

Küçük

Adımlar

Büyük

Gülümsemeler

GETİRİR



Mavi Denizim

ÖZEL EĞİTİM ve REHABİLİTASYON MERKEZİ

Sevgi Engel Tanımaz

2025

FAALİYET BÜLTENİ

www.mavidenizim.com

İŞLENMİŞ GIDALAR VE ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Değerli okurlar,

Önemi nedeniyle, bu köşemde aşırı işlenmiş gıda maddelerini kaleme aldım. Özellikle çocukluk döneminde sağlıklı beslenme, çocuğun büyümesi ve bilişsel gelişimi açısından büyük önem taşır. Ancak günümüzde işlenmiş gıdaların tüketimi maalesef çok arttı. İşlenmiş gıdalar, fiziksel, kimyasal ve biyolojik işlemlerden geçirilen ve besin değerleri düşük gıdalar olup, çocukların gereksinim duyduğu vitamin, minerallerden yoksundur.

İşlenmiş gıdaların çoğunda, katkı maddeleri, koruyucu maddeler, suni tatlandırıcılar, renklendiriciler ve gıdanın raf ömrünü uzatan kimyasal maddeler vardır.

Özellikle aşırı işlenmiş gıdalar (hazır atıştırmalıklar, şekerli içecekler, fastfood ürünler gibi) yüksek oranda rafine karbonhidrat, trans yağ ve yapay katkı maddeleri içermektedir.

Son yapılan bilimsel çalışmalar gösteriyor ki, işlenmiş gıdalarda bulunan katkı maddeleri çocuklarda hormonları etkileyerek büyümeyi ve gelişmeyi engellemekte, çocuk sağlığı üzerine olumsuz etkiler yapmaktadır. İşlenmiş gıdaların olumsuz etkilerini özetlersek;

1-Şekerli içecekler ve fastfood türü maddeler obezite riskini arttırmaktadır.

2- Dikkat süresini kısaltabilir, akademik performansı olumsuz etkileyebilir,

3-Bağıışıklık sisteminin zayıflamasına, alerjik hastalıkların artmasına neden olabilir. Bağırsak florasını bozarak sık sık hastalanmalara karın ağrısı ve kabızlıklara yol açabilir.

4-Vucutta kan şekerinin inip çıkmasına neden olabilir, bu durum çocukta huzursuzluk, sinirlilik, konsantrasyon bozukluğu, bellek sorunları ve depresif belirtiler ortaya çıkarabilir..

ANNE VE BABALARA ÖNERİLER -Önce siz örnek olun. çocuğunuza nasihat vermek yerine onlara örnek olun ve işlenmiş gıdalardan uzak durun.

-Çocuğunuzla konuşup anlaşarak kurallar koyun, sınırları belirleyin

-Seçenekler sunun, işlenmiş gıdalar yerine, ev yapımı doğal besinleri tercih edin. Fastfood yerine sebze, meyve tam tahıllı ürünleri tercih edin

-Şekerli içeceklerden kaçının. Bunun yerine su, süt veya doğal meyve suyu vb tercih edin

-Çocuğunuzun sağlıklı beslenme ve işlenmiş gıda maddelerinin zararlı etkileri hk. bilgilendirin.

-Çocuklarımızı aşırı işlenmiş gıda maddelerinden uzak tutabilmek ve doğal ürünlerle besleyebilmek dileğiyle, sağlıklı kalınız.



ALİ GÜLENC
KURUM MÜDÜRÜ



Aysun ELMAS
Sosyolog/ Halkla İlişkiler

Merhaba Sevgili Okur,

Neşeyle, hüznle, acıyla, tatlıyla bir yılı daha geride bıraktık. Yeni bir yıla hep birlikte adım atıyoruz. 2026'nın bizlere daha çok umut, daha çok yol arkadaşlığı ve en önemlisi çocuklarımız için daha çok gelişim getirmesini diliyorum.

Bizim işimiz sadece eğitim değil. Elini tutmak, yüreklere dokunmak, küçük bir ilerlemeyi büyük bir mutlulukla paylaşmak. Çünkü inanıyoruz ki; gelişim iş birliğiyle büyür, başarı paylaşıldıkça çoğalır.

Sevgili okurlarımız, bu ay ki bültenimizde okulumuzdaki faaliyetlerimizi, başarılarımızı ve yeniliklerimizi aktarmaktan büyük mutluluk duyuyoruz. Yenilikçi çalışmalarımızı sürdürerek her öğrencimizin bireysel potansiyelini üst düzeye çıkarma hedefimizi gerçekleştiriyoruz.

Kadromuza katılan yeni uzman arkadaşlarımızla ve eğitime yeni katılan öğrencilerimizle özel eğitimde marka olduğumuzu gösteriyor ve kaliteli eğitim anlayışımızla farkımızı ortaya koyuyoruz.

Özel eğitim inançla büyüyen bir yolculuktur. Çocuk, aile ve uzmanların birbirine güvenle kenetlendiği bir dayanışma alanıdır. Çocuklarımızın ilerleyişinde gördüğümüz minicik bir adım biz eğitimciler için koca bir dağ kadar değerlidir. Bizler o adımlara şahit olurken, bu yolda velilerimiz yol arkadaşımız çocuklarımız ise bu yolculuğun gerçek kahramanlarıdır.

Merkezimizin başarısı bireysel çabaların bir araya geldiği mükemmel bir ekip ruhunu doğuruyor. Her uzmanımızın kendi alanlarındaki başarıları ekip dayanışması ile birleşince çocuklarımız için güçlü bir gelişim ortamını oluşturuyor. Biz birbirimizin yükünü hafifleten aynı hayale inanan bir ekibiz. Her zorluğu birlikte aşar, başarıları birlikte kutlarız. Biz biliyoruz ki birlikte çalışmak hız kazandırır, birlikte yürümek yol kazandırır. Tüm yol arkadaşlarımıza selam olsun...

Sevginin, saygının dostluğun, huzurun, neşenin hayatımızı bolca doldurması dileklerimizle, kendine değer vermeyi unutma güzel insan....

İÇİNDEKİLER

- 1 İŞLENMİŞ GIDALAR
- 2 EDİTÖR'DEN
- 3 EĞİTİMDE OYUN
- 4 ERKEN TANI
- 5 ERGOTERAPİ
- 5 OTİZM
- 6 HAYATA HAZIRLIK

- 7 PSİKOLOĞUMUZ DİYOR Kİ
- 8 FİZYOTERAPİ'NİN ÖNEMİ
- 8 HASTANE VE RAM SÜRECİ
- 9 UZMAN GÖRÜŞÜ
- 10 BİZ BİR AİLEYİZ
- 12 RADYO VE KLÜPLER
- 13 DAVRANIŞ MI, GELİŞİMSEL İHTİYAÇ MI?
- 14 SİZDEN GELENLER

Okul Öncesi ve İlkokul Eğitiminde Oyunun Önemi

Oyun, çocukların gelişimsel özellikleri dikkate alındığında okul öncesi ve ilkokul dönemlerinde eğitimin temel bileşenlerinden biri olarak kabul edilmektedir. Bu dönemlerde çocuklar öğrenme sürecine aktif katılım sağlayarak, deneyim ve etkileşim yoluyla bilgi edinmektedir. Eğitimde oyunun kullanımı, öğrencilerin bilişsel, sosyal, duygusal ve psikomotor gelişimlerini bütüncül bir biçimde desteklemektedir.

Okul öncesi dönemde oyun, çocuğun dünyayı tanımasının ve anlamlandırmasının en etkili yollarından biridir. Bu dönemde oyun, öğrenmenin kendisi olarak görülmektedir. Çocuklar oyun aracılığıyla problem çözme, sınıflandırma, neden-sonuç ilişkisi kurma gibi bilişsel becerileri geliştirirken; aynı zamanda dil gelişimi, öz bakım becerileri ve sosyal etkileşim yeteneklerini de ilerletmektedir. Serbest ve yapılandırılmış oyunlar, çocuğun yaratıcılığını ve hayal gücünü destekleyerek öğrenmeye karşı olumlu tutum geliştirmesini sağlamaktadır.

İlkokul döneminde ise oyun, öğrenmeyi destekleyici ve pekiştirici bir araç niteliği taşımaktadır. Akademik becerilerin kazandırılmasında oyun temelli etkinlikler, öğrencilerin derse yönelik motivasyonunu artırmakta ve soyut kavramların somutlaştırılmasına yardımcı olmaktadır. Matematik, Türkçe ve hayat bilgisi gibi derslerde kullanılan eğitsel oyunlar, öğrencilerin dikkat sürelerini uzatmakta ve öğrenmenin kalıcılığını artırmaktadır. Ayrıca kurallı oyunlar, ilkokul öğrencilerinin sorumluluk alma, kurallara uyma ve iş birliği yapma becerilerini geliştirmektedir.

Sosyal-duygusal gelişim açısından oyun, her iki eğitim kademesinde de önemli bir role sahiptir. Grup oyunları sayesinde çocuklar iletişim kurmayı, empati geliştirmeyi ve sosyal problem çözme becerilerini öğrenmektedir. Oyun ortamı, çocukların kendilerini ifade etmelerine olanak tanıyarak özgüven gelişimini desteklemektedir. Öğretmenin rehberliği ile yürütülen oyun etkinlikleri, çocukların öğrenme sürecine aktif ve bilinçli katılımını sağlamaktadır.

Sonuç olarak oyun, okul öncesi ve ilkokul eğitiminde etkili bir öğretim yöntemi olarak değerlendirilmelidir. Eğitim programlarında oyuna yer verilmesi, çocukların gelişimsel ihtiyaçlarına uygun öğrenme ortamlarının oluşturulmasına katkı sağlamakta ve akademik başarıyı desteklemektedir. Bu nedenle oyun temelli öğrenme yaklaşımlarının eğitim süreçlerine sistemli bir biçimde entegre edilmesi büyük önem taşımaktadır.

Her zaman mottomuz: Eğlenerek öğrenmek...



Ayşe AKSOY

Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Öğretmeni/Uzman Öğretici





BEYZA AYNUR ŞAHİN
Dil ve Konuşma Terapisti

GEÇİKMİŞ KONUŞMA: ERKEN TANI VE MÜDAHALENİN ÖNEMİ

Dil ve konuşma gelişimi, çocuğun bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimiyle doğrudan ilişkili çok boyutlu bir süreçtir. Bu süreçte ortaya çıkan gecikmeler, yalnızca iletişimi değil; akademik becerileri, sosyal etkileşimi ve öz düzenleme kapasitesini de etkileyebilmektedir. Bu nedenle gecikmiş konuşma, “zamana bırakılabilecek” bir durum değil, erken değerlendirme ve müdahale gerektiren gelişimsel bir risk alanıdır.

Yaşa Göre Beklenen Dil Gelişimi

1 Yaş (12 Ay)

- İsmi söylediğinde dönüp bakar
- Basit yönergeleri (gel, ver) bağlam içinde anlar
- Hece tekrarları yapar (ba-ba, de-de)
- Jest ve mimikleri aktif kullanır (işaret etme, el sallama)
- Anlamlı 1–3 kelime söyleyebilir.

2 Yaş (24 Ay)

- En az 50 kelime kullanır
- İki kelimeli ifadeler kurar (“anne gel”, “top at”)
- Basit sorular ve yönergeleri anlar
- İsteklerini sözel olarak ifade etmeye başlar
- Tanıdık nesnelere ve kişilere adlandırabilir.

3 Yaş (36 Ay)

- 3–4 kelimeli cümleler kurar
- Konuşması yabancılar tarafından büyük ölçüde anlaşılır
- Basit “kim, ne, nerede” sorularına cevap verir
- Günlük yaşantıyla ilgili kısa anlatımlar yapabilir
- Dilini oyun ve sosyal etkileşim içinde işlevsel olarak kullanır.

Gecikmiş Konuşma Nedir?

Gecikmiş konuşma, çocuğun alıcı ve/veya ifade edici dil becerilerinin kronolojik yaşına göre beklenen gelişimsel basamakların gerisinde seyretmesi olarak tanımlanır. Her çocuğun gelişim hızı farklı olmakla birlikte, dil gelişiminde belirli yaş aralıklarında beklenen normatif kazanımlar bulunmaktadır. Bu kazanımların belirgin şekilde gerisinde kalınması, klinik değerlendirme gerektirir.

Gecikmiş konuşma; tek başına bir tanı olmaktan ziyade, altta yatan farklı gelişimsel durumların bir belirtisi olarak da ortaya çıkabilir. Bu nedenle ayrıntılı değerlendirme süreci büyük önem taşır.

Olası Nedenler

Gecikmiş konuşmanın etiyolojisi çok faktörlüdür. İşitme sorunları, çevresel uyaran yetersizliği, aşırı ekran maruziyeti, oral-motor planlama güçlükleri, bilişsel gelişim farklılıkları ve nörogelişimsel bozukluklar gecikmiş konuşmaya eşlik edebilir. Bazı çocuklarda ise belirgin bir neden saptanmadan, izole dil gecikmesi görülebilmektedir.

Bu noktada temel hedef, nedeni varsaymak değil; çocuğun dil, iletişim ve etkileşim becerilerini bütüncül bir bakış açısıyla değerlendirmektir.

Erken Müdahale Neden Kritik?

Araştırmalar, erken yaşta başlanan dil ve konuşma terapisi müdahalelerinin, hem kısa hem de uzun vadeli gelişimsel çıktılanı anlamlı düzeyde iyileştirdiğini göstermektedir. Beynin erken dönemdeki nöroplastisitesi, dil öğrenimi açısından önemli bir avantaj sağlar.

Dil ve Konuşma Terapisinde Oyunun Yeri

Oyun, erken çocukluk döneminde dil gelişiminin en doğal ve etkili aracıdır. Çocuklar dili, yapılandırılmış öğretimden çok; anlamlı, karşılıklı ve keyifli etkileşimler yoluyla edinirler. Bu nedenle Dil ve Konuşma Terapisi sürecinde oyun, rastlantısal değil; hedefe yönelik ve planlı bir müdahale aracıdır.

Oyun temelli terapi yaklaşımları:

- Ortak dikkat becerilerini destekler
- Sıra alma ve karşılıklılığı geliştirir
- Taklit yoluyla öğrenmeyi artırır
- Dilin işlevsel kullanımını güçlendirir

Terapötik oyun ortamı, çocuğun kendini güvende hissettiği ve iletişime açık olduğu bir bağlam sunar.

Ailenin Rolü

Dil ve konuşma terapisi yalnızca seansa sınırlı değildir. Ailelerin günlük yaşamda kullandığı iletişim dili, çocuğun gelişiminde belirleyici bir rol oynar. Bu nedenle terapi süreci, aile danışmanlığı ve ev programlarıyla desteklenmelidir. Ailenin bilinçli ve tutarlı yaklaşımı, terapinin genellenilebilirliğini artırır.

Gecikmiş konuşma, erken fark edildiğinde ve bilimsel temelli yaklaşımlarla ele alındığında olumlu gelişim gösteren bir alandır. Dil ve Konuşma Terapisi, çocuğun yalnızca konuşmasını değil; iletişim kurma becerisini, sosyal katılımını ve kendini ifade etme kapasitesini destekleyen bütüncül bir süreçtir.



ERGOTERAPİ

Duyusal Hassasiyet Nedir?

Duyusal hassasiyet, bireyin çevreden gelen uyarılara (ses, ışık, dokunma, koku, tat, hareket gibi) normalden daha yoğun ya da daha düşük tepkiler vermesi durumudur. Bu hassasiyet; gürültüden rahatsız olma, belirli dokulara dokunmaktan kaçınma, kalabalık ortamlarda zorlanma ya da hareket ihtiyacının artması gibi belirtilerle ortaya çıkabilir. Duyusal hassasiyet, bireyin günlük yaşam aktivitelerine, öğrenme sürecine ve sosyal katılımına etki edebilir.

Duyusal Hassasiyette Ergoterapi Uygulamaları

Ergoterapide duyu hassasiyeti, bireyin ihtiyaçlarına özel olarak değerlendirilir ve kişiye özgü bir terapi planı oluşturulur. Terapi sürecinde;

Duyusal düzenleme çalışmaları: Salıncak, denge tahtası, derin basınç ve eklem sıkıştırma aktiviteleri ile bireyin beden farkındalığı ve regülasyonu desteklenir.

Dokunsal çalışmalar: Farklı dokularla oyunlar, kum, hamur veya su aktiviteleri ile dokunsal hassasiyetin tolere edilmesi hedeflenir.

Çevresel düzenlemeler: Gürültüyü azaltmaya yönelik öneriler, ışık düzenlemeleri ve bireyin ihtiyaçlarına uygun öğrenme/çalışma alanı planlaması yapılır.

Günlük yaşam aktiviteleri: Giyinme, beslenme, öz bakım ve okul/iş aktivitelerinde duyu uyumu artıracak stratejiler öğretilir.

Aile ve bakım veren danışmanlığı: Ev ve okul ortamında uygulanabilecek duyu destekleyici öneriler paylaşılır.

Ergoterapinin temel amacı, bireyin duyu uyarılara daha dengeli tepkiler verebilmesini sağlamak ve günlük yaşama bağımsız ve aktif katılımını artırmaktır.



MELİKENUR AĞAŞÇIOĞLU
Ergoterapist

OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU: FARKLI BİR GELİŞİM YOLCULUĞU



MUHAMMED TURAK

Uzm. Özel Eğitim Alan Öğretmeni

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), bireyin iletişim, sosyal etkileşim ve davranış alanlarında farklı gelişim özellikleri göstermesine neden olan nörogelişimsel bir durumdur. Otizm bir hastalık değil; bireyin dünyayı algılama, öğrenme ve etkileşim kurma biçiminin farklı olmasıdır.

Otizm spektrumunda yer alan bireyler birbirinden farklı gelişim profillerine sahiptir. Bu nedenle her bireyin ihtiyaç duyduğu destek düzeyi ve öğrenme yolu da farklıdır. Erken fark edilmesi ve bireyin gereksinimlerine uygun olarak planlanan eğitim süreci, gelişimin en güçlü anahtarlarından biridir.

Otizmli bireyler için eğitim yalnızca akademik kazanımlarla sınırlı değildir. İletişim becerileri, sosyal etkileşim, öz bakım ve günlük yaşam becerileri eğitimin temel yapı taşlarını oluşturur. Bu alanlarda yapılan sistemli ve bilimsel temelli çalışmalar, bireyin bağımsızlığını ve yaşam kalitesini artırır.

Ailelerin sürece aktif katılımı, otizmli bireylerin gelişiminde belirleyici bir role sahiptir. Eğitim ortamında kazanılan becerilerin günlük yaşama aktarılması, süreklilik ve tutarlılıkla mümkündür. Bu nedenle aile-egitimci iş birliği, eğitimin ayrılmaz bir parçasıdır.

Otizmli anlamak, farklılıkları kabul etmekle başlar. Her bireyin güçlü yönleri vardır ve bu güçlü yönler doğru destekle ortaya çıkarılabilir. Önemli olan bireyi değiştirmeye çalışmak değil, onun gelişim yolculuğuna eşlik etmektir.

Unutulmamalıdır ki otizm bir eksiklik değil; farklı bir gelişim biçimidir ve her birey öğrenebilir.

GÜNLÜK YAŞAM BECERİLERİ: ÇOCUĞUMUZUN HAYATA HAZIRLIK YOLCULUĞU



ESRA MEMİŞ
Okul Öncesi Öğretmeni Uzman Öğretici

Her ebeveyn çocuğunun mutlu, kendine güvenen ve mümkün olduğunca bağımsız bir birey olmasını ister. Günlük yaşam becerileri de tam olarak bu hedefe ulaşmada büyük bir rol oynar. Aslında bu beceriler, çocuğumuzun hayatı tanıma ve hayata katılma yollarından biridir.

Günlük yaşam becerileri; el yıkama, diş fırçalama, giyinme, ayakkabı bağlama, sofraya oturma, eşyalarını toplama gibi günlük hayatta sıkça karşılaştığımız davranışların yanı sıra elbise katlama, çamaşır asma, yatağını düzeltme, dikiş dikme, toz alma, bulaşık yıkama, sebze ve meyve doğrama, yemek pişirmeye yardımcı olma gibi ev içi becerileri de kapsar. Bu beceriler bazen biz yetişkinler için çok basit görünse de, özel gereksinimli çocuklarımız için öğrenilmesi zaman alan ve emek isteyen adımlardır.

Bu becerilerin kazanılması, çocuğumuzun sadece günlük işlerini yapabilmesini sağlamaz; aynı zamanda özgüvenini artırır. "Ben yapabiliyorum" duygusu, çocuğun kendine olan inancını güçlendirir ve yeni şeyler denemesi için onu cesaretlendirir. Küçük bir düğmeyi ilikleme ya da kendi başına ellerini yıkamak, aslında çok büyük bir başarıdır.

Günlük yaşam becerilerinin öğretiminde en önemli noktalardan biri sabırdır. Çocuklarımız bazen aynı beceriyi defalarca denemek zorunda kalabilir. Bu süreçte hemen müdahale etmek yerine, onlara deneme fırsatı tanımak çok değerlidir. Yanlış yaptıklarında değil, denedikleri zaman desteklenmeleri öğrenme sürecini olumlu yönde etkiler.

Ev ortamı, bu becerilerin öğrenilmesi için en doğal ve en etkili alandır. Günlük rutinler içerisinde çocuğunuza küçük sorumluluklar vermek; örneğin oyuncaklarını yerine koymasını istemek, masaya peçete taşımak ya da kıyafetini seçmesine izin vermek, bağımsızlık duygusunu destekler. Unutulmamalıdır ki, mükemmel yapması değil, katılım göstermesi önemlidir.

Biz eğitimciler ve siz değerli veliler, bu yolculukta bir ekibiz. Evde ve kurumda verilen destekler birbiriyle uyumlu olduğunda çocuklarımız çok daha hızlı ilerleme kaydeder. Her kazanılan küçük adım, gelecekte daha bağımsız bir yaşamın temelini oluşturur.

Sonuç olarak günlük yaşam becerileri, çocuğumuzun hayata tutunmasını kolaylaştıran, onu güçlendiren ve özgürleştiren becerilerdir. Sevgi, sabır ve iş birliğiyle atılan her adım, çocuğumuzun geleceğine yapılan en değerli yatırımdır.



Psikoloğumuz diyor ki

1) Demokratik/Yetkin Ebeveynlik

- Bu ebeveynler çocuklarının ihtiyaçlarına karşı oldukça duyarlıdır ve talepkârlıkları yüksektir.
- Demokratik ebeveynlikte kurallar nettir ve bu kuralların nedeni çocuğa açık ve net bir şekilde anlatılır.
- Çocuğun temel ihtiyaçlarının yanı sıra sosyal ve duygusal ihtiyaçlarına önem verilir, onların fikirlerine değer verilir. Çocuk hata yaptığında kendisini açıklamasına fırsat verilir. Demokratik anne babalar çocuklarına ödül veya ceza verirken gerekçesini açıkça dile getirir, net bir tutum sergiler.
- Aile içerisinde çocuk isteklerini açıkça dile getirebilir fakat son söz her zaman ebeveynindir.
- Türkiye’de yapılan güncel bilimsel çalışmalar, özellikle kent kesiminde geçmişe göre demokratik ebeveynlik türünde bir artış olduğu ve bu ebeveynliğin çocukta en olumlu çıktıyı ortaya koyduğu yönünde fikir birliğine varmışlardır.

2) Otoriter Ebeveynlik

- Otoriter anne babalar çocuklarına karşı çok talepkârdır fakat duyarlılık düşüktür.
- Kurallar çok katıdır ve tartışmaya kapalıdır. Otoriter ebeveynlerden sıkça “Çünkü ben öyle söyledim” gibi ifadeleri duyarız. Fakat buradaki tutum, kural koymaktan ziyade çocukta itaat etmesini beklemektir.
- Çocuğun istekleri, duygusal ve sosyal ihtiyaçları otoriter ebeveyn tarafından dikkate alınmaz. Hatta maalesef bazen çocuğa söz hakkı dahi verilmez.
- Otoriter ebeveynlerle büyüyen çocuklar kurallara genelde uyar ama bu kuralların gerekçesini bilmez. Anne babaları olmadığı zamanlarda bu kuralları ihlal etmeye yatkındırlar. Nihayetinde öz güveni, öz düzenleme becerileri düşük bireyler haline gelebilirler.

3) İzin Verici/Müsamahakâr Ebeveynlik

- Bu türde duyarlılık çok yüksek ama talepkârlık düşüktür.
- Ebeveyn çocuğuna karşı “arkadaş” rolünü öylesine benimsemiştir ki çocuğa koyulan sınırlar oldukça belirsizdir. Çocuğun her istediği yerine getirilmeye çalışılır.
- Çocukları mutlu olsun istese de izin verici anne babalar, çocuklarını olması gerektiği gibi yönlendirmede başarısız olurlar. Ayrıca bu ailede büyüyen çocuklar akrabalarıyla sık sık iletişim problem yaşar. Oyun oynarken kaybetmeye tahammüller olmaz ve istediği olmayınca sosyal ortamlarında sorun yaşarlar.
- İzin verici ebeveynlerin yetiştirdiği çocuklar bazen yaratıcı ve öz güvenli olma b g olumlu çıktılar sergilese de bu oldukça istisna bir durumdur.

4) İlgisiz/İhmalkâr Ebeveynlik

- Hem duyarlılık hem talepkârlık düşüktür.
- Çocuğun temel ihtiyaçları karşılanırsa da duygusal ve sosyal ihtiyaçları genelde ebeveynler tarafından ihmal edilir.
- Kurallar oldukça azdır hatta ebeveyn-çocuk iletişim sadece temel konularla sınırlıdır.
- Bu türdeki ebeveynler çocuklarını yönlendirmede, çocuğun ihtiyaçlarını karşılama noktasında ve çocuğun fikirlerine değer verme konusunda başarısız olurlar.
- Nihayetinde çocuk gelişim için en olumsuz tablo bu ebeveynlik türünde görülür. Çocuklarda bağlanma sorunları, düşük öz-saygı, davranış bozuklukları, akademik başarısızlık gibi problemler gözlemlenebilir.

5) Helikopter Ebeveynlik

- Helikopter anne-babalar çocuğun her anını kontrol eder, onun adına sorunları çözer ve aşırı müdahalecidirler.
- Anne ve baba çocuğun yaşadığı herhangi bir konuya karşı oldukça yüksek kaygıya sahiptir.
- Nihayetinde çocuk, bazı sosyal becerilerin ve problem çözme stratejilerinin yeterince geliştiremez.

6) Kar Küreyici Ebeveynlik

- Bu anne babalar çocuklarının henüz karşılaşmadığı ama karşılaşma ihmal olan engeller henüz çocuk görmeden o engel temizleyen ebeveynlerdir.
- Yine hem anne hem baba oldukça kaygılıdır fakat çocuğunun karşılaşacağı sorunları onun yerine kendileri çözmeye çalışırlar.
- Helikopter ebeveynlikte olduğu gibi kar küreyici ebeveynlerin çocukları da problemlerle karşılaştığında uygun baş etme stratejilerin ortaya koyamaz hale gelebilir.

Kaynakça: Sümer N., Gündoğdu Aktürk, E., Helvacı E. (2010). Anne-Baba Tutum ve Davranışlarının Psikolojik Etkileri: Türkiye’de Yapılan Çalışmalara Toplu Bakış. Türk Psikoloji Yazıları, 13 (25), 42-59



M. TALHA TOSUN
Psikolog



Türkiye’de Yapılan Bilimsel Çalışmalar Ne Öneriyor?

Prof. Dr. Nebi Sümer ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan kapsamlı araştırmada Türkiye’de yapılmış 34 bilimsel çalışma incelenmiş ve ebeveyn tutumlarının çocuklar üzerindeki etkileri ortaya koyulmuştur. Toplamda 14.620 katılımcının dahil edildiği bu çalışmada elde edilen genel bulgularda; - Demokratik ebeveynlik, duygusal sıcaklığın ve kabul edici tutumun çocukların yüksek benlik saygısı, akademik başarı, güvenli bağlanma ve genel psikolojik uyum gibi olumlu çıktıları doğrudan ilişkilili olduğu, - Otoriter, baskıcı, cezalandırıcı ve aşırı kontrolcü tutumun ise düşük öz saygı, yüksek kaygı, saldırganlık ve öğrenilmiş çaresizlik gibi olumsuzlukları yordadığı bulunmuştur. Sonuç olarak yukarıda açıklanan farklı ebeveynlik türlerinin olası çıktıları anlatmaya çalıştık, pek anne babalar çocuklara nasıl yaklaşmalı? Modern koşullarda en doğru yaklaşım tarzının formülü bilim insanlarınınca açıklanıyor: Sıcaklık + Sınır + Özerklik Desteği. Ayrıca demokratik ebeveynlik de altın değerinde kabul görürken ihmalkâr ebeveynliğin en olumsuz tabloya yol açtığı öne sürülmektedir. Anne baba sıcaklığının çocuk tarafından her dam hissedildiği sınırların belirgin olduğu, çocuğa özerklik imkânının sunulduğu bir aile ortamında çocuk gelişiminde de olumlu çıktılar görülebileceği bu yaklaşımın Türkiye örneğinde en etkili yöntemin olduğu gözler önüne serilmektedir.

KÜÇÜK ADIMLARIN BÜYÜK YANKISI: DOWN SENDROMUNDA FİZYOTERAPİNİN GÜCÜ



SUEDA ALPASLAN
Fizyoterapist

Hayat bazen hepimizden biraz daha farklı bir ritimle akar. Down sendromlu miniklerimiz için bu ritim, biraz daha fazla sabır, bolca sevgi ve doğru bir rehberlikle birleştiğinde ortaya hayranlık uyandıran bir gelişim hikâyesi çıkar. Bu hikâyenin en sadık yol arkadaşı ise kuşkusuz fizyoterapidir.

Neden Fizyoterapi?

Down sendromlu bireylerde gördüğümüz hipotoni (kas gevşekliliği) ve eklem bağlarındaki esneklik, onların dünyayı keşfetme hızını biraz yavaşlatabilir. İşte tam bu noktada fizyoterapi, sadece bir "tedavi" değil, bir "köprü" görevi görür.

* Kasların Güç Birliği: Fizyoterapi, o yumuşak kasların kuvvetlenmesini sağlayarak vücuda ihtiyacı olan desteği sunar.

* Denge ve Koordinasyon: Yerçekimiyle barışmak ve üzerinde dik durabilmek, profesyonel egzersizlerle çok daha güvenli hale gelir.

* Motor Becerilerin Dansı: Emeklemekten ilk adıma, merdiven çıkmaktan koşmaya kadar her aşama, fizyoterapistin sihirli dokunuşu ve doğru yönlendirmesiyle şekillenir.

Sadece Hareket Değil, Özgüven!

Bir çocuğun kendi başına oturabildiğini veya ilk bağımsız adımını attığını görmesi, dünyadaki en büyük motivasyon kaynağıdır. Fizyoterapi seansları; aslında o küçük kalplere "Ben de yapabiliyim!" duygusunu aşılır. Hareket kabiliyeti arttıkça, çocuğun çevresiyle etkileşimi güçlenir ve bu da zihinsel ve sosyal gelişimi doğrudan besler. Unutmamalıyız ki; erken dönemde başlanan fizyoterapi, gelecekteki bağımsız bir yaşamın en sağlam temelidir.

Ailece El Ele

Fizyoterapi süreci sadece klinik odalarında bitmez. Fizyoterapistlerin rehberliğinde evde yapılan küçük oyunlar, seansları birer eğlenceye dönüştürür. Bu süreçte sabır en büyük anahtar, kutlanan her küçük başan ise en büyük ödüldür. Sonuç olarak; Down sendromlu bireylerin hayat yolculuğunda fizyoterapi, onların içindeki cevheri işleyen zarif bir sanattır. Onların adımları belki biraz daha yavaş olabilir, ama doğru destekle ulaştıkları yerler hepimizi gururlandırmaya yetecektir.

5 SORUDA HASTANE VE RAM SÜRECİ



DENİZ CAN ALTAN
EDA NUR ALTAN

1) Bireyin özel eğitimden faydalanabilmesi için ilk aşama nedir?

Birey 18 yaşından küçükse tam teşekküllü hastanelerin çocuk psikiyatrisi, 18 yaşından büyükse tam teşekküllü hastanelerin ergen psikiyatrisi bölümünden randevu olarak ÇÖZGER raporu çıkarma aşamalarından geçmesi gerekmektedir.

2) ÇÖZGER raporu nedir?

Bireyler için hastaneden alınan özel gereksinim raporudur. Bireyin sağlıksal tanımlamasını gösterir. Aynı zamanda sağlanan hak ve desteklerden (bazı sosyal haklar, engelli maaşı, evde bakım ücreti, ücretsiz özel eğitim) yararlanabilmek için düzenlenen resmi sağlık kurulu raporudur.

3) Çözger raporu alındıktan sonra ne yapılmalıdır?

Eğitim ve desteklerden faydalanabilmek için bu raporla birlikte adresin bağlı olduğu Rehberlik ve Araştırma Merkezinden (RAM) randevu alınarak değerlendirmeye girilir. Ram raporu yaklaşık on gün içerisinde e devlete düşmektedir.

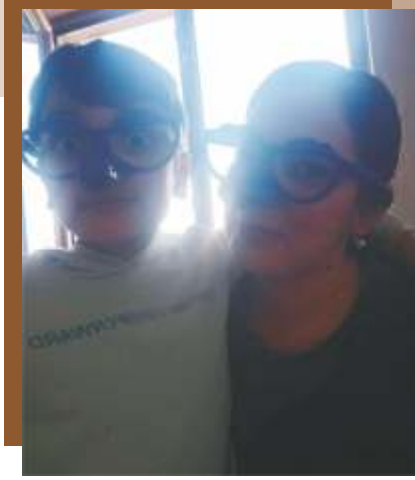
4) RAM raporu ne işe yarar?

Bu raporla özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinden ücretsiz bireysel ve grup dersleri alınır. Eğitim modülleri, hangi alanlarda eğitim alınacağı bu raporla belirlenir. Resmi hak ve işlemlerde kullanılabilir. Devlet okullarında uygulanacak eğitimi belirler. Geçerlik süresi genellikle 1 yıldır.

5) Raporların geçerlilik süresi dolduğunda ne yapılmalıdır?

Tekrar randevu alınarak aynı süreçler takip edilir. Hastane değerlendirmesinde rapora devam kararı verilirse rapor yenilenir, eğitimin tamamlandığına ve rapora ihtiyaç kalmadığına karar verilirse rapor sonlandırılır.

**KURUMUMUZDA TÜM HASTANE VE RAM RANDEVU İŞLEMLERİ VE
AŞAMALARI DENEYİMLİ PERSONELERİMİZ TARAFINDAN
ÜCRETSİZ BİR ŞEKİLDE YAPILMAKTADIR.**



BEGÜL ÖZEK
Özel Eğitim Alan Öğretmeni

YILDIZ HANIM VE EMİRİN SABIRLA ÖRÜLMÜŞ BAŞARI YOLCULUKLARINDA IŞIK OLMAK, BİZİM İÇİN PAHA BİÇİLEMEZ

- Emir'in A Tipik otizm tanısı almasıyla başlayan süreciniz nasıl ilerledi?

- Emir iki buçuk yaşındayken aşırı hareketliliği, sınırlı göz teması ve konuşmada gecikme nedenleri ile doktora başvurduk. Hemen tanı almadık. Bu süreçte 3 yaşından sonra yaşlıtları kadar olmamada konuşması arttı fakat iletişimi yine sınırlıydı ve tekrarlayan davranışları vardı. Dört buçuk yaşında doktor kontrolleri sonucu çok hafif bir otizm olduğu söylendi ve oğlum A tipik otizm tanısı aldı.

- Öğrendiğinizde tepkiniz ne oldu?

- Bunu duyduğumuzda her aile gibi biz de çok üzüldük. Ve kolay kolay kabullenemedik. Bu konuda hiçbir bilgimiz yoktu. Çok araştırdık. Hem otizm konusunda gerekli bilgilere sahip olduk, hem de özel eğitim merkezi araştırmaya başladık. Mavi Denizim okulumuzla tanışmamız böylelikle oldu. Burada öğretmenlerimizin izledikleri eğitim ve bizi doğru yönlendirmeleri sayesinde, okul aile iş birliğiyle çok hızlı bir yol kat ettik. Emir'in güçlü yönleri öne çıkarılarak baskı yapılmadan, sevdirilerek sabırla izlenen yolda Emir hiç sıkılmadan ilerledi. Öğretmenlerin ve kurumumuzun desteği bizim için çok önemliydi. Biz bu konuda çok şanslıyız.

- Evde tutumunuz nasıldı?

- Evimizde kurallı, disiplinli bir davranış sergiledik. Fakat bunu yaparken hep sevgi dolu olduk, asla baskı uygulamadık. Emir'in kendini hep güven içinde hissettiği bir ev ortamı sağladık. Bunu yalnızca evde değil her ortamda uyguladık. Emir'e görevler verdik ve gözlemledik. Onu hiç yalnız bırakmayarak her şeyi beraber yaptık. Ve Emir'de hep hayatın içinde oldu. Hiç dışlanmadı.

- Geline son aşamada Emir'in durumu nedir?

- Bugün geldiğimiz noktada Emir akademik olarak gayet iyi durumda. İletişim becerileri daha gelişmiş, sosyal hayatta daha uyumlu, kendini daha iyi ifade edebilen bir birey olma yolunda ilerliyor. Ve en önemlisi bize bağımlı olmadan her şeyi kendi yapıyor. Sevincimizi paylaşmak istiyorum artık otizm raporumuz sonlandırıldı. Çok mutluyuz. Tabi ki otizm tanısının kalkması her şeyin bittiği anlamına gelmiyor. Eğitim oğlumuz için her yaşta devam edecek. Her çocuk farklıdır. Kıyaslamak, acele etmek, ya da umutsuzluğa kapılmak yerine çocuğumuzun kendi hızına saygı duymalıyız. Bazen küçük ilerlemeler görünmez olur ama zamanla mucizelere dönüşür. Doğru destek, eğitim ve koşulsuz sevgi bir çocuğun hayatını tamamen değiştirebilir.

- Emir'in başarı hikayesi umudunu kaybeden tüm ailelere ışık olsun isterim.

Sevgilerimle...

Yıldız TÜRKCAN / Emir'in annesi

UZMAN GÖRÜŞÜ

Öğrencimiz okul öncesi dönemde Atipik otizm ve dikkat eksikliği tanıları ile eğitime başlamıştır. İlk değerlendirmemizde sosyal iletişim becerilerinde sınırlılık, dikkat süresinde kısalık ve etkileşim başlatma alanlarında güçlükler gözlemlenmiştir. Bununla birlikte bilişsel gelişimi yaşına uygun düzeyde olup, öğrenmeye açık ve akademik beceriler destekleyici bir potansiyel sergilemiştir. Uygulanan bireysel özel eğitim programları kapsamında özellikle sosyal beceriler, karşılıklı iletişim, duyguların tanınması, sosyal kurallara uyum ve dikkat becerileri üzerine düzenli çalışmalar yapılmıştır. Bu süreçte öğrencinin alıcı ve ifade edici dil becerilerinde belirgin ilerleme kaydedilmiş, sosyal etkileşim başlatma ve sürdürme becerileri güçlenmiştir.

İlkokul sürecinde akademik becerileri yaşlıtları düzeyinde gelişmiş, okuma-yazma ve temel akademik kazanımları beklenen sürede edinmiştir.

Yapılan son değerlendirmeler doğrultusunda öğrencinin otizm spektrum bozukluğu tanı ölçütlerini karşılamadığı, sosyal iletişim ve uyum becerilerinin toplumsal yaşama uygun düzeyde olduğu görülmüştür.

Şu an için öğrencimizin otizm tanısı kalkmıştır.



Yıldız TÜRKCAN
Emir'in Annesi

iyi günde, kötü günde...

BİZ BİR AİLEYİZ...







SÜLBİYE BİLGET

Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Öğretmeni/ Uzman öğretici

Gelişimsel İhtiyaç Ne Zaman Davranış Gibi Görünür?

Bazı durumlarda ise çocuk:

- Söyleneni anlamadığı için
- Duyusal olarak fazla uyarıldığı için
- Duygusunu ifade edemediği için
- Yapacağı davranımı henüz beceri olarak kazanmadığı için tepki verir.

Bu tepkiler:

- Ağlama
- Öfke
- Kaçma
- Donakalma
- İnat gibi görünen direnç

şeklinde ortaya çıkabilir.

Burada çocuk “zor” değil, “zorlanan”dır.

Sayın veliler ;

Kendinize şu soruları sorun:

- Aynı davranış her ortamda mı oluyor?
- Çocuğum sakin olduğunda yapabiliyor mu?
- Benim beklentim yaşına ve gelişimine uygun mu?
- Davranıştan önce bir zorlanma belirtisi var mı?

Eğer cevaplar sizi düşündürüyorsa, bu bir davranış sorunu değil, gelişimsel sinyal olabilir.

Davranış mı, Gelişimsel İhtiyaç mı?

Çocuğunuz “inat etmiyor” olabilir

Özel eğitimde en sık duyduğumuz cümlelerden biri şudur:

“Biliyor ama yapmıyor.”

Oysa çoğu zaman çocuk yapmak istemediği için değil, yapamadığı için o davranışı sergiler.

Bir davranışın gerçekten “davranış problemi” mi yoksa gelişimsel bir ihtiyacın dışı vurumu mu olduğunu ayırt edebilmek, çocuğun gelişiminde kritik bir fark yaratır.

Davranış Ne Zaman “Problem”dir?

Bir davranış:

- Çocuk yapabileceği halde tekrar tekrar yapmıyorsa
- Aynı ortamda, aynı beklentiye rağmen bilinçli olarak karşı çıkıyorsa
- Sınır koyulduğunda kısa sürede azalabiliyorsa
- Bu durumda davranış, öğrenilmiş bir tepkidir.

Unutmayın

Her zor davranış, yanlış bir çocuk değil;
anlaşılmamış bir ihtiyaç olabilir

Evde Ne Yapabilirsiniz?

- Davranışı durdurmaya değil, nedeni anlamaya odaklanın
- Uzun cümleler yerine kısa ve net yönergeler verin
- Yapamadığı yerde model olun, yaptığında mutlaka fark edin
- “Neden yapmıyorsun?” yerine “Burada zorlandığını görüyorum” deyin

Çocuklar çoğu zaman ihtiyaçlarını davranışlarıyla anlatır. Davranışı bastırmak kısa vadede işe yarayabilir ama ihtiyacı karşılamaz. İhtiyaç karşılandığında davranış zaten anlamını kaybeder.

CANIM OĞLUM,

Bazı insanlar çok şanslıdır. O şanslı insanlardan biri de biziz. Ahmet'in doğumu ile mutlu ve bir o kadar da sıkıntılı bir süreç başlamış oldu. İlk ayında bir farklılık olduğunu anlamıştık. Hastaneye



başvurmamızla uzun bir yol kat etmemiz gereken sancılı bir sürece gireceğimizi öğrendik. Biz bu süreçte gerçekten ebeveynler olarak ne yapacağımızı bilemedik. Çocuğumuzun özel eğitim alabileceğini öğrendik. Araştırmalarımız sonucunda

yolumuz Mavi Denizim ile kesişti. Ve eğitim sürecimizde bizlere destek olacak ailemizi böylece bulmuş olduk. Öğretmenlerimizin uyguladığı eğitimlerle ve bizim de evimizde bu çalışmalarını desteklememizle oğlumuz büyük ve güzel ilerlemeler kaydetti. Şimdi okuluna ve arkadaşlarına adapte oldu. Ben de bir anne olarak bu zorlu süreçlerden geçerek, sosyal hayatında kendini çok güzel ifade edebilen, meraklı ve hoşsohbet bir çocuk yetiştirebilmenin gururunu

yaşadım. Ahmet bu sene ortaokula başladı. Sosyal ve zihinsel gelişimini öğretmenleri de takdir etti. Biz artık geleceğe daha umutlu ve güvenle bakabiliyoruz. Sevgili anne babalar asla vazgeçmeyin. Özel eğitim sabır ve emek gerektiren bir süreç ve bu süreçte bize destek olan kurumumuza ve tüm öğretmenlerimize sonsuz teşekkür ediyoruz.

NAME ÖZCAN/ AHMET'İN ANNESİ

SİZDEN GELENLER

Merhabalar ben Tubanur Yıldız, küçük yıldızımız Nur Begüm'ün annesiyim. Nur Begüm hayatımıza bir nisan neşesi olarak girdi .Kendisi uzun farklılığı ile doğdu ve biz bunu ne detaylı ultrasonda ne de herhangi bir ultrasonda görebilen bir doktora rast



gelemedik :) Hamileliğimde bir şeylerin farklıydım zor bir hamilelik geçirdim hatta doktor doktor gezdim ama kimse maalesef bir çözüm yolu bulamadı

.Doğumunda özgürlük heykeli misali sol kolunu kaldırdığı an bu gerçekle yüzleştim . "Adaktilik simbrakidaktili " tanımızı el cerrahımız Sinan Hoca koydu , kendisi sol elde tamamen kemiksiz büyümeyen bezelye parmaklara sahip . O günden sonra günlerce düşündüm sürekli ağladım ta ki artık ağlamanın üzülmenin ne ona ne de bize faydası olmayacağını anladığım güne kadar .Yani 1 yaşına girdiği gün :) Sonrasında Nur Begüm'e benzeyen çocuklar , yetişkinler aramaya başladım ve şükür ki buldum. Günden güne onun gelişimi zaten beni mutlu ederken bir özel eğitim kurumu arayışına girdik babası ve ben . Birçok kurum aradık araştırdık en son Mavi Denizim 'de karar kıldık. Kurumdan ilk girdiğimiz gün bizi gerçekten bir aile sıcaklığı ile karşıladılar ama en önemlisi fizik tedavi öğretmenimiz Şule hanım kurumu Nur Begüm'e resmen sevdirdi ve sonrasında ergoterapist Melike öğretmenimiz ile tanıştık ve gün gün ilerlemesine şahit olduk 1 yıldır kurumdayız 2.5



yaşındayız ve şu an sol elimizin baş parmağını neredeyse kullanabilir durumda . Ve bu ilerleme hem Nur Begüm'ü hem beni hem de babamızı çok mutlu ediyor her şey için kuruma çok teşekkür ediyoruz .

TUBANUR YILDIZ / NUR BEGÜM'ÜN ANNESİ



www.mavidenizim.com

Mavi Denizim

ÖZEL EĞİTİM ve REHABİLİTASYON MERKEZİ

DİL VE KONUŞMA
GÜÇLÜĞÜ

ÖĞRENME
GÜÇLÜĞÜ

İŞİTME
GÜÇLÜĞÜ

UYUM VE DAVRANIŞ
BOZUKLUĞU



OTİZM
SPEKTRUM
BOZUKLUĞU

BEDENSEL
YETERSİZLİK

ZİHİNSEL
YETERSİZLİK

GÖRME
GÜÇLÜĞÜ

FARKLIYIZ, FARKINDAYIZ. BİZE UĞRAMADAN KARAR VERMEYİN!

- ◆ ÜCRETSİZ EĞİTİM, SERVİS VE ÖĞRENCİ DEĞERLENDİRME
- ◆ DENEYİMLİ VE ALANINDA UZMAN EĞİTİM KADROSU
- ◆ HASTANE VE RAM İŞLERİNDE VELİLERE TAM DESTEK.

MEAS
Mavi Denizim Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi
Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi

0312 527 4 527
0545 302 12 32
0507 692 17 39

Sevgi Engel Tanımaz

Yunus Emre Mahallesi Eser Sokak No:8
Pursaklar / ANKARA

