



KAYRAM

Aylık Popüler Rehberlik Dergisi

ŞUBAT

2011



İÇİNDEKİLER

HERKESTEN AYRI BİR DÜNYA

3

OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİN ÖNEMİ

8

*ALIŞVERİŞ OLGUSUNUN PSİKOLOJİK
DİNAMİKLERİ VE ONYOMANI*

11

BİR ÖYKÜ: KÜÇÜK İSTAVRİTİN ÖYKÜSÜ

14

**OKULDA ŞİDDET
OKULA GİDEN ÖĞRENCİLERLE İLGİLİ
POTANSİYEL TEHLİKE İŞARETLERİ**

15





Herkesten Ayrı Bir Dünya

Derya Hanım ve Mehmet Bey, çok istedikleri bebeklerine, Murat'larına nihayet kavuşmuşlardı. Murat, son derece sağlıklı bir bebektir. Gerçi, kucağa alındığı zaman huzursuzlaşıyor, uzun süre hiç sesi çıkmadan yatağında yatıyordu, ama bunlar çok da önemsenecek şeyler değildi. Murat'ın adını 'Taş Bebek' koymuşlardı.

Murat, yaşında yürümeye başlamıştı, ancak konuşmaya pek niyeti yoktu galiba. İlgilenmediği şeyler, televizyondaki müzik programları ve reklâmlardı. Uzun uzun gazetelere bakıyor, elindeki ipi ise hiçbir zaman bırakmıyordu. Murat'ın yemekle de arası iyi değildi, sadece beyaz peynir yiyor ve süt içiyordu. Yaşıtları, artık konuşmaya başlamışlar, ancak Murat bu konuda hiçbir ilerleme kaydetmemişti. Aslında, bir şeyleri isimlendirmek ya da anlatmak onun hiç ilgisini çekmiyordu. Eve gelen gidenlerle, diğer çocuklarla da hiç ilgili değildi. Sadece istediği bir şey yapılmadığında çığlık çığlığa ağlıyor, ellerini ısırıyor, başını yerlere

vuruyordu. Anne ve babasının büyük bir hevesle aldığı oyuncakları sadece sıra sıra diziyo, sonra da onları gözünü kısıp değişik açılardan izliyordu.

Murat, üç yaşına geldiğinde yaşıtlarıyla arasındaki fark gitgide belirgin hale gelmeye başlamıştı. Sonunda ailesi, Murat'ı bir uzmana götürdü. Murat ve ailesiyle görüşen psikolog, çocuğun yoğun bir iletişim kurma zorluğu yaşadığını ve bunun 'otizm' olarak adlandırıldığını belirtti.

Derya Hanım ve Mehmet Bey, duyduklarına inanmak istemediler. Oğulları için hep en iyisini yapmaya çalışmışlar, hiçbir şeyini eksik etmemişlerdi. Psikolog yanılıyor olmalıydı. Ama bir taraftan da söylediği şeyler çok mantıklıydı. Önerdiği şey, özel eğitimi ve bunun çok uzun bir süreye yayılacağını söylemişti. Derya Hanım ve Mehmet Bey kendi kendilerine 'Bunu hak edecek ne yaptık?' diye düşündüler... Geceler boyu ağladılar... Ellerine geçen her türlü yayını okudular... Eşlerine dostlarına yavaş yavaş bu konudan bahsetmeye başladılar... Murat'la her gün yoğun olarak ilgilenmeye başladılar...

En sonunda Murat için bir özel eğitim programına başlamaya karar verdiler... Oğulları için çok üzülmekle birlikte, onun eğitim sayesinde aldığı yol onları mutlu etti, morallerini düzeltti...

Otizm, sosyal ve iletişim becerilerinin oluşmasını etkileyen bir gelişim bozukluğudur, yaşamın ilk üç yılında ortaya çıkar. Kişinin; düşüncelerinin, duygularının ve arzularının, dünyayı kendi algılayış biçimine göre belirlenmesidir. Bireyin iç gerçekliği, dış gerçeklikle bağdaşmaz. Kelime anlamı olarak "kendine dönük" anlamına gelen otizm ilk defa 1943 yılında Amerikalı psikiyatrist Leo KANNER tarafından tanımlanmıştır.

Çocuklar genellikle hareketli, enerjik, kendilerine özgü hayal dünyaları olan, cana yakın ve sevgiyi alıp iletebilen varlıklardır. Çocukların hayal dünyalarının zenginliği bazen bizleri hayretler içinde bırakabilir. Ancak çevresinde olup bitenlere tepkisiz, iletişim kurmak istemeyen, kendi dünyasıyla yaşamak isteyen dış dünya ile bağlarını koparmış çocuklarda vardır. Bu çocuklara otistik çocuklar denir. Otistik çocuklar daha bebeklik dönemlerinden itibaren birtakım davranışlarıyla etrafındaki akranlarından kolayca ayırt edilebilirler. Kolay kolay gülmeyenler, etraflarında kimse yokmuş gibi davranırlar, göz teması kurmazlar, yetişkinlerin kullandıkları jest ve mimikler onlar için bir anlam ifade etmez.



Yeni doğan her bebek yaşamın ilk zamanlarında otistik belirtiler gösterir ancak 1.5–2 aylık dönemden sonra sosyal iletişim tepkisi sayılabilecek tepkiler verirler (gülümseme, sese tepki verme, agulama vb). Oysa otistik çocuklar bu döneme uzunca bir süre ve çoğunlukla yaşamlarının önemli bir kısmında geçemezler. Otistik çocuklar bebeklikte normal sayılan bu dönemi aşamaz ve dışı açılmazlar. Otistik çocukların büyük bir kısmında farklı seviyelerde zeka geriliği görülse de, zeka seviyeleri normal olan otistik çocuklar da vardır. Ancak genel zeka seviyeleri ne olursa olsun, Otistik çocuklar çevrelerindeki dünyayı algılamakta ortak bir zorluk çekerler

OTİZMİN SEBEPLERİ

Otizmin sebepleri konusunda pek çok görüş sunulmaktaysa da kesin sebebi henüz tespit edilememiştir. Otizme yol açan bir sebepten ziyade birçok sebep olduğu görüşü artık kabul edilmektedir. Genetik, nörolojik, psikiyatrik ve metabolizmaya ilgili pek çok faktör otizme zemin hazırlamaktadır.



Yapılan araştırmalar otizmin en önemli sebebinin genetik kaynaklı faktörler olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle kardeşler ve ikizler üzerinde yapılan araştırmalar bu bozukluğun daha çok genetik kaynaklı olduğunu düşündürmektedir. Otistik çocuğun ailesindeki gecikmiş dil ve konuşma bozuklukları, risk faktörünü arttırmaktadır. Ayrıca bir genetik hastalık olan Frajri x sendromu da otizme neden olabilen genetik risk faktörlerinden birisidir. Kardeşinde otizm olan bir bebeğin otistik olma ihtimali sağlıklı bir kardeşe sahip dolan bir bebeğin otistik olma ihtimalinden 50 kat daha fazladır. Otizm erkeklerde, kızlara oranla 4 kat daha fazla görülmektedir.

Hamilelik sırasında kullanılan ilaçlar ve riskli gebelik otizme kaynaklık edebilmektedir. Ayrıca hamilelik sırasında geçirilen hastalıklarda otizme yol açabilmektedir.

Uzun yıllar otoriter ve ilgisiz ana baba tutumlarının otizme yol açtığı düşünülmekteydi. Oysa yapılan son çalışmalar ana baba ile çocuk arasındaki iletişimin otizmi tetiklemeyeceğini ortaya çıkartmıştır. Otizm bir ruhsal hastalık da değildir. Otizimli çocuklar, böyle davranmayı seçmemiş, ele avuca sığmaz çocuklardır. Bunun yanı sıra, bugün hala otizme sebep olabilecek psikolojik faktörler bilinmemektedir.

Bazı çocuklardaki kan düzeylerindeki yükseklik ve beyin dalgalarındaki düzensizliğin otizme yol açtığı düşünülmektedir.

Türkiye'de otizmin sıklığı bilinmemektedir. Avrupa ve ABD'deki son çalışmalara göre toplumda bin kişiden birinde görüldüğü bildirilmektedir



OTİZMİN BELİRTİLERİ

Otistik çocuklar otizmim belirtisi olarak tanımlanabilecek özelliklerin hepsini birden göstermeyebilirler. Bu belirtilerin derecesi ve sıklığı kişiden kişiye değişebilmektedir.

Otizmin belirtilerini dil, iletişim, davranış ve aktiviteler ile sosyal beceriler adı altında 4 ana başlıkta sınıflandırabiliriz.

1.İletişim: Otistik çocukların büyük kısmında uygun iletişim kurmada problemler vardır. Otistikler iletişim açısından genellikle şu davranışları sergilerler.

- ▶ Diğer çocuklarla iletişim kurmada zorluk
- ▶ Göz kontağı kurmaktan kaçınma
- ▶ Temastan ve kucağa alınmaktan hoşlanmama, anneye aşırı bağlanma ya da hiç bağ kuramama.
- ▶ Cevap vermek yerine kendisine söylenenleri tekrar etme
- ▶ İsmiyle çağırıldığında tepkisiz kalma ve cevap vermeme.
- ▶ Sözel olmayan normal dışı iletişim kurulma
- ▶ Etkileşim içinde olmaksızın yalnız kalma, kendisi için ilginç olan bir tür faaliyet içinde olma
- ▶ Sözel veya sözel olmayan (yüz ifadesi gibi) bir takım ifadelere tepki vermeme.



2.Dil: Otistik çocuklarda dil gelişiminde ciddi bir gerilik göze çarpmaktadır.

- ▶ Otistik çocukların yaklaşık yarısı konuşma becerisini hiçbir zaman geliştiremez. Konuşabilen çocuklar ise zamirleri karıştırır, kendisine "ben" yerine "sen" der, annesinden süt istediğinde "süt istiyor musun?" diyerek ister. Anında/gecikmeli ekolali görülür. Annesinin o anda söylediği "elini yıka" cümlesini monoton ve mekanik sesle tekrarlar. Annesi bir şeyler anlatmaya çalışırken daha önce duymuş olduğu "hayatın gerçek tadı" gibi ilgisiz bir reklam sloganını tekrarlayabilir
- ▶ Konuşmanın içeriği ve şeklinde normalden farklılık gösterirler
- ▶ Çoğunlukla konuşma gecikmesi (1 yaşında tek kelimeler, 2 yaşında 2 kelimelik cümlelerin olmaması) ya da hiç konuşmama.
- ▶ Ses tonları genellikle monotondur, "robot" veya mekanik ses tonu ile konuşabilirler.
- ▶ Kendilerinden "Ben" yerine "O" veya kendi ismiyle söz edebilirler. Örneğin "Ben süt içmek istiyorum" yerine "O süt içmek istiyor" gibi.
- ▶ Konuşmaları "papağan" gibi tekrarlayabilirler ya da bir cümleyi saatlerce aynı şekilde söyleyebilirler.
- ▶ Müziğe karşı çok ilgili olabilirler. Şarkı sözlerini ezberleyebilirler ancak konuşma dilini kullanmakta zorlanırlar.
- ▶ Çoğunlukla konuşmayı kendiliğinden başlatma ve sürdürmede zorlanırlar.
- ▶ Konuşan otistikler bile, daha çok ihtiyaçlarını ifade etmek için konuşurlar. Ya da ilgilendikleri konularla ilgili tekrarlayıcı bir konuşmaları söz konusudur.



3.Davranış Ve Aktiviteler:Otistiklerin çevrelerindeki bireylerden kolaylıkla ayırt edilebilecek tipik davranış kalıpları vardır.

- ▶ Yaşıtlarının oynadığı oyuncaklar ilgilerini çekmez
- ▶ Dönen objelere ilgi duyarlar; araba tekerleği, tence-re kapağı, çamaşır makinesi, topaç gibi
- ▶ Yumuşak ve tüylü objelere elleyemezler veya bunlardan çekinirler; tüylü oyuncaklar, hamur ve parmak boyası gibi
- ▶ Yinelenen davranışları vardır; kendi etrafında dönme, sallanma, zıplama, kuş gibi kanat çırpma ve aynı sözleri tekrarlama gibi
- ▶ Tehlikelerin farkına varmakta zorlanırlar
- ▶ Nedensiz ağlar, bağırır veya çılgık atarlar
- ▶ Tuhaf davranışlar sergileyebilirler; elleriyle göğsüne vurma, parmağını veya elini sallama, oynatma, elini ısırma veya kendine zarar verme gibi
- ▶ El ve parmaklarını çok iyi kullanamazlar
- ▶ Çevrelerindeki değişime fazla tepki gösterirler; eve gelen yabancılar, yeni bir bakıcı, mekan değişimleri gibi
- ▶ Bazı eşyalara aşırı tutkun olabilirler. Örneğin gazoz kapakları, deterjan kutuları, cep telefonları, elektrik kabloları gibi
- ▶ Bazıları eşyaları tatma ve koklama yoluyla tanımayı seçebilirler. Her türlü şeyi koklayabilirler veya ağızlarına götürülebilirler.
- ▶ Otistik çocukların bazı yetenekleri arasında büyük uçurumlar olabilir. Motor gelişimde yaşına uygun hatta yaşının üstünde birtakım beceriler gösterebilirken, sosyal gelişimde ancak çok ufak bir çocuğun sosyal becerilerine sahip olabilir.
- ▶ Bütün bunların yanı sıra Otistik çocuklarda yeme bozuklukları, öfke nöbetleri, duyu sorunları ve saldırganca davranışlarda görülmektedir.

4.Sosyal Beceriler:Otistiklerin sosyal beceriler edinme ve bunları kullanma becerileri son derece zayıftır.Sosyal beceriler açısından şu özellikleri gösterirler.

- ▶ Sosyal ilişki kurmakta güçlük çekerler
- ▶ İnsanlara karşı ilgisizdirler
- ▶ Yaşıtlarıyla oynamakta ve oyun kurmakta yetersizdirler
- ▶ Taklit becerileri yoktur
- ▶ Sosyal ortamlarda rahatsız olurlar• Büyük mağaza, çarşı vb. kalabalık ortamlardan uzak kalmak isterler
- ▶ Sosyal kurallara uymakta güçlük çekerler
- ▶ Genellikle 7-8 ay civarında "ce-e" oyununa tepki vermezler.
- ▶ Genellikle 1 yaş civarında "bay- bay" yapmayı öğrenemezler ya da farklı biçimde ve çok daha geç taklit ederler.
- ▶ Donuk yüz ifadeleri vardır
- ▶ Evcilik, hırsız-polis gibi taklide dayalı oyunları çoğunlukla oynayamazlar.
- ▶ İnsanları bir "eşya" gibi kullanabilirler.(Örneğin istedikleri şeyleri annelerinin elini tutarak işaret ederler ve istendiği verildikten sonra da yanlarında kimse yokmuş gibi davranabilirler)
- ▶ Genelde ilk bebeklik dönemlerinden itibaren normal çocuklarda görülen gülümsemeye karşılık verme, bu çocuklarda görülmez veya seyrek olur. Bazen anlamsız gülümsemeleri olabilir.



ÜSTÜN YETENEK GÖSTEREN OTİSTİKLER

Üstün yetenek gösteren otistikler tüm Otistik grubun %10 unu oluşturmaktadır. Bu grup daha çok beceriye dayalı, soyutlama yetisi gerektirmeyen alanlarda üstün beceriler göstermektedirler. Matematik, müzik, resim ve mekanik türü alanlarda üstün özellikler sergilemelerinin yanı sıra kendi kendine okuma yazma becerilerini de erken yaşlarda edinmektedirler. Üstün yetenekli otistikler 2-3 yaşında okumayı öğrenebilmekte ancak okuduklarından anlam çıkaramamaktadırlar. Ayrıca bu çocuklarda hiperaktivite de çok görülen bir durumdur. Üstün yeteneğe sahip otistiklerin bu özellikleri tespit edilerek onların daha iyi ve gelişimlerini destekleyici eğitimlere yönlendirilmeleri mümkün olabilir.

OTİSTİK ÇOCUKLARIN EĞİTİMİ VE TEDAVİSİ

Otizm erken tanı ve teşhis edildiğinde ilerleme kaydedilebilecek bir gelişimsel bozukluktur. Beyin gelişiminin en hızlı olduğu 0-2 yaş arasında tedaviye başlanırsa çocuğun ileride yaşlarıyla aynı eğitimden faydalanması, kendi öz bakım ihtiyaçlarını kendisinin karşılaması için gerekli zihinsel ve sosyal alt yapı oluşturulmuş olacaktır.

Daha önce yapılan çalışmalarda, erken tanı ve tedavi ile otistiklerin çok azının tedavi edilip eğitime alınabileceği öngörülmektedir. Ancak son yıllarda yapılan çalışmalar, erken eğitim ve tedavinin bireyi özel eğitime daha az ihtiyaç duyar ve kendi kendine yetebilir hale getirdiğini göstermiştir. Uygun tedavi ve eğitimle otizmin belirtilerinin büyük bir kısmı tedaviye cevap vermektedir.

Otistik çocukların tedavisi ile özel eğitimine başlanmadan önce ailenin çocukla ilgilenen sağlık ekibi ve özel eğitim uzmanı tarafından yeterince bilgilendirilmesi gerekmektedir. Bazı yanlış inanışlar, ailelerin çok erken dönemlerde çocuklarından büyük beklentiler içerisine girmesine yol açmakta, bu da aileleri uzun vadede psikolojik ve toplumsal bir baskıyla karşı karşıya bırakmaktadır. Otistiklerin tedavisinde aile ile bilinçli bir işbirliği şarttır.

Henüz otizmin belli bir tedavisi bulunamamıştır. Ancak eğitimle tedavi edilebilirler. Davranış bazlı tedaviler, çocuğun ilgi alanına yönelik metotlar, aile ve personel eğitimi ve diğerleri... Çeşitli tedaviler mümkündür. Davranış Analizi, İşitsel Terapi, Diyet, Deneme Yanılma yoluyla eğitim, İlaçlar, Müzik Terapisi, Duyusal bütünleme terapisi, Konuşma/Telaffuz Terapisi ve Algısal (görüş) Terapi gibi terapiler kullanılmaktadır. Araştırmalar göstermiştir ki kişiye özel, kişisel ihtiyaçlara göre düzenlenmiş bir özel eğitim programına otistikler iyi cevap verirler. Zor durumlardan ağır etkilenmiş otistikler katı disiplinli eğitim, davranış programı, bire-bir öğretmen-öğrenci yöntemi veya küçük grup çevresi ile eğitilebilirler. Bu akademik eğitim desteğine ilave olarak, otistiklerin yaşam yeteneklerinin öğretilmesine de gereksinimleri vardır. Caddeyi emniyetle geçme, basit ufak alış-verişler yapma, gerektiğinde yardım isteme, öğrenilme ihtiyacı olan kritik yeteneklerdir.

Otistiklerin tedavi ve eğitimlerinde çocuk doktorları, çocuk psikologları, çocuk psikiyatristleri, çocuk gelişimciler, özel eğitim öğretmenleri ve nörologlar işbirliği içinde çalışmaktadırlar. Ülkemizde Otistik çocukların eğitim ve rehabilitasyon ihtiyaçlarını karşılamak için Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı 15 tane Otistik Çocuklar Eğitim merkezi ve bazı devlet okullarında otistikler özel eğitim alt sınıfları, ve özel eğitim okulları bulunmaktadır. Ayrıca bu çocukların eğitimi SHÇEK 'e bağlı özel eğitim rehabilitasyon merkezlerinde de yapılabilmektedir.

Değişen ve gelişen tedavi ve eğitim olanaklarıyla Otistik çocuklarında artık toplumsal hayata katılması sağlanmaktadır. Unutulmamalıdır ki böyle çocukları saklamak, eğitim ve tedaviden mahrum bırakmak, onların kendilerini değiştirmeleri ve topluma uyum sağlamaları yönünde yapılabilecek en büyük yanıltır. Hangi özelliğe sahip olursa olsun bütün özürsüz bireylerin insanca yaşama ve insani haklarını kullanma hakkı olduğunu unutmadan, Otistik çocuklarımıza yardım eli uzatmalı, onlara kendilerini ifade etme şansı tanınmalıdır.





OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİN ÖNEMİ

Okul öncesi eğitim neden önemlidir?

Okul öncesi eğitimin çocuklar, aileler ve toplum açısından birçok faydası vardır. 0-6 yaş arası kapsayan erken çocukluk dönemi çocuğun en hızlı geliştiği dönemdir. Beyin yapısı ve fonksiyonlarının gelişiminin üçte ikilik bölümü 0-4 yaş arasında tamamlanmaktadır. Erken çocukluk dönemindeki deneyimler beynin çalışma biçimi için belirleyicidir. Yapılan çalışmalar okul öncesi eğitim alan çocuklarda okula devam oranlarının ve okul başarısının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Okul öncesi eğitim sosyal ve duygusal gelişimi destekleyerek, yetişkinlik döneminde de kişilerin daha üretici ve verimli olmalarını ve sahip oldukları potansiyeli tam olarak kullanmalarını sağlar

Çocukların gelişim özellikleri, bireysel farklılıkları ve yetenekleri göz önüne alan, sağlıklı bir biçimde fiziksel, duygusal, dil, sosyal ve zihinsel yönden gelişmelerini sağlayan, olumlu kişilik temellerinin atıldığı, yaratıcı yönlerinin ortaya çıkarıldığı, çocukların kendilerine güven duymalarının sağlandığı, ebeveyn ve eğitimcilerin etkin olduğu kaliteli bir okul öncesi eğitim programına katılan çocukların diğer çocuklara kıyasla gelecekte okul başarıları daha yüksek, sosyal ve duygusal, sözel, zihinsel ve fiziksel gelişim açısından daha yetkin olduklarını araştırmalar göstermiştir.

Okul öncesi eğitimin yararlarını kısaca şu şekilde sayabiliriz:

- Çocukların zeka puanlarında yükselme
- Sınıfta kalma ve okul eğitiminden ayrılma oranlarında düşme
- Çocukların beslenme ve sağlık durumunda iyileşme
- Sosyal ve duygusal davranış gelişiminin daha ileri olması
- Daha olumlu ebeveyn-çocuk ilişkisi



Bu yüzden bu dönemde çocuğun zihinsel ve bedensel olarak yeterli beslenmesi ve etkileşimde bulunabildiği, onun gelişimini destekleyen bir ortamda bulunması gerekmektedir. Erken çocukluk eğitimi insan gelişiminin başlangıç noktasıdır. Okul öncesi eğitim, çocukların ve ülkemiz insanının uzun vadede daha üretken, daha yaratıcı, sorun çözmede daha yetkin olmasını sağlar.

Okul öncesi eğitim çocuğu ilköğretime hazırlar mı?

İlköğretime hazır olmanın şartlarından biri çocuğun kendi yaşına uygun zihinsel gelişim düzeyine erişmesidir. Buna paralel olarak ilkokula başlayacak her çocuğun bazı temel becerileri kazanmış olması şarttır. Okul öncesi eğitim bu becerilerin kazanılmasında önemli bir rol oynar.

Okul öncesi eğitimin okula hazır olmayı sağlama açısından kazandırdığı becerileri şöyle özetleyebiliriz:

Sosyal olarak, çocuklar oyuncakları paylaşmanın yanında yetişkinin ilgisini, yiyecekleri paylaşmayı ve karşılıklı konuşmayı öğrenirler. Ayrıca yaşitlarıyla çatışmaları ve ilişkilerde ortaya çıkan sorunları çözümlenmeyi ve kendini nasıl ve ne zaman koruyacağını ve diğer çocukların hakkına saygı göstermeyi de öğrenirler. Bütün bunlar çocuğun ileriki yaşamında ortaya çıkan tüm sorunları çözmeye yardımcı olacak problem çözme becerilerinin artmasını sağlar.



Duygusal olarak, kendi işlerini kendisi yapması, sorunları kendisinin halletmesi ve bazı kararları kendisinin vermesi sayesinde kendine güveni yükselir. Anne-babadan ayrı kalabileceğini ve onların bulunmadığı zamanlarda da kendisine bakabileceğini görmek çocuğun öz güven ve bağımsızlık duygularını artırdığı gibi, kendi kendini avutma ve oyalama becerilerinin gelişmesine yardımcı olur. Ayrıca toplu yaşamın gerektirdiği sınırlara ve kurallara uymayı da anaokulunda öğrenirler.

Fiziksel olarak kesme, yapıştırma, boyama, kalem kullanma gibi faaliyetlerin düzenli olarak yapılması sonucu ince motor becerileri gelişir. Ayrıca koşma, zıplama, fırlatma, tırmanma gibi kaba motor fonksiyonlarını da kullanır ve geliştirir.



Zihinsel olarak, nesneleri eşleştirme, sınıflandırma, ölçme, gözlem yapma ve fikirler üretme gibi matematik ve bilim becerilerini kazanır. Canlandırma, taklit ve hayali oyunlar sayesinde hayal gücü gelişir. Arkadaşları ve öğretmenleri ile konuşmak dil becerilerini geliştirir. Kitapları incelemek, boyama ve çizimler yapmak, arkadaşlarına mektup yazmak gibi faaliyetler de erken okuma ve yazma yetilerinin gelişmesine yardımcı olur. Ayrıca anaokulundaki faaliyetlerin dikkat ve konsantrasyon gerektirmesi çocuğun beyninin bu fonksiyonlarının gelişimine katkıda bulunur. Dikkat eksikliği sorunu ve öğrenme güçlüğü olan çocukların erken farkedilmesi ve okula başlamadan gerekli önlemlerin alınmasını sağlar. Tüm bunlar da okula hazır olması ve okul başarısı açısından önem taşır.



Okul öncesi eğitime başlamak için en uygun yaş nedir?

Okul öncesi eğitim için hazır olma yaşı her çocuk için aynı değildir. Genel olarak ana okuluna başlama yaşının 2-4 yaş arası olduğunu söyleyebiliriz. Gelişimsel olarak bazı çocuklar 2 yaşında, bazı çocuklar da 3-4 yaşında ana okuluna başlamak için hazır olabilmektedir. Annenin çalışması nedeniyle daha önceden anneden ayrı kalmaya alışık olan, ihtiyaçlarını konuşarak veya başka biçimlerde ifade edebilen, basit komutları izleyebilen, yürüme ve koşma gibi kaba motor fonksiyonları gelişmiş olan çocuklar hangi yaşta olurlarsa olsunlar, anaokuluna başlayabilirler. Konuşma, yeme, hırçınlık, saldırganlık, büyüklerden ayrılamama, aşırı hareketlilik gibi sorunları olan çocukların anaokuluna gitmeleri de özellikle tavsiye edilebilmektedir.



Okul öncesi eğitimde çocuklar ne tip becerileri kazanır?

Çocuklar okul öncesi eğitim ile sosyal, duygusal fiziksel ve zihinsel birçok beceri kazanır ve geliştirirler. Sosyal olarak paylaşmayı, sıra beklemeyi, kurallara uymayı, karşılıklı konuşmayı, oyun kurmayı, yaşlıları ile çıkan çatışmaları çözmeyi, kendini korumayı ve diğer çocukların haklarına saygı göstermeyi öğrenir. Yemek, uyku, tuvalet gibi özbakım becerilerini kazanmak, anne-babadan ayrı kalmak duygusal gelişimine katkıda bulunarak kendine güvenini artırır. Anaokullarındaki kesme, yapıştırma, boyama, kalem kullanma gibi faaliyetlerin düzenli olarak yapılması ise çocukların ince motor becerilerini geliştirir. Ayrıca koşma, zıplama, fırlatma, tırmanma gibi faaliyetlerle de kaba motor fonksiyonlarını kullanır ve geliştirir.

Anaokulundaki nesnelere eşleştirme, sınıflandırma, ölçme, gözlem yapma ve fikirler üretme gibi çeşitli faaliyetler çocuğun matematik ve bilim becerilerinin gelişmesini sağlar. Canlandırma, taklit ve hayali oyunlar sayesinde hayal gücü gelişir.

Arkadaşları ve öğretmenleri ile konuşmak dil becerilerini geliştirir. Kitapları incelemek, boyama ve çizimler yapmak, arkadaşlarına mektup yazmak gibi faaliyetler de dikkat ve konsantrasyonun artmasına ve erken okuma ve yazma yetilerinin gelişmesine yardımcı olur. Anaokulu çocuğun yaratıcı yönlerini ve ilgi alanlarını ortaya çıkarmak açısından da önem taşır.

Kaynak: www.aile.org.tr



ALIŞVERİŞ OLGUSUNUN PSİKOLOJİK DİNAMİKLERİ VE ONYOMANI



CEO Paco Underhill der ki; “Eğer mağazalara sadece birşey satın almaya ihtiyacımız olduğunda girseydik ve girdiğimizde de yalnızca almaya ihtiyacımız olan ve almayı planladığımız şeyi almakla kalsaydık, ekonomi çökerdi!”

Satın almak ve sahip olmak; bazen temel yaşamsal ihtiyaçların karşılanmasında işlevsel bir araç olduğu gibi bazen de güç, güven, haz ve doyum elde etmek için ortaya çıkan bir davranış da olabilir.

Satın almak ve sahip olmak; geçici de olsa insanları rahatlatan, tatmin eden ve güçlü hissettiren, insanlara güven ve haz veren bir olgudur. Evrimsel ve içgüdüsel kökenlerine inildiğinde, avcılık ve toplayıcılığın insanların en eski hayatta kalma yöntemi olduğu bilinmekte; ve satın alma davranışının da sembolik olarak hayatta kalma, yedeklere ve stoklara sahip olma ve dolayısıyla da üstün ve güçlü

olma ihtiyacını karşılama yollarından biri olarak ortaya çıktığı dikkat çeker.

Alışveriş ve tüketim çılgınlığının, zaman zaman bir hastalık olarak kabul edilmesi çok yeni olmakla birlikte; onyomani (oniomania) olarak anılan, alışveriş bağımlılığı, aşırı alışveriş yapma arzusu ve takıntılı satın alma ve para harcama bozukluğu olarak anlam bulan bu olgu, özellikle son 10 yıldır literatürde derinlemesine tartışılan ve araştırılan bir konudur.

Onyomani ne demektir ?

Onyomani; alışveriş bağımlılığı ya da takıntılı alışveriş davranışı olarak tanımlanabilir. Çoğu zaman ihtiyaç dışı ve kontrolsüz bir şekilde para harcama, aşırı alışveriş yapma arzusu, alışverişi ve para harcama ile yoğun zihinsel meşguliyet şeklinde gözlemlenir. Kişi ağırlıklı olarak kızgın, üzgün ya da kaygılı hissettiğinde alışveriş yapma ihtiyacı ve arzusu sergiler; alışveriş sırasında keyif, zevk ve coşku; alışverişin kısa süre sonrasında da geçici bir rahatlık, haz ve doyum hissederken; uzun vadede suçluluk, utanç ve sıkıntı hisleri belirginleşmeye başlar. Bir süre sonra, harcanan paranın miktarının ve yapılan alışverişin başlı başına kişinin hayatı için bir problem yaratmaya başlaması ile durum patolojik bir kısır döngü haline gelir. Kişi, hayatındaki insanlarla ve yakınlarıyla para ve harcamalar konusunda tartışmalar ve çatışmalar yaşamaya başlar. Alışverişin tutarı ve alınanların miktarı konusunda yakın çevresine yalanlar söylemeye başlar; yanında



kredi kartları olmadan kendini “eksik”, “yarım” hatta “kaybolmuş” gibi hisseder... Onyomani, zaman içinde, kişinin özel, ailevi ve sosyal hayatında ilişkisel çatışmalara zemin hazırladığı gibi, mesleki ve maddi problemlere de neden olur. Çoğunlukla, depresyon, kaygı bozuklukları ya da bastırılmış öfke ve saldırganlık duyguları ile paralel olarak ortaya çıktığı gözlemlenir. Onyomani, teorik ve psikodinamik olarak diğer bağımlılıklarla paralellikler taşır; alkol, ilaç ya da uyuşturucu madde bağımlılıklarından ya da yeme bozukluklarından çok da farklı değildir.

Pazarlama, reklam ve alışveriş sektörlerinde kullanılan psikolojik teknikler ve taktikler ;

Ekonominin bel kemiğini oluşturan perakende satış, pazarlama ve reklâm endüstrisi; insanların daha fazla satın alması ve daha fazla para harcaması için ciddi bir mesai verir ! İnsanların dikkatini ve ilgisini çekmek, akıllarında kalmak, alışveriş merkezlerinde ya da mağazalarda geçirdikleri zamanı arttırabilmek ve nihayetinde de daha fazla para harcamaları, daha fazla mal ve hizmet satın almaları için bilimsel temellere dayanan birçok teknik ve taktik kullanırlar!

Bunları biliyor muydunuz ?

Bir perakende satış mağazasının iş yapış yapmayacağını değerlendiren ve optimum potansiyel ile tasarlanmasına yardımcı olan çalışma sahasına “perakende satış antropolojisi” denir... Alışveriş merkezlerinin, mağazaların, tanıtım stantlarının ve ürün reyonlarının tasarlanmasında mimarlar ve endüstri tasarımcıları kadar psikologlar da aktif rol alır. Psikolojinin bu sahası “bilişsel ergonomi” olarak adlandırılır; temel olarak, insanların nasıl algıladığı, nasıl düşündüğü ve nasıl davrandığı konusundaki dinamikler üzerinde çalışır...

Araştırmalara göre ;

1. İnsanların çoğu sağ ellerini kullanırlar ve bir alışveriş merkezine girdikleri zaman da sağ tarafa yönelirler; bu nedenle büyük ve kar marjı yüksek mağazaların çoğu koridorun ya da katın sağ tarafında yer alır...
2. Tüm reklâm, tanıtım ve promosyonlarda, olabildiğince beş duyunun (görme, işitme, dokunma, tat ve koku) tamamına ya da en azından çoğuna hitap edebilecek uyaranlar kullanılmasına özen gösterilir.
3. Temel tüketim ürünleri (ekmek, süt, kuru gıdalar, kişisel bakım ve hijyen ürünleri gibi), genellikle market alanının tam ortasında bir yerlere yerleştirilir ki, nokta atışı olarak alışveriş yapan insanlar bile oraya ulaşana kadar en uzun yolu kat etsin ve diğer reyon ya da diğer mağazaların önünden de mutlaka geçsinler... Giyim mağazalarında, soyunma kabinlerinin mağazanın en sonunda yer almasının da sebebi aynıdır; yol üstünde başka reyonların ve başka ürünlerin önünden mecburen geçerken, dikkatinizi çekmek, aklınızı çelmek amacı güdülür...
4. Market sepetlerinin ya da arabalarının ebatları büyük tutulur; bu da bir göz ve algı yanılgısı yaratır; sepetin önemli bir bölümünün boş kalması, insana ”az alışveriş yaptığı” ve ”daha fazla alışveriş yapabileceği” yanılsamasını yaşatır...



5. Çok katlı alışveriş merkezlerinde, yürüyen merdivenler genellikle en hâkim noktaya kurulur; inerken ya da çıkarken, alanın büyük bölümünü geniş bir açıyla görebileceğiniz bir biçimde konuşlandırılır. Ve iki yürüyen merdiven arasında mutlaka, uzun mesafe bırakılır ki, sadece katlar arasında ilerlemeye çalışırken bile insanlar maksimum mesafe yürüyüp, maksimum sayıda mağazayı ve reyonu görebilsinler...
6. Aynalar! Aynalar, dikkatinizi çeker, sizi yavaşlatır, yürüme hızınız düşer böylelikle içerde maksimum zaman geçirmenizi sağlar...
7. Promosyonlara süre koymak ("son 2 gün", "son 10 dakika" gibi) ve geri sayımın altını çizmek, insanları "fırsatı kaçırmamalıyım" yanılsamasına sokar ve acele satın alım kararı verilmesini hızlandırır...
8. En pahalı ürünler kapının girişine yakın reyonlara yerleştirilirken en ucuz ürünler mağazanın en sonuna yerleştirilir; bu da bir algı yanılsaması yaratır. Kişi ilk gördüğü fiyatlarla, sonra gördüklerini karşılaştırınca, "uygun" ve "ucuz" olduğuna kanaat getirmesi ve satın alması kolaylaşır...
9. Cevabı "evet-hayır" olan sorular sormak da yine bir satışçı taktiğidir; "Yanında patates kızartması ister misiniz?" ya da "Mönünüz büyük seçim olsun mu?" İstatistikler gösteriyor ki insanların yüzde 52'si bu sorulara "Evet" yanıtını veriyor !

Kaynaklar :

Allen, D.; "Retail Business Miracles: Science and Psychology"

Bechdel, J.; "Obsessive Compulsive Disorder"

Engs, R.; "How can I manage compulsive shopping and spending addiction; shopoholism"

Krakovsky, M.; "Buying Happiness"

Lash, J.; "Why We Buy: The Science of Shopping"

Tarko, V.; "The psychology of shopping"

Underhill, P.; "Why we buy?"

Alıntı yapılan yer: <http://www.serapaltekin.com/AlisverisPsikoloji.php>



KÜÇÜK İSTAVRİTİN ÖYKÜSÜ

**Küçük istavrit, yiyecek bir şey sanıp
hızla atıldı çapariye
önce müthiş bir acı duydu dudağında
gümbür gümbür oldu yüreği
sonra hızla çekildi yukarıya...**

**Aslında hep merak etmişti
denizlerin üstünü
neye benzerdi acep gökyüzü.
Bir yanda büyük bir merak
biryanda ölüm korkusu.
"Dudağı yarıklar " denir,
şanslıdır onlar, hani
görüpte gökyüzünü , insanı
oltadan son anda kurtulanlar.**



**Ne çare balıkçının parmakları
hoyratça kavradı onu
küçük istavrit anladı yolun sonu.
Koca denizlere sığmazdı yüreği.
Oysa, şimdi yüzerken
küçücük yeşil leğende,
ansız uzanıvermiş dostlarına
değiuyordu minik yüzgeci.**

**İnsanlar gelip geçtiler önünden
bir kedi yalanarak baktı gözünün içine
yavaşça karardı dünya,
başı da dönüyordu.**

**İşte tam o anda eğilip aldım onu.
Yürüdüm deniz kenarına
bir öpücük kondurdum başına,
iki damla gözyaşından ibaret sade
bir törenle, saldım denizin sularına.
Bir an öylece bakakaldı
Sonra sevinçle dibe daldı.**

**Gitti tüm kederimi söküp atarak,
teşekkürü de ihmal etmemişti.
Bir kaç değerli pulunu
Elime, avuçlarıma bırakarak.**

**Balıkçı ve kedi şaşkın baktılar yü-
züme.
Sorar gibiydiler, neden yaptın bunu
niye?**

*" Bir gün dedim, bulursam
kendimi
yeşil leğendeki
küçük istavrit kadar çaresiz,
Son ana kadar
hep bir umudum olsun diye... "*



OKULDA ŞİDDET

OKULA GİDEN ÖĞRENCİLERLE İLGİLİ POTANSİYEL TEHLİKE İŞARETLERİ

- Dikkat ve konsantrasyon sorunlarının olması
- Okulda veya okul dışında sürekli kavga etmesi
- Hayal kırıklıkları, eleştiriler ve alaylara yoğun öfke patlamaları, suçlamalar veya intikam temalı davranışlarda bulunması
- Televizyonda çok sayıda şiddet içerikli program izlemesi
- Az sayıda arkadaş sahibi olması ve olumsuz davranışları yüzünden arkadaşları tarafından dışlanması
- Saldırgan, kural tanımaz olarak bilinen çocuklarla arkadaşlık kurması
- Başkalarının duygu ve düşüncelerine duyarız kılması
- Hayvanlara kötü davranması
- Kendini çok çabuk engellenmiş hissetmesi
- Otoriteye sürekli karşı çıkması
- Okulda başarısız olması ve ders asma davranışının sıklığı
- Çetelere, kavgalara katılması, hırsızlık vb davranışlarda bulunması
- Alkol ya da uçuucu madde kullanımı
- Eğer çocuklarınızda veya öğrencilerinizde bu tür özellikleri taşıyanlar varsa mutlaka rehber öğretmen veya ilgili birimlerle temasa geçin.



ÖĞRETMENE VE İDARECİYE ÖNERİLER

- Okuldaki herkesin okulu sahipleneceği ve orada kalmaktan hoşlanacağı bir ortam yaratılmalıdır. Okuldaki herkese okulun önemli bir parçası oldukları hissettirilmelidir.
- Okulda güvenli bir ortamın oluşturulmasında okulu paylaşan herkese görev düşmektedir. Ancak bu işin iyi organize edilmesi için sorumluluğun tek elde toplanması en doğru yaklaşımdır. Bu yüzden bunu en iyi yürütecek olan da müdürdür. Başta idareciler olmak üzere tüm görevliler okula öğrencilerden önce gelmelidir.
- Okul yöneticileri, öğretmenler ve ailelerle işbirliği yapmalıdır. Güvenli bir okul ortamı oluşturmak sadece idarecilerin başarabileceği bir iş değildir. Velilere okulun güvenliliğinin önemi anlatılmalı bu konudaki sorumluluklarını yerine getirmeye istek duymaları sağlanmalıdır. Özellikle okul çevresinde oturan velilerin olağandışı bir durum gördüklerinde okul ile iletişim kurmaları konusunda teşvik edilmelidir.
- Okulda görevli yetişkinlere çocukların gözetim ve denetiminin nasıl yapılacağı konusunda belli aralıklarla hizmet içi eğitim verilmesi gerekir. Bu eğitimlerde kavga çıkmaması için veya kavga çıkarsa buna müdahale edilmesi için neler yapılabileceği üzerinde durulabilir.
- Okulda öğrencilerin ilgisini çekebilecek ders dışı etkinliklerden oluşan bir sistem kurulmalıdır. Böylece boş zamanlarında olumsuz davranışlarda bulunmak yerine bu tür etkinliklerle uğraşabilirler.
- Öğrencilere doğru karar verme, sorumluluklarını bilen bir vatandaş olma ve çatışma çözme becerilerine sahip olma gibi yaşam becerileri, öğretim programlarıyla bütünleştirilerek kazandırılmalıdır.
- Saldırgan davranışın yerine yeni bir davranış koyma konusunda aile ile işbirliği yapılmalıdır. Aile ile irtibat kurularak çocuğun ilgi duyduğu alanlar tespit edilmeli ve okul içerisinde de kendisini o yönüyle ifade etmesi sağlanmalıdır.
- Okul güvenliğini sağlamak için okulun tüm mekan ve birimleri gözetim altında tutulmalıdır.
- Yapılan araştırmalar okuldaki sorunların büyük kısmını küçük bir azınlığın çıkardığını ortaya koymuştur. Okuldaki gözetim ve denetimler de bu gruba özel bir dikkat gösterilmesi olumsuz durumları engellemede yararlı olabilir.



- Okula girişler tek kapıdan yapılmalı ve her zaman deneyim ve gözetim altında tutulmalıdır.
 - Okula gelen ziyaretçilerin kaydı tutulmalı ve rastgele ziyaretçi giriş çıkışı olmamalıdır.
 - Okuldaki şiddet olayları ile ilgili düzenli kayıt sistemi kurulmalıdır. Böylece olaylar en çok nerede, hangi durumlarda ortaya çıkıyor ve bu olaylara en çok kim karışıyor gibi sorulara cevap bulunarak ona göre önlemler alınabilir.
 - Öğrencilerin kendi güvenliklerini sağlamada aktif bir rol üstlenmeleri sağlanabilir.
 - Okulda krize müdahale ekipleri oluşturulmalı ve gerekli müdahale planları önceden hazırlanmalıdır.
 - Öğrencilerin hangi durumlarda nasıl davranmaları gerektiğine ilişkin bilgiler içeren kılavuzlar hazırlanmalıdır.
- Okulun güvenliğini arttırmak için polis, itfaiye, acil servis gibi birimlere hemen ulaşılacak bir sistem hazırlanmalıdır.

KAYNAK

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

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

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

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

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

