle bu dönem ergenliğe adım atan çocuklar ve aileleri için oldukça streslidir.

Tüm bu değişiklikler her bireyde aynı yoğunlukta, şiddette ve biçimde ortaya çıkmayacağı gibi her bireyde aynı yaşta ya da yaş aralığında da ortaya çıkmayabilir. Bir başka deyişle ergenlik farklı basamaklarda görülebilir. Erken, orta ve gecikmiş ergenlik farklı basamaklardaki ergenlik dönemleridir. Her basamak farklı yaş aralığını kapsamaktadır. Farklı yaş aralıklarında bireyin neler yaşayabileceğini bilmek hem birey hem de aile açısından daha iyi bir iletişim kurulmasını sağlar. Kitabınızın bu bölümü III. kademede eğitimlerine devam eden öğrencileri kapsadığı için ergenlik basamaklarından olan “orta ergenlik” basamağına ayrıntılı biçimde yer vermek daha doğru olacaktır (9).



Görsel 1 Betimleme: Kanepede düşünceli bir şekilde yere bakarak oturan genç kız ve yanında anlayışlı bir ifadeyle onun yüzüne doğru eğilmiş elini omzuna koyan annesi

Orta ergenlik basamağı 14-17 yaş aralığını kapsamaktadır. Ergenliğin doğasından kaynaklı fiziksel değişiklikler orta ergenlik döneminde de devam eder. Bu yaşlarda birçok genç romantik ilişkilere ilgi duymaya başlar. Birçok orta ergen, daha fazla bağımsızlık kazanmak için çevresiyle çatışmalar yaşar ve ebeveynleriyle daha fazla tartışır. Beyin bu aşamada değişmeye ve olgunlaşmaya devam eder, ancak bir orta ergenin bir yetişkine kıyasla nasıl düşündüğü konusunda hâlâ birçok farklılık bulunmaktadır (9). Açıklamalardan da anlaşılacağı gibi bu dönem anne-babalar açısından yalnızca III. kademeye devam eden bir çocuklarının olduğu anlamına gelmeyebilir. Bu bağlamda anne-babalar olarak sizler çocuğunuzu iyi gözlemlemek, ondaki değişiklikler hakkında çocuğunuz isterse ve izin verirse konuşmak, dersleri ve okul başarısı, içinde bulunduğu dönemin özellikleri gibi tüm süreci bütünlüklü anlamaya çalışmalısınız.

Geçişler tüm bireyler için yaşamın en kritik dönemlerindedir. Bu dönem tüm bireyler için yeni, zor ve sancılı bir süreci de ifade etmektedir (10). Geçişler hayatın her alanındadır. Örneğin özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinden eve gitmek, parktan alışveriş merkezine gitmek gün içinde gerçekleştirdiğimiz geçiş örnekleridir. Günlük olarak gerçekleştirdiğimiz bu geçişlerin yanı sıra eğitim kademeleri arasında da geçişler söz konusudur. İlkokuldan

ortaokula, ortaokuldan liseye geçmek eğitim kademeleri arasındaki geçişlere örnektir. Bu kademeler arasındaki geçiş ne kadar kolay ve istenilen şekilde olursa sonraki kademelerde yaşanabilecek sorunlar o derece aza indirilebilir. Bu bağlamda III. kademeye devam eden bir öğrencinin lise sonrasındaki iş, devam edecekse üniversiteye geçişi kolaylaştıracak bir aşamada olduğu unutulmamalıdır. Bu yönüyle düşünüldüğünde sonrasında bir eğitim kademesine geçmeyecekse, bir başka deyişle lise sonrasında yükseköğretime devam etmeyecekse, III. kademenin çocuğunuzun örgün eğitiminin son aşaması olduğu unutulmamalıdır. Dolayısıyla bu dönemde derslerde öğrenilenlerin ve edinilen diğer becerilerin devam edecekse bir üst kademeye sorunsuz geçişi, yeni eğitim ortamlarında bulunmayı sağlaması, yaşamının diğer alanlarında kullanabilmesi gibi yönlerden önemli olduğunu belirtmek gerekir (11). Geçişler konusunda daha ayrıntılı bilgi elde etmek için Özel Eğitimde Ailelerle Çalışma Kitabı'nın 2. bölümü olan "Geçişler ve Geçiş Planlamaları" bölümünü dikkatlice okumalısınız.

! DİKKAT

III. kademede eğitimlerine devam eden öğrencilerin ergenlik döneminde oldukları unutulmamalıdır.

Hangi beceri, ders ya da akademik becerilerden biri olursa olsun öğrenmenin dört aşaması bulunmaktadır. Bu aşamaların dördünü aşağıdaki açıklamalara göre edinen her bireyin öğrendiği varsayılmaktadır. Öğrenmenin aşamaları Şekil 5.3'te yer almaktadır.



Şekil 5.3 Öğrenmenin Aşamaları

Şekil 5.3'e baktığınızda çocuğunuzun bir akademik beceriyi tam olarak öğrenmesi için dört farklı aşamanın gerçekleşmesi gerektiğini göreceksiniz. Her aşamanın ne anlama geldiği izleyen paragraflarda açıklanmaktadır.

Edinim: Çocuğunuzun öğrendiği davranışı belli bir doğruluk düzeyinde yerine getirmesidir. Öğretmenin çocuğunuza söylenenleri bakmadan yazmayı öğrettiğini düşünelim. Bu aşamada çocuğunuzdan söylediğiniz cümleleri kitaba bakmadan yazmasını istediğinizde defterine cümleleri doğru şekilde/öğretmenin öğrettiği şekilde yazması edinim aşamasına bir örnektir.

Akıcılık: Çocuğunuzun öğrendiği davranışı belli bir hızla yerine getirmesidir. Çocuğunuzun özellikleri (ör. el kaslarını kullanma becerisi, el-göz koordinasyonu) dikkate alınarak kendisine söylenen cümleleri kitaba bakmadan 5-10 sn. içerisinde defterine doğru şekilde yazması akıcılık aşamasına bir örnektir.

Kalıcılık: Çocuğunuzun öğrendiği davranışı öğretim sona erdikten belli bir süre sonra da yerine getirmesidir. Çocuğunuzun kendisine söylenen cümleleri kitaba bakmadan yazmayı öğrendikten ve öğretimin üzerinden belli bir süre (ör. birkaç gün, birkaç hafta, bir ay sonra vb.) geçtikten sonra da istendiğinde kendisine söylenen cümleleri defterine doğru şekilde yazması kalıcılık aşamasına örnek olarak verilebilir.

Genelleme: Çocuğunuzun öğrendiği davranışı farklı ortam, kişi, durum ve araç gereçlerle de yerine getirmesidir. Çocuğunuzun kendisine söylenen cümleleri kitaba bakmadan yazmayı öğrendikten sonra siz ya da bir başkası (kişi genellemesi) yapmasını istediğinde, farklı araç gereçleri (ör. farklı kalemlerle, farklı büyüklükteki bir deftere, tahtaya, bilgisayara yazması vb.) kullanarak (araç gereç genellemesi) yapması istendiğinde, farklı ortamda (ör. evde, bir akrabasının evinde, kafede vb.) yapması (ortam genellemesi) istendiğinde kendisine söylenen cümleleri defterine doğru şekilde yazması genelleme aşamasına bir örnektir.

Değerli Anne ve Babalar,

Çocuğunuzla hangi akademik beceriyi desteklemek üzere çalışırsanız çalışın ve çocuğunuz yukarıda sıralanan öğrenme aşamalarından hangisinde olursa olsun sizlerden çocuğunuzun farklı etkinliklerle desteklemeniz beklenmektedir. Unutmayın ki öğrenmenin tüm aşamalarını gerçekleştirerek "tam" bir öğrenmeyi sağlamak için oldukça önemlidir. Öğretmeninizin çocuğunuza öğrettiği her akademik beceriyi öğrenmenin aşamalarını dikkate alarak desteklemeniz çocuğunuzun çalışılan akademik becerileri daha hızlı ve kolay biçimde öğrenmesini sağlayacaktır. Burada önemli olan nokta akademik becerileri desteklerken öğretmeninizin söylediği şeyleri "zamanında" ve "eksiksiz" şekilde yerine getirmenizdir.

ÖRNEK OLAY

Türkçe

Meltem 16 yaşında kaynaştırma uygulamaları kapsamında meslek lisesine devam eden bir öğrencidir. Meltem tüm derslerde genel olarak ödevlerini, verilen sorumlulukları zamanında ve doğru biçimde yerine getirmekte ve sorun yaşamamaktadır. Ancak Meltem Türkçe dersinde öğrendikleri son konu olan noktalama işaretlerinde oldukça zorlanmaktaydı. Hangi işareti nasıl kullanacağı, o işaretin anlamı gibi konuları eve gelince unutmaktaydı.

Annesi de Meltem'in yaşadığı bu zorluğu okulda yapılan çalışmalarını kontrol ettiğinde, ödevlerini yaptığında fark etmekteydi. Bu sıkıntılı durumun sonucunda annesi Meltem'in öğretmenleriyle görüşmeye karar vermişti. Bu görüşmede Meltem'in Türkçe dersinde yaşadığı bu güçlükleri aşacağını düşünmekteydi. Sabırsızlıkla öğretmenle görüşeceği günü beklemekteydi.



Görsel 2 Betimleme: Masa başında oturan, önünde kitapların ve defterlerin olduğu etrafı soru işaretleri ile çevrili bir genç

Sevgili Anne ve Babalar,

Kitabınızın bu bölümünde Türkçe dersine ve çocuğunuzun Türkçe dersini nasıl destekleyebileceğinize ilişkin bilgiler **"Türkçe Dersine İlişkin Yapılacak Etkinlikler"** başlığında açıklanmaktadır.

III. kademedeki akademik becerilerinden olan Türkçe dersi Millî Eğitim Bakanlığı (MEB) tarafından hazırlanan programda yer alan derslerden birisidir. Bu öğretim programı altı farklı öğrenme alanından oluşmaktadır. Bu alanlar işlevsel okuma yazma, okuduğunu anlama, yazılı ifade, dinlediğini anlama ve sözlü iletişimdir (13). Türkçe dersinin temelinde okuma ve yazma becerileri olduğu için III. kademede bu ders okuma yazma içerikleriyle açıklanmıştır. Aşağıda bu derse ve alt becerilerine ilişkin çeşitli bilgiler yer almaktadır.

- ✓ Okuma ve yazma, Türkçe Dersi Öğretim Programı'yla öğretilir.

- ✓ Eğitim yaşamının temelini oluşturmaktadır (2, 14).
- ✓ Okuldaki en önemli akademik becerilerdendir (14).
- ✓ I, II ve III. kademedede de yer alan bir beceri ve programda bir derstir (2).
- ✓ Bireylerin yaşamları boyunca gereksinim duyacağı bir derstir. Günlük yaşamda iş başvuru formu doldurulurken, bankada işlem yapılırken, mesaj ya da e-posta gönderilirken, dilekçe yazılırken bu derste öğrenilen bilgi ve beceriler kullanılır (15).
- ✓ Okul öncesi I, II ve III. kademedede birbirini tamamlayıcı ve bütüncül bir içerik oluşturulmuştur.
- ✓ Hazırlık becerileri okul öncesinden başlamaktadır.
- ✓ Genellikle ilköğretim çağında öğrenilen bir beceridir (16).
- ✓ Bireylerin yaşamı boyunca gerekli olan bir derstir.
- ✓ Genellikle öğretmenler tarafından okullarda öğretilir.
- ✓ Türkçe dersi önceden hazırlanan belirli bir sistematik ve program dahilinde öğretilmektedir (16).
- ✓ Türkçe dersi amacına uygun olarak bireylerin günlük yaşamda da kullanabilmesi için öğretilmektedir (16). Örneğin alacağınız ürünün özelliklerini okurken, iş yerinde herhangi bir işi gerçekleştirirken, restoranda menüye bakarken, hangi tramvay/otobüse binileceğine ilişkin güzergâhı okurken okuma becerilerinden yararlanırsınız.
- ✓ Türkçe dersiyle duygu, düşünce ve ifade edilmeyen pek çok şey yazıya dökülebilir (16).
- ✓ Yalnızca söylenenin ya da gösterilenin yazıya dökülmesini değil, kişinin duygu ve düşüncelerini de aktarmasını sağlayan bir iletişim aracıdır.
- ✓ Sadece okuma yazma ya da Türkçe dersiyle sınırlı bir beceri değildir. Diğer derslerde de kullanılan bir beceridir. Örneğin hayat bilgisi dersinde söylenenler yazılırken, matematik dersinde dört işlem problemleri çözülürken, müzik dersinde notalar yazılırken yazma becerisinden yararlanır.
- ✓ Bu ders sayesinde insanlarda akademik, sosyal, düşünsel açıdan olumlu pek çok değişiklik meydana gelir.

Türkçe Dersi Öğretim Programı'nın çocuklarda aşağıda sıralanan amaçları gerçekleştirebileceği düşünülmektedir (13). Çocukların;

- ✓ Türkçeyi konuşma ve yazma kurallarına uygun olarak doğru kullanmalarının sağlanması,
- ✓ Yaşamları boyunca kullanacakları temel okuma yazma becerilerini kazanmalarının sağlanması,
- ✓ Okuma yazma sevgisi ve alışkanlığı kazanmalarının sağlanması,
- ✓ Sözlü iletişim becerilerini kullanarak iletişim kurmalarının sağlanması,
- ✓ Dinleme, izleme ve konuşma becerilerinin geliştirilmesi,
- ✓ Anlama, sınıflama, sıralama, ilişki kurma, tahmin etme gibi bilişsel becerilerinin geliştirilmesi,
- ✓ Sözcük dağarcıklarının ve anlatım becerilerinin geliştirilmesi,
- ✓ Gerçek yaşam uygulamalarında okuma yazma becerilerini kullanmalarının sağlanması,
- ✓ Okuduğunu anlamaya ve yazılı ifadeye hazırlık becerilerini geliştirmesi,
- ✓ İşlevsel okuma yazma becerilerini günlük ve sosyal yaşamlarında kullanmalarının sağlanması,
- ✓ Millî, manevi, ahlaki, tarihî, kültürel, sosyal değerlerin farkına varmalarının sağlanması,

Yukarıdaki açıklamalardan da anlaşılacağı gibi Türkçe bir dersten çok daha fazlası anlamına gelmektedir.

ÖNERİ

Millî Eğitim Bakanlığının hazırladığı Türkçe Dersi Öğretim Programı'ndaki III. kademeye (9, 10, 11 ve 12. sınıf) ilişkin amaçların, etkinlik örneklerinin ve daha fazlasının yer aldığı ayrıntılı bilgilere

<https://orgm.meb.gov.tr/www/ozel-egitim-ile-ilgili-yayimlar/icerik/123>

linkinden erişebilirsiniz.

ÖRNEK OLAY

Matematik

Salih 16 yaşındadır. Lisede kaynaştırma uygulamasından yararlanan bir öğrencidir. Okulunda tüm derslerine seyerek ve isteyerek çalışan, dersleri dikkatli dinleyen Salih, sadece matematik dersinde zorlanmaktadır. Başta matematik öğretmeni olmak üzere annesi ve babası da Salih'in yaşadığı bu zorluğun farkındadır. Öğretmeni Salih'in sınıfta yalnızca matematik dersinde dikkatinin dağıldığını ve sıkıldığını gözlemlerken ailesi de benzer şekilde evde yalnızca matematik ödevlerini son dakikaya bıraktığını ve geçiştirdiğini, ayrıca sıkılarak ödev yaptığını fark etmiştir.



Görsel 3 Betimlemesi: Tahtada işlem yapan genç

Anne ve babası Salih'in yaşadığı zorlukların giderek arttığını fark edince bu durum için öğretmeninden randevu almışlardır. Öğretmeniyle olan görüşmeden sonra anne ve babası durumun görüldüğünden çok daha ileri boyutta olduğunu anlamışlardır.

Sevgili Anne ve Babalar,

Kitabınızın bu bölümünde matematik dersine ve çocuğunuzun matematik dersini nasıl destekleyebileceğinize ilişkin bilgiler "Matematik Dersine İlişkin Yapılacak Etkinlikler" başlığında açıklanmaktadır.

- ✓ Türkçe gibi matematik de III. kademenin temel akademik derslerindedir.
- ✓ Matematik dersinde temel beceriler en başta öğretilir ve giderek zorlaşan bir şekilde devam eder.
- ✓ Okul öncesi dönemden itibaren öğrenilen bir beceridir.
- ✓ Yalnızca sayılarla ilgili bir alan değildir. Düşünme, ilişki kurma, sorgulama, hatırlama gibi pek çok alana katkı sağlar.
- ✓ Günlük yaşamda farklı ortamlarda kullanılan bir beceridir.

- ✓ Somut ve soyut düşünmenin gerçekleştiği akademik derslerdendir.
- ✓ Bireylerde yeni ve farklı öğrenmelerin oluşmasını sağlar.

! DİKKAT

Matematik yalnızca sayılarla ilgili temel bir akademik beceri değildir. Genellikle okulda öğretilse de okul dışında pazarda, markette, bankada, toplu taşıma araçlarına ücret öderken para biriktirirken hep hayatın içinde olan en temel becerilerdendir.

Matematik Neden Önemlidir?

SORU

Çocuğunuzun matematik becerilerini öğrenmesi onun şimdiki ve gelecekteki yaşamı açısından neden önemlidir?

- ✓ En temel akademik becerilerdendir (18).
- ✓ Okulda öğrenilenlerin okul dışında da kullanılmasını sağlar. Yemek tariflerindeki malzemeler koyulurken, alışveriş yapılırken, para biriktirilirken, tatile gidilirken, bankaya ya da pazara gidilirken, dolmuşta ya da takside para alışverişinde bulunurken, iş yerinden alınan maaşla bütçe hesabı yapılırken matematik becerilerinden yararlanır.
- ✓ Çocuğunuzun başkalarına ihtiyaç duymadan yaşamasına olanak tanıyan becerilerdendir.
- ✓ Sadece sayılar, kavramlar ya da problemleri öğrenmeyi değil, çocuğunuzda düşünme, neden-sonuç ilişkisi kurma, karşılaştırma, karar verme gibi becerilerin de gelişmesini sağlar (18).
- ✓ Matematik becerileri kişinin kendi ekonomisinin farkında olmasını sağlar (19, 20).
- ✓ Bireyin içinde bulunduğu değil gelecekte de kullanabileceği becerilerdendir (19, 20, 21).

ÖNERİ

T.C. Millî Eğitim Bakanlığının hazırladığı Matematik Dersi Öğretim Programı'ndaki III. kademeye (9, 10, 11 ve 12. sınıf) ilişkin amaçların, etkinlik örneklerinin ve daha fazlasının yer aldığı ayrıntılı bilgilere

<https://orgm.meb.gov.tr/www/ozel-egitim-ile-ilgili-yayimlar/icerik/123>

linkinden erişebilirsiniz.

Akademik Becerilere İlişkin Doğru Bilinen Yanlışlar

Akademik beceriler eğitim sistemindeki en temel becerilerdendir. Sistemdeki eğitim kademeleri değişse de öğrenci ve okul denilince akla ilk gelen beceriler akademik becerilerdir. Bu beceriler öğrenci ve okul denilince ilk akla gelen ve bilinen beceriler olmasına rağmen, bu konuda doğru bilinen pek çok yanlış söz konusudur. Akademik becerilere ilişkin doğru bilinen yanlışlara ilişkin açıklamalar için Tablo 5.1'i inceleyiniz.

Tablo 5.1 Akademik Becerilerde Doğru Bilinen Yanlışlar

Yanlış (X)	Doğru (✓)
1. Akademik becerilerden sadece öğretmenler sorumludur.	1. Akademik beceriler öğretmenler tarafından öğretilir ancak aile, abla-kardeş gibi farklı kişiler tarafından desteklenir.
2. Akademik beceriler sadece sınıf içini kapsar.	2. Akademik beceriler sınıf ve okul dışında pek çok farklı ortamı kapsayan ve bu ortamlarda kullanılan becerilerdir.
3. Akademik beceriler sınavlarla değerlendirilir.	3. Akademik beceriler; öğrenci ödevleri, etkinlikler, öğrenci dosyaları, projeler gibi farklı şekillerde değerlendirilir.
4. Akademik beceriler öğrencinin sınıfı geçmesi için gereklidir.	4. Akademik beceriler, sadece öğrencinin sınıfı geçmesi için değil çalışma hayatı, bir sonraki eğitim durumu, günlük yaşamında gittiği ortamlarda da kullanabilmesi, yaşamın farklı alanlarında da katkı sağlaması bakımından gereklidir.

5. Akademik becerilerden en önemli olanları okuma yazmadır.	5. Akademik becerilerin tamamı önemli olmakla okuma yazma, matematik gibi bazı beceriler temel becerilerdir.
6. Akademik beceriler öğrenciler açısından en çok zorlanılan becerilerdir.	6. Akademik becerilerde tıpkı diğer beceriler gibi öğrenilebilir becerilerdir.

Çocuğun Eğitim Yaşamında Anne-Baba Katılımının Önemi



Görsel 4 Betimleme: Gülerek bize doğru bakan anne baba ve iki genç kızdan oluşan aile

Bir öğrencinin eğitim çevresi sadece sınıf, okul ya da eğitim aldığı kurumdan ibaret değildir. Aksine bireyin eğitim çevresi ev, toplum, yaşanan çevre gibi çeşitli etmenler ve bunların birbiriyle etkileşiminden ve ilişkisinden oluşur. Anne-babaların da içinde olduğu ev ve aile yaşantısı da aslında eğitim çevresinin içinde yer almaktadır (22, 23). Eğitim sadece okul ve öğrencilerden oluşmaz. Aksine öğrenciyle iletişim ve etkileşim hâlinde olan pek çok kişi aynı zamanda onun eğitim çevresinde de yer alır.

! DİKKAT

Bir çocuğun eğitim çevresi sadece sınıf, okul ya da eğitim aldığı kurumdan ibaret değildir. Aksine ev, toplum, yaşanan çevreyle ilişkilidir.



Görsel 5 Betimleme: Mutfak masasında elinde kalem ile defterdeki notları kızına gösteren anne ve elinde kalem ile deftere not bakan genç kız. Masada açık bir dizüstü bilgisayar ve üst üste duran defterler.

Anne ve babaların çocuklarının eğitimine katılımı onların akademik başarılarını artırır ve eğitimlerinde olumlu etkiler yaratır. Ayrıca eğitimciler ve uzmanların büyük bir kısmı aileler ve okulların iş birliği içerisinde çalışması gerektiğinden söz etmektedir. Bu iş birliği sadece öğrenci başarısına odaklanmaz, daha çok öğrencinin kendi başarısını elde etmesi için onu motive etme, ona rehberlik etme, onunla ilgilenme ve onu harekete geçirme üzerinedir. Bu iş birliğinin merkezinde öğrenci vardır. İş birliği aynı zamanda aileye, öğretmene ve topluma pek çok yönden katkı sağlar (22, 23).

Anne-baba katılımı çocukların eğitimine pek çok açıdan katkı sağlar ve çocukların eğitiminde oldukça önemlidir. Ailelerin çocuklarının eğitimine katılımı Şekil 5.4'te belirtilen açılardan dolayı önemlidir (21, 22, 23).

Ailelerin çocuklarının eğitimine katılması çocuklarının akademik başarısına katkı sağlar.

Çocuklarının eğitimine katılan anne ve babalar anne-baba rolünü tamamlarlar.

Çocuklarının okul başarısına katkıda buldukları için anne ve babalar olumlu duygular kazanırlar.

Çocuklarına akademik beceriler açısından katkı sağlayan anne-babalar onların okul içerisinde sosyal, duygusal açılardan olumlu deneyimler kazanmasına katkıda bulunur.

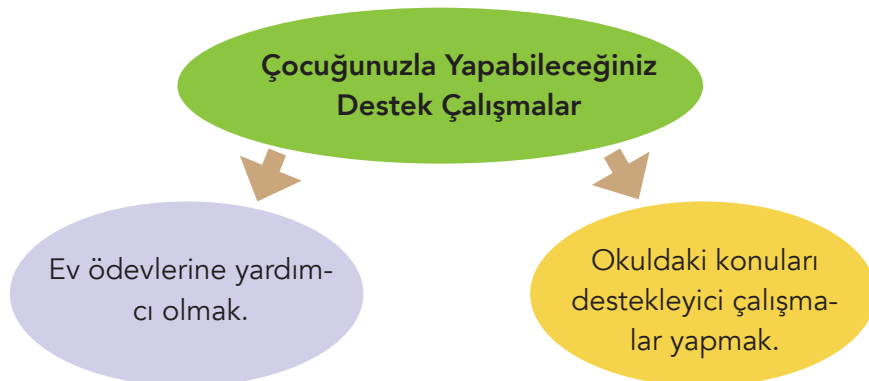
Anne ve babaların çocuklarının eğitim sürecine daha fazla katılım göstermeleri, katkı sağlamalarıyla okul yönetimi, öğretmenler ve çocuklar arasında olumlu bir etkileşim kurulur.

Şekil 5.4 Çocuklarının Eğitiminde Anne-Baba Katılımının Önemi

Bu bölümde şimdiye akademik becerilere ilişkin bilgilere ve örneklerle yer verilmiştir. Çocuğunuz bu becerileri öğrenirken ona nasıl katkı sağlayacağınız konusunda sizlere yardımcı olmak için bilgilendirici açıklamalar ve farklı etkinlik örnekleri hazırlanmıştır. Çocuğunuzun eğitim yaşantısında anne-baba katılımıyla onun akademik becerilerinin gelişmesine destek vermenizi ve katkı sunmanızı amaçlayan bu bilgiler aşağıdaki başlıklarda yer almaktadır.

Çocuğunuzla Yapabileceğiniz Çalışmalar

Çocuğunuz hangi eğitim kademesinde olursa olsun anne-baba olarak onunla yapabileceğiniz, ona destek olabileceğiniz pek çok etkinlik ve çalışma bulunmaktadır. Çocuğunuza vereceğiniz bu destekler okulda verilen ev ödevlerine yardımcı olmak ve okuldaki konuları destekleyici etkinlikler yapmak olarak ifade edilebilir. Aşağıdaki paragrafta çocuğunuzun desteklemek üzere yapabileceğinizle ilişkin açıklamalar yer almaktadır.



Şekil 5.5 Anne-Babaların Çocuğuyla Yapabileceği Destek Çalışmalar

Şekil 5.5'te ifade edilen çocuğunuzla yapabileceğiniz "ev ödevlerine yardımcı olmak" ve "okuldaki konuları destekleyici çalışmalar yapmak" başta çocuğunuz olmak üzere size, çocuğunuzun okul yaşamına, başarısına, sosyal, duygusal ve psikolojik durumuna, kısacası pek çok yönden çocuğunuzun "iyi olma" hâline katkı sağlar.

Hangi destek çalışmasını yaparsanız yapın ortam, araç gereçler, ses tonu, beden dili, oturma düzeni gibi bazı özelliklere dikkat etmeniz gerekir. Bu özellikleri dikkate alarak çocuğunuzun akademik becerilerini desteklemeniz son derece önemlidir. Bu sayede çocuğunuzla yapacağınız destek çalışmalarını daha etkili ve verimli bir şekilde gerçekleştirmiş olursunuz.

! DİKKAT

Çocuğunuzla yapacağınız destek çalışmaları için dikkat etmeniz gereken bazı noktalar bulunmaktadır. Ortam, araç gereçler, ses tonu, beden dili, oturma düzeni noktalarına yapacağınız her destek çalışmada dikkat etmelisiniz.



Görsel 6 Betimleme: Sınıfta tahta önünde elinde tebeşir ile bize göre yüzü dönük gülümseyen bir öğretmen ve bize göre arkası dönük parmak kaldırmış öğrenciler

Ortam: Destek çalışmalarını gerçekleştireceğiniz yer eviniz ya da ev dışında park, kafe, spor salonu gibi herhangi bir yer olabilir. Ortamınız ev ise bu ortamın dağınık olmamasına, gürültüden uzak olmasına, ortamda dikkat dağıtacak eşyaların bulunmamasına, ısı ve ışık gibi fiziksel özelliklerin uygun koşullarda bulunmasına dikkat etmelisiniz. Ortamınız ev dışında bir yer ise dağınıklık ve kirlilik etkenlerini kontrol altına almanız zorlaşabilir. Bu durumda ev dışında dikkat etmeniz gereken mümkünse gürültü kaynaklarını en aza indirmek ya da gürültüden uzaklaşmak, mümkünse çocuğunuzun dikkatini dağıtacak eşyaları ortamdaki uzaklaştırmak, ısı ve ışık gibi etkenleri en aza indirmektir.

Araç Gereç: Destek çalışmalarını gerçekleştireceğiniz araç gereçler evinizde ya da ev dışında park, kafe, spor salonu gibi herhangi bir yerdeki araç gereçler olabilir. Hangi ortamdaki araç gereçleri kullanırsanız kullanın dikkat etmeniz gereken nokta kullandığınız araç gerecin destek verdiğiniz çalışma ve konuyla uygun olmasıdır. Örneğin matematikte toplama çalışması için bulunduğunuz ortamda su, un, tuz gibi araç gereçler yerine boncuk, çubuk, çatal, kaşık, pipet gibi sayılabilen araç gereçlerin bulunması önemlidir.

Ses Tonu ve Beden Dili: Evinizde ya da evinizin dışındaki hangi ortamda bulunursanız bulunun, çocuğunuzla hangi destek çalışmayı yaparsanız yapın ona soracağınız her soru, söyleyeceğiniz her cümle ya da ifade de ses tonunuzu yukarıda belirtilen ortamın özelliklerini de dikkate alarak kullanmalısınız. Çocuğunuzla iletişim içerisindeyken ne çok yüksek ne de çok alçak sesle konuşun. Çocuğunuzla konuşurken uygun bir ses tonu belirleyin. Ayrıca yaptığınız destek çalışmasını destekleyecek şekilde beden dilinizi, bir başka deyişle jest ve mimiklerinizi de aktif şekilde kullanmanız son derece önemlidir. Diğer bir deyişle uygun ses tonunu ayarlayarak kurduğunuz iletişimi uygun jest ve mimikleri kullanarak tamamlayınız.



Görsel 7 Betimleme: Not defteri ve kalem



Görsel 8 Betimleme: Üç farklı beden dili kullanılan çizim

Oturma Düzeni: Destek çalışmalarını gerçekleştireceğiniz yer eviniz ya da ev dışında park, kafe, spor salonu gibi herhangi bir yer olabilir. Bu ortamlarda çocuğunuzla destek çalışması yaptığınızda çocuğunuzun ve çalışmanın özelliklerini dikkate alarak onun yakınında, onu görebilecek ve yaptıklarını izleyebileceğiniz bir yere oturmanız önemlidir.



Görsel 9 Betimleme: Çocuk ile yerde karşılıklı oturan bir yetişkin

Sevgili Anne ve Babalar, unutmayın! Yukarıda sıralanan özellikleri dikkate alarak aşağıda verilen destek çalışmaları gerçekleştirmeniz tüm süreci kolaylıkla yönetmenizi sağlayabilir. Bu nedenle aşağıda yer alan destek çalışmaları planlamadan önce bu özellikleri yerine getirmelisiniz.

Öğretmenler Tarafından Verilen Ev Ödevlerine Yardımcı Olmak



DÜŞÜNÜN

Çocuğunuzun ev ödevleri için ona nasıl yardımcı olabilirsiniz? Bu konuda neler yapabilirsiniz? Hiç düşündünüz mü?



Görsel 10 Betimleme: İşaret parmağı ile masadaki defterde sayfayı gösteren anne ve elindeki kalemi ağızına dayamış annesinin gösterdiği yere bakan oğlu. Masada içinde değişik renkte kalemlerin bulunduğu bir kalemlik ve ekranı açık dizüstü bilgisayar

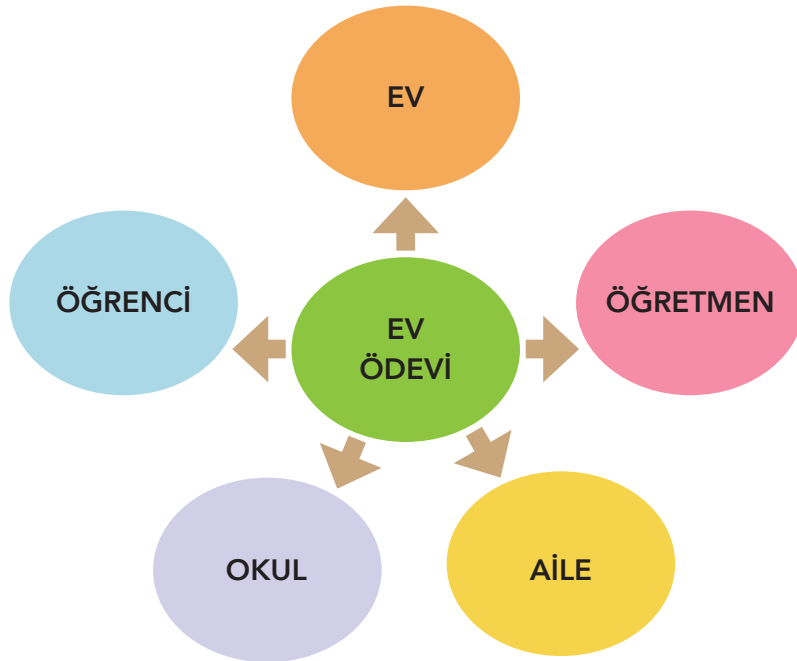
Aile olarak belki de en çok zorlandığınız konuların başında çocuğunuzun ödevlerine nasıl katkı sağlayacağınız, okul derslerini evde nasıl destekleyeceğiniz konusu gelmektedir. Bu konuda yapılabilecek çeşitli etkinlikler bulunmaktadır. İzleyen başlıkta çocuğunuzun ödev ya da ödevlerini desteklemek için yapabileceğiniz bazı etkinlikler bulunmaktadır. Örnek etkinlikleri daha iyi yapabilmemiz için öncesinde ödev kavramı ve ödevin çocuğunuza katkıları açıklanmaktadır.

Ev Ödevi



Görsel 11 Betimleme: Çalışma masasında oturan elindeki kalemle yazı yazan genç kız

- ✓ Öğretmen tarafından öğrencilere verilen ve öğrencilerin okul dışında tamamlamaları gereken herhangi bir görevi ifade etmektedir (24).
- ✓ Aileler, öğretmenler ve öğrenciler için her zaman önemli görülen, genel ve yaygın bir eğitim etkinliğidir (25, 26).
- ✓ Okul çağındaki pek çok öğrenci için günlük rutinin bir özelliğidir. Ayrıca pek çok öğretmen ve öğrenci için her zaman önemi olan bir konudur (25, 26).
- ✓ Öğretmenler, öğrenciler ve aileler için karmaşık ve sancılı konulardandır. Öğretmenler; ev ödevinin zamanında yapılmadığı öğrenciler ödevde ayrılan vaktin daha eğlenceli geçirilecek pek çok zamanı engellediği ve aileler ise ev ödevinin nasıl, ne zaman yapılacağı ve doğru şekilde yapılıp yapılmadığı konusunda stres yaşamaktadırlar. Bu nedenle ev ödevi ne sadece öğretmenin verdiği bir görev ne de sadece öğrencinin yapması gereken bir sorumluluktur (25, 26, 27, 28).
- ✓ Aslında tüm bunların çok ötesinde ev ve okul olmak üzere iki farklı ortamdaki aile, öğretmenler ve okul sistemi gibi pek çok kişinin birbiriyle etkileşimlerini içeren çok yönlü bir süreçtir (29, 30, 31, 32).



Şekil 5.6 Ev Ödeviyle İlgili Kişi ve Kurumlar

Şekil 5.6'ya bakıldığında ev ödevinin farklı kişi ve ortamlarla ilişkisi daha iyi anlaşılmaktadır. Ev ödevinin öğrenciler için tanımı ve açıklamasına bakıldığında öğrenci açısından oldukça yararlı olduğu anlaşılmaktadır. Ev ödevi yapmanın yararları izleyen şekilde sıralanabilir:

- ✓ Öğrencinin çalışma becerilerini ve geleceğe yönelik tutumlarını geliştirir.
- ✓ Öğretimde ilerlemeyi sağlar.
- ✓ Anne-baba ve çocuk arasında iletişimi güçlendirir.
- ✓ Öğrencilere öğrenmenin hem okul içinde hem de okul dışında gelişen bir etkinlik olduğunu öğretir.
- ✓ Ev ödevine harcanan zamanla başarı arasında bir ilişki bulunmaktadır.

Şekil 5.6'da da görüldüğü gibi öğrenciler için son derece önemli olan ev ödevlerinin katkıları çok yönlüdür. Bu katkılar ve daha fazlası için çocuğunuzla yapmanız gerekenler izleyen şekilde sıralanabilir (26, 27, 33, 34):

- ✓ Ev ödevini desteklemeyi çocuğunuzu saatlerce bir masada oturtmak olarak algılamamalısınız.
- ✓ Çocuğunuz ifade edici dil becerilerine sahipse okuldan eve geldiğinde ona okulda neler yaptığını, derslerde hangi konuları öğrendiğini sorabilirsiniz. İfade edici dil becerisi bulunmuyorsa defterlerini kontrol edebilirsiniz. Ayrıca sınıf içi haberleşme gruplarından da okulda neler öğrendiklerini ya da neler yaptıklarını öğrenmek yararlı olacaktır.
- ✓ Çocuğunuzun yaptığı çalışmaları defterlerinden kontrol ettikten sonra ödevlerini inceleyebilirsiniz. Bu durum süreci daha iyi desteklemeniz noktasında size yardımcı olacaktır.
- ✓ Birden fazla ödevinin olması durumunda nasıl bir sıralamayla ödevlere başlanacağını çocuğunuzun tercihinine sunup ona göre başlamasını sağlamak önemlidir.
- ✓ Çocuğunuzun düzenli biçimde ev ödevlerini yapmasını destekleyebilirsiniz. Bunun için bir başlangıç ve bitiş saati belirleyebilirsiniz. Bu süreleri öğretmen tarafından ödevlerde yer verilmişse onu uygulayabilirsiniz. Süreleri belirleme konusunda öğretmene danışabilirsiniz. Süreler dışında ödevlerin yapılacağı saatler konusunda bir rutin oluşturabilirsiniz (ör. okuldan geldikten 1 saat sonra ya da öğle yemeğinden sonra ödevlere başlanması).

- ✓ Çocuğunuzun organize olmasını kolaylaştıracak düzenlemeler yapabilirsiniz. Çocuğunuzun özellikleri uygunsa ona derslere göre ayrılmış bir ödev defteri, günlük ev ödevlerinin yazılı olduğu bir takvim ya da planlayıcı alabilirsiniz. Bunlar çocuğunuz için uygun değilse bir pano hazırlayabilir ve biten ödevlere gülen yüz, henüz bitmemiş ödevlere üzgün yüz koyabilirsiniz.
- ✓ Ev ödevinin yapılacağı ortamı düzenlemek de çocuğunuzun ödevlerini yapmasını kolaylaştırabilir. Televizyonu kapatmak, ortamın temiz ve düzenli olmasını sağlamak, yeterli ışık ve ısıyı sağlamak, ses ve gürültü kaynaklarını uzaklaştırmak, çocuğunuzun dikkatini dağıtacak nesnelere kaldırmak ortama ilişkin yapacağınız düzenlemelere örnek olarak verilebilir.
- ✓ Çocuğunuzun ev ödevini yaparken uygun davranışlarını (ör. sessizce ve yerinden kalkmadan ödevini yapması, dikkatini ödevlerine yöneltmesi vb.) "Aferin, çok güzel!" gibi sözcükler kullanarak pekiştirin. Kısacası onun uygun davranışlarından kaynaklı memnuniyetinizi belirtin.
- ✓ Çocuğunuz ödevini yaparken onun özelliklerini de dikkate alarak kontrol etmek için bir karar verebilirsiniz. Örneğin o ödevini yaparken siz mutfakta bulaşıkları makineye dizerken ara ara çocuğunuzun kontrol edebilirsiniz. Böylece onunla ilgilendiğinizi ve ödev sürecinde yer aldığınızı da göstermiş olursunuz.
- ✓ Çocuğunuz verilen ödevleri yapmak istemediğinde ya da yapmamak için sorun çıkardığında ona sevdiği şeylerin (ör. telefon, tablet, oyuncak vb.) olduğu seçenekler sunun. En sevdiği ilk üç şeyi sıralayın. Ödevi yapması hâlinde istediklerinden ilk sırada olanı elde etmesine belli bir süreliğine (ör. 5 dk. tabletle oynama, telefonda istediği müziği dinleme vb.) izin verin. Verdiğiniz sürenin sona ermesinin ardından ödevine kaldığı yerden devam etmesini sağlayın.

Okuldaki Konuları Destekleyici Çalışmalar Yapmak

SORU

Çocuğunuzla günlük yaşamınızda yapabileceğiniz onun akademik becerilerini destekleyici etkinlikler neler olabilir?

- ✓ Aile olarak belki de en çok sıkıntı duyduğunuz konulardan biri akademik becerileri ya da okulda çalışılan becerileri çocuklarınızın günlük yaşamlarına (ör. ev içinde, ev dışında, tatilde vb.) nasıl uyarlayacakları konusudur.
- ✓ Akademik beceriler genellikle okuma yazma, Türkçe ve matematik olarak bilinir ve bu beceriler yalnızca okul ortamında öğrenilir gibi yaygın bir düşünce hâkimdir. Ancak bu düşüncenin aksine ailelere bir yol gösterildiğinde ve çocuklarının akademik yönlerini desteklemeleri için motive edildiklerinde aslında iyi bir destekleyici olabilecekleri bilinmektedir.
- ✓ Destekleyici olmak öğretici olmak değildir. Destekleyici olarak siz anne-babalar çocuğunuza öğretilen, öğretilmeye başlanan bir beceriyi evde yapacağınız çalışmalarla destekleyebilirsiniz. Destekleyici olmanız için öncelikle çocuğunuzun okulunda ya da sınıfında işlenen konuları bilmeniz, bir başka deyişle çocuğunuza okulda ne öğretildiğinden haberdar olmanız gerekir. Yanı sıra öğretmenlerinden çocuğunuzun durumuna ilişkin bilgi almanız, görüş alışverişinde bulunmanız da destekleyici çalışmalar yapmanıza katkı sağlar.

Kısacası destekleyici olmak, çocuğunuza henüz okulda öğrenmediği ya da yeni öğrendiği bir konuyu öğretmenin yerine geçip öğretmek değildir. Destekleyici çalışmalar; okulda öğretmen tarafından öğretilen akademik becerilerin ev içinde, dışarıda restoranda yemek yerken marketten alışveriş yaparken tiyatro, sinemaya ya da bir yakınıza oturmaya giderken kısacası günlük yaşam içerisindeki etkinliklerle desteklenmesidir. Bu nedenle kitabınızın bu bölümünde etkinlik önerileri sunulmuştur.

Çocuklarının akademik becerilerine destek olmak isteyen anne-babaların günlük yaşamda bu becerileri destekleyebilecekleri pek çok alan bulunmaktadır. Ancak kitabınızın bu bölümünde bunların hepsine tek tek yer vermek mümkün değildir. Bu nedenle en temel olduğunu düşündüğümüz matematik, okuma yazma, Türkçe ve hayat bilgisi dersi için siz anne-babaların yapabileceği destekleyici çalışmalara izleyen başlıklarda yer verilmiştir.

! DİKKAT

Anne-babalar olarak çocuğunuza öğretilen, öğretilmeye başlanan bir beceriyi evde yapacağınız çalışmalarla destekleyebilirsiniz. Böylece destekleyici olarak yeni ve farklı bir rolü yerine getirmiş olursunuz.

Alanını Destekleyebileceğiniz Çalışmalar

Türkçe alanında yapabileceğiniz çalışmalara ilişkin örnekler işlevsel okuma yazma, okuduğunu anlama, yazılı ifade, dinlediğini anlama ve sözlü iletişim alanlarını içermektedir. Her alana ilişkin örnekler izleyen şekilde sıralanmaktadır:

- ✓ Çocuğunuzla okulda iş ve meslek yaşamıyla ilgili işlevsel okuma çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu hem evde hem de ev dışında destekleyebilirsiniz. İşlevsel okuma çalışmalarında dikkat etmeniz gereken çocuğunuzun hangi aşamada olduğu, bir başka deyişle ona öğretilenin ne olduğudur. Örneğin iş ve meslek yaşamı için çocuğunuza internetten bir öz geçmiş (CV) açın ya da kendi öz geçmişinizin çıktısını alın. Öz geçmiş üzerinde çocuğunuza doğum tarihi, imza, yaş gibi bölümleri göstererek "Bunun adı neydi?" gibi bir soru yöneltip ya da işaret parmağınızla ilgili yeri göstererek çocuğunuzun yanıt vermesini sağlayabilirsiniz. Bu sayede çocuğunuzun hem sesli okumasını hem de söylediklerinizi anlayıp anlamadığını kontrol edebilir, okulda öğrendiklerini destekleyebilirsiniz. Benzer şekilde iş ve meslek güvenliği için öğretilen dikkat çekici cümleler varsa ve okulda bu konu çalışılıyorsa siz de bu işaretleri gördüğünüz kimyasal ürün taşıyan araçlar (ör. tehlikeli madde, ateşle yaklaşmayın vb.), bina (ör. dikkat, yangın var vb.), yer (ör. kaygan zemin) üzerinde gösterip "Bu işaretin adı neydi?" diye sorarak çocuğunuzun yanıt vermesini bekleyebilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzla okulda eğlence ve serbest zamanla ilgili işlevsel okuma çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu hem evde hem de ev dışında destekleyebilirsiniz. Okulda ne çalışıldığının bilinmesinin yanında çocuğunuzun ilgi, istek ve hobilerini bilmeniz son derece önemlidir. Örneğin sosyal medyayla ilgili işlevsel okuma için bilgisayar ya da telefonda facebook, twitter, instagram gibi sosyal medya uygulamalarından birini açıp okulda öğrendiği işlevsel sözcük/sözcükleri "Bunun adı neydi?" diyerek sorabilir ve çocuğunuzun yanıt vermesini bekleyebilirsiniz. Böylece onu işlevsel sözcük okuma konusunda destekleyebilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzla öğretmenin okuduğunu anlama çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu hem evde hem de ev dışında destekleyebilirsiniz. Okuduğunu anlama çalışmalarında dikkat etmeniz gereken çocuğunuzun hangi aşamada olduğu, bir başka deyişle ona öğretilenin ne olduğudur. Çocuğunuz okuldan geldiğinde dikkati, çalışma süresi ve isteği, programı gibi durumları dikkate alarak onunla bu çalışmayı yapabilirsiniz. Evinizde okuma saati oluşturabilirsiniz. Böylece okuma sürecini düzenli ve sistematik hâle getirebilirsiniz. Bu noktada dikkat etmeniz gereken çocuğunuzun performansı ve okuldaki konulara göre okuduğunu anlama alanının hangi aşamasına göre çalışıldığıdır. Örneğin okuma kurallarını uygulama aşamasın-

daysanız çocuğunuzun verdiği kitabı ya da metni nasıl okuduğu kadar onu göz hizasında tutarak, göz takibi yaparak ve dik oturarak okuyup okumadığıdır. Bunlara dikkat ederek çocuğunuzun bu aşamasını destekleyebilirsiniz. Yanı sıra çocuğunuzun okuma düzeyine uygun olarak çeşitli okuduğunu anlama kitapları alabilirsiniz, ilgi ve isteklerine göre tablet ya da bilgisayardan uygun okuma metinlerini okumasını isteyip ardından metinle ilgili sorular sorabilirsiniz ya da doğrudan metinden anladığını özetlemesini isteyebilirsiniz.

- ✓ Çocuğunuzla okulda yazılı ifade çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu hem evde hem de ev dışında destekleyebilirsiniz. Yazılı ifade çalışmalarında dikkat etmeniz gereken çocuğunuzun hangi aşamada olduğu, bir başka deyişle ona öğretilenin ne olduğudur. Çocuğunuz okuldan geldiğinde onun dikkati, çalışma süresi ve isteği, programı gibi durumları dikkate alarak bu çalışmayı yapabilirsiniz. Bu öğrenme alanında çocuğunuz noktalama işaretleri aşamasındaysa siz de evinizde kullandığınız cümlelerin sonuna hangi işaretlerin geleceğini sorabilirsiniz, televizyonda kullanılan noktalama işaretlerini gösterip onun üzerine konuşabilirsiniz, boş bir kâğıda cümleler yazıp hangi işaretlerin gelmesi gerektiğini çocuğunuza sorabilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzla okulda dinlediğini anlama çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu destekleyebilirsiniz. Örneğin dinlediğini anlama öğrenme alanına ilişkin günlük yaşantısında dinleme aşaması için çocuğunuza bir yemek tarifi, bilgisayarın nasıl kullanılacağı, ona verdiği soruları yanıtlaması için yapması gerekenleri söyleyin. Bu aşamada çocuğunuzun anlattıklarınızı dikkatlice dinleyip dinlemediğini kontrol edin. Ona anlattıklarınızla ilgili bazı sorular sorabilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzla okulda sözlü iletişim çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu destekleyebilirsiniz. Örneğin çocuğunuzun sorduğunuz sorulara mantıklı ve uygun bir dille yanıt vermesini, kendisini ifade etmesini, söylenenlere uygun biçimde yanıt vermesini, görsellerden, gazetelerden ya da resimli kartlarla ilgili kitaplardan gördüklerini, sorularına yanıtlarını sözlü olarak ifade etmesini isteyebilirsiniz.

Matematik Alanını Destekleyebileceğiniz Çalışmalar

Matematik alanında yapabileceğiniz çalışmalara ilişkin örnekler ritmik sayma, doğal sayılar, dört işlem, ölçme, veri analizi, geometri ve örüntü alanlarını içermektedir. Her alana ilişkin çeşitli örnekler verilmiştir. Bu örnekler izleyen şekilde sıralanabilir:

- ✓ Çocuğunuzla okulda ritmik sayma çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu evde ya da ev dışındaki restoran, kafe, tiyatro gibi ortamlarda destekleyebilirsiniz. Ritmik sayma için aile üyeleriyle sırayla belli bir süre tutarak ritmik sayma oyunu oyna-

yabilirsiniz. En geç sürede ritmik sayan oyundan çıkarılabilir. Böylece sıra alma ve beklemeyi de desteklemiş olursunuz. Ritmik saymayı destekleyici oyunlar, bilgisayar oyunları ev ortamında ya da toplumsal ortamlarda kullanabileceğiniz destekleyici çalışmalardır.

- ✓ Okulda sayılar çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu evde ya da ev dışındaki restoran, kafe, tiyatro gibi ortamlarda destekleyebilirsiniz. Sayıları sıralama ve ayırt etme için sayı kartlı zarlar ve kağıtlarla çocuğunuzla sayıları sıralayabilirsiniz. Ev içindeki araç gereçlerle sayıları sorarak yanıtlamasını isteyebilirsiniz. Telefon, tablet gibi teknolojik araçlara ilgi duyuyorsa bu araçlardan sayılarla ilgili oyunlar indirip çocuğunuzla oynayabilirsiniz ya da telefonunuzun hesap makinesi kısmından sayı yazarak çocuğunuza hangi sayı olduğunu, öncesinde ya da sonrasında hangi sayı geldiğini sorabilirsiniz. Basamak değerlerine ayırmak için çocuğunuzun defterine ya da çalışma kağıtlarına okulda öğrendiği basamakları yazabilirsiniz. Yanı sıra çubuk tahtalar ya da küpler kullanabilirsiniz. Okulda öğrenilen sayılara göre siz de çocuğunuzla bu sayıları ya da farklı sayıları sorarak çalışabilirsiniz.
- ✓ Okulda toplama, çıkarma, çarpma ya da bölme çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu evde ya da ev dışındaki restoran, kafe, tiyatro gibi ortamlarda destekleyebilirsiniz. Matematikte III. kademeye uygun toplama, çıkarma, çarpma ya da bölme yapma becerileri için çocuğunuz market, bakkal ya da herhangi bir yere alışverişe gittiğinde ödediği para, arkadaşına borç para verme, pazardan alışveriş yapma gibi değişkenleri dikkate alarak onun düzeyine uygun sorular sorabilirsiniz. Örneğin markette alışveriş sepetine ürün koyarken çocuğunuza "Sepette iki gofret var. Bir tane de baban aldı. Toplam kaç gofret oldu?" diyerek toplama işlemi ev dışında da destekleyebilirsiniz. Yanı sıra pazardan meyve alırken çocuğunuza "Pazardan 3 kg portakal aldım. Çok olduğu için yarısını ablana verdim. Bize kaç kg portakal kaldı?" sorusunu sorarak çıkarma işlemi desteklemiş olursunuz.
- ✓ Okulda ölçme çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu evde ya da ev dışındaki restoran, kafe, tiyatro gibi ortamlarda destekleyebilirsiniz. Ölçme alanı için bir kumaş mezura ile ölçerken çocuğunuzdan yardım isteyebilirsiniz. Çocuğunuza "Kumaşın boyu kaç cm?" diyerek onun yanıt vermesini bekleyebilirsiniz. İnternette çocuğunuza ayakkabı alışverişi yaparken onun ayağının santimetresine ihtiyacınız olduğunu belirtin. Çocuğunuzun metre ile ayak uzunluğunu ölçüp kaç cm olduğunu size söylemesini isteyebilirsiniz.
- ✓ Okulda veri analizi çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu evde ya da ev dışındaki restoran, kafe, tiyatro gibi ortamlarda destekleyebilirsiniz. Veri analizi için ço-

cuğunuzdan günlük tükettiği çikolata, zeytin, peynir, şeker gibi yiyeceklerin adedini saymasını ve saydıktan sonra oluşturulan grafiğe günlük olarak yazmasını isteyebilirsiniz. Böylece grafiğin anlamını, eksenleri ve yorumlaması gibi becerileri destekleyebilirsiniz.

- ✓ Okulda geometri çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu evde ya da ev dışındaki restoran, kafe, tiyatro gibi ortamlarda destekleyebilirsiniz. Geometrik şekillere ilişkin basit problem çözme için çocuğunuzun soru kağıdına geometrik şekilleri çizip şeklin çevresi ya da alanına ilişkin sorulara çocuğunuzun yanıt vermesini bekleyebilirsiniz.
- ✓ Okulda örüntü çalışılıyorsa siz de bu noktada çocuğunuzu evde ya da ev dışındaki restoran, kafe, tiyatro gibi ortamlarda destekleyebilirsiniz. Örüntü oluşturmak için evinizdeki çeşitli artık malzemeler, mutfak araç gereçleri, çocuğunuzun oyuncakları, renkli ip ya da peçeteler, bardak, oyun hamuru gibi nesnelere yararlanabilirsiniz. Çocuğunuzun düzeyine ve okulda çalışılan konuya göre oluşturduğunuz çeşitli sıralamaların aynısını onun oluşturmasını, eksik bırakılanı tamamlamasını isteyebilirsiniz.

ÖNERİ

Çocuğunuzun düzeyine göre farklı becerileri destekleyebilmeniz için "MEB Özel Eğitim III. Kademe Programları" nı inceleyebilirsiniz.

Bu link aşağıda yer almaktadır.

https://orgm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2018_10/10111958_kademe_3.rar

Neler Öğrendik?

Eğitim sistemindeki pek çok eğitim kademesi birbirini takip eder ve gittikçe daha da güçleşebilir. III. kademedeki akademik beceriler II. kademeye göre genel olarak daha karmaşık ve zor olabilir. Bu kademedeki akademik becerilerin günlük yaşamda desteklenmesi ve çeşitli etkinliklerin yapılması son derece önemlidir. Bu sayede öğrenilenlerin okul dışına aktarımı sağlanmış olur. Nihai olarak çocuğunuzun bağımsızlaşmasına katkı sağlar.

Eğitim kademelerinin değişmesi, derslerin içerik ve amaçlarının farklılaşması dışında III. kademede dikkat çeken iki nokta bulunmaktadır. Bir başka deyişle III. kademenin iki kritik özelliği bulunmaktadır. Bunlar bu kademede eğitime devam eden öğrencilerin ergenlik döneminde bulunması ve bu kademenin lise sonrasına geçişi sağlayan bir basamak olmasıdır. III. kademenin bu kritik özellikleriyle birlikte bu dönemdeki öğrencilerin başarılı olabilmesi için anne-babanın sürece katılımı son derece önemlidir. Anne-babanın çocuğunu destekleyici çalışmalar yapması, sağlıklı bir anne-baba ve çocuk etkileşimi kurulmasına da katkı sağlar.

Kitabınızın bu bölümünde III. kademe akademik becerilerden Türkçe ve matematik dersine ilişkin beceriler bu kademedeki öğrencilerin özelliklerine ve eğitim programına uygun olarak ele alınmıştır. III. kademedeki akademik beceriler, I. ve II. kademe olduğu gibi OSB ve zihinsel yetersizliği olan bireyler için takip edilen III. kademe özel eğitim programı dikkate alınarak ayrıntılandırılmıştır. Bu derslere ilişkin siz anne-babaların hem buradaki etkinlikleri hem de yapabileceğiniz, üretebileceğiniz yeni etkinlikleri gerçekleştirmeniz çocuğunuzun akademik, psikolojik, sosyal yönden iyi olmasına, sizin de olumlu ve nitelikli anne-baba etkileşimi sağlamanıza yardımcı olabilir.

Yararlanılan Kaynaklar

- [1] Stasz, C., & Brewer, D. J. (1999). Academic skills at work: Two perspectives. National Center for Research in Vocational Education.
- [2] https://orgm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2021_05/21130120_Otizm.pdf
- [3] Wei, X., Christiano, E. R., Yu, J. W., Wagner, M., & Spiker, D. (2015). Reading and math achievement profiles and longitudinal growth trajectories of children with an autism spectrum disorder. *Autism*, 19(2), 200-210.
- [4] Raizen, S. A. (1989). Reforming education for work: A cognitive science perspective. National Center for Research in Vocational Education.
- [5] Shaw, S. F. (2009). Transition to postsecondary education. *Focus on Exceptional Children*, 42(2), 1-16.
- [6] Gürgör, F. G. (2014). Yaşama adım adım: Lise, mesleki eğitim ve yükseköğretim. A. Cavkaytar (Ed.). Aile eğitim rehberi zihinsel engelli çocuklar içinde (s. 123-136). Ankara: Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.
- [7] https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- [8] https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- [9] <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/teen/Pages/Stages-of-Adolescence.aspx>
- [10] Bakkaloğlu, H. (2008). Okulöncesi geçiş becerilerini değerlendirme ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(2), 273-291.
- [11] Faggella-Luby, M. (2010). Considerations for the transition to college. In S. F. Shaw, J. W. Madaus, & L. L. Dukes (Eds.), *Preparing students with disabilities for college success: A practical guide for transition planning* (pp. 83-114). Brookes.
- [12] <https://orgm.meb.gov.tr/www/ozel-egitim-ile-ilgili-yayimlar/icerik/123>
- [13] Sirem, Ö., & Baş, Ö. (2021). The recovery effect of reading support program on primary level students' reading difficulties. *Cukurova University Faculty of Education Journal*, 50(1), 507-534.
- [14] <https://mufredat.meb.gov.tr/ProgramDetay.aspx?PID=960>

- [15] Batur, Z., & Alevli, O. (2014). Okuma becerileri dersinin PISA okuduğunu anlama yeterlilikleri açısından incelenmesi. *Okuma Yazma Eğitimi Araştırmaları*, 2(1), 22-30.
- [16] <https://orgm.meb.gov.tr/www/ozel-egitim-ile-ilgili-yayimlar/icerik/123>
- [17] <https://mathsreports.wordpress.com/overall-narrative/mathematics-is-important/>
- [18] González, N., Andrade, R., Civil, M., & Moll, L. (2001). Bridging funds of distributed knowledge: Creating zones of practices in mathematics. *Journal of Education for Students Placed at Risk*, 6(1-2), 115-132.
- [19] King, S. A., Lemons, C. J., & Davidson, K. A. (2016). Math interventions for students with autism spectrum disorder: A best-evidence synthesis. *Exceptional Children*, 82(4), 443-462.
- [20] Fan, H., Xu, J., Cai, Z., He, J., & Fan, X. (2017). Homework and students' achievement in math and science: A 30-year meta-analysis, 1986-2015. *Educational Research Review*, 20, 35-54.
- [21] Castro, M. E., Expósito-Casas, E., López-Martín, L., Lizasoain, E., Navarro-Asencio, Gaviña, J. L. (2015). Parental involvement on student academic achievement: A Meta-Analysis. *Educational Research Review*, 14, 33-46
- [22] Edwards, R., & Alldred, P. (2000). A typology of parental involvement in education centring on children and young people: Negotiating familialisation, institutionalisation and individualisation. *British Journal of Sociology of Education*, 21(3), 435-455.
- [23] Cooper, H., Robinson, J. C., & Patall, E. A. (2006). Does homework improve academic achievement? A synthesis of research, 1987-2003. *Review of Educational Research*, 76(1), 1-62.
- [24] Hoover-Dempsey, K. V., Bassler, O. C., & Burow, R. (1995). Parents' reported involvement in students' homework: Strategies and practices. *The Elementary School Journal*, 95(5), 435-450.
- [25] Hoover-Dempsey, K. V., Battiato, A. C., Walker, J. M., Reed, R. P., DeJong, J. M., & Jones, K. P. (2001). Parental involvement in homework. *Educational Psychologist*, 36(3), 195-209.
- [26] Warton, P. M. (2001). The forgotten voices in homework: Views of students. *Educational Psychologist*, 36(3), 155-165.
- [27] Warton, P. M. (2001). The forgotten voices in homework: Views of students. *Educational Psychologist*, 36(3), 155-165.
- [28] Trautwein, U., Lüdtke, O., Kastens, C., & Köller, O. (2006). Effort on homework in grades 5 through 9: Development, motivational antecedents, and the association with effort on class-work. *Child Development*, 77, 1094-1111.
- [29] Trautwein, U. (2007). The homework-achievement relation reconsidered: Differentiating homework time, homework frequency, and homework effort. *Learning and Instruction*, 17(3), 372-388.
- [30] Núñez, J. C., Suárez, N., Cerezo, R., González-Pienda, J., Rosário, P., Mourão, R., & Valle, A. (2015). Homework and academic achievement across Spanish compulsory

education. *Educational Psychology*, 35(6), 726-746.

- [31] Warton, P. M. (2001). The forgotten voices in homework: Views of students. *Educational Psychologist*, 36(3), 155-165.
- [32] Hoover-Dempsey, K., & Sandler, H. (1995). Parental involvement in children. *Teachers College Record*, 97(2), 310-331.
- [33] Dettmers, S., Trautwein, U., Ludtke, O., Goetz, T., Frenzel, A. C., & Pekrun, R. (2011). Students' emotions during homework in mathematics: Testing a theoretical model of antecedents and achievement outcomes. *Contemporary Educational Psychology*, 36(1), 25-35.

BÖLÜM 6

Dr. Öğr. Üyesi Tahir Mete ARTAR



KARİYER KEŞFİNİ
DESTEKLEME

Genel Amaç

Bu bölümü okuduktan sonra aileler çocuklarını kariyer keşfi sürecinde desteklemek için gerekli bilgileri açıklayabileceklerdir.

Kazanımlar

Bu bölümde aileler, bakım verenler aşağıdaki kazanımları edinirler:

- Kariyer kavramını açıklar.
- Kariyer gelişimi kavramını açıklar.
- Kariyer eğitimi kavramını açıklar.
- Çocuğun kariyer farkındalığını değerlendirmek için yapılması gerekenleri sıralar.
- Çocuğun kariyer keşfi düzeyini değerlendirmek için yapılması gerekenleri sıralar.
- Çocuğun kariyer keşfi sürecini desteklemek için gerekli adımları sıralar.

İçerik

1. Kariyerle İlgili Kavramlar
2. Çocuğumun kariyer keşfi sürecini nasıl değerlendirebilirim?
3. Çocuğumun kariyer keşfi sürecini nasıl destekleyebilirim?
4. Yararlanılan Kaynaklar
5. Neler Öğrendik?

Açıklamalar

Kitabınızın altıncı bölümü “Kariyer Keşfini Destekleme” başlığını taşımaktadır. İlgili bölüm bir ailenin yaşam öyküsünün anlatıldığı yaşamdan bir kesit ile başlamıştır. Ardından ilgili bölümde kariyerle ilgili kavramlar, kariyer keşfi sürecinin değerlendirilmesi ve kariyer keşfi sürecinin desteklenmesi başlıklarına yer verilmiştir.

Giriş



Çocuğunuzun almış olduğu eğitim onu bağımsız bir yaşama hazırlamayı amaçlamaktadır. Bağımsız yaşama ulaşmak içinse çocuğunuzun kariyer gelişimini desteklemek önemlidir. Bu bölümde sizinle çocuğunuzun bulunduğu yaş döneminde bağımsız bir yetişkinlik için nasıl destekleyebileceğiniz hakkında bilgiler paylaşılmaktadır.

YAŞAMDAN BİR KESİT

Sadık Bey ve Nezahat Hanım bir sene sonra okuldan mezun olacak çocukları için heyecanlıdır. Çocukları Müge bir matbaa atölyesinde staja devam etmektedir. Müge stajdan eve döndüğünde oldukça mutsuz görünmektedir. Annesi ve babası ona neden mutsuz olduğunu sorduklarında "Ben burada çalışmayı sevmiyorum." yanıtını almışlardır. Sadık Bey ve Nezahat Hanım'ın aklında "Acaba kızımız çalışabilir mi?", "Ona uygun işi nasıl bulabiliriz?" sorusu canlanmıştır.

Kariyerle İlgili Kavramlar

Aileler çocuklarının okul sonrası döneme geçişlerinde kendilerini genellikle arayış içerisinde bulmaktadırlar. Üzücü şekilde erken dönemden itibaren kariyer gelişimi planlanmayan ve desteklenmeyen bireyler yetişkinliğe geçişte sorunlar yaşamaktadırlar. Oysa okul döneminde kariyer gelişimi desteklenen bireyler (1, 2):

- ✓ Çalışma yaşamına katılabilir.
- ✓ Serbest zamanlarını nitelikli şekilde geçirebilir.
- ✓ Destekleyici arkadaşlık ilişkileri kurabilir.
- ✓ Evde sorumluluk üstlenebilir.

Çocuğunuzu en yakından tanıyan siz aileler onun kariyer gelişimini desteklemede çok önemli sorumluluklar üstlenebilirsiniz. Bu bölümde sizlere kariyer ve kariyer gelişimi kavramı, kariyer gelişiminin aşamaları, kariyer farkındalığının içinde bulunduğunuz dönemde nasıl destekleneceğine ilişkin bilgiler paylaşılacaktır.

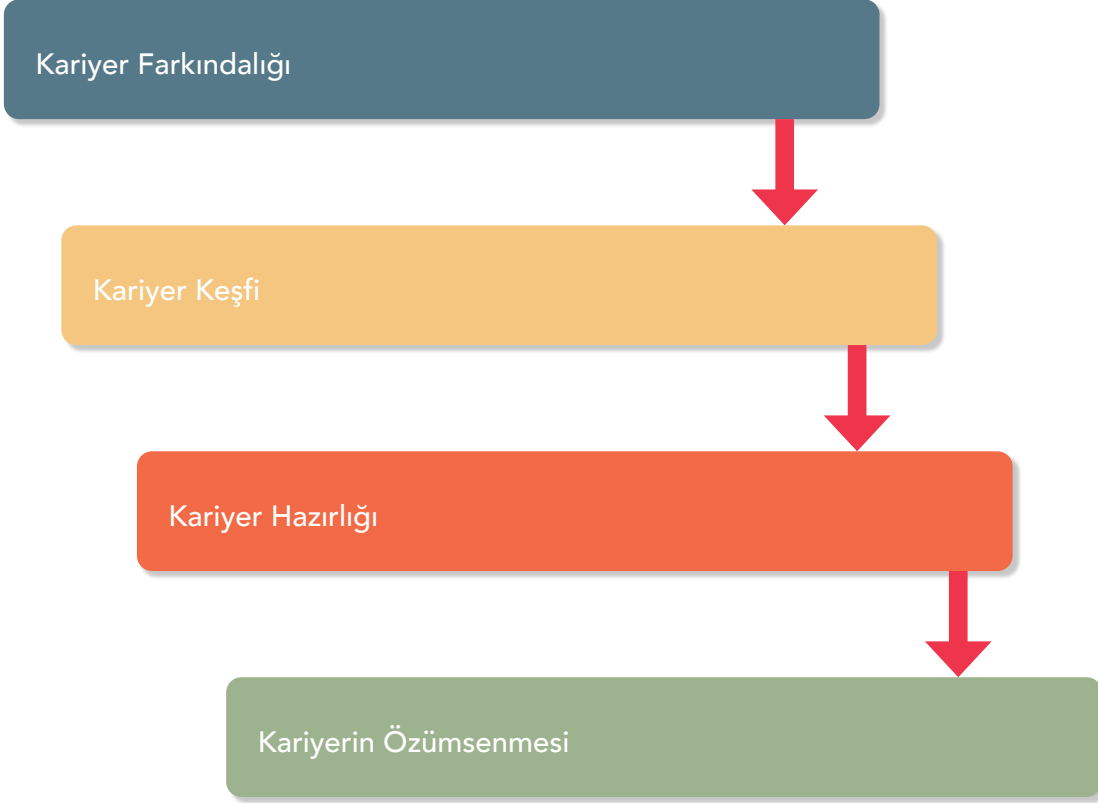
Kariyer **insanın yaşam yoludur**. Nasıl ki bir yolculuğa çıkarken rota planlıyor ve hazırlık yapıyorsak yetişkinliğe geçiş öncesinde de çocuğunuzun kariyer sürecini planlamalı ve onu bu yola hazırlanırken desteklemelisiniz.

Tüm bu planlama ve destekleme etkinlikleri çocuğunuzun kariyer gelişimine katkı sunacaktır. Kariyer gelişimi basamaklarını tırmanan çocuğunuz;

- ✓ Serbest zaman etkinliklerine katılımında,
- ✓ Sürdürülebilir şekilde çalışmada,

- ✓ Bağımsız şekilde ev yaşamını sürdürmede,
- ✓ Gereksinimlerine yönelik eğitim hizmetlerine katılımında avantajlar elde edecektir.

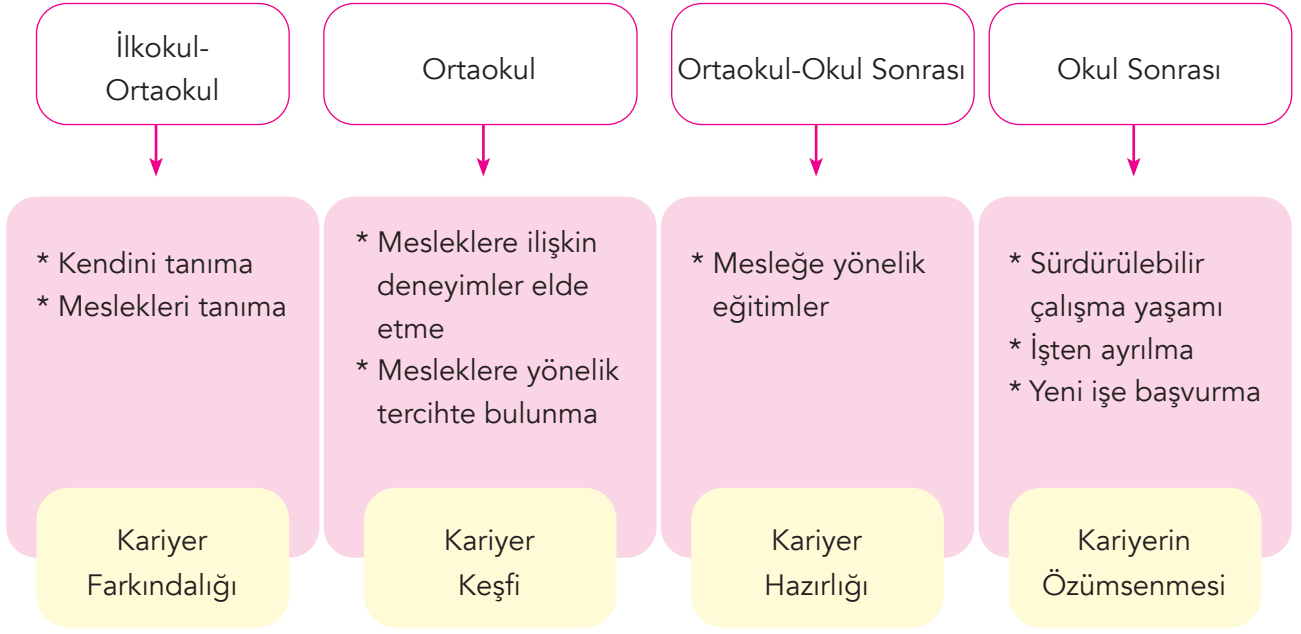
Kariyer gelişimi Şekil 6.1'de görüldüğü üzere genel olarak dört basamakta incelenmektedir (3).



Şekil 6.1 Kariyer Gelişimi Süreci

- ✓ Kariyer eğitime ilkokuldan itibaren başladığında bireylerin yetişkinlik dönemindeki bağımsızlık düzeyi artmaktadır.
- ✓ Kariyer eğitimi birey ve ailesinin gelecekteki yol ayrımlarını tanımlarını, seçenekleri keşfetmelerini ve en uygun kararları alacak becerilerle donanmasını sağlamaktadır.
- ✓ Kariyer eğitimi yaklaşımıyla tanışan bireyin ve ailesinin yetişkinlikte en doğru mesleki eğitim alternatifine yönelmesi ve bireyin bir işte sürdürülebilir şekilde çalışma olasılığı artacaktır (4, 5).

Kariyer süreci birbirini izleyen ve erken çocukluktan itibaren elde edilen deneyimlerle şekillenen, yaşam boyu devam eden bir yol olarak nitelendirilebilir. Kariyer keşfi bireyin ilgi ve yeteneklerinin farkında olarak kendisine en uygun mesleki alternatifleri değerlendirmesidir. Kariyer keşfini tamamlayan birey kendisine en uygun meslekte eğitim sürecine yönlendirilmekte ve sürdürülebilir çalışma yaşamına doğru yol almaktadır.



Şekil 6.2 Yaşam Boyu Kariyer Eğitimi Aşamaları

Çocuğunuzun içinde bulunduğu yaş grubunda normalde kariyer keşfi çalışmaları yapılırsa da öncelikli iş çocuğunuzda kariyer farkındalığının oluşup oluşmadığını kontrol etmektir. Bu amaçla kariyer keşfi çalışmalarından önce çocuğunuzun kariyer farkındalığının değerlendirilmesi gerekmektedir. Çünkü çocuğunuz henüz kendini, deneyimlerini değerlendiremiyorsa ve çevresindeki meslekleri tanımıyorsa kariyer keşfi çalışmalarına başlamak gerçekçi olmayacaktır. Bu nedenle öncelikle çocuğunuzun kariyer farkındalığına ilişkin değerlendirilmesi ve gereksinim duyuyorsa desteklenmesi önemlidir. Bu alandaki değerlendirmeyi siz aileler de aşağıdaki beceriler kapsamında çocuğunuzun değerlendirerek gerçekleştirebilirsiniz. Aşağıda Tablo 6.1’de kariyer farkındalığını değerlendirmek için gözleyeceğiniz beceriler ve değerlendirme sürecine ilişkin açıklamalar yer almaktadır (6, 7).

Tablo 6.1 Kariyer Farkındalığının Değerlendirilmesi

Beceri	Açıklama
Günlük yaşamda karşılaştığı seçenekler arasında karar verir.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuza gün içinde alternatifler sunun ve onu karar vermeye teşvik edin: <ul style="list-style-type: none"> ● Farklı giysiler sunun ve seçmesini isteyin. ● Farklı yiyecekler sunun ve seçmesini isteyin. ● Farklı serbest zaman etkinlikleri arasından tercih yapmasını isteyin.

<p>Hazırlanmış olan bir plana uygun davranır.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuzun gününü planlayın. Bunun için haftalık ya da günlük çizelgeler hazırlayabilirsiniz. ✓ Okuma yazma bilmeyen çocuklar için etkinlikleri ifade eden kartlar içeren resimli kitapçıklar hazırlanabilir. ✓ Bireyin gün içinde gerçekleştirdiği etkinlikleri bu kitapçıktan takip etmesini ve gerçekleştirdiği etkinliklere (+), gerçekleştirmediği etkinliklere (-) işareti koymasını sağlayın.
<p>Bir gününü planlar ve bu plana uygun davranır.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuzun bir okul gününü ya da tatil gününü birlikte planlayın. ✓ Gün içindeki etkinlikleri çocuğunuzun seçmesi ve sıralaması için ona fırsat tanıyın. ✓ Gün içerisinde bu planı değerlendirin.
<p>Serbest zamanlarında kendi ilgi ve isteklerine göre etkinlikler arasında seçimler yapar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuzun oyuncaklar, diziler, filmler, hobiler arasında tercih yapmasını sağlayın. Başlangıçta çocuğunuzun tanımadığı etkinlikleri deneyimlemesini sağlayın.
<p>Bir iş ve görev sonrası hissettiklerini ifade eder.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuzun gün içinde gerçekleştirdiği görevlere ilişkin duygularını ifade etmesini sağlayın. ✓ Konuşabiliyorsa sözlü olarak konuşmada zorluk yaşıyorsa ifade kartlarıyla iş ya da göreve yönelik tepkide bulunmasını isteyin. ✓ Örneğin çocuğunuzdan yatağını toplamasını isteyin ve sonrasında bu görevi değerlendirmesini isteyin.
<p>Bir iş ve görevi zorluğuna göre sınıflandırır.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuzun gün içinde gerçekleştirdiği görevleri zorlanma düzeyine göre değerlendirmesini sağlayın. ✓ Konuşabiliyorsa sözlü olarak konuşmada zorluk yaşıyorsa ifade kartlarıyla iş ya da göreve yönelik tepkide bulunmasını isteyin.
<p>Bir işte çalışmanın ekonomik nedenlerini sıralar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuzun bir görevi yerine getirmek ile maddi kazanç arasında bağ kurmasını sağlayın. ✓ Bu aşamada bireyin temel gereksinimlerine ulaşmasını bir göreve bağlamayın. ✓ Evdeki çöpü kapıya çıkarmak, çiçekleri sulamak gibi görevler karşılığında istediği bir oyuncak, nesne, etkinlik yapabilmek için para biriktirmesini sağlayın.

Çevresindeki meslekleri sıralar.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Başlangıç için dar bir çember oluşturun. Çocuğunuzun her gün gördüğü meslekleri belirleyin. ✓ Çocuğunuzun etkileşim kurduğu meslekleri ifade etmesini ya da resimli kartlar arasından göstermesini sağlayın.
Çevresindeki mesleklerin işlevlerini sıralar.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuzun tanıdığı meslek gruplarıyla yerine getirilen görevleri eşleştirmesini sağlayın. ✓ Bu aşamada sözel olarak "Berber ne yapar?" sorusuyla ya da meslek ile işleri içeren resimli kartların eşleştirilmesi yoluyla çalışma gerçekleştirilebilir.
Çevresindeki mesleklere yönelik duygularını ifade eder.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuzun tanıdığı meslek gruplarına ilişkin duygularını ifade etmesini sağlayın. ✓ Başlangıçta iki meslek arasında hangisini daha çok sevdiğini sorabilir, resimli kartlardan seçmesini isteyebilirsiniz. ✓ Zamanla meslek sayısını artırabilirsiniz.

Çocuğumun kariyer keşfi sürecini nasıl değerlendirebilirim?

Çocuğunuzun kariyer farkındalığı süreci belli bir aşamaya geldikten sonra artık sıra ona en uygun kariyer yolunu keşfetmeye gelmiştir. Kariyer keşfi sürecinde iki temel odak noktası bulunmaktadır. Bunlar aşağıda sıralanarak açıklanan iki önemli alandan oluşmaktadır (8):

- ✓ **Bireyin değerlendirilmesi:** Her birey akademik yeterliklerinin dışında farklı mizaç ve kişilik özelliklerine sahiptir. Kimi bireyler dışa dönükken kimi bireyler sosyal etkileşimden hoşlanmayabilir (Bu yargıya varmak için sosyal etkileşim eksikliğinin iletişim becerilerinden değil, bireyin tercihinden kaynaklandığından emin olunmalıdır.). Dolayısıyla bireye uygun kariyer yolunu belirlemek için ilk adım bireyin özelliklerinin ortaya konmasıdır.
- ✓ **Çevredeki mesleklerin değerlendirilmesi:** İçinde yaşadığımız toplumda birçok meslek bulunmaktadır. Ancak yaşanan coğrafi bölgeye, yerleşim yerinin büyüklüğüne göre çevremizde sergilenen meslekler ve bu mesleklere talep değişkenlik göstermektedir. Büyük ve merkezi bir bölgede hizmet sektöründe yer alan meslekler (ör. garsonluk, perakendecilik vb.) yoğun gerçekleştirilirken taşrada yer alan bölgelerde tarım ve üretime dayalı meslekler (ör. çiftçilik, tarım işçiliği vb.) bulunuyor olabilir.

Her meslek belli beceriler, kişilik özellikleri, kurallar ve koşullara uygun davranmayı gerektirmektedir. Bu durum meslek seçiminin **kişiyeye özgü** bir süreç olmasını beraberinde getirmektedir.

Çevrenize baktığınızda kimi insanlar sosyal açıdan paylaşıma açıkken kimileri içine kapanık olabilir. Diğer yandan kimileri fiziksel olarak hareketli bir yapıya sahipken kimileri durağan özellikler gösterebilir. Benzer şekilde kimileri dikkatli ve titizken kimileri nispeten dağınık ve odaklanmada sorun yaşayan özellikte olabilir.

Kariyer keşfi sürecinde bu özellikleri göz önünde bulundurarak meslekleri değerlendirmek önemlidir. Örneğin çocuğunuz iletişim becerilerine sahip olsa bile çevresindeki insanlarla sosyal etkileşimde bulunmayı tercih etmiyor, bundan keyif almıyor olabilir. Bu durumda çocuğunuzu sürekli sosyal iletişim gerektiren garsonluk mesleği yerine daha az sosyal iletişim gerektiren imalat sektörüne yönlendirmek onun çalışma yaşamındaki başarı düzeyini arttıracaktır.

Her bireyin kendi özelliklerine uygun bir mesleğe yönelik eğitim alması ve işe yerleştirilmesi, onun çalışma yaşamında başarılı olmasını ve sürdürülebilir şekilde çalışmasını kolaylaştıracaktır. Diğer yandan özelliklerine uygun işte çalışan birey mutlu olacak, yaşam kalitesi yükselecektir. Bu nedenle kariyer keşfi dönemi bireye en uygun mesleğin belirlenmesini amaçlamaktadır (9).



Şekil 6.3 Kariyer Keşfinde Odak Noktalar

Çocuğumu nasıl tanıyabilirim?

Çocuğunuz için en uygun kariyer yolunu belirlemek onu tanımakla başlar. Dahası çocuğunuzu çalışma yaşamına dayalı özellikler açısından tanımanız da önemlidir. Bu aşamada çocuğunuzun istihdam edilebilirlik becerileri açısından değerlendirilmesi onun için en uygun mesleğe karar vermede kritik öneme sahiptir.

İstihdam edilebilirlik becerileri hemen her meslekte çalışanlardan beklenen, işe uyumu ve iş performansını arttıran, sürdürülebilir çalışma yaşamını destekleyen becerilerdir (10). Çocuğunuzun istihdam edilebilirlik becerilerindeki performansı onun ne tür mesleklere uygun özellikler gösterdiği konusunda fikir vermektedir.

İstihdam edilebilirlik becerileri çocuğunuzun hangi alanlarda destek gereksinimi olduğunu belirlemede öğretmenlere ve size bir yol çizebilir. Aşağıda istihdam edilebilirlik becerileri sıralanmıştır:

✓ **Temel Beceriler**

- o Sözel iletişim (konuşma ve dinleme)
- o Okuma (yazılı yönergeleri anlama ve yerine getirme)
- o Temel matematik
- o Yazma

✓ **Yüksek İşlevli Düşünme Becerileri**

- o Problem çözme
- o Öğrenme stratejilerini kullanarak bilgiye ulaşma
- o Yaratıcı, yenilikçi düşünme
- o Karar verme, tercihte bulunma

✓ **Duyuşsal Beceriler ve Karakter Özellikleri**

- o Sorumluluk alma
- o Çalışmaya yönelik olumlu tutum besleme
- o Özenli, dakik davranma
- o Kişiler arası becerilere sahip olma, iş birliğine açık olma
- o Öz güven sahibi olma
- o Uyum sağlama, esnek düşünebilme

- o Çalışma motivasyonuna sahip olma
- o Özdisiplin, öz yönetim sergileme
- o İşe uygun giyinme
- o Dürüst ve güvenilir davranışlar sergileme
- o Bağımsız olarak bir işi ya da görevi tamamlayabilme

Çocuğunuzun yukarıda yer alan istihdam edilebilirlik becerileri kapsamında değerlendirilmesi sürecinde öğretmeninizle iş birliği içerisinde çalışabilirsiniz. Bu kapsamda yapabileceğinizleriniz aşağıda sıralanmıştır:

- ✓ Çocuğunuzun öğretmenini bu becerilerden haberdar edebilirsiniz.
- ✓ Bu beceri alanlarında çocuğunuza ilişkin gözlemlerinizi öğretmeninizle paylaşabilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzun öğretim programında bu alandaki gereksinimlere yönelik çalışmalarını takip edebilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzun öğrendiği becerileri farklı ortam, araç gereç ve kişilere genellemesinde destek sunabilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzun değerlendirirken her bireyin kendi özelliklerine göre yukarıdaki becerilerden bazılarında iyi performans gösterirken bazılarında sınırlı performans gösterebileceğini unutmayınız.

Çocuğunuz yapabildikleri ve yapamadıklarının dışında neleri yapmayı sevdiği ya da sevmediği yönünden de değerlendirilmelidir. Bu noktada her bireyin bir mizacı ve kişilik özellikleri olduğunu, bu özelliklerin farklı meslek alanlarına yatkınlık konusunda ipuçları barındırdığını göz önünde bulundurun.

Aşağıda Şekil 6.4'te kariyer gelişimi alanında kabul gören bir kuramdan uyarlanan farklı kişilik özelliklerine uygun olabilecek meslek alanlarına örnekler verilmiştir (11). Bu süreçte temel amaç çocuğunuzun olabildiğince iyi tanımaktır. Çocuğunuzun daha iyi tanımak adına okulunuzda yer alan rehber öğretmen/psikolojik danışman iletişime geçebilir, kendi gözlemlerinizi paylaşarak sürece destek olabilirsiniz. Elde edilen bilgiler çocuğunuzun en uygun mesleğe yönlendirmede önemli rol oynayacaktır.



Şekil 6.4 Kişiliğe Göre Meslek Alternatifleri

Çocuğunuzu istihdam edilebilirlik becerileri alanında desteklemek birincil olarak öğretmeninizin görevi olsa da siz aileler de süreçte etkin bir rol oynayabilirsiniz. Çocuğunuzla en çok vakit geçiren ve onu en iyi tanıyan kişiler olarak onu her ortamda okulda öğrendiklerini sergilemesi için teşvik etmeniz çocuğunuzun gelişimine katkı sunacaktır. Bu kapsamda aşağıda sıralanan alanlar da süreçteki rolünüzü arttıracaktır:

- ✓ Çocuğunuzun okulda öğrendiği becerilerin farkında olun.
- ✓ Öğretmeninizle sürekli iletişim hâlinde olun.
- ✓ Çocuğunuzun okulda öğrendiği becerileri toplumsal ortamlarda sergilemesi için çocuğunuza fırsat yaratın.
- ✓ Gerekli durumlarda çocuğunuza ipucu verin ve yardım sağlayın.
- ✓ Çocuğunuzun olumlu davranış ve becerilerini ödüllendirin.
- ✓ Çocuğunuzun toplumsal ortamlardaki performansıyla ilgili öğretmeninize gerçekçi dönütler sunun.

Çevredeki Mesleklerin Değerlendirilmesi

Yaşanan çevredeki mesleklerin değerlendirilmesi ve çocuğunuza en uygun işin belirlenmesi uzmanlık gerektiren bir süreçtir. Bu destek dünya çapında destekli istihdam modeli çerçevesinde iş koçu olarak nitelendirilen meslek grubu tarafından sunulmaktadır (12, 13). Ancak bu model ülkemizde henüz yaygın şekilde uygulanmamaktadır. Buna karşın siz aileler, içinde bulunduğunuz çevrede sergilenen mesleklere yönelik araştırmalar yapabilirsiniz. Az nüfuslu bir bölgede yaşıyorsanız kendi sosyal çevrenizden (ör. komşular, iş arkadaşlarınız, esnaf vb.) kalabalık nüfuslu bir bölgede yaşıyorsanız Türkiye İş Kurumu (İŞKUR) gibi devlet kurumlarından bilgi alabilirsiniz.

! DİKKAT

16 yaşını geçen çocuğunuz için İŞKUR üzerinden engelli işçi kaydı oluşturabilirsiniz. Engelli işçi kaydı oluşturmanızla birlikte yaşadığınız bölgedeki işletmeler tarafından açılan işçi pozisyonlarını İŞKUR'un web sitesi üzerinden takip edebilirsiniz.

Yaşadığınız çevredeki mesleklerin değerlendirilmesi konusunda gerçekleştirilmesi gereken adımlar aşağıda sıralanmıştır:

- ✓ En çok çalışana gereksinim duyan işletmelerin belirlenmesi
- ✓ Çalışan açığı bulunan sektörlerin (ör. üretim, yiyecek hizmetleri, konaklama hizmetleri vb.) belirlenmesi
- ✓ Çalışan açığı bulunan iş yerlerinin ve sektörlerin bireyin özelliklerine uygunluğu açısından değerlendirilmesi
- ✓ Bireye uygun işletme ve sektörlerin listelenmesi
- ✓ Listelenen işletmelerden çalışma koşulları ve sosyal ortam açısından en avantajlı olanının belirlenmesi

Çocuğumun kariyer keşfi sürecini nasıl destekleyebilirim?

Çocuğunuzun istihdam edilebilirlik becerileri kapsamında değerlendirilmesi ve gerekli alanlarda desteklenmesiyle birlikte çevresindeki meslekleri gerçek ortamında deneyimlemesi sürecin en önemli adımlarından birisidir. Bu süreç okullar tarafından staj gibi uygulamalarla yürütülebileceği gibi sizler tarafından da desteklenebilir.

Çocuğunuzun kariyer keşfini sağlamak adına gerçekleştirilebilecek en etkili uygulamalardan biri mesleki deneyim etkinliklerine katılımdır. Mesleki deneyim etkinlikleri çocuğunuzun çevresindeki meslekleri tanımasına, bu meslekler arasında bir tercihte bulunmasına katkı sunmaktadır.

Mesleki deneyim etkinlikleri, çocuğunuz için uygun meslek alanlarının belirlenmesinde değerlendirme yapmak üzere sizler ve öğretmenler için iyi bir fırsattır. İçinde bulunduğunuz yaş grubunda gerçekleştirilebilecek mesleki deneyim etkinlikleri gölge çalışıcılık, gönüllü çalışıcılık, okul temelli girişimler ve staj uygulaması şeklinde sıralanabilir (6, 14, 15). Mesleki deneyim seçenekleri Şekil 6.5'te yer almaktadır.



Şekil 6.5. Mesleki Deneyim Seçenekleri

Gölge çalışanlık; çocuğunuzun bir iş yerinde belli bir mesleği gerçekleştiren meslek elemanı ile zaman geçirmesi, onu gözlemesi ve ilgili mesleği deneyimlemesi şeklinde gerçekleştirilebilir. Bu uygulama aşağıda basamaklandırılmış şekilde açıklanmıştır:

- ✓ Öğretmeninizin de görüşünü alarak çocuğunuzun ilgi duyabileceği alanları belirleyin.
- ✓ Belirlediğiniz alanda faaliyet gösteren iş yerleriyle görüşün. Varsa başlangıçta tanıdıklarınızdan oluşan (ör. komşularınız, iş arkadaşlarınız, kendi iş yeriniz vb.) bağlantılarınızı kullanın. Böylece çocuğunuzun tanımadığı kişilerle sürece devam etmesinden kaynaklı uyum sorunlarının önüne geçebilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzun ilgili iş yeri ya da işletmede çalışanları yakından gözleyebileceği şekilde düzenleme yapın. Örneğin bir süpermarkette çocuğunuzun kasiyerin yanına oturmasını, reyonunun yanında bir gün geçirmesini sağlayarak meslek elemanlarının yaptığı işleri, günlük rutinleri gözlemesini sağlayınız.
- ✓ Gölge çalışanlık süresince düzenli olarak çocuğunuzla iletişim kurarak onu gözleyerek iş yerindeki diğer çalışanlarla konuşarak onun mesleğe yatkınlığı, iyi yönleri ya da gereksinimleri hakkında bilgi edinebilirsiniz.
- ✓ Elde ettiğiniz sonuca göre meslek çocuğunuza uygun değilse farklı işletmeler ya da meslek dallarıyla süreci devam ettiriniz. Meslek çocuğunuza uygun görünüyorsa gönüllü çalışma, staj gibi uygulamalarla etkileşim süresini arttırınız.

Gönüllü çalışma, çocuğunuzun belli bir iş ya da mesleği yakından tanınması adına kısa süreli gerçekleştirilen mesleki deneyim uygulamasıdır. Kimi durumlarda çocuğunuz belli mesleklerle ilgisini ifade edebilir. İzlediği film ya da diziler, sosyal medya vb. alanlarda bir meslekten

haberdar olarak bu meslekte görev yapmayı düşleyebilir. Bu durumda çocuğunuzun ilgili meslekle doğrudan ve somut etkileşimler kurması için gönüllü çalışma etkinliği gerçekleştirilebilir. Süreç aşağıda basamaklarla açıklanmıştır:

- ✓ Çocuğunuzun ilgi duyduğu mesleğin gerçekleştirildiği bir iş yeri bulun.
- ✓ İş yeriyle görüşerek çocuğunuzun gerçekleştireceği görevleri belirleyin.
- ✓ İşveren ya da varsa bir çalışma arkadaşının çocuğunuza ilk etapta yakın destek sunmasını sağlayın.
- ✓ En az bir hafta olacak şekilde çocuğunuzun iş yerinde süre geçirmesini ve aktif olarak çalışmasını takip edin.
- ✓ Süreçte düzenli olarak çocuğunuzla iletişim kurun, onu iş yerinde gözleyin.
- ✓ Bu süreçte elde ettiğiniz deneyimler çocuğunuzun meslekte kendini denemesini mümkün kılarak kariyer tercihleri için gerçekçi veriler elde etmenizi sağlayacaktır.

Okul temelli girişimler; okulda eğitim alan öğrencilerin kendini sınavabileceği, benzetim ortamlarında meslekleri tanıyabileceği uygulamaları içermektedir. Bu uygulamada çocuğunuzun ve okulda onunla birlikte eğitim gören diğer çocukların kendilerini sınamaları, ilgi ve yeteneklerinin farkında olmaları, kariyer keşiflerinin gerçekleştirilmesi amaçlanmaktadır. Bu konuda okul-aile birlikleri ve dolayısıyla sizler önemli bir yere sahipsiniz. Aşağıda okul temelli girişim uygulaması basamaklarla açıklanmıştır:

- ✓ Okuldan hizmet alan diğer aileler ve okul yönetiminin bulunduğu bir toplantıda okul olanaklarını göz önünde bulundurarak meslek alanları belirleyin.
- ✓ Kantin, temizlik işleri, kermesler, üretim ve imalat atölyeleri okul temelli girişim uygulamasına uyarlanabilir nitelikte meslek alanları içermektedir.
- ✓ Meslek alanları belirlendikten sonra çocuğunuzun bu alanlara ilgisine göre dağıtılmasını sağlayın. Çocuğunuzun devam ettiği meslek alanlarını periyodik olarak değiştirin.
- ✓ Atölye ya da ortamlarda kesinlikle çocuğunuzun yapması gereken işleri üstlenmeyin. Burada amaç çocuğunuzun tanımak ve çocuğunuzun deneyim elde etmesini sağlamaktır.
- ✓ Mümkünse mesleki deneyim uygulaması yapılan atölyelere girmeyin. Okul temelli girişim ortamında öğretmen, aile, çocuk kimlikleri yerine işveren, çalışan, çalışma arkadaşı rolleri benimsenmelidir.

- ✓ Öğretmenler ve sizler çocuğunuzu gözleyerek kariyer tercihlerinde bu gözlemleri kullanın.
- ✓ Okul temelli girişim sürecinde çocuklar çalışmaları karşılığında sembolik ücretlerle, nesnelere ya da etkinliklerle ödüllendirilmelidirler.
- ✓ Çocuğunuzun özelliklerine göre belirlenen meslek alanlarında staj, gölge çalışmaları, gönüllü çalışma gibi uygulamalarla toplum temelli uygulamalara geçiş yapın.

Mesleki deneyim etkinlikleri gerçekleştirilirken siz aileler ve çocuğunuzun öğretmenleri sürecin nasıl ilerlediğini belli soruları yanıtlarak takip etmelidirler. Bu, çocuğunuzu tanımak ve onun ilgi, gelişim, yeterlik ve gereksinimlerini belirlemek için oldukça önemlidir. Mesleki deneyim etkinliği süreci değerlendirilirken aşağıdaki adımları izleyebilirsiniz:

- ✓ **Çocuğum hangi mesleklerle tanıştı?** (Etkileşim kurulan meslekleri sıralayın.)
- ✓ **Çocuğumun bu meslekler hakkında görüşü nasıldı?** (Bu mesleklerin çocuğunuz tarafından değerlendirilmesini sağlayın. Çocuğunuzun durumuna göre sorular ya da resimli ifade kartları kullanabilirsiniz.)
- ✓ **Çevresi çocuğumun mesleki deneyim süreci hakkında neler düşünüyor?** (Çocuğunuzun bu meslekteki ilgi ve yeterliklerinin işveren, öğretmen, diğer çalışanlar tarafından değerlendirilmesini sağlayın.)
- ✓ **Çocuğum bu mesleği gerçekleştirmek için nelere gereksinim duyuyor?** (Çocuğunuzun mesleği sürdürebilmek ya da performanslı şekilde çalışmasını mümkün kılacak becerilerde gereksinimlerini belirleyin.)
- ✓ **Çocuğum hangi meslekte başarılı olabilir?** (Değerlendirme sonucunda çocuğunuz için olası en uygun meslek alanına karar verin.)

Yukarıda paylaşılan noktalar ışığında çocuğunuzun kariyer keşfi sürecinin izlenmesi ve desteklenmesi amacıyla Tablo 6.2'de yer alan soruları çocuğunuz ya da siz yanıtlayabilirsiniz. Elde ettiğiniz yanıtlar çocuğunuzun okul sonrası dönemde katılacağı kariyer yaşamı hakkında sizlere detaylı bilgi sunacaktır. Diğer yandan bu yanıtlar doğrultusunda çocuğunuzun gereksinim duyduğu mesleki eğitim ve iş eğitimi sürecinin planlanması kolaylaşacaktır.

Tablo 6.2 Kariyer Keşfi Sürecinin Desteklenmesinde Kritik Sorular

Konu	Açıklama	Sorular	Etkinlikler
Kariyer keşfi	Çocuğunuzun meslek yaşamına yönelik ilgi ve tercihlerinin keşfedilmesi amacıyla yanda yer alan sorular yanıtlanmalıdır.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Nelere ilgi duyuyorum? ✓ Hangi alanda çalışmak istiyorum? ✓ Bu alanda çalışmak için ne tür becerilere gereksinim duyuyorum? 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ İlgi duyulan meslek alanlarına yönelik saha gezileri düzenlenmesi ✓ İlgi duyulan alanlarla ilgili okul sonrası eğitim alternatiflerinin araştırılması
Mesleki deneyim kazanma	Çocuğunuzun okul döneminde mesleki deneyim fırsatlarına katılım göstermesi	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hangi mesleki deneyim etkinliklerine katıldım? ✓ Yaşadığım çevrede ilgimi çeken meslekler hangileri? ✓ İş yerinde başarılı olmak için ne tür desteklere gereksinim duyuyorum? 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ İlgi duyulan alanlarda mesleki deneyim etkinliklerinin gerçekleştirilmesi ✓ Mesleki deneyim gerçekleştirilen ortamlarda yer alan işveren ve çalışma arkadaşlarıyla görüşmeler gerçekleştirilmesi
Mesleki yeterliklerin farkında olma	Çocuğunuzun kendi mesleki yeterliklerini sıralaması	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hangi alanda yeterliyim? ✓ Hangi alanlarda desteğe gereksinimim var? ✓ Bugüne kadar gördüğüm iş yerleri beklentilerimi karşıladı mı? 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Çocuğunuzun yeterliklerinin değerlendirilmesi ✓ Gereksinim duyulan alanlarda sunulacak eğitimlerin planlanması ve sunulması ✓ Deneyimlerden yola çıkılarak kariyer tercihlerinin netleştirilmesi

Kariyer Keşfine Dayalı Olarak Mesleki Yeterliklerin Desteklenmesi

Kariyer keşfi birey için en uygun mesleğe karar vermek amacıyla gerçekleştirilmektedir. Dolayısıyla birey kariyer keşfi aşamasında belli bir düzeye geldiğinde genellikle ortaöğretimin son yıllarında mesleğe hazırlık etkinliklerinin de planlanması sürecine başlanmalıdır. Mesleğe hazırlık etkinlikleri bireyin belli bir meslek alanının gerektirdiklerini karşılayacak tutum ve becerilerle donatılmasıdır.

Mesleğe hazırlık süreci genellikle ortaöğretim sonrasında yoğunlaşmakla birlikte ortaöğretim yıllarının sonlarına doğru başlatılabilir. Ülkemizde özel eğitim meslek okulları, özel eğitim uygulama okulları, meslek liseleri, çıraklık eğitim merkezleri, İŞKUR programları yoluyla özel gereksinimli bireyler mesleğe hazırlanmaktadır.

Çocuğunuzun devam ettiği okulda kariyer keşfi sürecine uygun bir meslek atölyesine devam etmesi, onun mesleki yeterliklerle donanması açısından önemlidir. Mesleğe hazırlık etkinlikleri kapsamında çocuğunuzun aşağıdaki becerileri kazanması amaçlanmaktadır:

- ✓ Gerçekleştirmek istediği mesleği ifade etme
- ✓ Bu mesleğin sergilendiği ortamları sıralama
- ✓ Mesleğin gerektirdiklerini kazanmak amacıyla eğitime devam etme
- ✓ Öz geçmiş hazırlama
- ✓ İş arama
- ✓ İşe başvuru
- ✓ İş görüşmesi gerçekleştirme

Günümüzde özel gereksinimli bireylerin bir iş ve mesleğe yerleşmesinde farklı uygulamalar ve alternatifler söz konusudur. Her birey özellikleri gereği bir işe bağımsız olarak başvurup o işte sürdürülebilir şekilde çalışmayabilir. Bu durum onun çalışmayacağı anlamına gelmemektedir. Bireyin yetersiz kaldığı alanlarda bu alanda yetiştirilmiş personel tarafından desteklenmesi, iş yerlerinde çevresel düzenlemeler yapılması ya da korumalı iş yeri uygulamaları çocuğunuzun bir işte sürdürülebilir şekilde çalışması için gerekli olabilir (16).

Ülkemizde henüz yeni yeni yaygınlaşan korumalı iş yeri ve destekli istihdam uygulamaları ile hemen her bireyin yeterliklerine uygun şekilde bir işte çalışması sağlanabilir. Bu nedenle yukarıdaki becerilerin çocuğunuz tarafından sergilenememesi onun çalışmayacağı anlamına gelmemektedir. Siz ebeveynler ve çocuğunuzun öğretmenleri, gereksinim duyulan alanlarda çocuğunuzun destekleyerek onun çalışma yaşamına adım atmasına katkı sunabilirsiniz.

Neler Öğrendik?

Değerli Aileler,

Bu bölümde kariyer farkındalığı, kariyer keşfi kavramları ile çocuğunuzun kariyer keşfi süre-

cini desteklemenize yönelik açıklamalarda bulunulmuştur. Kariyer keşfi alanında gerçekleştirilen çalışmalar çocuğunuzun;

- ✓ Kendini tanıma sürecini,
- ✓ Kendisine en uygun mesleğe karar vermesini,
- ✓ Mesleki deneyim etkinlikleriyle çevresindeki meslekleri tanımasını ve kendisine en uygun mesleğe karar vermesini destekleyecektir.

Kariyer keşfi kapsamında göz önünde bulundurulması gereken önemli noktalar aşağıda özetle sıralanmıştır:

- ✓ Kariyer keşfi çalışmalarından önce kariyer farkındalığı sürecini destekleyin.
 - o Çocuğunuzun kendisine uygun kariyer yolunu seçmesi için öncelikle kendisini ve önündeki seçenekleri tanıması çok önemlidir.
 - o Bunun için çocuğunuza günlük yaşam içerisinde fırsatlar tanıyın, kendini değerlendirmesini sağlayın, onunla sürekli iletişim kurun.
- ✓ Kariyer keşfi iki yönlüdür: Birey ve meslek uyumuna dayanır.
 - o Kariyer keşfi çalışmalarında çocuğunuzun ilgi, istek ve gereksinimlerini değerlendirmek ilk adımdır. Bu değerlendirme sürecinde çocuğunuzun olabildiğince fazla meslekle etkileşim kurmasını sağlayın ve onu gözleyin.
 - o Çevrenizde hâlihazırda yoğun olarak sergilenen meslekler çocuğunuz için çalışma fırsatları içerebilir. Bu meslekleri, mesleklerin gerçekleştirildiği iş yerlerini gözleyerek çocuğunuza en uygun olanları sıralayabilirsiniz.
- ✓ Çocuğunuzun gözleyerek elde ettiğiniz verileri öğretmeninizle paylaşın ve birlikte bir yol haritası çizin. Potansiyel mesleklere ilişkin mesleki eğitim fırsatlarını araştırın. 16 yaşından büyük çocuklarınız için İŞKUR engelli işçi kaydını tamamlamanız bu süreçte önemlidir.
- ✓ Yetişkinlik döneminde çocuğunuzun bir işte çalışması zengin bir çevreyle mümkündür. Bu nedenle aileler arası iş birliğiyle yaşadığınız çevredeki devlet kuruluşları ve sivil toplum örgütleriyle iletişim kurun. Böylece çevrenizdeki istihdam olanaklarının artmasını destekleyebilirsiniz.

Yararlanılan Kaynaklar

- [1] Artar, T. M., & Ergenekon, Y. (2020). Yetişkinliğe geçişte ilk adım: Gelişimsel yetersizliği olan bireyler ve kariyer eğitimi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(5), 1902-1914.
- [2] Artar, T. M., & Ergenekon, Y. (2020). Gelişimsel yetersizliği olan yetişkinler için ihmal edilen bir zaman dilimi: Serbest zaman. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 21(1), 171-192. doi: 10.21565/ozelegitimdergisi.559802
- [3] Wandry, D., Wehmeyer, M. L., & Glor-Scheib, S. (2013). *Life centered education teacher's guide*. Council for Exceptional Children.
- [4] Baker, B. L., Brightman, A. J., Blacher, J. B., Heifetz, L. J., Hinshaw, S. R., & Murphy, D. M. (2004). *Steps to independence: Teaching everyday skills to children with special needs*. Paul Brookes Publishing Company.
- [5] Brolin, D. E. (1997). *Life centered career education: A competency based approach (5th edition)*. The Council for Exceptional Children.
- [5] Wehmeyer, M. L., & Webb, D. R. (2012). An introduction to adolescent transition education. In M. L. Wehmeyer & K. W. Webb (Eds.), *Handbook of adolescent transition education for youth with disabilities* (pp. 1-10). Routledge.
- [6] Wehman, P., & Targett, P. S. (2004). Principles of curriculum design: Road to transition from school to adulthood. *Functional Curriculum for Elementary, Middle, and Secondary Age Students with Special Needs*, 1-36.
- [7] Drew, C. J., & Hardman, M. L. (2007). *Intellectual disabilities across the lifespan (9. Baskı)*. Pearson Merrill Prentice Hall.
- [8] Timmons, J. C., Hall, A. C., Bose, J., Wolfe, A., & Winsor, J. (2011). Choosing employment: Factors that impact employment decisions for individuals with intellectual disability. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 49, 285-299.
- [9] Cotton, K. (2008). *Developing employability skills*. Northwest Regional Educational Research Laboratory. <https://www.nwrel.org/scpd/sirs/8/c015.html> (Erişim Tarihi: 04.09.2022)
- [10] Shatkin, L. (2011). *Career plan*. JIST Publishing.
- [11] Rogan, P., Grossi, T.A., & Gajewski, R. (2002). Vocational and career assessment. In C. L. Sax, & C.A. Thoma (Eds.), *Transition assessment: Wise practices for quality lives* (pp. 103-117). Paul Brookes Publishing Company.
- [12] Hall, A., Bose, J., Winsor, J., & Migliore, A. (2014). Knowledge translation in job development: Strategies for involving families. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 27(5), 489-492.

- [13] Kochhar-Bryant, C. A., & Greene, G. (2009). *Pathways to successful transition for youth with disabilities: A developmental process*. Merrill/Pearson.
- [14] Cavkaytar, A., & Artar, T. M. (2023). *Özel gereksinimli bireyler için iş ve meslek eğitimi*. Vize Akademik Yayıncılık
- [15] Nord, D., Luecking, R., Mank, D., Kiernan, W., & Wray, C. (2013). The state of the science of employment and economic self-sufficiency for people with intellectual and developmental disabilities. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 51(5), 376-384.