

**T.C.
BAŞBAKANLIK
AİLE ARAŞTIRMA KURUMU**

ZİHİNSEL ÖZÜRLÜ BİR ÇOCUĞUM VAR

Ankara, 1995

T.C.
BAŞBAKANLIK
AİLE ARAŞTIRMA KURUMU

ZİHİNSEL ÖZÜRLÜ BİR ÇOCUĞUM VAR

HAZIRLAYANLAR

Prof. Dr. Latife BIYIKLI

Prof. Dr. Fusun AKKÖK

Doç. Dr. Gönül AKÇAMETE

Yrd. Doç. Dr. Bülbin SUCUOĞLU

Ar. Gör. Tevhide KARGIN

Ar. Gör. Sevgi KÜÇÜKER

Ar. Gör. Hatice Günayer ŐENEL

Fizyoterapist Gönül KOBAL

Berrin BAYDIK

Bu kitapçık, yukarıda adı geçen ekip tarafından hazırlanan beş kitaptan biridir.

BAŞBAKANLIK AİLE ARAŞTIRMA KURUMU YAYINLARI

Genel Yayın No : 90
Seri : Eğitim
ISBN : 975-19-1258-X
Yayın Yönetim : Turhan ŞAHİN
Basımevi : Bizim Büro Basımevi
Selanik Cad. 18/11 Kızılay-ANKARA
Tel : 431 88 81 - 433 36 36

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ vii

I. BÖLÜM

Zihinsel Özürlü Bir Çocuğum Var..... 1

II. BÖLÜM

1- Zihinsel Özürlü Çocuk Kimdir?..... 7

2- Zihinsel Özürlü Nedenleri Nelerdir? 8

3- Zihinsel Özürlü Çocukların Özellikleri..... 10

- Öğrenme Özellikleri..... 12

- Konuşma Özellikleri..... 13

- Sosyal ve Duygusal Özellikleri 14

- Fiziksel Özellikleri..... 15

III. BÖLÜM

Zihinsel Özürlü Çocuğum İçin Neler

Yapabilirim? 17

- Bebeklik Dönemi..... 18

- Okul Öncesi Dönemi..... 23

- Okul Dönemi..... 28

- Ergenlik ve Yetişkinlik Dönemi 31

EK 37

MERHABA

SAYGIDEĞER ANNE-BABALAR

Dünyamızda tüm toplumların gündemindeki konularından biri de "özürlüler ve onların aileleri" sorunudur. Özür, bireye özel olmakla birlikte, getirileri ailenin her bireyini etkilemektedir. Özürlü bireye sahip sizlerin; yaşamınızın her döneminde, bu durumdan etkilendiğinizi biliyorum. Özürlülerin yeterli sıcaklığı ve bakımı bulabildikleri tek yer olan aile, eğitim ve rehabilitasyon konusunda yalnız ve desteksiz bırakılırsa; ailenin devamlılığını sağlamak zorlaşabilir.

Bu sebeple, özürlü bireye sahip ailelerin aile içi ve dışın-da birbirine destek olması, yardımlaşması ve özellikle iletişim konularını açık tutması, hem özürünün hem de diğer aile bireylerinin mutluluğu için çok önemlidir.

Bu amaçla, özürlü bir çocuğa sahip sizlerin, gerek özür konusunda gerekse ne yapılması gerektiği konusunda ilk andan itibaren özenle ve doğru olarak bilgilendirilmeleri gereklidir.

*Türk ailesinin güçlendirilmesi amacıyla; araştırma, yayın ve eğitim çalışmaları yapmakla yükümlü olan Aile Araştırma Kurumu, 1995 yılında "**Özürlü Bireyi Olan Ailelere**" yönelik rehberlik projesini başlatmıştır.*

*Çeşitli özür gruplarına göre, aile bireylerinin karşı karşıya oldukları sorunlar ve bu sorunlar karşısında ne yapmak gerektiği konusunda bilgilendirmek, sağlıklı bir aile yapısının oluşumuna katkı sağlamak amacıyla hazırlanan, **Aile Eğitimi** kitaplarını sizlere ulaştırmış bulunuyoruz.*

Üniversitelerimizin özel eğitim alanında ihtisaslaşmış saygıdeğer öğretim üyelerine hazırlatmış olduğumuz bu kitaplarda verilen bilgilerle sizlere yardımcı olmaya çalıştık. Sorun ve ihtiyaçlarınızın yığınla olduğunu biliyorum. Elimizdeki tüm kaynakları sorunlarınızın çözümünde kullandığımızı bilmenizi isterim.

Özürlü bireyi olan saygıdeğer anne-babalar yaşamınızı çok daha kolay, çok daha güzel ve çok daha yaşanabilir kılmak amacıyla başlattığımız bu çalışmayla sizlere yardımcı olabildiysek ne mutlu bizlere...

Çocuklarınızla birlikte mutlu, sevgi dolu bir yaşam sürmenizi diliyorum.



Abdülkadir ATEŞ
Devlet Bakanı

ÖNSÖZ

Her çocuğun bakım ve eğitimi özen ister. Bu özende temel sorumluluk aileye düşmektedir. Çünkü aile çocuğun ilk öğretmenidir. Çocuk ilk yıllardan başlayarak dünya ve kendisi hakkındaki bilgileri , yaşam mücadelesini ; ailesinin sıcak ve güvenli ortamında öğrenmeye başlar.

Bu aşamada ailenin , çocuğunun gelişimini en üst düzeye çıkarmak için ona pekçok beceriyi öğretme sorumluluğu vardır. Bu sorumluluk özürlü bir çocuğa sahip anne babalarda daha fazladır. Çünkü özürlü bir çocuğun gelişim sürecinde yaşlıtlarına göre farklılıkları ve gelişimin bazı alanlarında yetersizlikleri olabilecektir. Bu yetersizliklerin en aza indirgenmesi; çocuk için en uygun eğitim ortamının sağlanmasıyla mümkün olacaktır.

Çocuklar için en doğal ortam ev ortamıdır. Bu ortam çocukların gelişimleri ve eğitimleri için çok önemlidir. Ancak çocuğun özürlü olması , bu ortamın çocuğun özelliklerine uygun olarak düzenlenmesini gerektirebilir. Ayrıca, farklı özellikte bir çocuğun aileye katılımı ile aile bireyleri daha önce bilmedikleri ve alışık olmadıkları bir durumla karşı karşıya kalmakta; aileler çocuklarının gelişimi ve onların neler yapabilecekleri, hangi konularda yetersizlikleri olabileceğini bilememektedirler. Bu nedenlerle, ailelerin özürlü çocuklarının gelişimleri ve yetersiz oldukları alanlar hakkında bilgilendirilmeleri gerekmektedir.

Engelli bir çocuğa sahip olan siz anne babalar için hazırlanmış olan bu el kitabında, sizlere çocuklarınızın özelliklerini tanıtip, gelişim ve eğitimlerine ilişkin neler yapabileceğiniz, hangi kurumlardan yardım alabileceğiniz konularında bilgiler verilmesi hedeflenmiştir.

Yararlı olması dileğiyle....

Prof. Dr. Latife BIYIKLI

I. BÖLÜM

ZİHİNSEL ÖZÜRLÜ BİR ÇOCUĞUM VAR

Sağlıklı bir çocuğa sahip olmak her anne-babanın en önemli isteklerinden birisidir. Anne-babalar hamilelik döneminde, çocukları için en güzel ve en beledikleri özellikleri hayal eder; onların toplumun ve kendilerinin değer verdiği, önemli gördüğü tüm özellikleri taşımasını dilerler. Herkes gibi siz de sağlıklı bir bebek isterken ve beklerken, farklı özellikleri olan bir çocuğunuzun olması sizlerde çok değişik duygular, düşünceler ve durumlar yaratabilir. İlk şok, çaresizlik ve kaygı duyguları zamanla yerini "Çocuğumu daha iyi nasıl tanıyabilirim, onu eğitmek için neler yapmalıyım?" çabalarına ve arayışına bırakacaktır. Her ne kadar yeni bir bebeğin doğumu ile anne-baba çok yeni ve değişik bir öğrenme sürecine girse de, normal bir bebek için yakın aile çevresi, eş, dost yol gösterici, öğretici olabilmektedir. Ancak, farklı özelliklerdeki bir çocuğun doğumu ve gelişimi bilinmeyenlerle, sorularla ve endişelerle yüklü olabilmektedir. Anne-baba bir yandan bu farklı bebeği anlamaya, alışmaya çalışırken, bir yandan da onu nasıl geliştireceğinin paniği ve çaresizliği içinde bulunabilir. Her ailenin tepkileri, davranışları değişik olabilir. Her ailenin ortak yaşadığı, "Farklı özellikleri olan çocuğumuzu nasıl geliştire-

ceğiz, nasıl toplumla kaynaştıracağız, acaba gelişecek mi? " v.b. soruları ve endişeleri olacaktır.

Öncelikle bütün bunları yaşamanızın doğal olduğunu belirtmek istiyoruz. Beklemediğiniz, hiç bilmediğiniz bir durumla karşılaştığınızda ağlamak, içine kapanmak, üzölmek, isyan etmek gibi durumları bir süre için yaşayabilirsiniz. Tekrar edelim, tüm anneler babalar bir bebek sahibi olduklarında başlangıçta şaşkınlık ve acemilik yaşayabilirler. Hele de farklı özellikleri olan bir bebekse bu duygular daha yoğun olabilir. Ancak sizler çocuklarınızı tanıdıkça ve onların gelişimine katkıda bulunduğca bu duygular yerini daha olumlu duygu ve düşünelere bırakacaktır.

"Çocuğum neleri öğrenebilecek, ne kadar gelişebilecek?" bu soruya kesin yanıt verebilmek gerçekten güçtür. Çocuğunuzun durumuna yol açan nedenler çok çeşitlidir. Nedenler belli olsa da her çocuğuy etkileyişi farklı olabilir. Bazı tedavi ve yöntemler farklı çocuklarda farklı sonuçlar verebilir. Bu nedenle, sizler ve uzmanlar/eğitmciler olarak bizler, çocuğuy her döneminde hep birlikte neler yapılabilir, çocuğuy gelişimine en iyi nasıl katkıda bulunabilir, sorularına cevap aramalıyız. Farklı özellikleri olan bir çocuğuy da öğrenebileceğiy pekçok beceriler ve davranışlar vardır. Yemek yemeyi, etrafta bağımsızca hareket etmeyi, doğruyu-yanlışı, tehlikeli olanı-olmayanı ayırdetme-

yi, yaşıtlarıyla iletişim kurabilmeyi öğrendikçe gelişecek ve bağımsız olabilecektir. Bütün bu becerileri kazanabileceği ilk ve en önemli ortam ev ortamıdır. Evde mümkün olduğu ölçüde çocuğa karşı tutarlı davranmak gereklidir. Diğer bir deyişle, anne-baba ve kardeşler çocuğa aynı şekilde davranmalı ve benzer öğretme yöntemlerini izlemelidirler. Böylece çocuk, tutarlı bir ortam içerisinde olumlu davranışları ve çeşitli becerileri daha kolay geliştirebilecektir.

Çocuğun gelişiminde en temel noktalardan birisi, anne-baba ve çocuk arasında etkili bir iletişimin kurulmasıdır. Burada anne, çocuğu nelerin heyecanlandırdığına, ilgilendirdiğine, üzdüğüne, kızdırdığına ve mutlu ettiğine ilişkin dikkatli bir gözlemci olmalıdır. Aile ortamı içerisinde tüm bireylerin birbirine ve özellikle çocuğun bakımını üstlenmiş anneye destek olması, farklı özelliği olan (zihinsel yetersizlik, işitme kaybı, v.b.) çocuğun gelişimi açısından gereklidir. Yakın çevrenizden ve akrabalarınızdan alacağınız destek, sizlerin bu durumla daha kolay başa çıkabilmenize ve ailenin diğer bireylerinin beklenti ve gereksinimlerini karşılamanıza da yardımcı olacaktır. Eşiniz ve diğer çocuklarınızın da gereksinimlerinin ve sizden beklentilerinin olduğunu unutmayınız.

Siz anne-babalar, çocuklarınızın gelişimine katkıda bulunabilecek en önemli kişilersiniz. Doktorlar,

eğitimciler, uzmanlar çocuklarınızı sizden daha az görme ve gözleme Őansına sahiptir. Sizler ocuklarınızı en iyi tanıyanlarsınız, neler yaptığını en iyi gozleyenlersiniz. ocuklarınızın gelişimini dikkatle takip edin, gözlem ve görüşlerinizi eğitimcilerle, uzmanlarla paylaşın. Çocuğa en çok yardım edebilecek ve geliştirebilecek kişiler anne baba ve kardeşlerdir.

Sevgili anne-babalar, hepimizin amacı benzerdir. Çocuklarımızı mümkün olduğunca kendi işlerini kendileri yapabilir hale getirebilmek ve çevrelerine en az bağımlı ya da bağımsız yaşayabilmeleri için gerekli bilgileri, becerileri kazanmalarını sağlamak ortak amacımızdır. Çocuklarımızı toplumun tanıyabilmesi ve benimseyebilmesi için onlara diğer insanlarla birlikte olma fırsatları yaratmalı ve olabildiğince bağımsız yaşayabilmeleri için çaba göstermeliyiz.

Çocuğumuzun topluma kaynaşabilmesi için en önemli adım, çocuğumuzu saklamak yerine onu topluma, yaşlıtlarının arasına mümkün olduğunca çıkarılmaya çalışmaktır. Yakın çevremize, akrabalara, merak edip soran herkese; çocuğumuzun özelliklerini söylemek, anlatmak da çocuğumuzun tanınması ve benimsenmesi için bir diğer önemli adımdır. Farklı özelliklere sahip bir ocuk ailesi olarak, iinize kapalıdır, ev ziyaretlerine gitmeyi veya evinize gelmesini kısıtlamayı duşunebilirsiniz. Bu durumun, çocuğu-

nuzun sosyal gelişimi ve kabulü açısından hiç de uygun olmadığını hatırlatalım. Misafirlerinize veya evine gideceğiniz kişilere çocuğunuza karşı nasıl davranmalarının uygun olacağı konusunda vereceğiniz ipuçları, hem onların çocuğunuza uygun bir biçimde davranmasını sağlar, hem de çocuğunuzun değişik kişilerle sosyal ilişkilerini artırır. Çocuğunuzun toplum içinde kabulünü zorlaştıran bazı davranışları olabilir. Böyle davranışların azaltılması veya yok edilmesi için eğitimcilerden, uzmanlardan destek almaya çalışın. Nedenlerini anlamaya çalışmak, bu davranışların azaltılması veya yok edilmesi için önemli bir başlangıçtır.

Çocuğunuzun dışarıya çıkarmanız, normal yaşlılarının ev dışı ortamlarda, görerek, yaşayarak öğrendiklerini onun da öğrenmesi için gereklidir. Çocuğunuz böylece çok değişik görüntü ve seslerle uyarılma fırsatı bulacaktır. Diğer anne-babalarla tanışıp, görüşmeniz hem sizlere hem de çocuklarınıza yarar sağlar. Anne-babalar birbirlerinin deneyimlerinden, düşüncelerinden faydalanır, çocuklar da yaşlılarıyla birarada olma fırsatını bulurlar. Bu her zaman bir oyun ortamı olmasa da çocuklar çoğunlukla birbirlerinden birşeyleri öğrenirler. Kısaca, kendinizi ve çocuğunuzun toplumdan uzak tutmayın. Bundan hem sizin hem çocuğunuzun hem de toplumun öğrenecekleri vardır.

Unutmayın, bu çabalarınızda yalnız değilsiniz.....
Sizinde benzer duygu ve deneyimleri yaşayan birçok aile var.....Onları arayıp, bularak, işbirliği yaparak, birbirinizin deneyimlerinden de yararlanarak çocuklarınızı geliştirebilirsiniz.

Gelin bu kitapçığımızda çocuklarımızı, onların özelliklerini biraz daha yakından tanıyalım...Böylece hem bizler hem çevremiz, çocuklarımızla daha iyi kaynaşacak ve "Çocuklarımızın gelişimlerine nasıl katkıda bulunabiliriz?" sorusuna daha kolay cevap bulabileceğiz.

II. BÖLÜM

ZİHİNSEL ÖZÜRLÜ ÇOCUK KİMDİR?

Zihinsel özürün farklı tanımları yapılmaktadır. Ancak tüm dünyada kabul edilen tanıma göre zihinsel özürlü çocuk; zihinsel işlevleri yaşıtlarına göre geri olan ve uyumsal davranışlarında yetersizlik olan çocuktur. Şimdi bu tanımın ne olduğunu açıklamaya çalışalım. Çocuğun zihinsel işlevleri, çeşitli zeka testleriyle ölçülmekte, bu testlerle yapılan değerlendirmelerde zeka bölümü sürekli 70'in altında olarak belirlenen çocuklar, zihinsel özürlü çocuklar grubuna girmektedirler. Normal insan zekası 100 olarak kabul edilmekte, zeka testleri sonuçlarına göre zeka bölümü (ZB) 70-100 arasında olanlar yavaş öğrenen çocuklar, 70'in altında olanlar ise zihinsel özürlü çocuklar olarak tanımlanmaktadırlar. Çocuğunuzu Rehberlik ve Araştırma Merkezlerine (RAM) ya da hastanelere götürdüğünüz zaman, tanı konması bu ölçüte göre yapılmaktadır. Zeka bölümü ise, çocuğun testler sonucunda belirlenen zeka yaşının takvim yaşına bölümü ve elde edilen sayının 100'le çarpılması sonucunda elde edilen değerdir. Örneğin takvim yaşı 10, zeka yaşı 5 olan çocuğun zeka bölümü 50'dir ve bu değer 70'in altında olduğu için çocuğun zihinsel özür-lü olması beklentidir.

Tanımda yer alan uyumsal davranışlar terimi ise, çocuğun yaşına ve yaşadığı çevreye uygun davranışlar göstermesi ifade etmektedir. Bu davranışlar çocuğun içinde bulunduğu gelişimsel döneme ve içinde yaşadığı topluma bağlı olarak değişmektedir. Örneğin, küçük bir çocuğun uyumsal davranışları; duyu-motor gelişimi, öz-bakım becerileri, iletişim becerileri ve diğer sosyal becerileri içerir. Eğer çocuk bu alanlarda yaşlılarından geri ise ve aynı zamanda ZB. 70'in altında ise bu çocuk zihinsel özürlü olarak tanımlanır. Günümüzde zihinsel özür tanımı sadece ZB ölçütüne göre yapılmamakta, çocuğa zihinsel özürlü tanısı konulabilmesi için uyumsal davranışlarda da geri (yetersiz) olma koşulu aranmaktadır.

Zihinsel özürlü çocuklar problemlerinin ağırlığına göre kendi aralarında gruplanırlar. Gruplama, çocuğun gereksinimlerinin belirlenmesi; bu gereksinimleri en iyi ve uygun şekilde karşılayacak eğitim programlarının hazırlanması, çocuk için en uygun kurumun bulunması amaçlarıyla yapılmaktadır.

ZİHİNSEL ÖZÜRÜN NEDENLERİ NELERDİR?

Çocuğunuza "zihinsel özürlü" tanısı konduğu zaman ilk aklınıza gelecek soru "Neden?" sorusudur. Hemen ailenizde ilgili problem olup olmadığını, eşinizle akrabalık durumunuzu ve özüre yol açabilecek

olası nedenleri sıralamaya çalışırsınız. Kendinizden kaynaklanan nedenler bulmaya, kendinizi ya da eşinizi suçlamaya başlayabilirsiniz. Oysa zihinsel özürün nedenlerini bulmak, belirlemek son derece güçtür. Zihinsel özür durumu pekçok nedenden kaynaklanabilir. Zihinsel özürlü çocukların büyük bir kısmında özüre yolaçan neden bilinmemekte, ancak bu çocukların %15-20' sinde özüre yolaçan neden belirlenebilmektedir. Zihinsel özüre yol açtığı bilinen ve en sık karşılaşılan durumları üç grupta toplayabiliriz. Hamilelik döneminde; annenin geçirdiği bulaşıcı hastalıklar, kazalar ve zehirlenmeler, röntgen çektirme, yetersiz beslenme, akraba evliliği, kromozom bozuklukları, kan uyuşmazlığı özüre yol açabilen en önemli nedenlerdir. Doğum sırasında bebeğin oksijensiz kalması, zor doğum nedeniyle kullanılan bazı araçların (forseps, vakum,vb.) bebeğe zarar vermesi, erken veya geç doğum gibi nedenler de zihinsel özüre yol açan ikinci grubu oluşturmaktadır. Doğum sonrasında ise çocuğun geçirdiği ateşli hastalıklar (kızamık, menenjit, vb.), kazalar (düşme,çarpma vb.), zehirlenmeler, çocuğun beyin gelişimini etkileyecek yapısal bozukluklar ve hormonal düzensizlikler özüre yol açabilen önemli nedenler arasındadır.

Yukarıda sıralanan nedenlerden genellikle annenin/bebeğin geçirdiği bulaşıcı/ateşli hastalıklar, travmalar (düşme, çarpma, vb.), kromozom bozuklukları genel olarak beyin zedelenmesine yol açan nedenler-

dir. Bu nedenler sonucunda çocuk ağır/orta dereceli zihinsel özürlü olabilmektedir. Diğer taraftan çocuğun zihinsel becerileri yeterli ve yaşıtlarına uygun olsa bile yetersiz beslenme, ev ortamının uygun olmaması, uyarıcı eksikliği, oynaması ve çevreyi keşfetmesi için çocuğa gerekli fırsatların sağlanmaması gibi durumlar çocuğun hafif derecede zihinsel özürlü olmasına yol açabilir.

Ülkemizde zihinsel özürlü bireylerin sayısı tam olarak bilinmemekle birlikte, okul çağındaki her 100 çocuktan yaklaşık 3'ünün zihinsel özüre sahip olduğu düşünülmektedir.

Yeni bir çocuk sahibi olmak istediğinizde ne yapmalısınız?

Yeni bir çocuk dünyaya getirmeyi düşündüğünüzde öncelikle doktorlara danışmalı, hastanelerde genetik konusunda çalışan uzmanlara başvurmalısınız. Sağlıklı bir çocuğa sahip olma olasılığınız konusunda uzmanın vereceği bilgileri dikkate alarak bu kararı vermeniz daha uygun olacaktır. Hamilelik döneminde ise sürekli doktor denetiminde olmaya özen göstermelisiniz.

ZİHİNSEL ÖZÜRLÜ ÇOCUKLARIN ÖZELLİKLERİ

Hepimizin çocuklarımızı tanıması çok önemli. Anne-babalar, öğretmenler, çocuklarla çalışan diğer uz-

manlar ve toplumdaki diğer bireyler çocuklarımızı tanıdıkları ölçüde onlarla daha anlamlı ilişkiler kurabilecek ve yakınlaşıp, seveceklerdir.

Zihinsel yetersizliği olan çocuklar da normal yaşıtları gibi temelde aynı psikolojik, fizyolojik, sosyal, duygusal gereksinimlere sahiptirler. Kendi aralarında da bireysel farklılıklar gösterirler.

Zihinsel özürlü çocukların en temel/belirgin özelliği olarak gelişim hızlarının yaşıtlarından yavaş olmasını söyleyebiliriz. Bu gecikme gelişimin tüm alanları için geçerlidir. Bir bebeğin zihinsel özürlü olduğunu söylüyorsak, bu bebeğin yuvarlanma, emekleme, yürüme ve konuşmaya başlama gibi gelişim alanlarında yaşıtlarını geriden takip ettiğini ifade ediyoruz demektir. Genel olarak bu çocukların özelliklerini şöyle sıralayabiliriz:

- * öğrenmede yavaşlık/güçlük,
- * dikkat dağınıklığı,
- * konuşma bozukluğu ve gecikmiş konuşma
- * duyu-motor problemler,
- * günlük yaşama ilişkin becerilerde yetersizlik (hafif derecede zihinsel özürlülerde bu yetersizlik daha az düzeydedir)
- * sosyal becerilerde yetersizlik (hafif derecede zihinsel özürlülerde bu yetersizlik daha az düzeydedir)

Bu özellikler genel olarak tüm zihinsel özürli çocuklarda görülmekte ancak bu becerilerdeki başarısı, yeterliği zihinsel özürün derecesine göre değişmektedir. Örneğin hafif derecede zihinsel özürli bir çocuk sosyal gelişimi ve günlük yaşam becerilerinde yeterli bir çocuktur. Temel probleminin öğrenme ve dikkat dağınlıklığı ile ilgili olduğu kabul edilmektedir. Orta/ağır derecede zihinsel özürli çocuk ise bu alanların tümünde birden yetersizlik gösteren, destek gereksinimi olan çocuktur. Gelin şimdi zihinsel özürli çocuğumuzun özelliklerini biraz daha ayrıntılı tanımaya çalışalım.

Öğrenme özellikleri

Bu çocuklar da pekçok beceriyi normal yaşıtları gibi öğrenirler. Ancak öğrenmeleri daha yavaş ve güç olur. Zihinsel yetersizlikleri arttıka öğrenme yavaşlar ve zorlaşır. Bu çocukların dikkatlerini bir konu üzerinde toplamada ve bir işi sonuna kadar sürdürmede güçlükleri vardır.

Hafif derecede zihinsel yetersizliği olan çocuklar öz-bakım becerilerini (yeme, içme, giyinip-soyunma, tuvalet, vb.), okuma-yazma, matematik gibi okul ile ilgili temel becerileri kazanabilirler. Uygun işi eğitimi aldıklarında yetişkinlik döneminde uzmanlık gerektirmeyen, basit işlerde çalışabilirler. En az destekle ya da desteğe gereksinim duymadan yaşamlarını sürdürebilirler. Bu gruptaki çocuklarımız, uygun ev ve okul or-

tamı sağlandığında en fazla 12 yaşındaki normal bir çocuğun gelişim özelliklerine sahip olabilirler.

Orta/ağır derecede zihinsel yetersizliği olan çocuklar öz-bakım becerilerini kazanabilirler. Çoğunluğu okuma-yazma ve aritmetik becerileri ancak, sık karşılaştıkları bazı sözcükleri, işaretleri ve sayıları tanıyabilirler. Bu çocuklar çok basit bazı iş becerilerini öğrenebilir, örneğin paketleme, etiket yapıştırma gibi mekanik işleri yapabilirler. Yaşamlarını sürdürmede daha fazla yetişkin desteğine gereksinim duyarlar.Zihinsel yetersizliğin derecesinin artmasıyla çocukların yeme-içme, giyinip soyunma tuvalet gereksinimini giderme gibi temel becerileri kazanmada zorlandıkları gözlenir. Buna paralel olarak diğer kişilere bağımlılıkları artar. Bu çocuklarımıza uygun ortam sağlandığında gelişimleri, normal gelişen 4-7 yaş çocuklarının gelişimleri düzeyinde olabilmektedir.

Konuşma Özellikleri

Bu çocukların dil ve konuşma gelişimleri normal yaşıtlarıninkine benzer aşamaları izler. Konuşmayı normal çocuklar gibi öğrenirler, ancak zihinsel yetersizliğe bağlı olarak konuşmaları daha geç gelişmekte ve daha fazla konuşma bozukluğu göstermektedirler. Zihinsel yetersizlik artıkça dil ve konuşma problemleri de artmaktadır.

Hafif derecede zihinsel yetersizliği olan çocuklar normal yaşıtlarına göre daha geç konuşmaya başlar-

lar. Sözcüklerde bazı sesleri atlama, bazı sesleri ekleme veya sesleri yanlış söyleme gibi konuşma bozuklukları görülür. Sınırlı sözcük ve cümlelerle de olsa çevrelerindekiyle konuşarak iletişim kurabilirler.

Orta/ağır derecede zihinsel yetersizliği olan çocuklar yukarıdaki konuşma problemlerine ek olarak çok daha sınırlı sözcük ve cümlelerle duygu, düşünce ve isteklerini ifade edebilirler. Konuşmanın çok sınırlı ya da hiç olmadığı durumlarda isteklerini ifade etmek için sesler ya da işaretler kullanabilirler.

Sosyal ve Duygusal Özellikleri

Zihinsel yetersizliği olan çocuklar normal yaşlılarına göre daha fazla sosyal ve duygusal problemler göstermektedirler. Bu çocukların zihinsel gelişimlerinin geri olması nedeniyle sosyal becerilerindeki yetersizlikleri ve diğer insanların onlara yönelik olumsuz tavırları, bu duruma neden olan temel etkenlerdir. Yaşlılarından kabul gördüklerinde hafif derecede zihinsel yetersizliğe sahip çocuklar onlarla birarada olup, kolayca anlaşabilirler. Yapabileceklerinden daha zor görevler vermek, onların gereksiz yere başarısızlık duyguları yaşamalarına neden olur. Diğer taraftan yapabileceklerinden daha basit görevler vermek ise onların kolayca sıkılmalarına yol açabilir. Bu çocukların başarılı oldukları konularda, çeşitli oyunlarda normal arkadaşlarıyla biraraya gelmeleri, yapamadıklarından çok, yapabildiklerinin vurgulanması, başara-

bilecekleri işlerde onlara fırsat verilmesi duygusal açıdan kendilerine daha çok güvenmeleri yönünden önemlidir.

Orta/ağır derecede zihinsel yetersizliği olanlar ise normal yaşlılarından gerek zihinsel, gerek fiziksel ve gerekse sosyal yönden epeyce farklı olduklarından, yaşlılarıyla kaynaşmaları daha güç olmaktadır. Diğer gelişim özelliklerinde olduğu gibi sosyal beceriler de zihinsel yetersizliğin derecesine bağlı olarak değişecek, en alt grupta olan çocukların bu becerileri de çok sınırlı olacaktır.

Fiziksel Özellikleri

Zihinsel yetersizliği olan çocukların fiziksel görünüşleri ve sağlık durumları, özürün derecesine göre değişmektedir. Hafif derecede zihinsel yetersizliği olan çocukların görünüş ve motor becerileri genelde normal yaşlılarından farklı değildir.

Orta/ağır derecede zihinsel yetersizliği olan çocuklarda ise durum biraz farklı olabilir. Özellikle de bu grubun %30'unu oluşturan Down-Sendromlu çocuklarda ortak fiziksel özellikler mevcuttur. Kulak, baş, göz, parmak yapısı ve kasların zayıflığı gibi ayırıcı özellikleri bulunur. Bu gruptaki çocukların çoğunda koordinasyon, denge problemleri ve ince el becerile-

rini gerektiren işleri yapmada güçlükleri vardır. Yarısına yakınında ise beyin hasarı olmasından ötürü işitme, görme ve fiziksel durumlarında bozukluk gözlemlenebilir. Bu özürlerin ağırlık derecesine göre fiziksel işlevlerini yerine getirmelerinde yapılacak yardım farklılık gösterir.

III. BÖLÜM

ZİHİNSEL ÖZÜRLÜ ÇOCUĞUM İÇİN

NELER YAPABİLİRİM?

Artık çocuğunuzun gelişiminin ve öğrenmesinin yaşlıtlarına göre daha yavaş olacağını, ancak kendi hızında gelişeceğini biliyorsunuz. Bu aşamada doğal olarak aklınıza gelen ilk soru "Şimdi ne yapmalıyım?" olacaktır. "Çocuğumun gelişimini hızlandırmak için neler yapmalıyım?" , " Hangi kurumlardan/kimlerden yardım istemeliyim?", "Eğitime ne zaman, nasıl başlamalıyım?" gibi sorular da cevaplarını aradığınız sorular olacaktır. Bunların arasında en önemlilerinden birisi de "Ben neler yapabilirim?"dir. Burada vurgulamak istediğimiz en önemli nokta, sizin eşiniz ve çocuğunuzla aranızda etkili ve sıcak bir iletişimin kurulması gereğidir. Çocuklarımızın gelişimleri ve yetişkin olduklarında neler yapabilecekleri, küçük yaşlarda aldıkları eğitimle, geçirdikleri deneyimlerle ve çevrenin onlara karşı tepkileriyle çok yakından ilişkilidir. Her çocuğun gelişimi, çevresinden, çevredeki ilişkilerden etkilenmektedir. Bu etkilerden en önemlileri ise anne-baba, çocuk, kardeş ve yakın çevre ilişkisidir.

Bu bölümde kısaca yukarıda sıralanan sorulara cevap verilmeye çalışılacaktır. Bütün çocuklar gelişme sürecinde belli dönemlerden geçerler. Bebeklik,

okul öncesi dönem, okul dönemi, ergenlik ve yetişkinlik dönemleri her çocuğun sırayla geçtiği dönemlerdir. Sizin çocuğunuz da bu dönemlerden kendi hızıyla geçecektir. Her dönemde çocukların gelişim hızı, gereksinimleri farklıdır. Çocuklarınıza daha kolay yardım edebilmeniz için bu bölümdeki bilgiler gelişimsel dönemlere göre verilmeye çalışılmıştır.

Bebeklik Dönemi

Çocuğunuza olan ilgi, sevgi ve şefkatinizle birlikte, çeşitli kurum ve kişilerden ona nasıl yardım edebileceğinizi öğrenmeniz, gelişimini hızlandırmanız konusunda iyi bir başlangıç noktası oluşturacaktır. Bu dönemde bebeğinizin sağlık, beslenme gibi sorunları olabilir. Bu sorunları azaltmak veya ortadan kaldırmak için öncelikle çocuğunuzun doktoru veya bir sağlık kuruluşu ile işbirliği yapmanız gerekecektir. Sağlıkla ilgili problemlerinin en aza indirgenmesi ya da ortadan kalkması gelişimini olumlu yönde etkileyecektir. Ayrıca gelişiminin, reflekslerinin ve büyümesinin düzenli olarak kontrol edilmesi, gecikmelerin ya da problemlerin erken belirlenmesini sağlayacaktır.

Günümüzde çocuğun eğitime başlamak için belli bir yaşa gelmesi beklenmemektedir. Bebeklik dönemi gelişim sürecindeki en önemli dönem olduğundan, bebeğin problemi belirlenip, tanısı konur konmaz eğitime başlanması ile gelişiminin temellerinin atılmış olacağı kabul edilmektedir. Bu dönemde

çocuğun bakım, sevgi, şefkat gibi gereksinimlerini karşılamanızın yanı sıra onun için uygun ortam düzenlemeniz, uygun oyuncak ve araçlar seçmeniz gelişimini olumlu yönde etkileyecektir, gelişimini hızlandıracaktır.

Bebeklik döneminde çocuk için en önemli kişiler anne-babalar ve diğer aile bireyleri, en önemli ortam ise ev ortamıdır. Unutmayın, bebeği en iyi tanıyan, onun gereksinimlerini en iyi bilen sizler, bebeğinizin ilk öğretmeni olacaksınız. Bebeğinize nasıl yardım edeceğiniz, eğitime nasıl başlayacağınız konusunda, bu konuda çalışan kurum/kuruluş ve kişilerle işbirliği yapın. Çocuk gelişimciler, fizyoterapistler ve özel eğitimciler yardım alabileceğiniz profesyonel kişilerdir (Bu dönem için başvurabileceğiniz kurum/kuruluş adresleri Ek' te yer almaktadır.)

Bu dönemde eğitim, ağırlıklı olarak bebeğinizin beş duyusunun uyarılmasına dayalıdır. Renkli toplar, oyuncaklar, ses çıkaran kutular, toplar, itince-basınca ses çıkaran hareket eden oyuncaklar, yararlanacağınız temel oyuncaklardır. Bu oyuncakları satın almak yerine, evde de yapabilir ya da çeşitli ev aletlerinden bu amaçla yararlanabilirsiniz.

Bebeğinizi yaşlılarıyla kıyaslamak yerine, onu kendi kendisiyle kıyaslamaya çalışın. Zaman içerisinde kazandığı/kazanamadığı becerileri fark edip, takip etmeye çalışın, mümkünse not edin. Böylece eğitimin

en önemli aşamasını, bebeğin becerilerini değerlendirme işlemini yapmış olacaksınız. Bebeği değerlendirmek için becerilerini evde, sokakta, sizinle ya da kardeşi ile beraberken gözleyerek, güçlü ve zayıf yönlerini belirlemeye çalışın. Böylece hangi alanlardaki becerilerinin daha sınırlı olduğunu fark edeceksiniz. Onunla oynarken henüz yapamadığı beceriler üzerinde çalışırken, yapabildiği becerileri de tekrarlamasına izin verirseniz kendine güveni artacaktır.

Bu dönemde bebeğiniz birçok yeni beceri öğrenecektir. Bu becerileri uygun zamanlarda kullanabilmesi için gün içinde sık sık tekrar ettirin. Çünkü öğrendiği becerileri tekrar etmezse unutabilir, hatırlaması güç olabilir. Örneğin, evde kendi bardağından su içebiliyorsa, dışarıda, gezmede başka bardaklarla aynı beceriyi denemesi için fırsat verin. Ne kadar çok deneme fırsatı olursa o kadar çok öğreneceğini unutmayın.

Bebeklik döneminde çocukların kazanmaları gereken temel beceriler, gördüğü bir nesneye/oyuncağa uzanma, gördüğü oyuncacı tutma/yakalama, oyuncacı birkaç dakika süre ile elinde tutma gibi küçük motor beceriler, oturma, emekleme, sıralama, yürüme gibi büyük motor beceriler, ses çıkarma, çevredeki sesleri dinleme/tepki verme gibi konuşmaya ilişkin becerilerdir. Çalışmalarınız sırasında bebeğinizi henüz hazır olmadığı becerilere zorla-

mayın. Gelişimini iyi takip edip, yapabileceği, hazır olduğu becerileri öğretmeye çalışın. Bebeğiniz hazır olmadığı becerilere zorlanırsa sürekli başarısızlık yaşayacak, bu da onun kendine güvenini, sizinle işbirliğini olumsuz etkileyecektir.

Bu dönemde bebeğinizle günlük yaşam içerisinde sürekli olarak deneyebileceğiniz bazı etkinlikler aşağıda örnek olarak verilmiştir.

1- Başını kaldırabilmesi için renkli ve ses çıkaran oyuncaklar kullanabilirsiniz. Yüz üstü yatarken oyuncağı göstermeniz , ses çıkartmanız başını kaldırmasını sağlar.

2- Oturmaya hazır olunca koltuk altlarına destek koyarak oturtun ve desteği yavaş yavaş azaltın. Yardımsız oturma süresini giderek uzatın.

3-Yüz üstü veya sırt üstü yatırın ve iki tarafa yuvarlanması için yardım edin.

4- Emekleme öncesinde emeklemeye başlaması için görebileceği kadar yakınına sesli/renkli oyuncaklar koyun. Bu oyuncaklara ulaşmak için emeklemeye çalışacaktır.

5- Eline bir oyuncak verin, kısa süreli de olsa tutmasını, daha sonra tuttuğu oyuncağı 1-2 dakika incelemesini sağlayın.

6-Yüzü size dönük olarak kucağınıza alıp, onunla konuşun. Bazı sözcükleri/sesleri abartılı dudak/yüz hareketleri ile çıkartın. Size bakmasını sağlayın.

7- Onun çıkarabileceği sesleri siz çıkarın ve bu sesleri taklit etmesini sağlayın. Böylece karşılıklı iletişim kurmaya başlamış olacaksınız.

Bu etkinlikler bebeğin gelişim hızına, öğrenme süresine göre çeşitlendirilebilir. Bebeğinize hangi etkinlikleri, ne zaman ve nasıl öğreteceğiniz konusunda yardım alabileceğiniz kişiler/uzmanlar, bebeğinizin gelişimine uygun birçok etkinliği size göstereceklerdir (Bu konuda yardım alabileceğiniz kurum ve kuruluşların adresleri Ek' te verilmiştir).

Bebeklik dönemine ilişkin çalışmalar yaparken şunu unutmayın. Bebeğinizle her zaman yakın ilişki kurun, kucağınıza alın, yüzüne bakın, onun da size bakmasını sağlayın, onunla konuşun, şarkı söyleyin. Siz konuşurken sizi izlemesini, çıkardığınız sesleri çıkarmaya çalışmasını sağlayın. Bunlar çocuğunuzun hem dil gelişimi, hem de duygusal gelişimi için yardımcı olacaktır. Bu arada eşinizi ve varsa diğer çocuklarınızı da etkinliklere katmaya çalışın.

Anne-baba olarak bu dönemde bütün enerjinizi bebeğin gelişimi üzerinde yoğunlaştırabilir, gelişimini hızlandırmak ve yaşlılarıyla aradaki farkı kapatmak için çok uzun sürelerle, gün boyunca çocuğunuzla çalışmak isteyebilirsiniz. Ancak şunu unutmayın; saatler boyunca bebeğinizle çalışmanız onun gelişimini hızlandırmaz, tersine onun zorlanmasına ve etkinlikleri yapmaktan kaçınmasına neden olabilir. Çocuğun

öğrenmesi sırasında kendine güven kazanması çok önemlidir. Bu nedenle kısa aralıklarla, günlük yaşam içerisinde bebeğinizin ve sizin hoşlanabileceğiniz, rahatlıkla yürütebileceğiniz bir program uygulamaya çalışın .

Okul Öncesi Dönem

Çocuğunuz artık bebeklikten çıkmış ve birçok sağlık problemini atlattmış durumdadır. Yaşıtlarından farklı özellikleri olsa da, gelişimi yaşıtlarını geriden takip etse de artık okul öncesi döneme gelmiştir. Bu dönemde çocuğunuzun, gelişimin her alanı ile ilgili olarak yeni beceriler kazanmaya, deneme/yanılma yapmaya gereksinimi vardır. Okul öncesi dönemde kazanacağı bilgi/beceriler hem onun size ve diğer yetişkinlere bağımlılığını azaltacak, hem de daha sonra öğreneceği okuma/yazma gibi akademik becerilere temel oluşturacaktır. Bu becerileri kısaca özetleyelim:

Öz-bakım becerileri: Çocuğunuzun kendisine bakmasını sağlayacak giyinme-soyunma, yemek yeme, elini-yüzünü yıkama gibi beceriler öz-bakım becerileri olarak adlandırılır. Bu becerilerde başarılı oldukça daha bağımsız olacaktır. Çocuğunuzun işlerini yapabildiği ölçüde kendinin yapması, hem onun gelişimi hem de kendini daha iyi ve mutlu hissetmesi için önemlidir. Bütün bunları kendisinin yapması için ona fırsat verin, gereksinim duyduğu ölçüde yardımcı olun. Bazı çocuklar daha az, bazıları ise daha fazla

yardıma gereksinim duyarlar. Çocuğunuzun durumuna göre davranın.

Motor becerileri: Kolları, bacakları, ayakları ve gövdesini kullanarak yapabileceği yürüme, koşma, zıplama, atlama, tırmanma gibi büyük motor beceriler ile parmakları, elleri, bilekleri ve elleri-gözlerini birarada kullanarak yapacağı kesme, yapıştırma, boyama, çizme, düğme ilikleme gibi beceriler bu grupta yer alır. Tüm bu becerileri içeren çeşitli etkinlikler, oyunlar düzenleyebilirsiniz.

İletişim becerileri: Okul öncesi dönemde iletişim becerileri çok önemlidir. Bu beceriler, konuşulanları dinleme, anlama ile konuşma becerileri olarak iki grupta toplanır. Çocuğunuz konuşmasa bile anlaması, anladığını size gösterebilmesi çok önemlidir. Onunla konuşmak, öykü okumak, masal anlatmak, oyun oynamak ve şarkı söylemek onun anlama becerisini geliştirecektir. Bu etkinlikler aynı zamanda çocuğunuzun sizi taklit etmesini, konuşmasını da geliştiren etkinlikler olacaktır. Çocuğun mümkün olduğu ölçüde sesleri, olabilirse kelimeleri, cümleleri kullanması için desteklemek gereklidir. Konuşmasa da, çeşitli sesleri kullanarak etrafa isteklerini anlatabilmesi, dikkati çekebilmesi için fırsatlar yaratmalıyız.

Görsel ve işitsel beceriler: Görsel beceriler; çocuğunuzun resimleri, nesnelere, şekilleri tanıması, benzerliklerini/farklılıklarını hatırlayabilmesini sağlayan

becerilerdir. İşitsel beceriler ise, sesleri tanınması, seslerdeki benzerlikleri ve farklılıkları ayırtedebilmesi ile ilgili becerilerdir. Her iki grup beceri de daha sonra akademik becerilerin kazanılmasını kolaylaştıracaktır. Çeşitli kelime oyunları, tekerlemeler, çeşitli sesleri (kapı zili, araba sesi, çocuk ağlaması gibi) ayırtetme oyunları ile çeşitli resim-şekilleri eşleştirme, bul-yap oyunları çocuğunuzun bu tür becerilerinin gelişmesine yardımcı olacaktır.

Bilişsel beceriler: Bilgileri akılda tutma, hatırlama, ilişkileri, benzerlikleri/farklılıkları bulma, nesnelere sınıflama ve problem çözme gibi becerilerin hepsi bu grupta yer alır. Bu beceriler çocuğun düşünme becerileri olarak da adlandırılabilir. Okul öncesi dönemde bunların hepsini kazanması mümkün olmayabilir, ancak çocuğun eğitiminde bu beceriler üzerinde sırasıyla durulması gereklidir. Sizlere çok önemli bir ipucu verelim: Çocuğunuzla oynayacağınız birçok oyun bu becerileri zaten kapsamaktadır.

Bu becerilerin okul öncesi dönemdeki önemini belirtmiştik. Şimdi "Bu becerileri çocuğum nasıl kazanacak?", "Onu bir yuvaya başlatmalı mıyım?" soruları gündeme gelecektir. Okul öncesi dönemde çocuğunuzun becerilerini gözden geçirin ve onun olabileceği anaokulu, yuva ya da kreş gibi kurumlardan birisine vermeye çalışın. Çocuk normal yaşlarıyla birlikte olduğu zaman on-

lardan taklit yoluyla birçok beceriyi, aynı zamanda yaşlılarıyla birlikteyken ortaya çıkan problemlerle başetmeyi de öğrenir.

Uygun yuva, anaokulu arama sürecinde, çocuğunuzu kabul edebilecek, ona ve size yardımcı olabilecek bir kurum seçmeye çalışın. Birçok kurum sizinle işbirliği yapmak, çocuğunuzu kabul etmek istemeyebilir. Bu durum moralinizi bozmasın. Uygun kurum bulana kadar devam edin. Çünkü çocuğunuzun yaşlılarıyla bir arada olmakla elde edeceği kazanç, tüm bu zorluklara değerlidir.

Kurum yetkililerine çocuğunuz hakkında ayrıntılı bilgi verin. Güçlü ve zayıf yönlerini, bir başka deyişle neleri yapıp neleri yapamadığını, hangi becerilerle ilgili yardıma gereksinimi olduğunu açıkça anlatın. Varsa problem davranışlarını belirtin. Bu bilgileri ayrıntılı olarak vermeniz, yuvanın/kurumun ve personelin çocuğunuza yardım etmesini kolaylaştıracaktır.

Çocuğunuz yuvada birçok beceri öğrenecektir. Özellikle sosyal, motor ve iletişim becerilerindeki gelişimini gözleyebileceksiniz. Ancak bazı beceriler açısından yaşlılarından yetersiz olduğu için ek yardıma gereksinimi olacaktır. Bilişsel beceriler, buna bağlı olarak işitsel/görsel beceriler ve iletişim becerilerinde özel eğitim alması gerekecektir. Bu konuda bir özel eğitim merkezinden yararlanabilir ya da bir özel eğitimci/ çocuk gelişimcinin işbirliği ile siz bu becerileri

ona kazandırmaya çalışabilirsiniz (Her iki konuda size yardım edebilecek kurum ve kuruluşların adları, adresleri Ek' dedir).

Eğer çocuğunuzun becerileri yaşlıtlarının becerilerinden çok farklı ise, bir başka deyişle, çocuğunuz ağır derecede zihinsel özürlü ise yuva/anaokulu uygun bir kurum olmayabilir. Bu durumda çocuğunuz özel eğitim okullarının ana sınıflarına, özel eğitim merkezlerine devam edebilir ya da bazı kurumlarca sağlanan erken eğitim programlarına katılabilir.

Çocuğunuz ister bir yuva/anaokuluna isterse özel eğitim okulu/merkezine devam etsin, eğitimden en fazla yararlanabilmesi için sizin de eğitime katılmanız, eğitimcilerle işbirliği yapmanız şarttır. Çünkü çocuk aile içerisinde birçok beceriyi, davranışı öğrenecek, kişiliği aile içerisinde gelişecektir. Anne-baba, kardeş, büyük anne-büyük babalar ile çocuğun ilişkide bulunduğu diğer yetişkinler işbirliği ile çalışmalı, çocuğa karşı davranışlar tutarlı olmalıdır. Çocukla çalışmanız, onunla ilgilenmeniz sırasında öğrenmesini etkileyen birçok sorunla karşılaşabilirsiniz. Bu problemlerle başedebilmek için ilgili kurum ve kuruluşlardan yardım isteyin. Ayrıca anne-baba olarak sizlerin, kardeşlerin, diğer yakınların psikolojik desteğe gereksinimleri de olabilir. Bu yardımı alabileceğiniz kurum/ kuruluş ve kişilere ulaşmaya çalışın. Unutmayın, problemleri ne kadar erken belirler, ne kadar erken

yardım alırsanız, bu hem çocuğunuz hem de diğer aile bireyleri için yararlı olacaktır.

Okul Dönemi

Bu dönem siz ve çocuğunuz için çok önemlidir. Artık 7 yaşına gelmiştir. Onun için bir kurum/okul arama çabası çoktan başlamıştır. "Çocuklarımız için hangi eğitim kurumları var?", "Ben çocuğumu hangi eğitim kurumuna göndermeliyim?", "Farklı kurumların ne tür avantaj ve dezavantajları var?" gibi sorular gündeme gelecektir.

Çocuğunuz için uygun okul seçiminde göz önüne almanız gereken temel nokta çocuğunuzun özellikleridir. Seçeceğiniz kurum, mümkün olduğu ölçüde çocuğunuzun gereksinimlerini karşılamalıdır. İlkemizde zihinsel yetersizliği olan çocuklara hizmet veren okulları/eğitim kurumlarını şöyle sıralayabiliriz.

Özel Eğitim Okulları: Zihinsel yetersizliği olan çocukların yararlanabileceği bu okullar Milli Eğitim Bakanlığı'na (MEB) bağlı olarak hizmet veren eğitim kurumlarıdır. Orta/ağır derecede zihinsel yetersizliği olan çocuklar Eğitim ve Uygulama Okulu olarak isimlendirilen bu kurumlara devam edebilirler. Eğitim ve Uygulama Okullarının eğitim programları; ağırlıklı olarak temel öz-bakım, sosyal, okuma/yazmaya hazırlık, motor becerilerden oluşur. Rehberlik ve Araştırma Merkezleri tarafından yapılan değerlendirme sonra-

sında okula kayıt edilen çocuklar takvim yaşları ve becerileri göz önüne alınarak gruplanmakta, sınıflara ayrılmaktadırlar. Özel eğitim bölümlerinden mezun veya bu konuda kurs görmüş öğretmenler çocuklarla bireysel ya da grup olarak çalışmaktadırlar. Bu okullara orta/ağır derecede, ZB 25-45 arası olan çocuklar devam etmektedirler.

Özel Sınıflar: Hafif derecede zihinsel özürli çocukların kabul edildiği bu sınıflar ilkokulların bünyesinde yer alan, ancak programı/öğretmeni ayrı olan sınıflardır. Bir özel sınıfta benzer özellikleri olan 7-8 çocuk bulunur. Çocuklar ders saatlerini kendi sınıflarında geçirmekte, ders dışı saatlerde normal yaşlıları ile bir arada olarak ilkokul ortamını paylaşmaktadırlar. Bu sınıflara devam eden çocuklar da ilkokulu bitirdiklerinde ilkokul diploması alırlar.

İş Okulları: Özel sınıflardan mezun olan çocukların devam ettikleri, çocuklara iş eğitimi vermeyi amaçlayan okullardır. Bu okullarda çocuklar hem temel eğitim dersleri alır hem de kurumda bulunan trikotaj, marangozluk, çiçek, biçki-dikiş, ciltçilik gibi atölyelerden yararlanarak, kendisi için en uygun alanda mümkün olabildiğince bağımsız çalışabilecek iş becerileri kazanır.

M.E.B'na bağılı bu kurumların dışında benzer hizmetleri veren özel kurumlar, merkezler de vardır (Bu kurumların adresleri Ek' te verilmiştir).

Tüm dünyada zihinsel yetersizliğe sahip çocukların olabildiğince normal yaşlılarıyla birlikte olmaları, bu çocukların ilkokul eğitim programları içerisinde yer almaları için çaba sarf edilmektedir. Özellikle hafif derecede zihinsel yetersizliği olan çocukların, gerekli düzenlemeler yapıldıktan sonra ilkokullara yerleştirilmeleri yasal olarak kabul edilmiştir. Bu nedenle çocuğunuzun özelliklerini çok iyi tanıyın. Eğer sizin ve öğretmenin desteği ile ilkokul programlarından yararlanabileceğine inanıyorsanız, bu konuda çocuğunuzun eğitimcileri ile aynı fikirdeyseniz, bu yolu deneyin. Çünkü çocuğunuz yaşlıları arasında pek çok beceriyi, onları taklit ederek öğrenecek, böylece yaşadığı toplum içine kaynaşma konusunda önemli bir adım atmış olacaktır.

Çocuğunuzu hangi kuruma verirsiniz verin, eğitim sürecinde unutmamanız gereken bazı noktalar vardır:

* Çocuğunuzun öğretmeni ve okulun rehber öğretmeni ile işbirliği içinde olun. Çünkü özel eğitimde, çocuğun okulda öğrendiği becerilerin eve taşınması çok önemlidir. Öğretmenle işbirliği yapmanız, onun öğrenmesini kolaylaştıracaktır.

* Çocuğunuz okula başladıktan sonra gelişimini olabildiğince takip edin. Hangi becerileri kazandı, hangilerinde zorlanıyor? Bu konulardaki gözlemlerinizi öğretmene aktarmanız, öğretmenin eğitim progra-

mında yapacağı değişikliklerin daha gerçekçi ve uygun olmasını sağlayacaktır.

* Çocuğunuzda hiçbir değişme gözlemiyorsanız ya da hiçbir gelişme olmadığını düşünüyorsanız, başka bir deyişle hiçbir yeni beceri öğrenmiyorsa öğretmeniyle, doktoruyla, diğer anne-babalarla görüşün. Böylece aksayan noktayı, problemi bularak onun eğitimden en fazla yararlanmasını sağlamış olursunuz.

Ergenlik veYetişkinlik Dönemi

Çocuğunuz artık bir ergen/yetişkindir. Yaşıtlarıyla benzer gereksinimlere, benzer duygulara sahiptir. Erişkin bir insan olarak toplumda yerini almayı istemekte ve beklemektedir. Bu dönemde, zeka yaşı, zihinsel becerileri ne düzeyde olursa olsun ona bir yetişkin gibi davranmak, bir yetişkin olarak ilişki kurmaya çalışmak toplum içindeki yerini almasını kolaylaştıracaktır.

Çocuğunuz bu döneme gelinceye kadar çeşitli becerileri kazanmıştır. Ancak bu dönemde de kazanması gereken farklı beceriler vardır. Bu becerileri kazandıracak eğitim gereksinimi olacaktır. Özellikle iş becerileri, para kullanma, boş zamanlarını değerlendirme gibi sosyal beceriler, temel okuma-yazma, matematik becerilerine yönelik alacağı eğitim, okul döneminde kazanamadığı becerileri kazanmasına yardımcı olacaktır. Şunu unutmamalıyız ki, çocuğu-

muz çeşitli sosyal ve bağımsız yaşam becerilerini kazanmadıkça, zihinsel becerileri ne düzeyde olursa olsun, toplum içinde bağımsız yaşaması mümkün olmayacaktır.

Yetişkin olmanın en önemli özelliği bir işe sahip olmaktır. Çocuğunuz da diğer yetişkinler gibi kendine uygun bir işte çalışmaktan zevk alacaktır. Çocuğunuzun aldığı eğitime bağlı olarak kazanmış olduğu çeşitli becerileri vardır. Bu beceriler göz önünde bulundurulurken ev içinde veya ev dışında yapabileceği bir iş çocuğunuz için çok önemlidir. Çocuğunuz hafif derecede zihinsel özürle ise birçok beceriye sahiptir, gözetim/yardım ile birçok işin gerektirdiği işlevleri yerine getirebilir. Onun için hangi işin uygun olduğunu, varolan iş becerilerini anlayabilmek için eğitim aldığı kurumlardaki öğretmenler ve uzmanlarla konuşun. Çocuğum hangi iş becerilerine sahip?, Bir işte ne kadar süre (kaç saat) çalışabilir?, Yardımla veya yardımsız neleri yapabilir?, Bir iş yerinde çalışmasını engelleyecek problemler var mı?, Hangi konularda desteğe ihtiyacı var? gibi konularda uzmanlar size yol göstereceklerdir. Çocuğunuzu en iyi tanıyan sizlersiniz, ancak eğitimcilerle işbirliği yapmanız size çocuğunuz için en uygun işi bulma veya böyle bir işi yaratma konusunda başlangıç noktası sağlayacaktır.

Çocuğunuz ağır derecede zihinsel özürle ise hedefiniz, onun çevresine kendi sınırları içerisinde en az

bağımlı yaşamasını sağlamak olmalıdır. Bu nedenle giyinme-soyunma, yemek yeme, tuvaletini yapma, yardımla da olsa basit ev işlerini yapma gibi günlük yaşam becerilerini kazanmasına yardımcı olmamız gerekmektedir. Çocuğunuz belki ev dışında bir işte çalışamayacak ancak bu becerileri öğrenmesi onun çevresine en az bağımlı yaşamasını kolaylaştıracaktır.

Yetişkinlik döneminde, anne-babalar için en önemli problemlerden birisi de gencin cinsel sorunlarıdır. Onun diğer yetişkinler gibi cinsel duygu ve gereksinimlerinin olması çok doğaldır. Eğitim kurumlarında gençlere/yetişkinlere cinsellikle ilgili bilgi verilmemesinden, cinsellikle ilgili uygun davranışların kazandırılmamasından ortaya çıkan problemler karşısında çaresiz kalabilirsiniz.

Çocuğunuzun eğitim sürecinde, okulda anlayabileceği şekilde vücudunu, vücudunun işlevlerini tanıması, uygun cinsel davranışları (hangi davranışların nerede ve ne zaman yapılabileceğini) öğrenmesi, daha ileride problemlerin ortaya çıkmasını önleyecektir. Onun da herkes gibi bu tür duygu ve gereksinimlerinin olduğu kabul edilmelidir.

Eğer çocuğunuz uygun/uygun olmayan davranışları ayırtedemiyorsa, uygun olmayan davranışlarını kontrol etmeniz gerekecektir. Bu konuda, genci başka etkinliklere yönlendirmek, bu davranışları nerede,

ne zaman yapacağını öğretmek cinsel davranışları kontrol etmenin yollarıdır.

Bu dönemde aklınıza en çok gelen ve sizi endişelendiren konulardan birisi de "Bizden sonra çocuğumuza kim bakacak?" sorusudur. Bu duyguları yaşamamız çok doğaldır. Ancak ülkemizde şu anda sadece kimsesiz yetişkin özürümlerın kalabildiği Başbakanlık Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü'ne bağılı rehabilitasyon merkezleri vardır. Bu merkezler ise gerek hizmetin niteliği gerekse personel açısından ihtiyacı karşılamamaktadır. Tüm yetişkin zihinsel özürümler için bağımsız ya da en az bağımlı yaşayabilecekleri, küçük ünitelerden oluşan grup evleri veya rehabilitasyon merkezleri geliştirilmesi gerekmektedir. Bunların gerçekleştirilmesinde sizlerin de çok önemli rolünüz olabileceğini biliniz. Çocuklarımız ve gençlerimiz için sağlayacağımız her hizmet hepimizin ortak çabasıyla ortaya çıkacaktır. Hizmetlerin oluşumunda aileler, gönüllü kuruluşlar, devlet, işverenler, eğitimciler ve uzmanlar bu çocuklarımızın ve gençlerimizin gelişimi için hep birlikte uğraşmak ve çabalamak zorundadırlar.

Yetişkinlik döneminde çocuğunuza, onun kişiliğine saygı göstermeniz, onunla yetişkin ilişkisi kurmanız, çeşitli isteklerini/beklentilerini anlamamız, çocuğunuzun yetişkin rollerini öğrenmesini, bağımsız olmasını sağlayacaktır (Bu konuda yardım alabileceğiniz kurum/kuruluş adresleri Ek' te yer almaktadır).

Bu kitapçıkta, çocuklarımızı, özelliklerini, kendi duygularımızı, onların gelişimi için öncelikle neler yapmamız gerektiğini sizlerle paylaşmaya çalıştık. Her aile ve her çocuk kendine özgüdür, ama yine de bazı ortak yönlerimiz, özelliklerimiz ve duygularımız vardır. Bu kitapçıkta bu ortak yönler vurgulanmaya çalışılmıştır.

Farklı özelliği olan bir çocuk anne-babası olarak aşağıdaki noktaları da hep hatırlayalım ve uygulamaya çalışalım.

1-Bu çocuklarımızın normal yaşitlarından farklılıkları olsa da onlarla benzer gereksinimleri olduğunu biliyoruz. Her çocuğun anne-babasına ve sevgiye ihtiyacı vardır. Bebeğinizin doğduğu andan itibaren sizi şaşırtan, kaygılandıran, üzen ve çözümleyemediğiniz tepkileri ve özellikleri olabilir. Durum ne olursa olsun, çocuğunuza sarılın, onu okşayın, kucaklayın ve sevin. Her çocuğun bunlara fazlasıyla ihtiyacı vardır.

2-Bu çocuklarımız da gelişirler, ama kendi hızlarında ! Normal yaşitlarından farklı bir gelişim hızı içinde olabilirler. Onların beş aylıkken yaptıklarını yedi, sekiz aylıkken, hatta bir yaşında yapabilirler. Her çocuğun kendine göre bir gelişim hızı vardır.

3-Çocuklarımızın mutlaka yapamadıkları, beceremedikleri vardır, olacaktır. Gelin biz onların yapamadıklarına, beceremediklerine değil de yapabildikleri-

ne, güçlü yönlerine bakalım, onları geliştirmeye çalışalım.

4-Çocuklarımızı tanıdığımız ölçüde yakınlaşsın, severiz. Onların özelliklerini tanımaya çalışalım.

5-Çocuklarımızı, durumlarını saklamayalım..... Yakın çevremize, arkadaşlarımıza, komşularımıza çocuğumuzun durumunu ve özelliklerini anlatalım. Bu çok zor ve üzücü bir durum (süreç) olsa da çocuğumuzun kabul görmesi ve çevreden yeterince destek alabilmemiz açısından çok önemlidir. Çocuğumuzu tanıtırken de onun yalnızca zayıflıklarını ve yapamadıklarını değil, yapabildiklerini ve başatabildiklerini de söyleyelim.

6- Çevremizden bize çok öğütler, fikirler verenler olabilir. Sizler ancak deneyimlerine ve bilgisine güvendiğiniz kişilere ve uzmanlara danışın, onların söylediklerini dikkate alın .

7-Çocuklarımıza yönelik geliştirilecek hizmetlerde bizim de çabalarımız gereklidir. Sizler de gönüllü kuruluşlar, devlet, işverenler, eğitimciler ve uzmanlarla birlikte bu hizmetlerin sağlanabilmesi için yoğun çaba sarfedin, mücadele edin.

Kolay Gelsin

EK**ZİHİNSEL ENGELLİLERLE İLGİLİ ERKEN
EĞİTİM MERKEZLERİ**

Kurumun Adı	Açık Adresi	Telefon No
Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Özel Eğitim Bölümü	Cebeci, 06590 ANKARA	363 33 50/234
Hacettepe Üniversitesi Çocuk Sağlığı ve Eğitimi Bölümü	Sıhhiye, ANKARA	310 35 45/1156

**ZİHİNSEL ENGELLİLERLE İLGİLİ
EĞİTİM KURUMLARI**

Kurumun Adı	Açık Adresi	Telefon No
Ulus Eğitim ve Uygulama Okulu	Çankırı Cad. Maliye Meslek Sok. Ulus/ANKARA	311052
Çağdaş Eğitim ve Uygulama Okulu	Samsun yolu, Telsizler Altındağ/ANKARA	347 342
Uyum (Başkent) Meslek Okulu	Aydınlıkevler Ticaret Lisesi arkası, Aydınlıkevler/ANKARA	317204
Keçiören Mesleki Eğitim Merkezi	Aydınlıkevler Ticaret Lisesi arkası, Aydınlıkevler/ANKARA	347223
Öğretilebilir Çocuklar Eğitim Kursu	Kuyuyazısı cad. Kıvrımlı sk. No: 25/27 Etlik/ANKARA	321025

ZİHİNSEL ENGELLİLERLE İLGİLİ VAKIF VE DERNEKLER

Kurumun Adı	Açık Adresi	Telefon No
Zihinsel Yetersiz Çocukları Koruma Vakfı	Vilayet Karşısı Gülerekmek Fb. Yela, Gölbaşı/ANKARA	
Öz-Çözüm Özürlü Çocuklar ve Ailelerini Koruma Derneği	Marmara Sok. No: 30, Sıhhiye/ANKARA	431 92 99
İlgi Otistik Çocukları Koruma Derneği	17. Sk. Bahçelievler/ANKARA	
Ankara Zihinsel Yetersiz Çocukları Yetiştirme ve Koruma Vakfı	Kuyuyazısı cad. Kıvrımlı Sok. No: 25/27 Etlük/ANKARA	321 02 52

ZİHİNSEL ENGELLİLERLE İLGİLİ ÜNİVERSİTE BÖLÜMLERİ VE HASTANELER

Kurumun adı	Açık Adresi	Telefon No
Hacettepe Üniversitesi Çocuk Ruh Sağlığı Bölümü	Sıhhiye/ANKARA	310 35 45/1151
Ankara Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk Psikiyatrisi	Cebeci/ANKARA	319 21 60/694
Gülhane Askeri Tıp Akademisi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı	Etlük/ANKARA	321 30 87

Not: Ankara ili dışındaki tedavi ve eğitim kurumları ile ilgili bilgiyi Millî Eğitim Bakanlığı tarafından çıkarılan "Özel Eğitim Rehberi"nden bulabilirsiniz. Bu rehber Millî Eğitim Bakanlığı, Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nden sağlanabilir. Ayrıca bu kurum ve kuruluşlarla ilgili gerekli bilgileri ilinizdeki Rehberlik ve Araştırma Merkezleri'nden de edinebilirsiniz.