



KAYRAM

Aylık Popüler Rehberlik Dergisi

NİSAN

2011



ASPERGER SENDROMU



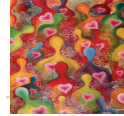
2

*ÇOCUKLARIMIZI VE ÖĞRENCİLERİMİZİ ŞİDDETEN
UZAK TUTMAK İÇİN NELER YAPILABİLİR?*



8

BİR HİKAYE

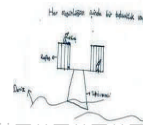


11

BİR ŞİİR

14

RESİMLERİ RUH DÜNYASINI YANSITTIYOR



15

ASPERGER

SENDROMU



Asperger sendromu nedir?

Asperger sendromu, Avustralyalı Çocuk Doktoru Hans Asperger'in 1944 yılında otistik psikopatoloji içinde tanımladığı bir hastalıktır.

Hans Asperger bu hastalığı, "Toplumsal ilişkilerde bozukluk ve empati yokluğu ile karakterize gelişimsel bir bozukluk" şeklinde tanımlarken bazı noktalara dikkat çeker.

Birincisi, Asperger sendromlu çocuklar normal zekaya sahiptir. İkincisi, dil yetilerinin gelişiminde herhangi bir gerilik yoktur.

Sorun, bu çocukların toplumsal etkileşiminde niteliksel yetersizlik, sınırlandırılmış ilgi, davranışlar ve bu davranışlarda tuhaflik olmasıdır.

Nedenleri Nelerdir:

Asperger sendromunun birçok nedeni olduğu öne sürülüyor ancak bunların kesin neden olup olmadığı hala araştırma safhasında. Nedenleri henüz tam olarak kesinleşmemiş olsa da uzmanlar; çevresel faktörler, beyin zedelenmesi, zor doğum veya bebekten geçirilen hastalıklar gibi nedenlerin olduğu konusunda hemfikir. En büyük rolü ise genetik faktörlerin oynadığını düşünüyorlar.

Asperger sendromlu çocukların özellikleri nelerdir?

Asperger sendromlu çocukların önemli bazı karakteristik özellikleri vardır. Bunları şu şekilde açıklayacak olursak;

İletişim kurmakta zorlanırlar: Tekdüze ve monoton konuşurlar. Cümlelerinde vurgu ve tonlamalar yoktur. Konuşurken vücut dilini kullanmakta zorlanırlar. Çok konuşurlar ama konuşmalarının tamamı konuyla alakalı değildir.

Yalnızdırlar: Asperger sendromlu çocuklar genellikle yalnızdırlar, çok az arkadaşları vardır. İletişim becerileri gelişmemiştir.

İnce ve kaba motorları fazla gelişmemiştir: Bazı çocuklarda ince bazılarında ise kaba motor gelişimi zayıf olur. Bu da el becerilerinin eksik olmasına neden olur. Düzgün yazamayabilirler ve sakar olurlar. Yürürken de kaskatı görünürler.

Empati kurmakta güçlük çekerler: Söze dökülmeyen şeyleri anlayamazlar. Dolayısıyla karşısındakinin duygularını anlayıp, kendisini onun yerine koyma becerileri gelişmemiştir.

Duyarsızdırlar: Asperger sendromlu çocuklar, olup bitenlere karşı ya ilgisiz davranırlar ya da beklenen ilgiyi göstermezler.

Bir konuya odaklanırlar: Birçok şeye ilgisiz ve duyarsız olan Asperger sendromlu çocuklar, belli bir konuya aşırı ilgi duyarlar ve o konuyla ilgili her şeyi öğrenirler. Kendi ilgi alanları dışında bir şeyi öğrenmeyi ise sıklıkla reddederler.



Asperger sendromlu çocuklar okulda nasıl problemler yaşarlar?

Asperger sendromlu çocuklar normal ya da normal üstü bir zekaya sahiptir. Bu nedenle çoğunlukla özel bir okula gitmelerine gerek yoktur.

Ancak soyutlama yetenekleri olmadığından tarih, coğrafya gibi sosyal bilim alanı dışındaki birçok derste sorun yaşarlar.

Hayal dünyaları gelişmediği için okul arkadaşlarıyla ilişki kurmakta zorlanırlar ve onların hayali oyunlarını anlayamazlar.

Arkadaşsız kalıyorlar

Okulda yaşadıkları en önemli problem arkadaş edinememeleridir.

Empati kurma zorlukları, farklı davranış ve düşünce yapıları nedeniyle insanlarla doğru bir şekilde iletişime geçemedikleri için yalnızlaşırlar.

Aspergerli çocuklar aslında sıklıkla sosyal ilişkilere girmeyi denerler. Sosyal olabilmek için çaba harcarlar. Ancak genelde başarısız olduklarından insan ilişkileri kurmakta zorluk yaşarlar.

Asperger sendromu ile otizm aynı şey mi?

Asperger sendromu ile otizm sıklıkla birbirlerine karıştırılır. Buna neden olacak bazı benzerlikleri olsa da aslında Aspergerli çocukları otistik çocuklardan ayıran birçok belirgin farklılık vardır.

Benzerlikler

Çocuğun yaşlılarıyla ilişki geliştirememesi ve duygusal karşılık verememesi hem Asperger sendromunda hem de otizmde temel sorunlardan biridir.

Yine her iki rahatsızlıkta da oyun oynamada güçlük, hayal gücünde eksiklik ve çevresindekilerle iletişim kurmada sorun vardır.

Her iki gruba dahil olan çocuklar sözsüz iletişimle kendilerini doğru ifade edemezler. Duruma uygun yüz ifadesi, el-kol hareketleri, göz göze gelme gibi birçok davranışta bozulma olduğu görülür.

Farklılıklar

Aspergerli çocuklarla otistik çocukları birbirinden ayıran temel farklılıkların başında sosyalleşme gelir.

Aspergerli çocuklar otistik çocukların aksine sosyal olabilmek için uğraşır. Otistik çocukların en belirgin özelliği, kendi dünyalarında yaşamaya çalışma, içe dönme ve dış dünyaya karşı ilgisiz görünmeleridir.

Aspergerli çocuklar insanlarla iletişime geçmeyi sever. Erken bebeklik döneminden itibaren sevgilerini gösterebilirler.

Asperger sendromlu çocukların dil gelişimlerinde fazla gecikme olmaması da otistik çocuklardan ayrılmalarını sağlayan diğer bir özellikleridir.

KAYNAKÇA

Güler, AYŞEGÜL S. ve Diğerleri.(2010). Ergende Bipolar Bozukluk ve Asperger Sendromu Tanı Sureci. *Nöropsikiyatri Arflivi*, 47: 360-3

ŞEVİK, Ali E. (2010). Gelişmiş Takvim Belleği Becerisi Sergileyen Bir Asperger Sendromu Olgusu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(3): 249-256

<http://rehber.uzmantv.com> (Erişim T: 11/03/2011)

ÇOCUKLARIMIZI VEYA ÖĞRENCİLERİMİZİ ŞİDDETEN UZAK TUTMAK İÇİN NELER YAPILABİLİR?



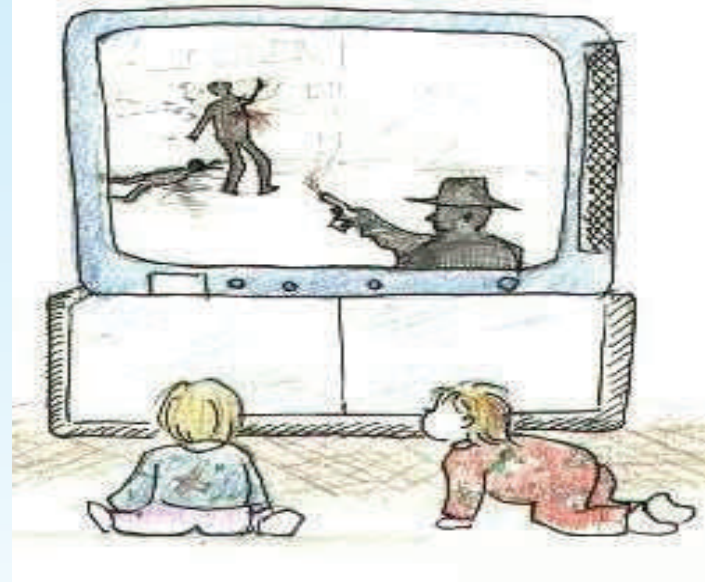
ANNE BABAYA ÖNERİLER: Anne babalar çocuklarının güven ve sevgi dolu bir evde yaşamalarını sağlayarak şiddeti azaltmada önemli bir rol üstlenebilirler. Aşağıda verilen bazı önerileri öğretmenlerin velilerle paylaşması öğrencilerin ruh sağlığını ve öğrenci başarısını olumlu yönde etkileye-

cektir.

Çocuklarınıza yönelik ilgi ve sevginiz sürekli tutarlı olsun: Kendisini güvende hissetmesi ve diğerlerine güvenebilmesi için her çocuğun anne baba ve öğretmeniyle yada bir yetişkinle sevecen bir bağ kurması gerekir. Böyle bir bağ kuramayan çocuğun düşmanlık duyguları geliştirmesi kaçınılmaz olabilir. Çocukların giderek artan bağımsızlık istekleri ve bu isteğe yönelik davranışları sizi kızdırabilir. Buna tepki göstermeden önce çocuğun bakış açısından değerlendirmeye çalışmak daha sabırlı davranmanıza neden olacaktır.

Çocuklarınızı gözetim altında yönlendirin:

Çocuklarınızın her zaman nerede kimlerle bilmekte ısrarlı olun. Çocuklarınızın bir yetişkin gözetiminde yapılan okul dışı faaliyet ve etkinliklere katılmasını teşvik edin. Diğer arkadaşlarıyla olan ilişkilerini gözlemleyin.



Çocuklarınıza uygun davranışları öğretebilmek için kendiniz model olun: Çocuklar genellikle taklit ederek öğrenirler. Anne baba ve öğretmenlerinin değer tutum ve davranışları onlar üzerinde etkilidir. Çocuklarınızın sorunlarını saldırgan olmayan yöntemlerle çözmelerine yardımcı olmak için

- Sorunları onlarla birlikte tartışma
 - Sorunları şiddet kullanarak çözmeye kalkarsa neler olabileceğini tartışma
 - Sorunları şiddet kullanmadan çözmeye kalkarsa neler **olabileceğini** tartışma
- yollarını denemek çocukların şiddetin yararlı bir yöntem olmadığını görmelerine yardımcı olacaktır. Anne babalar bazen farkında olmadan çocuklarını şiddet dolu davranışlara teşvik edebilirler.

Örneğin bazı aileler erkek çocuklarının kavga etmeyi öğrenmeleri gerektiğini ileri sürerler. Çocuklarınıza anlaşmazlıklarını tehdit, fiziksel güç ya da silah kullanarak değil, sakın ve yerinde kullanılan cümlelerle çözmelerini öğretin. Şiddet içerikli faaliyetlerde bulunmalarını ve bu tür oyunlar oynamalarını engellemeye çalışın.

Çocuklarınıza vurmayın: Çocuklarınıza ve öğrencilerinize ceza vermek için onları itmek, kakmak, tokatlamak, vurmak yada dayak atmak gibi davranışlar gerektiğinde onların da aynı davranışı sergileyebilecekleri mesajını verir. Bu fiziksel cezalar yerine aşağıdaki yöntemleri uygulayabilirsiniz:

- Bazı izinlerini ve harçlıklarını tutarlılıkla ve kısa süreli olarak geri alabilirsiniz.
- Bazı okul ve sosyal etkinliklere katılmasına veya arkadaşlarıyla görüşmesine izin vermeyebilirsiniz

Davranış değiştirme yöntemlerinden biri de olumsuz davranışı cezalandırmak yerine olumlu davranışı ödüllendirmektir. Takdir etme ilgi ve şefkat gösterme en büyük ödüllerdir. Verilmemiş ödül bir cezadır.

Çocuklarınızın evinizde veya çevrenizde şiddet görmelerini önlemeye çalışın: Evinde şiddete maruz kalan çocuklar ilerde sorunlarını şiddetle çözmeye eğilimli olabilirler. O yüzden çocuklarınızın bu tür durumlarla karşılaşmaması için gerekli önlemleri alın. Bazen çocukların dışarıda şiddete maruz kalmalarını engelleyemeyebilirsiniz. Bu durumda yaşadıkları korkuları atlatabilmeleri için

yardımcı olun. Yetersiz kaldığınızı hissettiğiniz durumlarda okul rehber öğretmeni veya rehberlik araştırma merkezlerinden yardım alabilirsiniz.

Çocuklarınızın medyadaki şiddete çok fazla maruz kalmalarını önleyin: TV yada bilgisayar oyunlarında şiddet içerikli izlenmeler çocuklarda saldırgan davranışlara neden olabiliyor. Bu yüzden şiddet içerikli izlemeleri kontrol altında tutmalısınız. Bunun için:

Televizyon izlemeyi sınırlandırın

Hangi programları izlediklerini hangi bilgisayar oyunlarını oynadıklarını kontrol edin.

Tv'de sinemada bilgisayar filmlerinde izledikleri şiddet hakkında onlarla konuşun..

Sorunların şiddet kullanmadan nasıl çözülebileceğini onlarla tartışın.

Ayrıca;

1- Her şeyden önce ana-baba çocuğa saldırganlık modeli olmamalıdır.(Evde dayak yiyen bir çocuk varsa kardeşini dövüyor. Kardeşi yoksa okulda en ufak bir sorunda arkadaşına vuruyor. Yâda hayvanlara eziyet ediyor.)Çünkü dayak herkes için olumsuz duygular yaratır.

2- Çok fazla saldırgan davranışlara tolerans gösterilmemelidir. Çocuğun istekleri bu tip davranışlar yapınca yerine getiriliyorsa, çocuk isteklerini yaptırma araç olarak görmeye başlar. Bu yolla istekleri yerine getirilmemelidir

3- Saldırgan davranışlar kesinlikle dayakla cezalandırılmamalıdır. Ana-babanın ilgisi sevgisi azaldığında ve fiziksel cezalar uzun süre devam ettiğinde, çocukta saldırgan, asi, sorumsuz davranışlar gelişir.

- 4- Çocuk gergin ve sinirliiyken onunla tartışmamalı, sakinleşmesini beklemeli ve daha sonra davranışı ile ilgili konuşulmalıdır.
- 5- Çocuğa sosyal olgunluğuna uygun çeşitli sorumluluklar verilmeli, başarabileceği kadarıyla bir çok şeyleri başlatıp, bitirmesi sağlanmalıdır. Çocuk başarıma duygusunu yaşamalıdır.
- 6- Olumlu davranışı pekiştirme: Ana-baba ve diğer yetişkinler çocuğun olumlu davranışını görüp, olumsuz davranışı görmemezlikten gelmelidir.
- 7- Çocuğun dışarıda oynamasına izin verme, bu çocuğun gerilimini azaltır ve enerjisini boşaltma olarak sağlar.
- 8- Saldırgan davranış diğer çocukların güvenliğini ciddi bir şekilde tehdit etmedikçe bu davranışın üstünde durmamak gerekir.
- 9- Çocuk saldırgan modellerle karşı karşıya getirilmemelidir. TV'deki Şiddet içeren programları seyretmesi engellenmelidir. Eğer kesinlikle engel olunamıyorsa, ana-baba çocukla birlikte seyrederek Şiddetin sonuçlarını tartışabilirler. Ayrıca bu Şiddet filmlerinin gerçek yaşamın modeli değil, kurmaca olduğu çocuğa anlatılabilir.
- 10- Kızgınlıktan kurtulmak için alternatifler bulunabilir. Yumruklanabilen kil, çakılabilen çiviler, resim çizme, boyama çocuğun kızgınlık duygularını kontrol altına almayı sağlayabilir. Ayrıca futbol, basketbol gibi sporlar kabul gören çıkış yollarıdır.
- 15- Anne-babalar bu çocuklarla iletişim kurarken ben dilini kullanmalıdır. Ör: Böyle kavga ettiğin zaman rahatsız oluyorum, üzülüyorum gibi. Kişiler duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını davranış anında dile getirmelidir.

KAYNAK

www.okulweb.meb.gov.tr/42/20/177815/dosyalar/rehberlikdosyalar/Saldırganlık%20%20Şiddet.dc

Yazıcı Muhsin: 25 Kasım 2008 <http://www.muhsinyazici.com/egitim/index.php/makaleler-menu/makaleler/88-saldırgan-davranilari-nasil-oenleyeblrz.html>

Ali Kaşifoğlu M, Ercan Oya: www.tpk.turkpediatri.org.tr/index.php?option=com_content

TÜRKÇAPAR Hakan, www.turkpsikiyatri.com/ftr.aspx?id=466 - 65 2004; 15(2): 119-124

EFİLTİ Erkan, www.sosyalbil.selcuk.edu.tr/sos_mak/articles/2008/19/EEFILTİ.PDF

SEVGİ BİLGİSAYAR PROGRAMI

Müşteri: Çok fazla teknik bilgim yok. SEVGİ yüklemek için ne yapmam gerekiyor Yetkili: İlk adım olarak KALBİM dosyanızı açmanız gerekiyor. Açtınız mı?

Müşteri: Evet. Ancak su anda GEÇMİŞ ACILAR.EXE, DÜŞÜN-DÜKÇE.EXE, HASET.EXE VE GÜCENME.EXE isimli programlar da çalışıyor. Onlar çalışırken SEVGİ yükleyebilir miyim?

Yetkili: Problem değil. Yüklediğiniz anda SEVGİ otomatik olarak sisteminizden GEÇMİŞ ACILAR.EXE'yi silecektir. Bir süre daha geçici hafızanızda kalabilir ama artık diğer programları etkilemeyecektir. SEVGİ er geç DÜŞÜK GÜVEN.EXE'yi silerek YÜKSEK GÜVEN.EXE isimli bir modül yükleyecektir. Ancak, siz HASET.EXE ve GÜCENME.EXE'yi mutlaka kapatmalısınız. Bu programlar SEVGİ'nin yüklenmesine engel olur. Onları kapatabilir misiniz lütfen?

Müşteri: Tamam, kapattım. SEVGİ otomatik olarak yüklenmeye başladı. Bu normal mi?

Yetkili: Evet ama unutmayın ki bu sadece bir temel program. Üst versiyonlarının yüklenmesi için başka KALP'lerle bağlantı kurmanız gerekiyor.

Müşteri: Yani ne yapmam gerekiyor

Yetkili: "KENDİNİ KABULLENME " isimli dosyanın altındaki KENDİNİ AFFETME.doc, KENDİNE GÜVENME.TXT, DEĞERBİLME.TXT ve İYİLİK.doc isimli dosyaların üzerine tıklayıp hepsini "KALBİM" dosyasına kopyalayın. Bir de KENDİ KENDİNE KRITİK.EXE 'YI tüm dosyalardan ve daha sonra da çöp kutunuzdan silerek tamamıyla yok olduğundan emin olun.

Müşteri: Başardım. Hey! KALB'im gerçekten tertemiz dosyalarla doluyor. GÜLÜMSEME.AVI şu anda monitörde oynuyor ve SICAKLIK.COM, BARIŞ.EXE ve MEMNUNİYET.com

KALB'imın içine kopyalanıyor.

Yetkili: O zaman SEVGİ yüklendi ve çalışıyor. Şu andan itibaren her şeyle başa çıkabilmeniz gerekiyor. Yalnız telefonu kapatmadan son bir şey...

Müşteri: Nedir?

Yetkili: SEVGİ programı ücretsizdir. Onu ve onun tüm modüllerini tanıştığınız herkese verin. Karşılığında onlar da başkalarıyla paylaşacak ve sonucunda size tertemiz modüller geri dönecektir. Mutlu yıllar! Müşteri: Size de!!



ORDA BİR ÇOCUK.. BURDA BEN

*Bir ana gülümserken yorgun ve güzel
Yüreği müjdelere tüy gibi hafiflerken,
Orda, bir çocuk doğar sınırsız dünyamıza
Burda ben...*

*Dal nasıl, yaprak nasıl, ekın nasıl büyürse
Toprak nasıl uyanırsa bir incecik yağmurdan
Orda bir çocuk büyür yumak yumak bir nurdan,
Burda ben...*

*Koştığı, atladığı, durduğu, uzandığı,
Düşüp kaldığı yerlerde göz bebeğim var.
Orda, toz-toprak içinde bir çocuk ağlar,
Burda ben...*

*Ne oyun oynamak ister, ne uyku ne su,
Ne elişi resimleri gönlünü alır.
Orda, bir uzak evde bir çocuk yetim kalır,
Burda ben...*

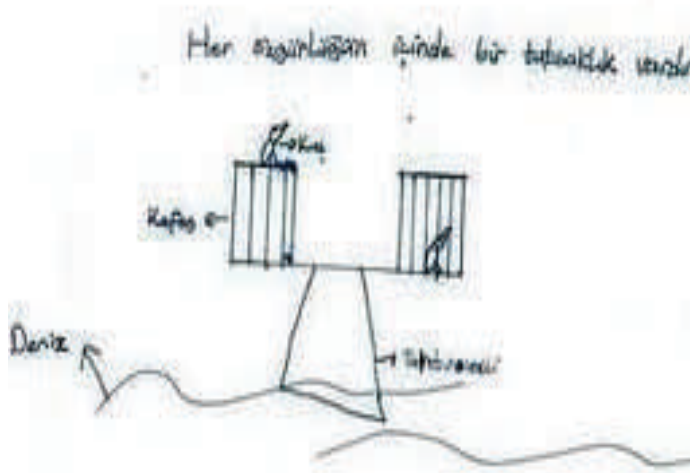
*Dokunsam, martı gibi uçup gidecek sanki,
Solgun yüzlü bir avuç kar.
Orda, bir gece yarısı, bir hasta çocuk sayıklar,
Burda ben...*

*Birden bire uyanır bir ana uykusundan,
Sapsarı bir korkuyla bakakalır nefessiz.
Orda, sabaha karşı bir çocuk ölür sessiz,
Burda ben...*

Yavuz Bülent Bakiler



Resimleri Ruh Dünyasını Yansıtıyor



9.yaşında bir çocuğun resmi. Üzerinde "HER ÖZGÜRLÜĞÜN İÇİNDE BİR TUTSAKLIK VARDIR" yazıyor.

Çocuklar öfkelerini, sevinçlerini çizdikleri resimler ile anlatır. Kullandıkları renge ve çizdiklerine bakarak onun ruh halini anlayabilirsiniz

Zaman zaman çocuklarımızı ellerinde kalemle kağıt üzerine şekil veya resim çizerken görürüz. Bu şekil veya resimler kimi zaman bize anlamlı, kimi zaman ise anlamsız gelebilir. Oysa bir çocuğun içinde bulunduğu psikolojik durumun en iyi şekilde anlaşılabilmesi için bu çizimler bizlere büyük bir yol göstericidir. Alman Hastanesi Çocuk ve Ergen Psikoloğu Özge Türk "Resim, çocuğun içsel dünyasını ortaya koyan, duygu ve düşüncelerini yansıtan bir araçtır. Aynı zamanda çocuğun el-göz koordinasyonu, zihinsel kapasitesi yani gelişimi hakkında da bilgi verir. Burada çocuğun yaşı temel alınmalıdır, her yaşın çizebileceği resimler farklıdır, bunlar gelişimsel bir sürekliliği izlerler. İlk karalamalar 10-12. aylar arasında başlar" diyor.

Hangi Yaşta Neler Çizebilir?

Yaş ilerledikçe karalamalar çizgilerin yerini alır. 2 yaşında bir çocuk yönü olmaksızın çizgi çizmeyi taklit eder. 2,5 yaşında yatay ve dikey çizgileri yapabilmektedir. 3 yaş çocuğu kabaca bir yuvarlak çizebilir. Bu yaş çocuğundan adam çizmesi istendiğinde tipik olarak büyük bir daire ve içine göz-ağızdan oluşan ufak daireler koyabilir. 4 yaş çocuğu bu yuvarlağa bacaklar ve kolları da ekleyecektir. İlerleyen yaşlarda çizdikleri figürlere ayrıntılar ekleyeceklerdir. Çocuk, kendisi için önemli olan ayrıntıları daha büyük olarak çizecektir. 6 yaşından önce mekana yerleştirme ve oranlar abartılı olabilir, 6 yaşından sonra gerçekçi oranlar ortaya çıkacaktır. Karalama döneminde çocuk renkleri ayırt edemez, renklerin ayırt edilip, kullanılması 4-5 yaşlarındadır.

Seçtiği Renk İpucu Veriyor

Çocuklar o anki ruhsal dünyalarını en iyi tanımlayacak rengi seçerler. Örneğin ; ebeveyn kaybı ile yas yaşayan bir çocuk

kağıdın tümünü siyah renge boyayabilir ya da öfkeli, kızgın bir çocuk kırmızı rengi daha fazla kullanabilir.

Resimlerdeki boyutlar,

çocuğun kağıdı nasıl kullandığı da bize çocuk hakkında ipuçları verir. Örneğin ; içe kapanık, çekingen, ürkek bir çocuk kağıdın küçük bir kısmını kullanarak, figürleri de çok küçük çizebilir ya da duygularını kontrol etmekte güçlük çeken bir çocuk tüm kağıda yayılarak çizimini tamamlayabilir.

Birlikte Resim Yapın

Anne ve babalar çocuklarına resim ile ilgili birkaç taktik öğretip, onlara yardımcı olabilirler. Birlikte resim yapma faaliyeti çocuk için eğlenceli, aynı zamanda geliştirici bir faaliyettir. Ancak, çocuğa resmini tamamlarken müdahale etmemek gerekmektedir, bu şekilde çocuk dış dünyadan algıladıklarını kendi algılarıyla birleştirerek 'kendi' ürününü ortaya koyacaktır. Anne ve babalar çocuklarına ancak motive etmek ve öğretmek amaçlı küçük yardımlarda bulunmalıdır. Çocuk çizdiği resmi anlatmak isterse anne ve babalar onu yorumsuz dinlemelidir. Çünkü şu unutulmamalıdır ki; resim çocuğu anlama ve tanımada [oyun](#) kadar önemli bir araçtır.

Çocukların Renk Tercihleri

Çocukların renk tercihleriyle ilgili olarak yapılan bir araştırmaya göre erkek çocuklar kırmızı, kızlar ise pembeyi tercih etmiş. Doç. Dr. Erol Burdurlu ile araştırma görevlileri Cankız Elibol ve Yılmaz Kılıç tarafından gerçekleştirilen araştırmada, oyuncağın beğenilmesi ve oynanmasında renk önemli bir faktör olduğuna dikkat

çekilmiş.

Pembenin dışında mavi, sarı ve kırmızı kız çocuklar tarafından en fazla tercih edilen diğer renkler olurken, erkeklerde ise mavi, mor ve sarı renkler alternatif olarak öne çıkmış. Kızlar tarafından hiç tercih edilmeyen renk siyah olurken, erkek çocukların en az tercih ettiği renk ise turuncu olmuş. Turuncu ayrıca ortak tercihler arasında da en son sırada yer almış.

Kaynak:www.bebek.com