

ŞUBAT
2022

Sayı 1



İZMİR
İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

Öz Bakış

Özel Eğitim ve Rehberlik Dergisi

YENİ NORMAL
Psikolojik
Sağlamlık

İÇİMİZDEKİ SES
Öz Şefkat

Sporun
Engel Tanımayan
Gücü

Salgın Sonrası
Çocuğun Okula Uyumunu

Salgın Sonrası
Psikososyal Destek
Çalışmaları

Rehberlik ve Araştırma Merkezi
PDR ve Özel Eğitim
Hizmetleri Bölümü
Görev ve İşlevleri



içindekiler

06

Psikolojik Sağlık

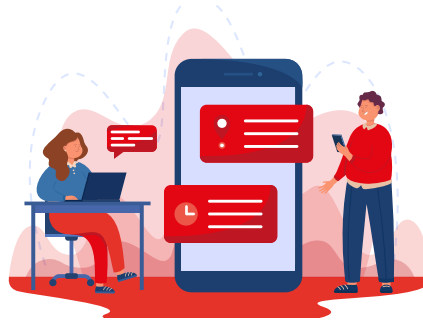
Yaşam sadece beklenmedik zamanlarda gelen güçlükleriyle değil; beklemediğimiz ve arzuladığımız değişimleriyle de bizi zorlar.



12

İçimizdeki Ses: Öz Şefkat

Hayatta hepimizin, bakış açılarımızı etkileyen, çerçevesi hangi şekil veya renkte olursa olsun taktığımız görünmez gözlüklerimiz vardır.



20

Dijital Dünyanın Salgın Sonrası Uygulamaları

24

Salgın Sürecinde Sosyal Becerilerin Güçlendirilmesi



16

Salgın Sonrası Çocuğun Okula Uyumu

30

Salgın Sonrası Okula Uyum Psikososyal Destek Çalışmaları

34

Okulumla Hayata Bağlanıyorum Projesi

İçindekiler

42

**Engelli Çocuk Sahibi Olan
Ailelerin Yaşamına
Kısa Bir Bakış**



54

**Oyunlarla
Büyüme**

Ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi güçlendiren aynı zamanda pekiştiren en önemli vakitlerden biri, çocukla ebeveyn arasında kurulan oyun oynama zamanlarıdır.

48

**Sporun
Engel Tanımayan
Gücü**



60

**Rehberlik ve Araştırma Merkezi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Hizmetleri Bölümü
Görev ve İşlevleri**



68

**Özel Eğitime
İhtiyacı Olan Öğrencilerle İlgili
Rehberlik ve
Araştırma Merkezi'ne
Yönlendirme
Basamakları**

64

**Rehberlik ve
Araştırma Merkezi
Özel Eğitim
Hizmetleri
Bölümü
Görev ve İşlevleri**



74

**Rehberlik ve Araştırma Merkezleri
İletişim Bilgileri**

Künye



İzmir İl Millî Eğitim Müdürlüğü Adına Sahibi
Dr. Murat Mücahit YENTÜR

Genel Yayın Yönetmeni

Şemsettin ÜNAL

Yayın Koordinatörü

Funda SEL

Yayın Kurulu

Ayşegül DOĞRU

Canan Gaye KÜÇÜKKILINÇ

Ezgi DEMİR

Fatih AYDIN

Güler KÖKSAL

Hasan DAĞ

Dr. Hüseyin GÜVEN

Melek ALKIŞ

Mustafa ÜNVER

Sevinç AYDIN

Şebnem TÜMER

Uğur MALÇOK

Yelda ATAN

Görsel Tasarım

Tayfun YILMAZ

Son Okuma

Gülfıdan UĞUR

Yayın Türü

Altı Aylık Süreli Yayın

Yayın Tarihi

Şubat 2022

İletişim

Fevzipaşa Mh. 452 Sk. No: 15 Kemeraltı Katlı
Otopark Arkası Konak / İZMİR

www.izmir.meb.gov.tr

0232 280 35 00

İzmir ili bünyesindeki
Tüm Rehberlik ve Araştırma Merkezleri Müdürlerimize
destek ve katkılarından dolayı teşekkür ederiz.

Dergideki yazıların fikrî sorumluluğu yazarlarına aittir.
ÖZ BAKIŞ, İzmir İl Millî Eğitim Müdürlüğü süreli yayın organıdır.
Dergide yayımlanan yazı, konu, fotoğraf ve diğer görsellerin her hakkı saklıdır.





Özel Eğitim ve Psikolojik Danışmanlık \ Rehberlik alanlarında ilimizde yapılan çalışmaları, yazılan makaleleri, iyi uygulama örneklerini ve projeleri eğitimcilerimize, velilerimize sunmak ve bilgilendirici içerikler oluşturmak istedik.

Bu amaçla İl Millî Eğitim Müdürlüğümüz bünyesinde çalışmalarını sürdüren Özel Eğitim ve Rehberlik dergisi yayın hazırlama komisyon üyelerimizin gayreti, 13 Rehberlik ve Araştırma Merkezimizin katkısı ile hazırlanan "Öz Bakış" Özel Eğitim ve Rehberlik Dergimizin 2022 yılında yayın hayatına başlayacak olmasının mutluluğunu yaşıyoruz.

Gücünü pırıl pırıl gençlerimizin heyecanından alan Müdürlüğümüz, bilimsel ve eğitimsel gelişimini her alanda devam ettiriyor.

Covid-19 salgını sebebiyle, evlerimiz yetişkinler için çalışma alanına, çocuklarımız için okul ortamına dönüşmüştür.

Bir süre okullarından ayrı kalan çocuklarımızın okula dönüş vakti geldiğinde sosyal becerilerini sergilemekte zorlandıkları görülmüştür.

Bu sebeple dergimizin ilk sayısında "**Salgın Hastalık Sonrası Yeni Normale Uyum**" konusunun ana temayı oluşturmasının isabetli olacağını düşündük.

Dergimizde ayrıca;

- Yeni Normal ile Rehberlik Uygulamaları,
- 2021 yılı içerisinde yapılmış araştırma ve projelerimize,
- Psikolojik Danışmanlık \ Rehberlik ve Özel eğitim ile ilgili detaylı bilgilere,
- Rehberlik ve Araştırma Merkezlerimizin çalışma sistemi ve bir bireyin Rehberlik ve Araştırma Merkezi'nden destek alabilmek için nasıl başvuru yapabileceğine,
- Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinin detaylı kurum bilgilerine değindik.

İnsanı merkeze aldığımız eğitim sürecinde; tüm fertlerimizin öncelikle temel yaşam becerilerini geliştirmeyi, sonrasında spordan sanata, teknolojiyen iş dünyasına varıncaya kadar topluma yarar sağlayacak nitelikte bireyler yetiştirmeyi hedefliyoruz.

Modern eğitimin çok önemli bir parçası haline gelen Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleriyle sosyal, duygusal, akademik gelişimleri desteklenen ve kendilerini daha iyi tanıyan neslimizle geleceğe umutla bakıyoruz.

"Öz Bakış" dergimizin hazırlanmasında üstün gayret gösteren Özel Eğitim ve Rehberlik dergisi yayın hazırlama komisyonu öğretmenlerimize ve paydaşlarımıza teşekkür eder, keyifli okumalar dilerim.

Dr. Murat Mücahit YENTÜR
İl Millî Eğitim Müdürü



Psikolojik Sağlamlık

Nedir? / Nelerden Etkilenir? / Okul Ortamında Nasıl Desteklenir?

Güler KÖKSAL / Uzman Psikolojik Danışman
Bayraklı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

65

Ormanın en güçlü meşesi, fırtınadan korunan ve güneşten saklanan meşe değildir. Rüzgârlara, yağmurlara ve kavurucu güneşe karşı varlığını sürdürme mücadelesi vermek adına açıkta durandır.

Napoleon Hill

79

Yaşam sadece beklenmedik zamanlarda gelen güçlükleriyle değil; beklediğimiz ve arzuladığımız değişimleriyle de bizi zorlar.

Okula gitmek için heyecanlanan, günler öncesinden eşyalarını hazırlayan bir çocuk için okul yaşantısı ya da çocuk sahibi

olmayı çok isteyen bir yetişkin için ebeveynlik zorlayıcı olabilmektedir.

Arzuladığımız yaşantılar bile bazen stres yaratıcı olabilirken; hayatın içinde hiç beklemediğimiz, kaçındığımız deneyimler bizleri nasıl etkiler? Sağlık problemleri, ekonomik sıkıntılar, doğal felaketler, salgın

hastalıklar davetsizce hayatımıza girdiğinde ruh sağlığımız nasıl etkilenir?

Bu sorulara tüm bireyleri kapsayan bir yanıt vermek mümkün değildir. Bireylerin zorlanma dereceleri, uyum sağlama süreci ve başa çıkma mekanizmaları birbirinden farklıdır.

Yaşadığı zorluklara rağmen günlük hayatındaki uyumunu bir süre sonra yeniden sağlayan, hatta güç koşullara rağmen önemli başarılar elde eden bireyleri birçoğumuz tanımışızdır. Bu kişilerin yaşamlarında var olan güçlüklerle rağmen, hayatlarıyla ilgili olumlu sonuçlar elde edebilmeleri, psikolojik sağlık kavramıyla açıklanmaktadır. Psikolojik sağlık; önemli değişim, olumsuzluk veya

risklerle karşılaşıldığında bireyin başarılı bir şekilde bunlarla başa çıkabilme yeterliği veya kapasitesi olarak tanımlanmıştır (Arslan&Balkıs; 2016).

Psikolojik sağlık yaşamın zorlu mücadelesinde psikolojik olarak sağlıklı kalabilmenin en önemli koruyucu faktörlerinden biridir (Yelpaze, 2019)

Bu yazıda psikolojik sağlamlığı güçlü bireylerin özellikleri,

psikolojik sağlamlığın risk, koruyucu faktör ve olumlu sonuç bileşenlerine sırayla yer verilecektir.

Son olarak çocuk ve ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının korunmasında ve güçlendirilmesinde okulların rolü tartışılacaktır.

Psikolojik Sağlamlığı Güçlü Bireylerin Özellikleri

Psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin özelliklerini inceleyen araştırmalar bu kişilerin stres verici büyük olayların ve riskli durumların karşısında duygusal veya fiziksel bozukluk yaşamadan bu gibi durumların üstesinden gelebildiğini ortaya koymuştur (Sipahioğlu, 2008).

Bu kişiler etkili iletişim kurmada başarılı, öz saygı düzeyi, duygularını denetleme ve farkına varma becerileri yüksek, yeni durumlara hızlı uyum sağlayabilme yeteneğine sahip, kaygı ve engellenmelere karşı direnme güçleri son derece yüksek olan kimselerdir (Kunter; 2020).

Psikolojik sağlamlığı yüksek bireyler, kendi duygusal tepkilerinin ve çevrelerindeki kişilerin davranışlarının farkındadırlar. Ayrıca duyguları yönetebilmek, kendi kontrolünü koruma ve problem çözme konusunda başarılıdırlar.

(Grupta & Kumar, 2015; Akt: Peker &Gündüz, 2016).

Yukarıda özetlenen çalışmalar psikolojik sağlamlığın yaşamdaki zorluklarla başa çıkmaya kaynaklık oluşturan bir ruhsal özellik olduğunu vurgulamaktadır.

Psikolojik sağlık kavramından bahsedebilmemiz için; risk faktörü, koruyucu faktör ve olumlu sonuç elde etme bileşenlerinin var olması gerekmektedir.



Psikolojik Sağlamlık Risk Faktörleri

Risk faktörleri, “olumsuz bir durumun ortaya çıkma olasılığını arttıracak ya da olası bir problemin süregelmesine neden olacak etkiler” (Kirby ve Fraser, 1997, s.10-11) olarak tanımlanmaktadır. Risk faktörleri, genetik, biyolojik, sosyokültürel ve demografik koşulları ya da özellikleri içerebilir (Gizir, 2007).

Akar (2018), bu faktörleri aşağıdaki şekilde özetlemiştir.

- **Aile ile İlgili Risk Faktörleri:** Aile içi şiddet, ailede psikiyatrik ya da fiziksel hastalıklar olması, suç işlemiş ya da madde kullanan ebeveynlere sahip olma, boşanma, sosyal destek yetersizliği, yoksulluk, aile içi çatışma düzeyidir.
- **Sosyal Risk Faktörleri:** Dışlanma, kültürel ayrımcılık, göç, depresyon.
- **Bireysel Risk Faktörleri:** Kronik hastalıklar, ruhsal problemler, olumsuz yaşam olaylarıdır.
- **Okulla İlgili Risk Faktörleri:** Okul başarısının düşük olması, zorbalığa maruz kalma, öğretmen desteğinin yetersiz olmasıdır.

Psikolojik Sağlamlığı Koruyucu Faktörler

Bireyin yaşamındaki risk faktörlerinin olumsuz etkisini hafifleten unsurlar; bireysel, ailevi ve çevresel özellikleridir.

Akar (2018) bu konuda gerçekleştirilen araştırma sonuçlarından yola çıkarak koruyucu faktörleri; olumlu mizaç, özdenetim, okul başarısı, akran desteği, mizah, empati becerisi, en az bir yetişkinle kurulan duygusal bağ, sebatkarlık, aile desteği, artistik, sportif yeterlilik, olumlu prososyal davranışlar, öğretmen desteği, iyimserlik ve bilişsel esneklik olarak özetlemektedir.

Bu faktörlerden, en az bir yetişkinle kurulan duygusal bağ, diğer koruyucu faktörlerin yokluğunda dahi psikolojik sağlamlığı korumada etkili olan en önemli faktör olarak bulunmuştur.

Olumlu Sonuç

Kişinin sahip olduğu risk faktörlerinin zorlayıcı etkisiyle sahip olduğu koruyucu faktörler sayesinde başa çıkabilmesidir.

Bu bazen birçok risk faktörüne rağmen okula devam edebilme gibi günlük hayat fonksiyonlarını sürdürebilmeyle ilgiliyken; bazen zorluklara rağmen önemli başarılar elde etme şeklinde ortaya çıkabilir.

Çocuk ve Ergenlerin Psikolojik Sağlamlığının Güçlendirilmesinde Okulun Rolü

Psikolojik sağlamlığımızı zorlayan risk faktörlerinin yaşantımızdaki etkilerini hafifleten koruyucu faktörleri, okul doğası gereği içerisinde barındırmaktadır. Öğrenciler aile ortamında sarsılan özsaygısını olumlu okul yaşantıları, sosyal ilişkiler ile güçlendirme fırsatına sahip olabilmektedir. Bunun yanı sıra tek bir yetişkinle kurulan anlamlı psikolojik bağın bile psikolojik sağlamlıkta en önemli koruyucu faktör olması, öğretmen ile kurulan ilişkinin çocuğun hayatındaki önemini ortaya koymaktadır.

Okul yaşantısı aynı zamanda bireyin psikolojik sağlamlığı üzerinde zorlayıcı etkileri olan akran zorbalığı, dışlanma ve akademik yetersizlikler gibi risk faktörlerini de içerebilmektedir. Öğrencileri sadece sahip olduğu akademik becerilerle değil,

kişiliği, sanatsal, sportif yeterliliklerine göre bütüncül olarak görebilen ve onlara güçlü yanlarını fark ettirebilen okullar öğrencilerin benlik saygısına olumlu destek olurlar. Ailede çok sayıda risk faktörüne sahip olup, koruyucu faktörleri az olan çocuk ve ergenler için okul güçlü yönlerini inşa edebilecekleri tek yer olabilir.

Duyguları tanıma ve düzenleme, stresle başa çıkma, iletişim becerileri ve bilişsel esneklik becerileri psikolojik sağlamlığı güçlendiren bireysel özelliklerdir. Bu bireysel özellikler hayat boyu geliştirilmeye açıktır.

Bu özellikler sadece psikolojik danışmanlar tarafından psiko-eğitim programlarıyla değil, okul yaşantısının içindeki günlük deneyimler aracılığıyla da güçlendirilmeye açıktır

Okul ve sınıf iklimimiz psikolojik sağlamlığı güçlendirme açısından hangi ögelere sahiptir?

Öğretmenler ve okul yöneticileri olarak aşağıdaki soruları kendimize yöneltmek faydalı olacaktır:

- Öğrencilerim psikolojik sağlamlıklarıyla ilgili hangi risk ve koruyucu faktörlere sahiptir?
- Öğrenciler arasında yaşanan gerginliklerin sınıf/okul ortamında ele alınış biçimi onların iletişim becerileri ve empati duygularını geliştirmeye katkıda bulunmakta mıdır? Yoksa anlık olarak sorunun ortadan kalkmasına mı hizmet etmektedir?
- Sınıf/okul ortamında öğrencilerin olayların nedenlerine ve problemlerin çözümüne ilişkin alternatifleri değerlendirmesine yönelik, bilişsel esnekliği geliştirici neler yapılmaktadır?
- Sınıf/okul ortamı duyguların konuşulabildiği bir yer midir?
- Sınıf/okul ortamı akademik başarısı yetersiz olan çocuklara benlik saygısını güçlendirme, olumlu yanlarını fark ettirme konusunda ne tür destekler sunabilmektedir?
- Psikolojik sağlamlık açısından hem risk hem de koruyucu faktör de olabilen aile yaşantılarını daha sağlıklı hale getirme konusunda ebeveynlere ne tür destekler sunulmaktadır?
- Bir öğretmen olarak psikolojik sağlamlığınızı güçlü tutan koruyucu faktörler nelerdir?
- Okul yönetimi öğretmenlerin koruyucu faktörlerini güçlendirmek adına ne tür destekler sunmaktadır?

Verdığınız yanıtlar kendinizi değil, öğrencileriniz için sınıf/okul ortamını değerlendirme amacını taşımaktadır. Olumsuz yanıtlar yetersizlik duygusundan ziyade değişim için küçük adımlar atmaya yöneltiyorsa işlevseldir.

Şüphesiz sihirli değneklerimiz yok. Ama her birimiz değerinin hayatında küçük de olsa koruyucu ve destekleyici etkide bulunabilecek önemli bir kaynağız.

Aile, öğrenci, öğretmen, okul yönetimi ve diğer çalışanlardan oluşan paydaşlardan her birinin okul sistemini psikolojik sağlık açısından güçlendirmek için yapabileceklerini ekip ruhuyla gerçekleştirmesi, okulun bir sistem olarak da verimliliğini artıracaktır.

Kendimize, öğrencilerimize ve çevremize iyi gelebilmek umudunu güçlü tutarak güçlenmek dileğiyle...

KAYNAKÇA

1. Akar, A. (2018). Psikolojik sağlık programının ergenlerin psikolojik sağlık düzeyine etkisi (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
2. Akgün, Ü. & Baş, A. (2020). Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcıları olarak güvengelik ve mizah tarzları, 20.03.2021 tarihinde <https://atif.sobiad.com/index.jsp?modul=makale-detay&Alan=sosyal&Id=8zCMtncBu-adCBSEFi-0> adresinden alındı
3. Arslan, G. & Balkis, M. (2016). Ergenlerde duygusal istismar, problem davranışlar, öz-yeterlik ve psikolojik sağlık arasındaki ilişki, 10.01.2021 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/pub/suje/issue/20641/220107> adresinden alındı
4. Durak, İ. (2021). Psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide özyeterliğin aracı etkisi, 01.04.2021 tarihinde <https://dergipark.org.tr/en/pub/esosder/issue/59802/816639> adresinden alındı
5. Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması, 10.02.2021 tarihinde <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/200204> adresinden alındı.
6. Kaya, F., Peker, A. & Gündüz, B. (2016) Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının eğitim stresi açısından incelenmesi, 10.04.2021 tarihinde https://www.researchgate.net/publication/312935079_Ortaokul_Ogrencilerinin_Psikolojik_Saglamliginin_Egitim_Stresi_Acisindan_Incelenmesi
7. Kunter, N. (2020). Covid-19 günlerinde bireylerin psikolojik sağlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi, 05.03.2021 tarihinde <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ibad/issue/56382/805481> adresinden alındı.
8. Sipahioğlu, Ö. (2008). Farklı risk gruplarındaki ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
9. Öztürk, H. (2019). Üniversite öğrencilerinde duyguların düzenleme stratejileri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi, 19.12.2020 tarihinde <http://openaccess.hku.edu.tr/xmlui/handle/20.500.11782/1928> adresinden alınmıştır.

İçimizdeki Ses: Öz Şefkât

Melek ALKIŞ / Psikolojik Danışman
Buca Umurbey Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Hayatta hepimizin, bakış açılarımızı etkileyen, çerçevesi hangi şekil veya renkte olursa olsun taktığımız görünmez gözlüklerimiz vardır. Bu gözlüklerle deneyimlerimize bazen olumlu bazen ise olumsuz açılarla bakarız. Söz konusu bakış açımız, baktığımız yönde ne gördüğümüzü etkileyen önemli yargılama tavrımızdır.

Cok sevdiğiniz yakın bir arkadaşınızın zor bir dönemden geçtiği zamanı düşünün. O, deneyimlediği ve başa çıkmakta güçlük çektiği bu zor süreci atlatırken siz bu anın hangi parçasında yer alıyordunuz?

Ona ne kadar destek oldunuz? Belki size ihtiyacı olduğu bu dönemde onun iyi hissetmesi için kullandığınız dili yumuşattınız ve yaşadığı olaylara daha olumlu, yapıcı yaklaştınız. Belki de sadece sessizce yanında durdunuz ve onun ihtiyaç duyduğu desteği sarılarak vererek rahatlamasını sağladınız.

Şimdi durumu tersine çevirelim ve diyelim ki o durumu yaşayan kişi arkadaşınız değil de sizdiniz. Kendinize de benzer cümleleri söyleyebilir miydiniz? Ya da şöyle diyelim kendinize karşı da aynı şefkat, aynı nezaketle yaklaşabilir miydiniz? Onunla konuşurken yumuşattığınız, alçalttığınız sesinizi kendinize karşı da bu kadar samimiyet ve kabul edicilikle duyurabilir miydiniz?

Bazı zamanlar çevremizdeki insanlara o kadar odaklanıyoruz ki kendimizi dinlemeyi, neye ihtiyacımız olduğunu unutabiliyoruz. Diğer insanlara

değer vermek, yardım etmek, onlarla ilgilenmek, önemseydiğimiz anlamına gelir fakat bunu yaparken bazen kendimizi görmezden gelebiliyoruz.



Başkalarına memnuniyetle sunduğumuz şefkatin aynısını kendimize göstermemiz pek çoğumuz için zor bir durum haline gelebiliyor. Oysa ki bizi zorlayan duygularla sıkı bir mücadele içine girmek yerine, kendi acımıza tanıklık edebilir ve ona sevgi ve anlayışla yaklaşabiliriz.

(Germer,2018)



Budizm'de şefkat, zaman zaman kendimiz de aynı durumdan muzdarip veya hiç deneyimlememiş olsak da, başkalarının acı çekmekten ve acının sebeplerinden kurtulmasını dilemektir.

Her ne kadar başkalarına karşı nazik, duyarlı ve sevecen olarak yaklaşmaya özen göstermeye çalışsak da bazen kendimize karşı aynı özeni gösteremiyor hatta çoğu zaman kendimize karşı daha yıkıcı ve sert olabilmekteyiz.

Şefkat, başkalarının duygularını takdir etmeyi, yargılarımızı bir kenara bırakarak kusurların insan hayatının doğal bir parçası olduğunu karşımızdakilere anımsatmayı içerir.

Neff (2003)'e göre birey kendi acısının farkına vararak bu acısıyla yüzleşmeye başladığında kendisine karşı daha duyarlı olmaya başlar.

Bireyin başarısızlıkları ve yetersizliklerini anlayışla karşılaması, bu yaşadığı sancılı süreci hayatın bir parçası olarak görmesini öz şefkat olarak açıklar. Öz şefkat dediğimiz şey, sevdiğimiz bir kişiyle

nasıl ilgileniyorsak, kendimizle de aynı şekilde ilgilenmemiz gerektiğinin farkında olmamızdır. Kişinin kendi yaşadığı olumsuz deneyimlerine, başkalarına karşı gösterdiği anlayış kadar duyarlı olmasını, bu deneyimlerden doğan acıyı azaltma istekliliğini ve kendisine sevecenlikle yaklaşmasını içerir (Kıcalı,2015).

Bireyin kendisine şefkat göstermesinin, kendine acıdığı, bencil, tembel veya güçsüz olduğu anlamına gelmediğini bilmesi önemli bir konudur (Kıcalı, 2015; Kuzu, 2018; Neff, 2003; Yağbasanlar, 2017). Çünkü aslında öz şefkat, kendine acımanın panzehri, hayatta karşılaştığımız zor durumlara karşı cesaretimizi ve dayanıklılığımızı arttıran güçlü bir kaynaktır. Kendine acıyan birey acılarına karşı katı ve sert bir tutum geliştirir.



Yaşadığı olumsuz durumlar karşısında "sorun yalnızca benim, sorunlarımla başa çıkamıyorum, hepsi benim yüzümden, kendi hatam" gibi kendine yönelik suçlayıcı ve eleştirel bir tavır takınır.

Kendine yönelik algısı "zavallı ben" olurken, öz şefkatli bireyde "hayat herkes için zor, yaşadığım bu deneyimde kendime nasıl destek olabilirim, neye ihtiyacım var?" düşüncesi yer alır.



Öz şefkat geliştiren bireylerin, olumsuzlukları içselleştirmedeği aksine onlar hakkında bilinçlendiği ve kendilerini bu yönlerde geliştirmeyi tercih ettikleri görülmektedir.

Acı çekmenin ve kusurları olmanın insan yaşamının kaçınılmaz bir yanı olduğunu bilmekte, yaşanan sorunların tüm insanlar tarafından yaşanabilir olduğunu, yani kendine özgü olmadığını kabul edebilmektedirler. Böylece kendi deneyimlerini daha büyük bir perspektife koyma eğiliminde olabilmektedirler.

(Neff, Hsieh ve Dejitterat, 2005; Sarıcaoğlu ve Arslan, 2019; Selvil Çarmıklı, 2019; Bayar ve Dost, 2018)



Öz-şefkat düzeyleri yüksek bireylerin amaçlarına ulaşmak için kendilerini yeterli buldukları ve kendilerini motive ettikleri, yanlışlar yapmaktan daha az korktukları, bu doğrultuda gerekli sorumluluğu almaya hazır oldukları söylenebilir. (İskender, 2009; Kuzu, 2018; Neff, 2003b).

Olumsuz durumlar karşısında kendilerini iyileştirebilmenin yollarını ararken dışardan destek almaktan da çekinmezler (Bayar, 2016). Dolayısıyla öz şefkat düzeyi yüksek bireyler kendi zaaf ve başarısızlıklarını affedebilir ve bir insan olarak sahip olduğu sınırlılıkların farkında olarak kendine saygı duyabilmektedirler (Uyanık ve Çevik, 2020).

Ağlayan bir çocuğun, annesi onu düşüğü yerden kaldırıp kucağında sardığında dinmeye başlar ağrıyan yerin acısı. Birey kişilik yapısı ve benlik algısını şekillendirecek bu uzun maratonda ilk bağlantısı, sevgiyi, şefkati ve fedakârlığı anne ile deneyimler. Çevresinde bulunan ve hayatına giren insanlar da bu deneyime katkı sunar.

Bireyin yaşadığı başarısızlık, yetersizlik hissi karşısında kendisine gösterilen anlayış, destek, motivasyon ve yapıcı eleştiriler bir süre sonra zor zamanlarında içselleştirdiği sese dönüşür. Bu içsel ses, kendisiyle dostça ve şefkatli bir diyalog geliştirebilmesini sağlayarak öz şefkatinin temellerini oluşturur.

İnsanların kendilerine karşı öz şefkatle yaklaşmaları her ne kadar farklılıklar gösterse de Germer ve Neff (2020)'e göre öz şefkat öğrenilebilir ve geliştirilebilir bir beceridir.

Çocuklarına iyi bir gelecek sağlamaya çalışan anne ve babalar, çocukların öğrenme serüvenine rehberlik eden öğretmenler, yoğun bir tempoyla çalışan doktorlar, öğrenciler, hangi yaşta, hangi mevkide veya statüde olduğumuz fark etmeksizin bu beceriyi kazanabilmemizin yolu hissettiğimiz duygusal acının çıkardığı sesi fark etmek, bu duygusal acıdan kaçınmak yerine kendimize karşı açık, yargısız, sevecen, kabullenici ve hoşgörülü olmakla başlar. Hata yaptığınızda sizi acımasızca eleştiren sese değil, daha nazik ve yumuşak tonda sizi destekleyen sese kulak verin.



**İçinize ektiğiniz tohum
ancak sulamaya başladığınız zaman
yeşerir.**



KAYNAKÇA

1. Bayar, Ö. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Öz-Şefkatin Yordayıcıları Olarak Bağlanma Tarzı Ve Algılanan Sosyal Destek. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara
2. Bayar, Ö., & Tuzgöl Dost, M. (2018). Üniversite öğrencilerinde öz-şefkatin yordayıcıları olarak bağlanma tarzı ve algılanan sosyal destek. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 33(3), 689-704. doi: 10.16986/HUJE.2017029306
3. Berzin, A., Lindén, M. ŞEFKAT NEDİR?. Erişim adresi <https://studybuddhism.com/tr/temel-noktalar/nedir/sefkat-nedir>
4. Çevik, O. & Kırmızı, C. (2020). Z Kuşağında Bilinçli Farkındalığın Öznel Mutluluğa Etkisi: Öz Şefkatin Aracı Rolü. Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (20), 183-202.
5. Germer, C. & Neff, K. D. (2019). Mindful Self-Compassion (MSC). In I. Itzvan (Ed.) The handbook of mindfulness-based programs: Every established intervention, from medicine to education (pp. 357-367). London: Routledge.
6. Kıcılı, Ü.Ö. (2015). Öz-şefkat ve tekrarlayıcı düşünmenin olumsuz duyguların ve depresyon ile ilişkilerinin incelenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
7. Kirkpatrick, K. L. (2005). Enhancing self-compassion using a Gestalt two-chair intervention (Doktora Tezi). The University of Texas, Austin
8. Neff, K. (2003a) Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. Self-Identity, 2:85-101.
9. Neff, K. (2003b) The development and validation of a scale to measure self-compassion. Self-Identity, 2:223-250.
10. Selvili, Z. Öz Şefkat Nedir?. Erişim adresi <https://www.zeynepselevili.com/tr/oz-sefkat>
11. Uyanık, N. & Çevik, Ö. (2020). Öz-Şefkat Gelişiminde Bilişsel Formülasyonun Rolü. International Journal of Current Approaches in Language, Education and Social Sciences, 2 (2), 660-674.
12. Vural Yüzbaşı, D. ve Künüröğlü, F. (2020). Öz-şefkat, sağlıklı yaşlanma ve öz-şefkate ilişkin müdahale programları. Nesne, 8(16), 143-157. DOI: 10.7816/nesne-08-16-10

YENİ NORMALE UYUM

Salgın Sonrası **Çocuğın** **Okula Uyumunu**

Adnan ÇELİK / Rehber Öğretmen
Torbalı Rehberlik ve Araştırma Merkezi



Covid 19 virüsü dünyada ortaya çıkmasından kısa bir süre sonra salgın olarak ilan edildi. Salgın ile birlikte birçok ülke için hayatın çoğu alanlarında birtakım önlemler alınması zorunlu hale geldi ve salgınla beraber tüm insanlık alışlagelmiş yaşantılarının dışında farklı bir yaşam tarzı sürdürmek zorunda kaldı.

Birçok ülke insanları için sosyallikten uzak bir yaşam, maske takma, sosyal mesafe kuralları gibi birçok uygulama getirildi.

Salgının hızlı yayılması ile beraber, yayılmayı durdurabilmek adına neredeyse tüm ülkelerde birer birer yüz yüze eğitime ara verilmeye başlandı. Yüz yüze eğitim sonrasında uzaktan eğitimle birlikte online bir dönem başladı. Böylelikle tüm eğitim kademelerinde online eğitim sürecine geçildi.

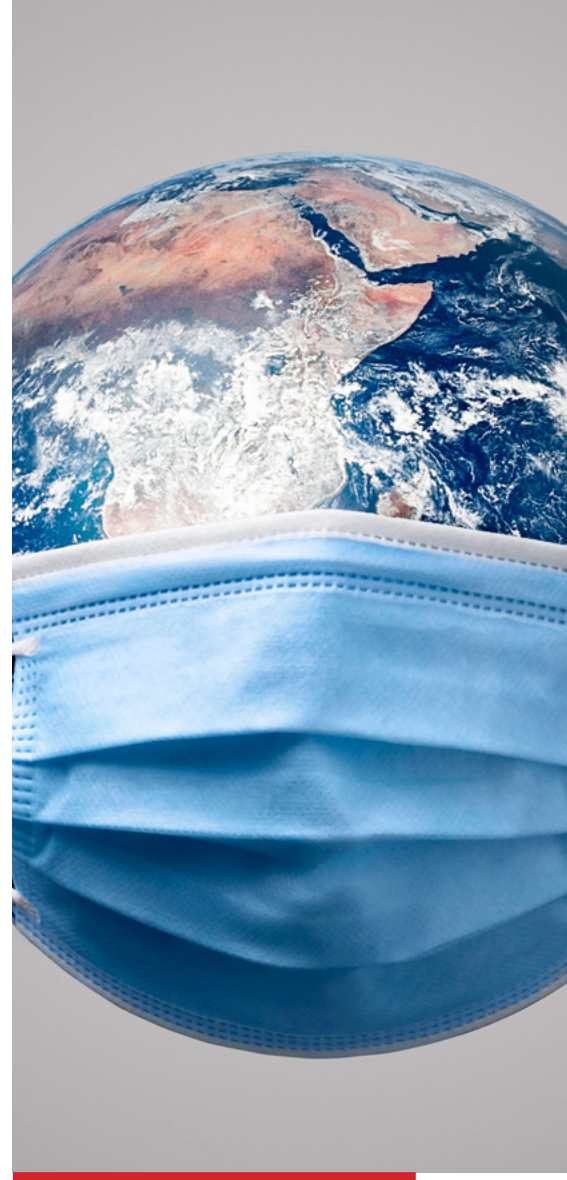
Teknolojiyi yüz yüze eğitimde etkin kullanan okul ve kurumlar uzaktan eğitimde de çocukların eğitimine önemli düzeyde olumlu katkılar sunmayı sürdürdüler.

Millî Eğitim Bakanlığı'nın 2021-2022 eğitim öğretim yılında yüz yüze eğitime yeniden başlanacağını duyurmasıyla birlikte, uzun süre okuldan uzak kalan öğrencilerin okula

uyum süreci ön plana çıkmaya başladı. Salgın döneminde öğrenciler okulların düzen ve kurallarından uzaklaştıkları gibi akranlarıyla birlikte okul dışı tüm aktivitelerden de mahrum kaldılar. Özellikle aylardır eğitimlerine evde devam eden çocuklarda okula dönme konusunda kendilerini gergin ve isteksiz hissedebildikleri için okula başlamaya yönelik, korku, kaygı, öfke, huzursuzluk durumları da görülebilir.

Her öğrenci okula yeniden dönüş konusunda farklı tepkiler gösterebilmekte, kimileri büyük bir özlem ve heyecanla okula dönmeyi beklerken, kimileri ise kaygılı olabilmektedir. Bu durum öğrencilerin okula uyum ve öğrenme süreçlerine olumsuz etki edebilecektir.

Salgın dönemi hem ebeveynler hem de çocuklar için oldukça zorlayıcı bir süreçti.



Bu süreçte veliler, "Okulda alınan önlemler çocuğum için yeterli mi?", "Çocuğuma okulda virüs bulaşır mı?" gibi sorularla yaşadığı belirsizlikler karşısında kaygılarını arttırmaktadırlar.



Tüm insanlığı etkisi altına alan Covid Salgını karşısında çocukların yakınma, ağlama, üzüntü, korku, vb. duygular hissetmeleri normaldir. Yaşanılan bu duyguların günlük yaşantımızı aksatmayacak düzeyde olması sağlıklı kararlar alınabilmesine katkı sunacaktır.

Salgın sonrasında yüz yüze eğitim öğretim dönemine öğrencilerin, öğretmenlerin, velilerin, eğitim ve öğretim ortamlarına alışması ve salgından önceki döneme geçilebilmesi birtakım soruları da

beraberinde getirmektedir. Bu sürecin başlarında bazı problemlerin yaşanması doğaldır.

Araştırmalar bireylerin uyum süreçlerinin yaşadıkları ortamlarda bulunmalarına bağlı olarak değişebildiğini göstermektedir. Bu durum öğrencilerin uzaktan eğitim sürecine alışabildiği gibi yeniden tüm eğitim kademelerinde de yüz yüze eğitim süreçlerine de alışabileceğini göstermektedir.



Salgın Sonrası Çocuğun Okula Uyumunu Konusunda Öneriler

Evde aileleri tarafından dinlenen çocuklar yaşadıkları zorluklar karşısında baş etme becerilerini daha etkin kullanabilmektedirler. Bu nedenle okul ortamında da çocukların duygularını anlatabileceği fırsatlar tanınmalı, yapılan aktiviteler aracılığıyla çocukların süreci normalleştirmeleri, birbirleriyle ilgili farkındalık kazanmalarını sağlaması açısından önemlidir.

Özellikle gerilim yaşayan çocuklara yardımcı olabilmek için kaygı, stres ve korkularının nedenini araştırmak ve sonrasında, çocukların kendilerini bu konularda rahatlıkla ifade etmelerinin sağlanması amaçlanmalıdır.

Sürecin normal olduğunu unutmadan çocuğunuzu dinlemek ve okulla ilgili onda neyin kaygı uyandırdığını anlamaya çalışmak oldukça önemlidir.



Çocukların kendilerine model aldıkları aile bireylerinin salgın sürecindeki tepkileri çocuklar için oldukça önemlidir. Çocuklar ebeveynlerinin söylediklerinden daha çok yaptıklarına dikkat ederler.

Çocuklar bilişsel gelişimleri doğrultusunda salgın sürecini kendi başlarına anlamlandıramayacakları için en yakınlarındaki ve güvendikleri aile üyelerini taklit ederek sürece uyum sağlamaya çalışacaklardır.

Çocukların okullarda uyması gereken hijyen, sosyal mesafe vb. konularında da aileler çocuklarına model olmalıdırlar. (Çaykuş ve Çaykuş, 2020)

Çocukların evde izole yaşamları sonrası okul süreci ile birlikte, sabah uyanma problemlerinin önlenmesi için akşam uyuma ve sabah uyanma saatlerinin belirlenmesi önemlidir.

Evde günlük yapılan işler için planlamaların yapılması çocukların okul kural ve ortamına daha kısa sürede uyum sağlayabilmelerine katkı sunacaktır.

Okulda yüz yüze eğitim için yapılan sağlık ve temizlik iyileştirmeleri ve okulun öğrencilerin sağlık ve güvenliğini sağlamak için hangi adımları attığını hususunda bilgiler alınması ailelerin endişelerinin azalmasına katkı sunabilecektir.

Çocukların sosyal durumları ve duygu durumları ele alındığında salgın sürecinde ortaya çıkan davranış ve duygu durumlarının



Çocukları okula yeniden adapte edebilmek için gerekli psikososyal desteğin sunulması sürecinde öğretmenlerin ve ailenin iş birliği halinde olması önemlidir.

ortaya çıkabilmesinde yaş düzeylerine göre resim yapma, şiir yazma, hikâye tamamlama gibi aktiviteler yapılabilir.

Çocuklarda ortaya çıkan bu durumların türü, yoğunluğu ve sıklığı ile ilgili öğretmenler ve aile üyeleri paylaşımlar yaparak gizlilik esasına dayalı olarak, çocuğun psikolojik sağlamlığını destekleyici paylaşımları olmalıdır. (Çaykuş ve Çaykuş, 2020)

Teknoloji kullanımının yoğunluğu konusunda sorun yaşayan öğrenciler için okul, sosyal yaşam, aile ilişkileri ve teknoloji kullanımı hususunda denge kurulması önemlidir.

Salgın sürecindeki belirsizliğin çocuklarda ortaya çıkardığı durumlara aile ve öğretmenlerin olağan dışı tepki vermekten kaçınmaları önemlidir. Çocukların

duygularına kulak verilmeli, yeniden okula başlama sürecinde çocukların farklı duygular geliştirebildiklerini unutmadan onların dinlenebilmesi önemlidir.

Çocukların duygu ve düşüncelerini ifade etmeleri yönünde teşvik edilerek, paylaşımlarını dinlemeye istekli olabilmek, okula uyum sürecine katkı sunabilecektir.

KAYNAKÇA

1. Çaykuş, E. T. & Çaykuş, T. M. (2020). Covid-19 pandemi sürecinde çocukların psikolojik dayanıklılığını güçlendirme yolları: Ailelere, öğretmenlere ve ruh sağlığı uzmanlarına öneriler. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7;(5), 95-113.

Dijital Dünyanın Salgın Sonrası Uygulamaları

Adnan Tahir GENÇYÜREK / Psikolojik Danışman
Gaziemir Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Dijitalleşen dünyanın ilk adımı 1950'li yıllarda ilk bilgisayarların bulunması olarak kabul edilebilir. Bilgisayarların hayatımıza girmesiyle birlikte birçok kavram ortaya çıkmış yeni alışkanlıklar hayatlarımıza girmiştir.

Dijital dünyanın asıl devrimi 1991 yılında geliştirilip 1998 yılında hayatımıza girerek evlerimizde de kullanmaya başladığımız World wide web (dünyayı saran ağ) yani internet ile gerçekleşmiştir.

İnternetin hayatımıza girmesi ile birlikte insanların bilgiye ulaşımı kolaylaşmıştır. İnternet ve internetin sayesinde bilgiye hızlı erişim birçok yeni sektörün doğmasına sebep olmuştur.

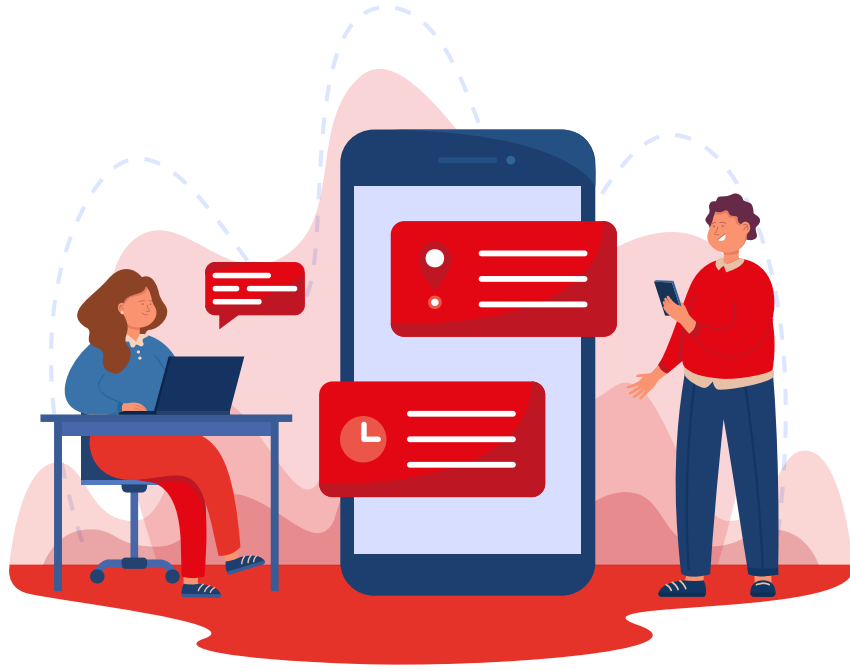
Günümüz itibariyle dünya genelinde yaklaşık olarak 2 milyardan fazla insan günlük işlerinin birçoğunu dijital ortam yardımıyla yürütmektedir. Dijital ağ bağlantısında ve kullanımında 2000'li yıllardan sonra önemli gelişmeler olduğu görülmüştür (<http://samsunakademi.meb.gov.tr/v2/index.php?id=265&op=haber>).



İnternet ve bilgisayarların birleşmesi ile zaman içerisinde hızlı bir şekilde teknolojik gelişmeler ardı ardına devam etmiştir. Dijital devrimin hızla ilerlemesi sonucu şuan geline nokta da birçok alışkanlığımız değişmiştir.

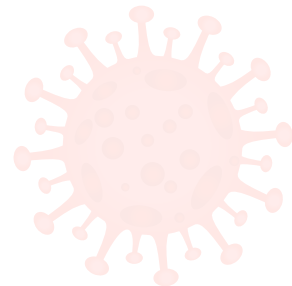
Devasa ve hantal bilgisayarlardan bilgiyi çok hızlı işleme gücüne sahip ve oldukça hafif taşınabilir bilgisayarlara, çevirmeli telefonlardan akıllı telefonlara, bilgiye ulaşmada çok yavaş olan internet hızlarından, çok büyük verileri dakikaları içinde indirme fırsatı veren internet hızlarına geçilmiştir.

Sürekli ilerleyen ve dinamik bir yapı içinde olan teknoloji tüm devrimlerde olduğu (Tarım, sanayi) gibi insan hayatını değiştirmektedir. İnsanoğlu bu gelişmelere çok hızlı bir şekilde uyum sağlamaktadır.



2019 yılı Aralık ayının başlarında ilk olarak Çin'in Wuhan kentinde görülen ve solunum yolu enfeksiyonuna sebep olan bulaşıcı bir hastalık ortaya çıkmıştır. Dünya Sağlık Örgütü virüsün neden olduğu hastalığı tanımlamak için COVID-19 terimini kullanmaktadır.

30 Ocak 2020'de COVID-19, Dünya Sağlık Örgütü tarafından küresel bir sağlık acil durumu ilan edilmiştir. 11 Mart 2020 tarihinde ise virüs pandemi, yani küresel salgın hastalık olarak ilan edilmiştir. (www.acibadem.com.tr)



Dünya sağlık örgütü tarafından salgın ilan edildikten sonra ülkelerin yönetimleri tarafından alınan kararlar insanların alışkanlıklarının değişimini hızlandırmıştır. Salgın ile birlikte sosyal mesafe önlemleri, seyahat yasakları, karantinalar ve işyerlerinin kapatılması, okulların eğitime ara vermesi dünya çapında toplumların yapısını değiştirmeye başlamıştır (Yıldırım, 2020).

COVID-19 salgınının ortaya çıkardığı dönüşüm ile beraber Dünya Ekonomik Forumu (WEF, 2020), COVID Eylem Platformu, çoğu özellikle bilişim teknolojileriyle sıkı bir şekilde bağlantılı olan; e-ticaret ve robot teslimatları, dijital ve temassız ödemeler, 5G, uzaktan çalışma gibi gözlenmesi gereken trendlerini belirlemiştir (Wrycza ve Maślankowski, 2020).

Salgın ile birlikte evlerimiz artık çalışanlar için ofis, öğrenciler için sınıf haline gelmiş ve çalışmalar sanallaşmıştır. Video konferans uygulamaları iş hayatımızın vazgeçilmezleri arasına girmeye başlamıştır. Video konferans uygulamaları, pek çok servis ve uygulamanın da dijital olarak sağlanmasını destekleyerek, sanal devrimin en büyük destekleyicilerinden birine dönüşmüştür. Örnek vermek gerekirse, bazı servis sağlayıcılar / teknisyenler, elektronik cihazların uzaktan bakım ve onarımını sunmaya başlayarak, hem servis sürelerini kısaltmış, hem de hizmet almayı daha kolay hale getirmiştir (Şener, 2020).



Dijitalleşme tüm alanlarda etkilerini göstermiştir. Spor salonlarının kapalı olduğu günlerde, kişisel spor koçları dijital olarak uzaktan antrenman hizmeti sunmaya başlamışlardır.

Seminerler, konserler sosyal ve kültürel etkinlikler dijital olarak verilmeye başlanmıştır.

Tüketici davranış alışkanlıklarının değişimi daha hızlı bir şekilde gerçekleşmeye başlamıştır. Temassız ödeme, online market alışverişi gibi fiziksel temasın azaldığı yöntemler hız kazanmıştır.

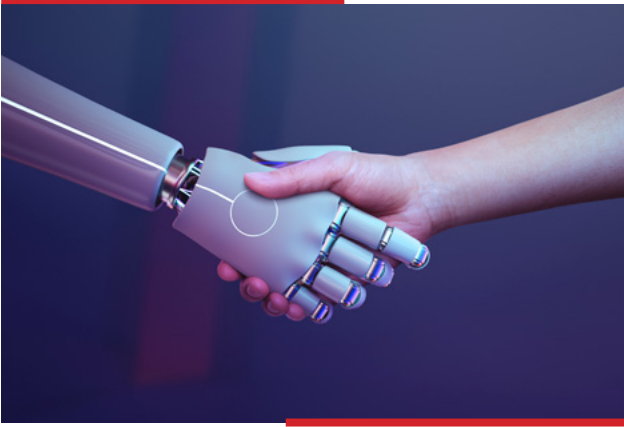
Online terapi hizmetleri, internet bankacılığı, uzaktan fatura ödeme gibi hizmetleri yaygınlaşmıştır.

Salgın ile birlikte dönüşüm sektörlerde olduğu gibi insanların bireysel hayatlarında da görülmeye başlanmıştır. İnsanlar teknoloji aletlerini özellikle iş, okul ve sosyal hayatına etki edecek uygulamaları kullanmaya başlamış ve kullanırken de dijital dünyanın olmazsa olmazı bilgisayar programlarını, uygulamaları öğrenmeye başlamışlardır. Örnek vermek gerekirse uzaktan eğitim veren öğretmenler video konferans uygulamaları ilk defa karşılamış ve ders oluşturma, dersi sonlandırma, katılımcı belirleme, ders linklerini öğrencileri paylaşma gibi programın kullanımını öğrenmiştir.

Salgın sonrası ülkemizde dijitalleşmenin eğitim üzerindeki uygulamalarına baktığımızda da bazı yeni uygulamalara geçilmiştir. Salgından dolayı Türkiye'de aksayan eğitimden etkilenen öğrenci sayısı 25 milyona yaklaşmıştır.

Eğitim her insanın temel hakkıdır bu doğrultuda salgının neden olduğu eğitim aksamalarını telafi etmek için tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de hızlı bir şekilde uzaktan eğitim uygulamaları devreye sokulmuştur.

Öncelikle salgın süresince eğitim üzerinde yapılan uygulamaları incelediğimizde acil uzaktan eğitim ve uzaktan eğitim kavramlarının da hayatımıza girdiğini görüyoruz. Acil uzaktan eğitim salgın sürecinde bir zorunluluk olarak karşımıza çıkmıştır ve geçici çözümler üretmek adına uygulanmaya başlanmış olup eğitimin geçici devamını sağlamak amacıyla hayatımıza girmiştir.



Salgın sonrasında yeni normal uygulamalarının içinde hayatımıza giren çevrimiçi ve yüz yüze eğitimin harmanlandığı **HyFlex (Hybrid Flexible)** öğrenme modeli uygulamalarının da olacağı düşünülmektedir. Yeni normalde geleneksel eğitim kurumlarının üstlendiği roller ve bilgiye farklı yollardan ulaşılabilirlik informal öğrenmeyi daha önemli hale getirmiştir.

Uzaktan eğitim sürecinde öğrenciler kendilerini güçlü ve zayıf yönleri açısından anlamalarını sağladığını, öğrenme sürecinde daha çok kontrole sahip olduklarını, çevrimiçi öğrenmelerde diğer öğrenenlerle etkileşime geçip daha fazla iş birliğine dayalı öğrenmeler gerçekleştirdiklerini keşfetmişlerdir. Ayrıca tutulan ders kayıtları daha sonra tekrar izlenme şansı elde edilmiş olması öğrenciler açısından kolaylık sağlamıştır. Salgın

sırasında eğitim için çevrimiçi somut teknolojilere (Örn. bilgisayarlar, akıllı telefonlar, öğretim yönetim sistemleri) dayalı çözümler üretildiği gibi eğitim teknolojilerinin görünmeyen tarafı soyut teknolojilerle (örn. eğitsel kuramlar, yaklaşımlar, stratejiler) bu çözümler desteklenmiştir.

Salgın sonrası yeni normalde somut ve soyut eğitim teknolojileri birlikte hareket edecektir. Bu uygulamalar doğrultusunda içerikte ve öğrenme süreçlerinde kalitenin artırılması adına yapılan eğitsel etkileşim ve iletişimin güçlendirilmesi uygulamaları Türkiye’de eğitimin geleceğine yönelik yapılacak en büyük yatırım olacaktır (Bozkurt, 2020).

Son dönemlerde bilgi iletişim teknolojileri ile beraber gelişen internet ortamı dünyada birçok alanda dijitalleşmeyi hızlandırmıştır. Covid-19 süreci hızlandırmayı daha da artırmıştır. Sonuçta, salgın hastalık süreci ile birçok sektör ve faaliyet alanlarında geleneksel yöntemlerin yerine, teması azaltmak amacıyla dijitalleşmeyle birlikte hayatın devam ettirilebilmesi için yeni yöntemler geliştirilmek zorunda kalınmıştır.

Salgın ile beraber hem devlet kurumları hem de özel çalışma alanları insan topluluklarını bir araya getirmemek düşüncesiyle uzaktan çalışma yöntemine başvurmaya başlamıştır. Bu bağlamda insanlar evlerinde izole olarak çalışmalarını sürdürüp çalışma hayatına katılır hale gelmiştir. (Marangoz ve Özen Kırılı, 2021)

Tüm salgınlar gibi yaşadığımız korona virüs salgını da son bulacaktır. Bu salgının sonlanacağı dönemde artık birçok şey eskisi gibi olmayacaktır. Dijitalleşen dünyanın insan hayatına birçok noktada etkisi ve dijitalleşme insanın toplumdan kopmadan hayatının sürdürülebilirliği için önemini her daim koruyacaktır.

KAYNAKÇA

1. Bozkurt, A. (2020). Koronavirüs (Covid-19) pandemi süreci ve pandemi sonrası dünyada eğitime yönelik değerlendirmeler: Yeni normal ve yeni eğitim paradigması. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 6(3),112-142.
2. Marangoz, M. ve Kırılı Özen, E. (2021). Covid-19 Pandemi Sürecinin Farklı Alanlarda Dijitalleşmeye Etkileri: Kavramsal Bir Değerlendirme. *Hitit Ekonomi ve Politika Dergisi*, 1(1),54-68.
3. Şener, E. (2020, 6 Ağustos). Covid 19 un dijital dönüşüme etkisi. www.hurriyet.com.tr (Erişim Tarihi: 28/12/2021)
4. Wrycza, S.& Maślankowski, J. (2020): Social Media Users' Opinions on Remote Work during the COVID-19 Pandemic. Thematic and Sentiment Analysis, *Information Systems Management*, DOI: 10.1080/10580530.2020.1820631
5. Yıldırım, A. (2020). Dijital Çağda Dijital Pandemi: Türkiye’de Covid-19 Gündemi. *Intermedia International E-journal*, 7 (13) , 381-401.

Salgın Sürecinde Sosyal Becerilerin Güçlendirilmesi

Hasan DAĞ / Uzman Psikolojik Danışman
Çiğli Rehberlik ve Araştırma Merkezi



YENİ NORMALE UYUM

Salgın hastalık toplumun sadece sağlığını etkilemekle kalmadı. Yaşamın tüm alanlarını da etkiledi.. Başta alışveriş, temizlik, beslenme, eğitim, sosyal yaşam olmak üzere, yaşamın her alanında insanların alışkanlıkları farklılaştı. İnsanların iletişim şekli değişti. Toplumsal bağlar yeni bir boyuta evrildi.

Online görüşmeler daha yoğun bir şekilde insanların yaşamına dahil oldu. İnsanlar fiziksel olarak birbirinden uzaklaştı ve yalnızlaştı. Dolayısıyla günlük yaşamın dengesi bozuldu. İnsanlar normallerini gözden geçirip, yeniden kurgulama ihtiyacı hissetti.

Süreçten en çok etkilenen ve sosyal ilişki dengesi bozulan ise çocuklar oldu. Okulların kapanması ve yüz yüze eğitimin yapılamaması nedeniyle çocukların sosyalleşme süreçleri sekteye uğradı.

Çocuklar yeniden bir araya geldiklerinde, sosyal becerilerinde gerileme olduğu görüldü ve okullardaki davranış sorunlarında artış olduğu gözlemlendi.

Sosyal becerileri gelişmeden sosyalleşme olanaklarını kaybeden çocuklarda ortaya çıkan bu davranışsal problemlerin beklenen bir durum olduğu değerlendirilebilir.

Çocukların bozulan sosyal dengeleri ilişki ve iletişimlerdeki becerilerinde gerilemelere neden oldu. Birbiriyle nasıl etkileşimde bulunacağını öğrenemeyen çocuklar arasında zorbalık davranışları görülmeye başlandı.



Zorbalık, güçlü ve avantajlı durumdaki kişilerin, mevcut durumda kendilerini savunamayacak, yeterli güçleri olmayanlara karşı zarar vermek amacıyla fiziksel, ruhsal, sosyal veya sözel olarak sürekli yapılan zarar verici davranışlar olarak açıklanabilir.

(Besag,1995)



Diğer taraftan gerek salgın sürecinde zorunluluktan kaynaklı gerekse teknolojik imkanların artması sonucu öğrencilerin çevrimiçi iletişim ile eğitime yönelmiş olmaları, siber zorbalık olaylarının da artması riskini doğurdu.

Belsey (2006) siber zorbalık kavramını elektronik iletişim araçlarını kullanarak bir ya da birden çok kişiye veya bir gruba yönelik zarar vermek amacıyla planlanan, bilinçli ve tekrar eden düşmanca hisleri içinde barındıran zorbalık türü olarak açıklamıştır.

Sosyal ilişki kurma fırsatı olmayan çocukların, sosyal becerilerinde gerileme yaşamaları diğer gelişim alanlarını olumsuz etkileyip sorunlar yaşamalarına da sebep olacağı düşünülmektedir. Çünkü sosyalleşmenin diğer gelişim alanlarına (duygusal, fiziksel, zihinsel) önemli etkisi vardır.

Bu bağlamda çocukların gelişimlerine olumsuz etkileri azaltmak için çocuklara sosyal becerilerini deneyimleyecek ortamlar oluşturmak büyük önem arz etmektedir.



“

Sosyal beceri, bireylerin buldukları sosyal ortamlara uygun davranmalarına, toplum içerisinde yer edinebilmelerine ve kişilerarası iletişimlerini olumlu bir şekilde gerçekleştirebilmelerine etki eden tutum, davranış ve düşüncelerin genel adıdır. (Samancı ve Uçaz,2017)

”

Sosyal beceri, toplum içerisinde bulunurken hissedilen bir ihtiyaçtır. Yani toplum içinde kullanılan ve toplum içinde öğrenilen becerilerdir. Sosyal öğrenme kuramına göre, çocuklar ilişki içinde olduğu diğer insanların davranışlarını gözlemler ve aynı koşullarda benzer davranış kalıplarını sergilerler. Bu bakış açısına göre çocuklar davranışları gözlemsel olarak öğrenirler (Cartledge ve Milburn, 1992). Bu beceriler modellenerek ve akran ilişkileri ile gelişir ve değişir. Çocukluk çağındaki sosyalleşme süreçleri yetişkin yaşamın ön hazırlığıdır. Çocukluk çağında edinilen sosyal beceriler kişilik gelişiminin oluşmasında önemli role sahip olur.

Sosyal beceriler özellikle akranlarla oynanan oyunlar sonucu edinilir. Oyunlar, çocukların

tüm gelişim alanlarını destekler. Bunun yanında oyunlar başka insanların istek, ihtiyaç ve duygusal durumlarından haberdar olmaya yardımcı olur. Bununla birlikte oyun oynayan çocuklar kendisinin de istek, ihtiyaç ve özelliklerinin farkına varır. Bu farkındalık kendisinin ve başkalarının ihtiyaçları arasında denge kurması olanağı sunar. Başkaları ile etkileşim, özellikle oyun aracılığı ile sağlanan bu birliktelikler çocukların problem çözme, iş birliği yapma, duygularını yönetme, akıl yürütme ve sosyal kurallara uyum sağlama becerilerini geliştirmeye yardımcı olur.

Edinilen bu beceriler, çocukların benlik algılarının üzerinde önemli bir etkiye sahip olur ve bu beceriler sayesinde çocuklar kendilerine sosyal yaşam içerisinde bir alan inşa ederler.

Sosyal becerileri gelişmeyen çocuklar, sosyal ortamlarda kabul görmekte ve uyum sağlamakta zorlanırlar. Bu nedenle; dışlanma, yalnızlık, davranış problemleri ve okul başarısında düşüş yaşayabilirler. Bu durum aile ve okul ortamında, ilişki ve davranış sorunlarına neden olabilir.

Çocuklarda oluşan sosyal beceri kaybının önüne geçmek, yaşanan ve yaşanabilecek sosyal, duygusal ve davranışsal problemleri engellemek ve ortadan kaldırmak için önlemler alınmalıdır.

Sağlıklı, uyumlu toplumsal yapı için duygusal ve fiziksel olarak örselenmemiş çocukluk yaşayan bireylere ihtiyaç vardır.

Kimi zaman da sadece selamlaşma, birbirlerinin varlığından haberdar olma şeklinde olabilir. Hangi amaçla ve düzeyde bir araya gelinirse gelinsin sosyal birliktelikler çocukların tüm gelişim alanlarını etkilemektedir.

Çocukların sosyal becerilerini geliştirebilecekleri sosyal etkinlikler, çocukların ilgileri doğrultusunda seçilmelidir. Bu faaliyetlere katılma ve deneyimleme fırsatı verilmeli, çocuklar teşvik edilmeli fakat zorlanmamalıdır. Zorla yönlendirilen sosyal faaliyetlere karşı çoğunlukla çocuklarda ilgisizlik oluşmaktadır. Zorlanarak ve isteksizce çocukların dahil edildiği faaliyetler çocukların yeteneklerinin gelişimini olumsuz olarak etkilemektedir.



Bu nedenle çocukların güvenli ortamlarında mutlu zaman geçirmeleri için sosyal becerilerinin gelişmiş olması son derece önemlidir.

Çocukların sosyal becerilerini geliştirecek, yapılandırılmış sosyal beceri programlarına ve etkinliklere ihtiyaçları vardır. Aynı zamanda bu becerilerini geliştirip kullanabilecekleri doğal fırsatlar, ortamlar da oluşturulmalıdır. Bu çabalar çocukların sosyal gelişimleri için son derece önemlidir.

Sosyal gelişim sürecinde başka çocuklarla çeşitli amaçlarla etkileşime girilir. Bu bazen keyif amaçlı sadece vakit geçirmek sebebi ile bir araya gelme şeklinde; bazen de somut bir iş yapmak, bir ürün ortaya çıkarmak amacıyla olur.

Bu nedenle sosyal faaliyetler çocuklara tanıtılmalı, denemelerine fırsat verilmeli istek ve ilgi oluşursa katılımı desteklenmelidir. Sağlıklı sosyal gelişim için çocukla iş birliği içerisinde hareket edilmelidir.

Sosyal gelişim ihmal edilmeyecek bir gelişim alanıdır. Hem bireysel hem de toplumsal gelişim için son derece önemlidir.

Çocuklukta edinilen bütün bu sosyal beceriler yetişkinlikteki sağlıklı toplumsal rollerin oluşmasına da temel oluşturmaktadır.

Çocukların sosyalleşme sürecinde aşağıda belirtilmiş sosyal becerileri geliştirmeleri beklenmelidir.





Çocuklarda Geliştirilebilecek Sosyal Beceriler

- Selamlaşmak gibi toplumsal iletişimin ilk adımı olan davranış kalıplarını bilmek ve kullanmak. Ör. Günaydın, merhaba, kolay gelsin, afiyet olsun vb.
- Başkalarının özelliklerinin, ihtiyaçlarının farkında olmak ve duyarlılık göstermek.
- Cinsiyetine, yaşına, engel durumuna, kişisel özelliklerine göre ve önceliklerine dikkat etmek. Bu özelliklere uygun olarak, yardım teklif etmek, yardım istemek, teşekkür etmek, tebrik etmek, kutlamak.
- Kişilerle yaşadığı problem ve anlaşmazlıkları iki tarafında memnun olacağı şekilde çözebilmek.
- Öneride bulunmak, çözüm üretmek, hataları için özür dilemek, sorunu uyun zamanda çözebilmek için ertelemek.
- Kişilerin değiştirilebilir ve kontrolünde olan yönleri ile ilgili eleştiride bulunmak ve talepte bulunmak.
- Erteleyebileceği ihtiyaçlarını erteleyebilmek.
- Kendisinin hatalı olan davranışlarını fark etmek ve düzeltmek.
- Başkalarını yargılamamak, alay etmemek, alaylara katılmamak.
- İstemediği taleplere hayır diyebilmek. Sırasını beklemek.
- Olumsuz duygularını ve isteklerini karşı tarafı suçlamadan, yargılamadan ifade edebilmek. Yaşadığı olumlu duyguları da ifade edebilmek.
- Kendisinin veya başkalarının ihtiyaçlarını gidermek amacı ile iş birliği halinde hareket edebilmek.
- Sportif ve kültürel faaliyetlere dahil olabilmek veya arkadaşlarını dahil edebilmek. Tiyatro, folklor, futbol vb.
- Ebeveynlerin bilgisi dahilinde arkadaşlarının, yakınlarının evlerine misafir olmak veya eve misafir çağırarak.
- Hâl hatır sormak, konuşmayı sürdürmek ve gerektiğinde bitirmek.
- Karşı tarafı da dinlemek ve duygu düşüncelerini ifade etmesine fırsat vermek.

KAYNAKÇA

1. Belsey, (2006) Cyberbullying: An Emerging Threat to the Always On Generation. (10.10.2006) <http://www.cyberbullying.ca>
2. Besag, V. (1995). Bullies and victims in schools. Philadelphia: Open University Press.
3. Cartledge, G. and Milburn, J. F. (1992). Teaching Social Skills to Children,
4. New York: Pergamon Press.
5. Samancı, O. ve Uçan, Z. (2017). Çocuklarda Sosyal Beceri Eğitimi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21(1): 281-288, Erzurum.

Bütün bu saydığımız sosyal beceriler çocuklarda gelişmesi beklenen temel becerilerdir.

Sağlıklı, uyumlu ve mutlu kişilik gelişimi için salgın hastalık döneminin getireceği olumsuzlukları ortadan kaldırmak etkilerini azaltmak için bu fırsatları çocuklara vermek gerekmektedir.



Salgın Sonrası Okula Uyum Psikososyal Destek Çalışmaları



Proje Ekibi

Ayşe KANAY
Müdür Yardımcısı
Dr. Serdal ÖZGÖZGÜ
Rehber Öğretmen
Dr. M. Faruk ARIKAN
Psikolojik Danışman
Abdullah ALYAPRAK
Psikolojik Danışman
Volkan EZELİ
Rehber Öğretmen
Hanife GÜNEŞ
Psikolojik Danışman
Ali ÇOKLUK
Psikolojik Danışman

Karabağlar
Rehberlik ve Araştırma
Merkezi



C OVID-19 salgın hastalık tedbirleri gereği tam kapasite olarak yüz yüze sürdürülemeyen eğitim uygulamaları, 2021-2022 eğitim öğretim yılı itibarıyla normalleşme planlamaları çerçevesinde yeniden yüz yüze olarak devam etmektedir.

Salgın hastalık koşullarının, öğrencilerimizin psikolojik, sosyal ve akademik durumlarında yarattığı olumsuz etkilerle baş edebilmesine, kişisel ve sosyal alanda yeniden normalleşme çalışmalarına destek

olmak amacıyla Karabağlar İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü ve Karabağlar Rehberlik ve Araştırma Merkezi olarak bir dizi çalışma yapılmıştır.

Çalışmalar, Dokuz Eylül Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Araştırma ve Uygulama Merkezi, Dokuz Eylül Üniversitesi ile İzmir Demokrasi Üniversitelerinin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı öğretim üyeleri iş birliği ile yürütülmüştür.

Karabağlar İlçe Psikososyal Koruma, Önleme ve Krize Müdahale Ekibinin 17 Haziran 2021 tarihinde yaptığı toplantıda, 2021-2022 Eğitim Öğretim yılı salgın sonrası yeni normalleşme uyum çalışmaları konusu ele alınmıştır.

Toplantıya Dokuz Eylül Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Araştırma ve Uygulama Merkezi Müdürü **Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ** ve Dokuz Eylül Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik

Danışmanlık Anabilim Dalı Öğretim Üyesi **Doç. Dr. Hatice Zekavet KABASAKAL** video konferans yoluyla katılım sağlayarak konu ile ilgili görüş ve önerilerini paylaşmışlardır.

Toplantıda öğretmen, yönetici ve velilerin gözünden sorunların ifade edilmesi ve çözüm önerilerinin sunulması amacıyla bu konuda çalıştay düzenlenmesi kararı alınmıştır.

2021-2022 eğitim ve öğretim yılında öğrenci, öğretmen ve velilerimizin salgın sonrası yeni normalleşmeye uyum süreçlerine destek kapsamında kişisel ve sosyal becerileri geliştirecek çalışmalara ilişkin sorunlar ve çözüm önerilerini belirlemek amacıyla 30 Haziran 2021 tarihinde "Psikososyal Destek Çalıştayı" düzenlenmiştir.

*Çalıştayda, İzmir Demokrasi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Öğretim Üyesi **Doç. Dr. Orkide BAKALIM** katılımda bulunarak bilgilerini paylaşmıştır.*



Karabağlar ilçesindeki her tür ve derecedeki okullardan gelen katılımcılardan oluşan, temel eğitim okul müdürleri, ortaöğretim okul müdürleri, psikolojik danışmanlar, branş öğretmenleri, sınıf öğretmenleri ve veliler için ayrı çalışma masaları oluşturularak çalışma yürütülmüştür.

Çalışma masalarında tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19 salgını nedeniyle eğitim alanlarındaki tedbirleri desteklemek amacıyla salgın hastalık koşullarının öğrenci, veli ve öğretmenlerimizde yarattığı olumsuz psikolojik izleri silmek, kişisel ve sosyal alanda yeniden normalleşme çalışmaları tartışılmıştır.

Belirlenen sorunlar ve öne sürülen çözüm önerileri öğrenci, öğretmen ve veli açısından ele alınmıştır. Ön plana çıkan sorunların;

- Öğrenci açısından “kaygı artışı”, “akademik yetersizlik”, “uyum sorunu” ve “motivasyon eksikliği”,
- Öğretmen açısından “dijital yorgunluk, tükenmişlik”, “kaygı artışı”, “uyum sorunu” ve “etkili öğretme becerilerinde (rol model, dikkat toplama, motivasyon) kayıp”,
- Veli açısından “yetersizlik”, “rol karmaşası” ve “aile içi şiddet” olduğu görülmüştür.

Yaşanan sorunlara yönelik olarak belirlenen çözüm önerileri ise;

- Öğrencilere yönelik çözümler “oryantasyon”, “sosyal etkinlikler (ders içi/dışı)”, “grup çalışmaları”, “olumlu teknoloji kullanımı” ve “ruh sağlığı kurumları ile iş birliği”,
- Öğretmenlere yönelik çözümler “psikoeğitim”, “hizmet içi eğitimler”, “öğretmen rollerinin netleştirilmesi” ve “psikososyal destek, sağaltım çalışmaları”,
- Velilere yönelik çözümler ise “veli eğitimleri”, “psikososyal destek” ve “etkinlikler” olarak belirlenmiştir.



Salgın hastalık sonrasında öğrencilerin psikolojik sağlamlığı güçlendirmek ve okula uyumlarını desteklemek amacıyla, Milli Eğitim Bakanlığının Salgın Hastalık Psikoeğitim Programları Bilgilendirme çalışmaları yürütülmüştür.

18 Ağustos 2021 tarihinde RAM’da görev yapan psikolojik danışmanlar Prof. Dr. Şerife IŞIK tarafından verilen eğitime katılmışlardır.

RAM tarafından, Karabağlar Psikolojik Danışmanlara yönelik olarak **19 Ağustos 2021** tarihinde ve Psikolojik Danışmanı olmayan okulların öğretmen ve velilerine **31 Ağustos 2021-3 Eylül 2021** tarihleri arasında **Salgın Hastalık Psikoeğitim Programları Bilgilendirme** çalışmaları gerçekleştirilmiştir.





Çalıştayda belirlenen sorunlar ve öne sürülen çözüm önerileri doğrultusunda;

- 3 Eylül 2021 tarihinde Dokuz Eylül Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Uygulama ve Araştırma Merkezi Yönetim Kurulu Başkanı **Prof. Dr. Fatma Ebru İKİZ**'in "**Salgın Hastalık Sonrası Öğrencilerin Okula Uyumlarını Desteklemek**" konulu sunumu ve
- Karabağlar İlçe Sağlık Müdürlüğü Halk Sağlığı Doktoru **Uzm. Dr. Mehmet GÜLAY**'ın "**Okullarda Alınacak Önlemler**" konulu sunumu ile "**Salgın Sonrası Okula Uyum Konferansı**" 300 civarında katılımcıyla gerçekleştirilmiştir.

Buna ek olarak Karabağlar İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü iş birliği ile Karabağlar Rehberlik ve Araştırma Merkezi tarafından, İzmir İl Milli Eğitim Müdürlüğü koordinesinde ilimizde görevli tüm Rehber Öğretmen/Psikolojik Danışmanlara yönelik olarak 14 Ekim 2021 Perşembe günü İl Milli Eğitim

Müdürlüğü YouTube hesabı üzerinden uzaktan canlı mesleki eğitim çalışması yapılmıştır.

Eğitim kapsamında Gazi Üniversitesi Öğretim Üyesi **Prof. Dr. Şerife IŞIK** "**Çocukların İyi Oluş Halini Güçlendirme**" konusunda sunum gerçekleştirmiştir.

Salgın hastalık ve diğer travmatik yaşam olaylarının öğrencilerimizin psikososyal ve akademik yaşantılarında sebep olduğu olumsuz etkilerin azaltılması, baş etme becerilerinin geliştirilmesi, normalleşme çalışmalarının desteklenmesi amacıyla Dokuz Eylül Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Uygulama ve Araştırma Merkezi ile protokol yapılarak çalışmalarda devamlılık sağlanması planlanmaktadır.

Bornova Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Okulumla Hayata Bağlanıyorum Projesi



Proje Ekibi

Hadiye Bostancı DEMİRCİ
Uzm. Psikolojik Danışman

Yelda ATAN
Uzm. Psikolojik Danışman

Özgür Bülent ÇELİK
Psikolojik Danışman

**Bornova
Rehberlik ve Araştırma
Merkezi**

Enise Çalışkan ÇOBAN
Uzm. Psikolojik Danışman
Nihat Gündüz Ortaokulu

Serap Karabulut KURTGÖZ
Psikolojik Danışman
İzmir Ticaret Odası İlkokulu

Canan GÜVEN
Uzm. Psikolojik Danışman
Şehit Fatih SATIR BİLSEM

O kulumla Hayata Bağlanıyorum Projesi

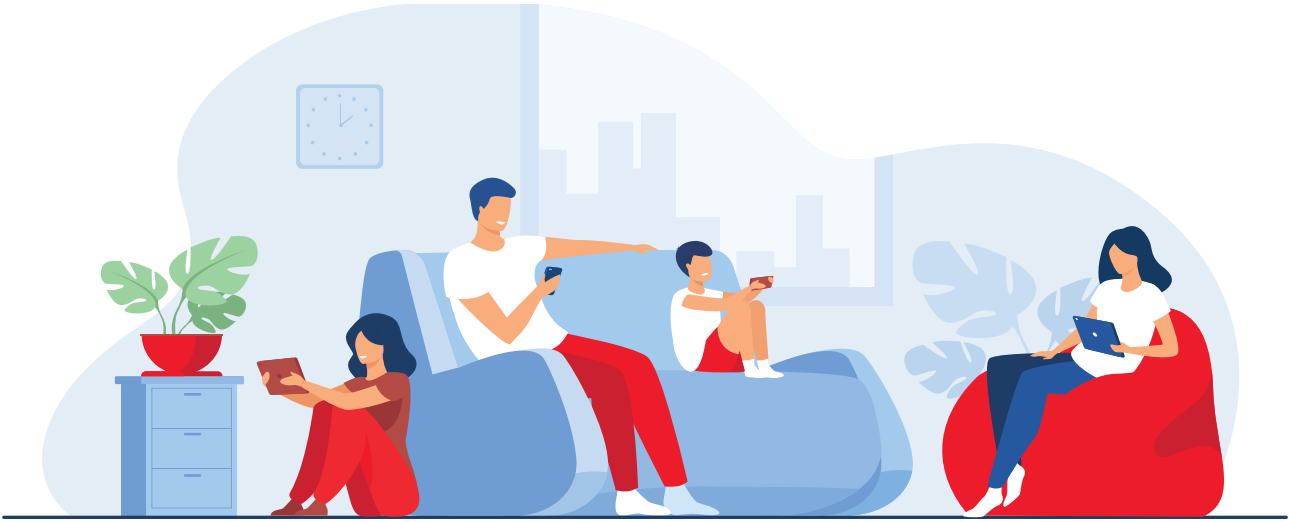
2020-2021 eğitim öğretim yılında ilkököl, ortaokul ve liselerdeki öğrenciler ve velilerine yönelik teknoloji, tütün, alkol, madde bağımlılığı konularında bilgilendirme yapmak, ihtiyaç duyan öğrenci ve velilerin ilçemizde destek alabileceği kurumlara ulaşımını kolaylaştırmak, velilerin

verdiği onam doğrultusunda ev, okul ya da çevrimiçi platformda veli görüşmeleri yaparak okul-öğrenci-veli iletişimini kuvvetlendirmek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Proje kapsamında yapılan çalışmalar okul türlerinin ihtiyaçlarına göre planlanmıştır.

Bu yazıda projenin ilkököl ve ortaokul kısımlarında yapılan çalışmalar paylaşılmıştır.





İlkokulda Yapılan Çalışmalar

İlkokulda görevli okul rehber öğretmenleri dijital platformlardan tüm veliler için ilki **“Sağlıklı Yaşam”** ikincisi de **“Teknoloji Bağımlılığı”** hakkında iki seminer düzenlemiştir.

Bu toplantılarda kullanılmak üzere Bornova Rehberlik ve Araştırma Merkezi ile Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi, Ege Üniversitesi Madde Bağımlılığı, Toksikoloji ve İlaç Bilimleri Enstitüsü ve İlçe Sağlık Müdürlüğü iş birliği ile hazırlanmış **“Sağlıklı Yaşam”** ve **“Teknoloji Bağımlılığı”** hakkındaki iki video veliler ile paylaşılmıştır.

Toplantının son kısmında ise ilçemizde bu konularla ilgili, velilerin destek alabileceği kamu kurum ve

kuruluşları hakkında hazırlanan e-broşür hakkında bilgi verilmiş, talep eden velilerle e-broşürler dijital ortamda paylaşılmıştır.

Yapılan seminerlerde velilere anketler uygulanmıştır. İhtiyaç duyan velilerin ilgili kurumlara nasıl ulaşabileceği anlatılarak yönlendirme yapılmıştır.

İlkokullarda toplam 140 seminer yapılmıştır ve toplamda 5193 veliye ulaşılmıştır. Anket çalışmalarına ise toplamda **2114 veli** katılmıştır.

Anket ile ilgili bilgiler aşağıdaki tabloda ayrıntılı olarak ifade edilmiştir. **(Tablo 1)**

↘ Anket Sonuçları – İlkokul

Ankete **2114** ilkokul velisi katılmıştır. Sonuçlar aşağıda belirtilmektedir.

İşiniz dışında günde kaç saatinizi dijital oyun, konsol oyunu, sosyal medya ve benzeri için ayırıyorsunuz?

- 2 saatten az 1446 kişi **%68,4**
- 2-4 saat arası 591kişi **%27,9**
- 4-6 saat arası 55 kişi **%2,6**
- 6 saat ve üzeri 22 kişi **%1**

Evde sigara kullanan birey var mı?

- Anne 155 wwwwkişi **%7,3**
- Baba 699 kişi **%33,1**
- Anne- Baba birlikte 293 kişi **%13,9**
- Büyükanne veya büyükbaba 26 kişi **%1,2**
- Evde sigara kullanan birey yok 941 kişi **%44,5**

Evde Alkol Tüketen var mı?

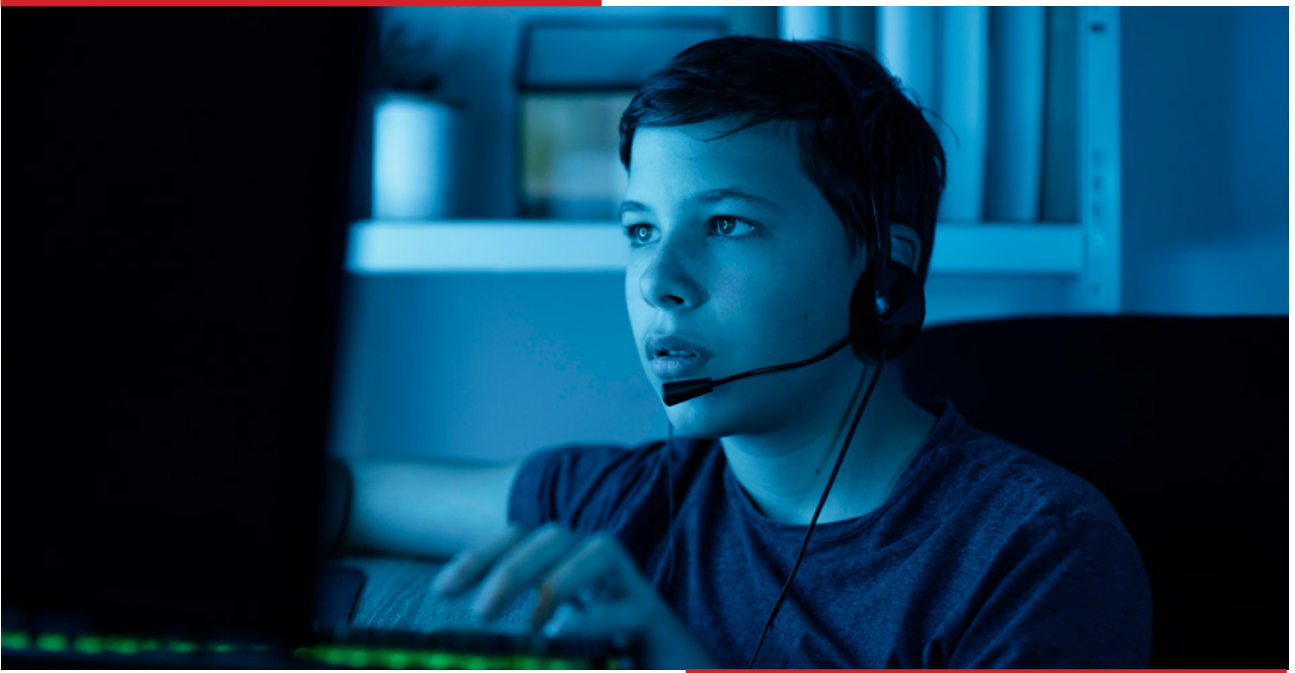
- Anne yok
- Baba 144 Kişi **%6,8**
- Anne- Baba birlikte 55 kişi **%2,6**
- Büyükanne veya büyükbaba yok
- Evde alkol kullanan birey yok 1909 Kişi **%90,3**

Çalışmaya Katılan İlkokul Sayısı	70	
Çalışma için Hazırlanan Ankete Katılan Veli Sayısı	2214	
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfında Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	693	%32.8
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Bornova Gençlik ve Spor İlçe Müdürlüğünden Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	454	%21.5
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Yeşilay Danışma Merkezi (YEDAM)'den Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	36	%1.7
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Ege Üniversitesi Madde Bağımlılığı, Toksikoloji ve İlaç Bilimleri Enstitüsü (Bağımlılık Polikliniği, Sigara Bırakma Polikliniği)'den Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	58	%2.7
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Alkol, Madde Bağımlılığı Araştırma ve Uygulama Merkezi (EGEBAM)'den Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	13	%0.6
Çalışma Sonucunda Hiçbir Kurumdan Destek Almak İstemeyen Veli Sayısı	1085	%51.3

Tablo 1 - İlkokulda Yapılan Anket Sonuçları

▼ İlkokul Rehber Öğretmenleri Tarafından Çalışmanın Değerlendirilmesi

Çalışmanın veliler tarafından anlaşılır ve faydalı bulunduğu ifade edilmiştir. Ayrıca bu çalışmaların dönem içinde yapılan bağımlılıkla ilgili diğer çalışmaları pekiştirir özellikte olduğu belirtilmiştir.



Ortaokulda Yapılan Çalışmalar

Ortaokulda görevli okul rehber öğretmenleri dijital platformlardan tüm veliler için ilki **“Tütün Bağımlılığı”** ikincisi de **“Teknoloji Bağımlılığı”** hakkında iki seminer düzenlemiştir.

Bu toplantılarda kullanılmak üzere Bornova Rehberlik ve Araştırma Merkezi ile Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi, Ege Üniversitesi Madde Bağımlılığı, Toksikoloji ve İlaç Bilimleri Enstitüsü iş birliği ile hazırlanmış **“Tütün Bağımlılığı”** ve **“Teknoloji Bağımlılığı”** hakkındaki iki video veliler ile paylaşılmıştır.

Toplantının son kısmında ise ilçemizde bu konularla ilgili, velilerin destek alabileceği kamu kurum ve kuruluşları hakkında hazırlanan e-broşür hakkında bilgi verilmiş, talep eden velilerle e-broşürler dijital ortamda paylaşılmıştır.

Yapılan seminerlerde velilere anketler uygulanmıştır. İhtiyaç duyan velilerin ilgili kurumlara nasıl ulaşabileceği anlatılarak yönlendirme yapılmıştır.



Ortaokullarda 124 seminer düzenlenmiştir ve toplamda 2428 veliye ulaşılmıştır. Anket çalışmalarına ise toplamda **1589 veli** katılmıştır.

Anket ile ilgili bilgiler aşağıdaki tabloda ayrıntılı olarak ifade edilmiştir. **(Tablo 2)**

↘ Anket Sonuçları – Ortaokul

Ankete **1589** ortaokul velisi katılmıştır. Sonuçlar aşağıda belirtilmektedir.

İşiniz dışında günde kaç saatinizi dijital oyun, konsol oyunu, sosyal medya ve benzeri için ayırıyorsunuz?

- 2 saatten az 1096 **%69**
- 2-4 saat arası 424 kişi **%26,7**
- 4-6 saat arası 49 kişi **%3,1**
- 6 saat ve üzeri 20 kişi **%1,3**

Evde sigara kullanan birey var mı?

- Anne 122 kişi **%7,7**
- Baba 480 kişi **%30,2**
- Anne- Baba birlikte 243 kişi **%15,3**
- Büyükanne veya büyükbaba 16 kişi **%1**
- Evde sigara kullanan birey yok 728 kişi **%45,8**

Evde Alkol Tüketen var mı?

- Anne yok
- Baba 120 kişi **%7,6**
- Anne- Baba birlikte 38 kişi **%2,4**
- Büyükanne veya büyükbaba yok
- Evde alkol kullanan birey yok 1421 kişi **%89,4**

Çalışmaya Katılan Ortaokul Sayısı	62	
Çalışma için Hazırlanan Ankete Katılan Veli Sayısı	1589	
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfında Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	409	%25.7
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Bornova Gençlik ve Spor İlçe Müdürlüğünden Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	317	%19.9
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Yeşilay Danışma Merkezi (YEDAM)'den Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	21	%1.3
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Ege Üniversitesi Madde Bağımlılığı, Toksikoloji ve İlaç Bilimleri Enstitüsü (Bağımlılık Polikliniği, Sigara Bırakma Polikliniği)'den Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	46	%2.9
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Alkol, Madde Bağımlılığı Araştırma ve Uygulama Merkezi (EGEBAM)'den Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	7	%0.4
Çalışma Sonucunda Hiçbir Kurumdan Destek Almak İstemeyen Veli Sayısı	958	%60.3

Tablo 2 - Ortaokulda Yapılan Anket Sonuçları

➤ Ortaokul Rehber Öğretmenleri Tarafından Çalışmanın Değerlendirilmesi

Çalışmaların verimli geçtiği ve veliler tarafından anlaşılır olduğu ifade edilmiştir. Ancak katılımcı sayısı beklenenin altında kaldığı belirtilmiştir.

➤ Ev Ziyaretleri - Okula Davet Ederek Görüşme - Çevrimiçi Görüşmeler

Projenin diğer parçası da velilere yapılan ev ziyareti-okula davet ederek görüşme ya da çevrimiçi olarak görüşme gerçekleştirmek idi.

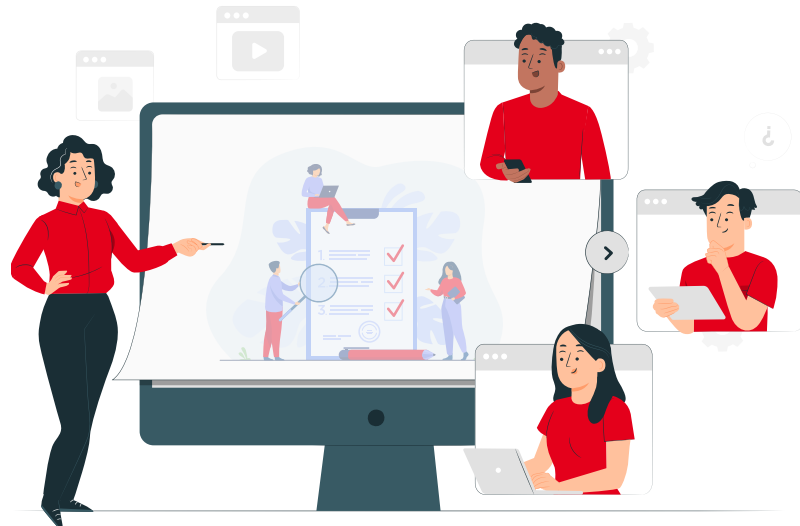
Bu görüşmeler öğrencilerin ve velilerin varsa sorunlarını gözlemek ve ihtiyaç duydukları gerekli birimlere yönlendirmek için yapılmıştır.

Velinin ve öğrencinin ziyaret edildiği kısımda ise bu ziyaretleri/görüşmeleri Okul Müdürü, Okul Rehber Öğretmeni ile birlikte planlayıp gerçekleştirmiştir.

Bu kısımda bahsi geçen ev ziyareti eğer veli onay verdiği takdirde, pandemi koşullarına uygun olarak yapılmıştır (sosyal mesafe, maske, hijyen ve kısa süre gibi koşullara dikkat edilerek), isteyen veliler okula davet edilmiş ya da çevrimiçi görüşülerek ziyaret formu doldurulmuştur.

Bu kapsamda okul müdürleri ve rehber öğretmenler okul, ev ve çevrimiçi ortamlarda toplam **726 veli** görüşmüştür.

Ayrıca bu görüşmelerde ilçemizde yer alan diğer kurumlar da tanıtılmış ve ihtiyaç duyan veliler yönlendirilmiştir.



Liselerde Yapılan Çalışmalar



Liselerde proje kapsamında hem öğrencilere hem de velilere yönelik farklı çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmalar ile ilgili ayrıntılı bilgi aşağıda verilmiştir:

➤ Öğrenciler için 4 Haftalık Müdahale Programı

Bu program kapsamında risk altındaki öğrenciler için her biri en az 1 saat süren 4 oturumluk çevrimiçi uygulanabilen bir grup rehberliği programı hazırlanmıştır.

Hazırlanan bu müdahale programı alkol-madde bağımlılık riski olan öğrencilere belirli yaşam becerileri kazandırmak amacıyla oluşturulmuştur.

Grup rehberliğinde yer alan çalışmalar Bornova Rehberlik ve Araştırma Merkezi tarafından çevrimiçi uygulama yapmaya uygun hale getirilerek öğrenci ve uygulayıcıların kullanımı için uygun hale getirilmiştir. Bu uygulamalar, ilgili okulun rehberlik servisi tarafından yürütülmüştür.

Çalışmada özellikle vurgulanan konular; duyguları tanıma-fark etme- ifade etme, öfke ile başa çıkma, hayır diyebilme, olumlu benlik algısı oluşturma, kişisel sınırların farkında olma ve geleceği planlamadır. Her bir konu başlığı ile ilgili olan etkinlikler her hafta çevrimiçi yapılan

oturumlarda ele alınmıştır. Bu çalışmalara dahil edilecek öğrenciler birkaç kriter göz önüne alınarak okul rehberlik servisi tarafından seçilmiştir. Bu kriterler; sigara, alkol ve madde ile ilgili disiplin dosyaları olan, daha önceki yıllarda rehberlik servisi tarafından takip edilen ve madde bağımlılığı riski olan öğrenciler olarak ifade edilmiştir.

Öğrenciler belirlendikten sonra ilgili öğrencilerin velilerine, öğrencilerin çevrimiçi müdahale programına katılması konusunda dijital ortamdan onam formu iletilmiş ve velilerinden olumlu geri dönüş alınan öğrenciler ile her hafta 1 saat süren çevrimiçi müdahale oturumları uygulanmıştır.

Bahsi geçen bu 4 oturum Mayıs ve Haziran 2021 tarihleri arasında uygulanmıştır. Liselerde yapılan bu çalışmaya toplam **646 öğrenciye** ulaşılmıştır ve toplamda **111 çevrimiçi grup rehberliği müdahale programı** uygulanmıştır.

▼ Ev Ziyaretleri - Okula Davet Ederek Görüşme - Çevrimiçi Görüşmeler

Velinin ve öğrencinin ziyaret edildiği kısımda bu ziyaretleri/görüşmeleri Okul Müdürü, Okul Rehber Öğretmeni ile birlikte planlayıp gerçekleştirmiştir.

Bu kısımda bahsi geçen ev ziyareti eğer veli onay verdiği takdirde, pandemi koşullarına uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Ayrıca bu görüşmelerde ilçemizde yer alan diğer

kurumlar da tanıtılmış ve ihtiyaç duyan veliler yönlendirilmiştir.

Okul müdürleri ve rehber öğretmenler okul, ev ve çevrimiçi ortamlarda toplam 256 veli ile görüşmüştür.

Görüşmelere katılanlardan 39 veli görüşme sonrasında yapılan ankete de katılmıştır. Anket sonuçları aşağıda paylaşılmıştır. **(Tablo 3)**

Çalışma için Hazırlanan Ankete Katılan Veli Sayısı	39	
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakfında Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	12	%30.8
9Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Bornova Gençlik ve Spor İlçe Müdürlüğünden Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	7	%17.9
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Yeşilay Danışma Merkezi (YEDAM)'den Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	1	%2.6
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Ege Üniversitesi Madde Bağımlılığı, Toksikoloji ve İlaç Bilimleri Enstitüsü (Bağımlılık Polikliniği, Sigara Bırakma Polikliniği)'den Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	0	%0
Çalışma Sonucunda İlçemizde Bulunan Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Alkol, Madde Bağımlılığı Araştırma ve Uygulama Merkezi (EGEBAM)'den Destek Almak İsteyen Veli Sayısı	0	%0
Çalışma Sonucunda Hiçbir Kurumdan Destek Almak İstemeyen Veli Sayısı	21	%53.8

Tablo 3 - Velilere Yönelik Yapılan Anket Sonuçları

Yukarıda yapılan çalışmaların dışında proje için kullandığımız video içerikleri Youtube'da aşağıdaki izlenme sayılarına ulaşmıştır.

Sağlıklı Yaşam Videosunun İzlenme Sayısı	981
Teknoloji Bağımlılığı Videosunun İzlenme Sayısı	1567
Tütün Bağımlılığı Videosunun İzlenme Sayısı	743
Alkol ve Madde Bağımlılığı Videosunun İzlenme Sayısı	48

Tablo 4 - Youtube İzlenme Sayıları

➤ Sonuç

O kulumla Hayata Bağlanıyorum Projesi 2020-2021 eğitim öğretim yılında Bornova Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü'nün belirlediği çalışma takvimi boyunca velilere ve öğrencilere yönelik çeşitli çalışmalar ile yürütülmüştür.

İlkokul, ortaokul ve lise kapsamında velilere yönelik bilgilendirme toplantıları, veli ziyaretleri ve anket uygulamaları gibi çalışmalar yapılmıştır.

Lisede ise veli çalışmalarına ek olarak risk altında olan öğrencilere yönelik dört

oturumdan oluşan çevrimiçi müdahale programı uygulanmıştır.

Proje sürecinde yapılan tüm çalışmalar okul rehber öğretmenleri/psikolojik danışmanları ve okul müdürlüklerinin desteği ile tamamlanmıştır.

Kasım 2020 tarihinde başlayan proje çalışmaları Haziran 2021 tarihinde tamamlanmış ve final raporu hazırlanmıştır.

Proje hakkında ayrıntılı bilgi almak isteyen uzmanlar rambornova@gmail.com adresinden tarafımıza ulaşabilirsiniz.

➤ Proje Video İçerikleri (Youtube)



Farkındayım Hayat Benimle Güzel

Alkol ve Madde Bağımlılığı



Farkındayım Hayat Benimle Güzel

Tütün Bağımlılığı



Farkındayım Hayat Benimle Güzel

Teknoloji Bağımlılığı



Farkındayım Hayat Benimle Güzel

Sağlıklı Yaşam



Engelli Çocuk Sahibi Olan Ailelerin Yaşamına Kısa Bir Bakış

Ayşegül DOĞRU / Psikolojik Danışman
Konak Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre dünyada 1 milyardan fazla insanın bir tür engelle birlikte yaşadığı tahmin edilmektedir. Bu rakam dünya nüfusunun yaklaşık %15'i oluşturmaktadır.

Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı verilerine göre ise engelli kişilerin %80'inin az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde yaşadığı bildirilmektedir. Engellilerle ilgili Türkiye'de yapılan araştırmaların ise güncel olmadığı en son verinin TÜİK tarafından 2002 yılında alındığı görülmektedir. Buna göre yapılan Türkiye Özürlüler Araştırmasında nüfusun %12,29'unun engellilerden oluştuğu belirtilmektedir.

Bu araştırmanın dışında 2011 yılında Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın Engelli ve Yaşlı

İstatistik Bülteninde en az bir engeli olan bireylerin nüfusa oranının %6,9 olduğu belirtilmiştir.

Engel çeşitleri çok farklı olmakla birlikte en temelde doğuştan gelen ve sonradan edinilen şeklinde ayırmak mümkündür. Doğuştan fiziksel ve zihinsel bir engel ile dünyaya gelmek bireyin kendisi, ailesi, yakınları ve yaşadığı yerin sistemini değiştiren bir durum olma özelliğine sahiptir.

Engelli çocuğa sahip olan ailelerin olmayanlara göre daha farklı ve zor bir yaşam biçimleri olduğu; problem ve sorumluluklarının diğer ailelerden çok

daha ağır olduğu ve bu konuda çok fazla yardıma ihtiyaç duydukları göz ardı edilemeyecek bir gerçek olarak karşımıza çıkmaktadır.



Engelli çocuğa sahip olduktan sonra aileler ilk olarak şok ve reddetme gibi tepkilerde bulunurlar. Bu dönemde sorulan sorulara cevap verememe, ağlama, hayal kırıklığı ve çaresizlik hissi gösterilen davranışlar arasındadır.



Bu durumun en önemi nedenlerin ise çocuğun üzerine kurulan gelecekle ilgili beklentiler, endişeler ve çocuğa ne olacağına kaygısı olarak gösterilebilir. Aileler bu süreçte ciddi bir acı çeker ve depresyona girerek sosyal yaşamdan geri çekilme durumu yaşarlar. Bu durumun ne zaman sona ereceği ise aileden aileye farklılık gösterebilir. Bazı aileler de bu süreç kısa süre içinde aşılrken, bazı aileler de ise yaşam boyu devam eden bir durum haline gelebilmektedir.

Sürecin devamında suçluluk, kararsızlık, kızgınlık ve utanma duyguları da ortaya çıkmaktadır. Özellikle suçluluk duygusu engelli çocuğa sahip ailelerin hemen hepsinde görülen bir durumdur. Engelli çocuğa sahip bazı anne ve babaların ise birbirlerini suçlayarak çocuğu kabullenmeme durumuna gittiğini sürecin devamında işin boşanmaya kadar gittiği de görülmektedir (Akt. Aslan,2019).

Bu konuda Çetin (2018), yaptığı araştırmada ebeveynlerin kabul düzeyleri arttıkça sosyal desteğin arttığını ve ret düzeyinin de azaldığını tespit etmiştir. Bunun yanında kadın ya da erkek olmanın engelli çocuğu kabul etme ile ilgisinin

olmadığı ancak boşanmış bireylerin çocuğu reddetme davranışının yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Yapılan araştırmada bazı anne babaların ise çocuğun engeli ile ilgili olarak yanlış bir şey yaptıklarını, Tanrı tarafından cezalandırıldıklarını düşündükleri görülmüştür. Bununla beraber manevi gücü yoğun hisseden ailelerin bu durumu bir cezalandırmadan ziyade sınav şeklinde görüp engelli çocuğu kabullendikleri de görülmektedir. Mıdık Özpak ve ark. (2017), engelli ve sağlıklı çocuklara sahip aileler ile yürüttükleri bir araştırmada engelli çocuğa sahip ailelerin manevi güçlerinin daha yoğun olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Engelli çocuğa sahip olan ailelerin hissettiği bir diğer önemli duygu ise kızgınlıktır. Bu duygu, durumu kabullenmenin önündeki en büyük engellerden biridir. Kızgınlık, dışavurumu çok çeşitli olan bir duygudur. Bazı anne babalar “Neden biz?” şeklinde isyan ederek duruma yaklaşırken; bazıları da daha abartılı tepkiler verip öfkelerini sorunla ilgisi olmayan insanlardan çıkarabilmektedirler. Ancak yine de engelli çocuğa sahip anne babaların anti sosyal başa çıkma yöntemlerini (Alkol, uyuşturucu kullanma) kullanmadığını, tam aksine sigara içen ebeveynlerin sigarayı bıraktıkları da gözlemlenmiştir (Mıdık Özpak ve ark., 2017).

Bu durum ailelerin engelli çocuğa sahip olma nedeni olarak sigarayı gördükleri şeklinde yorumlanabilir. Bununla beraber kendi ürünü olarak gördükleri çocuklarının kendisini yansıttığını düşünerek ondan utanan anne ve babalar da görülebilmektedir. Bu gibi durumlarda çocuğu ve kendisi için izole bir hayat kurma davranışı gösterebilecekleri gibi onunla birlikte olmaktan ve görülmekten kaçınma davranışı da gösterebilmektedir.

Engelli anne babalarının duygusal tepkilerini inceleyen bir başka araştırmada ise ebeveynlerin %92'sinin gelecek endişesinin olduğu, %62'sinin



durumu takdir-i ilahi olarak yorumladıkları, %53'ünün çaresizlik, %48'inin şaşkınlık, % 39'unun hayal kırıklığı ve %13'ünün de intiharı düşündükleri saptanmıştır (Balcı ve Arkadaşları, 2019). Tüm bunlara ek olarak engelli çocuğa sahip ailelerde en sık karşılaşılan durumlardan biri de çocuklarındaki engel durumunun zamanla düzeleceği ve tamamen iyileşebileceği düşüncesidir. Çünkü onlara göre yaşadıkları bu durumun kabul edilebilir bir şey değildir.

Bu bilgilerden de görüldüğü gibi engelli çocuğa sahip ailelerin sağlıklı çocuğa sahip ailelerden çok daha farklı özel yaşamları, sosyal çevreleri ve iş hayatları bulunmaktadır.

Engelli çocuğun dünyaya gelmesi ile birlikte aile bir travma yaşar ve bu travma ile baş etmek için ömür boyu süren emek sarf etmek zorunda kalırlar. Çünkü bu durum beraberinde psikolojik, sosyolojik, ekonomik pek çok yükü de beraberinde getirmektedir. Engelli çocuğa sahip ailelerin, sağlıklı çocuğa sahip ailelerden daha fazla ekonomik stres yaşadıklarını, aile rutini, boş zaman değerlendirmede sıkıntılar yaşadıklarını, zayıf sosyal etkileşime sahip olduklarını ve fiziksel ve zihinsel sağlıklarında bozulmalar yaşadıkları görülmüştür. Ayrıca bu ailelerde evlilik uyumunun sağlıklı çocuğa

sahip ailelere göre daha az olduğunu ve sosyal yükleri daha fazla hissettikleri görülmüştür (Singhi ,1990).

Engelli annelerin babalara göre daha olumsuz duygular yaşadığını gösteren araştırmalar olmakla birlikte, anne ve babaların farklı olumsuz duygular yaşadıklarını ortaya koyan araştırmalarda bulunmaktadır. Buna göre anneler daha çok suçluluk ve stres; babalar daha çok öfke ve üzüntü hissetmektedirler (Akt. Aslan, 2019).

Öte yandan engelli çocuğa sahip olunması ile değişen aile düzeninde annelerin; durumdan daha fazla etkilendikleri, daha yoğun stres yaşadıkları ve sosyal ağlarının zayıf olduğu durumlarda görülmüştür (Kazak, 1987).

Karadağ (2009), engelli çocuğa sahip annelerin, psikolojik sorunlar yaşadığı engelli bir çocuk dünyaya getirdiklerini anladıkları andan itibaren hayal kırıklığı yaşadıkları ve sosyal desteği düşük hissettikleri ve bu nedenle umutsuzluk hissettiklerini tespit etmiştir.

Anneler üzerinde yapılan bir diğer araştırmada ise engelli annelerinin daha fazla psikolojik sıkıntı içinde olduklarını ve engel türüne göre bu psikolojik sıkıntının farklılık göstermediği görülmüştür. Ancak

çocuğun günlük aktivitelerde anneye bağımlı olma durumuna göre değiştiğini gözlemlenmiştir. Yani çocuk anneye ne kadar bağımlı ise annenin psikolojik sıkıntı düzeyi o kadar artmaktadır (Breslau,1982).

Benzer şekilde engelli annelerinin depresyon düzeyleri ve sağlıklı çocukların annelerinin depresyon düzeylerinin karşılaştırıldığı bir araştırmada engelli annelerin daha ağır depresyonda oldukları görülmüştür (Lofçalı,2019; Demir ve ark.,2010).

Buna ek olarak çocuklarına yalnız bakan anneler, çocuklarına anne-baba birlikte ve bakıcı tarafından bakılan annelerden ve çocuklarına aile büyükleri tarafından bakılan annelerden daha yüksek depresyon belirtileri göstermekte olduğu; ayrıca, çocuklarına anne-baba birlikte bakan annelerde, çocuklarına bakıcı tarafından bakılan annelerden daha yüksek depresyon belirtileri göstermekte oldukları tespit edilmiştir (Görgü, 2005).

Benzer şekilde Feldman ve ark.(2002) engelli çocuğa sahip annelerin daha yüksek seviyede strese sahip olduklarını ve sosyal izolasyon yaşadıklarını ve kendilerini yalnız hissettiklerini ve yardıma muhtaç olduklarını tespit etmişlerdir.

Engelli çocuğa sahip ailelerde annelerin daha yüksek oranda depresyon yaşadığı da gözlemlenen bir diğer sorun olarak karşımıza çıkmaktadır (Kaçan, 2012; Demir, Özcan, Kızıllırmak,2010).

Bedensel engelli (serebral palsi ve spinabifida) çocukların aileleri üzerinde yapılan bir başka araştırmada ise annelerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin yüksek olduğu ve annelerin yaşam kalitesinin babaların yaşam kalitesinden daha düşük olduğu saptanmıştır (Şimşek ve Aybar, 2014).

Bu durumun en önemli nedeni ise babanın çocuğun bakımından birincil derecede sorumlu olmaması ve annenin sürekli çocuk ile bir arada olması ve ona bakım vermesidir.

Çocuğun anneye bağımlı olması annenin çalışmasına engel olmakta daha izole bir hayat

yaşayarak sosyal destekten yoksun olmasını da beraberinde getirmektedir.

Babanın ise iş hayatı ile birlikte farklı sosyal çevreler edinebildiği ve yaşam kalitesinin anneye oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Bunun yanında sosyal desteği daha fazla hissedip kendisini umutsuz hisseden engelli babaları da bulunmaktadır.



Engelli çocuğa sahip ailelerin umutsuzluk hisleri ve sosyal destek arasında ters yönde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Yani kişinin aldığı sosyal destek arttıkça hissettiği umutsuzluk duygusu da aynı oranda azalmaktadır.

(Aslan, 2019)



Buna ek olarak başka bir araştırmada ev hanımlarının daha fazla engelli çocuğa sahip oldukları ve sağlık personeli olarak çalışanların daha az engelli çocuğa sahip oldukları tespit edilmiştir (Mıdık Özpak ve ark., 2017). Bunun nedeninin engelli çocuğa sahip olunduktan sonraki süreçte annenin çalışma hayatını sonlandırarak çocuğun bakımı ile ilgilenmek zorunda kalması gösterilebilir.

Yine başka bir araştırmada engelli annelerinin sürekli kaygı düzeylerinin ve algılanan sosyal desteğin ortalamanın üstünde olduğunu tespit etmiştir. Aralarındaki ilişki incelendiğinde ise sosyal desteğin arttıkça kaygının azaldığı görülmüştür. Ayrıca annenin eğitim ve gelir düzeyi arttıkça kaygı seviyesinin de azaldığı saptanmıştır (Coşkun; Akkaş 2009).

Resch ve ark. (2012), engelli çocuğa sahip 110 aile üzerinde yaptığı araştırmada %9'unun depresyonda olduğunu ve bu ailelerdeki aile memnuniyeti, problem çözme yeteneği, fiziksel sağlık ve değerlendirme süreçleri ile ilgili yaşanan yetersizliklerin depresyonu %83 oranında etkilediği görülmüştür.



Balcı ve Ark. (2019), yaptıkları engelli çocuğa sahip olan ebeveynlerin, aile yükünün belirlenmesi yönündeki araştırmada ise annelerin %68'inin profesyonel sağlık danışmanlarına ihtiyaç duyduklarını, bunlardan sadece %37'sinin bu uzmanlardan bilgi ve destek isteğinde bulduklarını ancak sadece %33'ünün bu hizmeti alabildiğini belirlemişlerdir.

Zihinsel engelli çocuğa sahip olmanın sosyal hayata etkisi incelendiğinde ise, annelerin %66'sının zihinsel engelli çocuğun varlığından ötürü aile üyeleri arasında sorunlar yaşandığı, %56'sının çocuklarına yeteri kadar zaman ayıramadıkları, %79'unun engelli çocuğu olan diğer ailelerle temasa geçtikleri, %88'inin kendi engelleri ile ilgili hizmet veren dernek ve kuruluşlarla temasa geçmedikleri saptanmıştır.

Bu bağlamda engelli çocuğa sahip ailelerin; fiziksel, sosyal, ekonomik yüklerin, zamana olan ihtiyaçlarının ve yetersizlik algılarının psikolojik sağlamlığı olumsuz yönde etkilediği görülmüştür. Aile yükünün artmasına göre ailenin hem kendilik algısının bozulduğu hem de sosyal desteği hissetme oranının düştüğü ve bu durumda psikolojik sağlamlığı azalttığı da belirlenen bir diğer gerçektir (Bildirci, 2014). Sivrikaya ve Tekinaslan (2013); yaptıkları çalışmada sosyal desteğin artması durumunda stresin ve aile yükünün hafiflediğini tespit etmişlerdir.

Sosyal desteğin engelli çocuğa sahip aileler için önemi ile ilgili yapılan başka bir araştırmada ise

engelli çocuğa sahip ailelerin algıladıkları sosyal destek ile stres, depresyon, endişe, kızgınlık arasında ters yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır.

En yalın ifade ile sosyal destek arttıkça stres, depresyon, endişe ve kızgınlık hisleri azalma eğilimi göstermektedir (Gray ve Holden, 1992).

Sosyal desteği en çok hisseden engel grubunun ise dil konuşma güçlüğü engeline sahip çocukların anne ve babaları olduğu tespit edilmiştir (Aslan, 2019).

Engelli çocuğa sahip ailelerin yaşam doyumu, iyimserlik ve psikolojik rahatsızlık belirtileri gösterme arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada iyimserlik ve iyimser bakış açısının yaşam doyumunu olumlu yönde etkilediğini öte yandan yaşam doyumu azaldıkça psikolojik rahatsızlık belirtilerinin arttığı gözlemlenmiştir. Kısaca iyimser bir bakış açısına sahip olan kişinin yaşamdan doyum aldığı ve psikolojik rahatsızlık belirtilerini gösterme olasılığının azaldığı söylenebilir (Avşaroğlu ve Okutan, 2018).

Öte yandan yaşam standardı ve eğitim durumunun engelli çocuğa sahip ailelerin üzerindeki etkisi araştırıldığında üniversite ve üstü eğitime sahip ve orta düzey ve üstü gelire sahip engelli çocuğa sahip ailelerin daha yüksek umut düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca psikolojik dayanıklılığı; aile, arkadaş desteğinin etkilediği gözlemlenmiştir (Zengin, 2013).

Sonuç olarak yapılan araştırmalar ışığında engelli çocuğa sahip olan ailelerin sağlıklı çocuğa sahip olan ailelerden daha fazla aile yüklerinin olduğu ve durumun tüm yaşam boyu sürmesi nedeniyle yıpratıcı bir hayat devam ettirdikleri çok açık bir gerçek olarak karşımıza çıkmaktadır.

Ülkemizde engelli çocuğa sahip olan ailelere yönelik sağlık desteği, ekonomik destek ve eğitim desteği vermek adına yürütülen çalışmalar mevcuttur. Sağlanan bu desteklerin engelli çocuğa sahip ailelere ulaşmasında Rehberlik ve Araştırma Merkezleri çok önemli bir görev üstlenmektedir. Rehberlik Araştırma Merkezleri, engelli çocuğa sahip ailelerin bu durumu öğrendikten sonra



çocuklarının eğitim hayatı ile ilgili düzenlemeleri uzmanlarla birlikte yapabildikleri, bunun yanında psiko-sosyal destek alabildikleri yegâne kurumdur. Bu noktada ilk olarak engelli bireye ihtiyacı olan özel eğitim desteğinin nasıl ve ne koşulda verilebileceği ile ilgili bilgilendirme ve düzenlemeler yapılır. RAM tarafından her bireyin engel durumuna özel, eğitim programı hazırlanır ve bu eğitim programı doğrultusunda her yıl adım adım ilerlemesi kaydedilir.

Çocuğun gösterdiği performansla göre yeni hedeflerle program güncellenir. Özel eğitim hizmeti ile ilgili yönlendirme bununla kalmayıp, okul çağına gelmiş engelli çocukların kendilerine en uygun ve sağlıklı okul ortamına yönlendirilmesini de içermektedir.

Okuldaki ortamının düzenlenmesine yönelik gereken işlemlerin yürütülmesine müşavirlik hizmeti yine RAM tarafından verilmektedir. Öte yandan engelli çocuğa sahip ailelerin bu süreçte yaşadıkları

kaygı ve depresyon gibi olumsuz duygu durumları ile baş edebilmelerine yardımcı olmak için psikolojik destek hizmeti vermek de Rehberlik Araştırma Merkezlerinin yürüttüğü çalışmalar arasındadır. Bu hizmet başvuruda bulunan tüm ailelere herhangi bir ön koşul istenmeden sunulmaktadır. Bununla beraber Rehberlik Araştırma Merkezleri okuldaki tüm velilere ve sahada görev yapan tüm öğretmenlere yönelik engelli bireylerle ilgili farkındalık yaratacak eğitimler, seminerler ve psiko-sosyal çalışmalar düzenlemektedir.

Son söz olarak engelli çocuğa sahip aileler için sosyal destek diğer desteklerin yanında daha yaşamsal bir öneme sahip olmaktadır. Yalnız olmadıklarını bilmek, kendilerine yardım edileceğine güvenmek bu ailelerin psikolojik sağlamlığını artırarak baş etme mekanizmalarının daha sağlıklı çalışmasını sağlar. Durum böyle olunca engel durumu değişmese bile ailenin hayatı değişebilmektedir.

KAYNAKÇA

- Aslan, F. (2019). Özel Eğitim Gereksinimi Olan Çocukların Ebeveynlerinin Evlilik Uyumları, Umutsuzluk Düzeyleri Ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. İstanbul Üniversitesi Yayınlanmış YLT.
- Balci, S.; Kızıl, H.; Savaşer, S.; Dur, Ş.; Mutlu, B. (2019). Zihinsel engelli çocuğu olan ailelerin yaşadığı güçlüklerin ve aile yükünün belirlenmesi. Psikiyatri Hemşireliği Dergisi.
- Bildirici, F. (2014). Özel eğitime gereksinimi olan çocuğa sahip ailelerde aile yükü ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki. Haliç Üniversitesi, Yayınlanmamış YLT.
- Breslau, N.; Staruch, K.S.; Mortimer Jr, E.A. (1982). Psychological Distress in Mothers of Disabled Children.
- Coşkun, Y.; Akkaş, G. (2009). Engelli Çocuğu Olan Annelerin Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişki. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD) Cilt 10, Sayı 1,
- Çetin, K. (2018). Engelli Çocuklara Sahip Ailelerin Çocuklarını Kabul- Reddi İle Sosyal Destek İlişkisinin Çeşitli Değişkenlerce Yordanması. Adnan Menderes Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Dergisi, Sayı: Aralık, 2018, 9(2), Sayfa: 137-154.
- Demir, G.; Özcan, A.; Kızılırmak, A. (2010). Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 2010; 13: 4
- Doç. Dr. Avşaroğlu, S.; Okutan, H. (2018). Zihin Engelli Çocuğu Olan Ailelerin Yaşam Doyumları, İyimserlik Ve Psikolojik Belirti Düzeylerinin İncelenmesi. Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi. Cilt: 7 Sayı: 1
- Feldman, M.A., Varghese, J., Ramsay, J. & Rajska, D. (2002). Relationships Between Social Support, Stress and Mother-Child Interactions in Mothers with Intellectual Disabilities. Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities. 15, 314-323.
- Gray, D.E. & Holden, W.J. (1992) Psychological-social well-being among the parents of children with autism. Journal of Intellectual and Developmental Disability, 18, 83-93.
- Görgü, E. (2005). 3-7 Yaş Arası Otistik Çocuğa Sahip Olan Annelerin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyleri İle Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişki. Marmara Üniversitesi. Yayınlanmış YLT.
- Kaçan Softa, H. (2001). Engelli Çocuğa Sahip Olan Ebeveynlerin Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi. XII. Ulusal Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi ve Psikosomatik Tıp Kongresi Bildirileri.
- Karadağ, G. (2009). Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Yaşadıkları Güçlükler ile Aileden Algıladıkları Sosyal Destek ve Umutsuzluk Düzeyleri. TAF Preventive Medicine Bulletin, 2009: 8(4)
- Kazak, A.E. (1987). Families with disabled children: Stress and social networks in three samples. Journal of Abnormal Child Psychology volume 15, pages 137-146 (1987)
- Lofçalı, A.N. (2019). Özel Eğitime Gereksinim Duyan Çocuklara Sahip Annelerin Çocukları İle Olan İlişkileri, Depresyon Düzeyleri Ve Kişilik Özellikleri. Beykent Üniversitesi Yayınlanmış YLT.
- Midik Özpak, A.; Tekin, O.; Arslan, İ.; Gürhan, B.; Özdaş, M.S.; Çelik, M.; Arıman, O.Ö.; Evmez, M.; Fidancı, İ. (2017). Engelli Çocuk Sahibi Olan Ebeveynlerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının İncelenmesi. Araştırma Makalesi. Konuralp Tıp Dergisi e-ISSN 1309-3878 Singh, P.; Goya, L.I.; Pershad, D.; Singh, S.; Walia, B. N. S. (1990). Psychosocial problems in families of disabled children. Resch, J.A.; Elliott, T.R.; Benz, M.R. (2012). Depression Among Parents of Children With Disabilities.
- Sivrikaya, T.; Çifci Tekinarslan, İ. (2013). Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuğa Sahip Annelerde Stres, Sosyal Destek ve Aile Yükü. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi 2013, 14(2) 17-29.
- Şimşek Aybar, Ş.S. (2014). Özel Eğitim Merkezinde Tedavi Edilen Çocukların Anne Ve Babalarında Depresyon Ve Yaşam Kalitesinin Analizi. İstanbul Bilim Üniversitesi. Yayınlanmış YLT.
- Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK] (2002). Türkiye Engelliler Araştırması.
- Zengin, B. (2013). Özel Eğitime Muhtaç Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Algıladıkları Sosyal Destek, Psikolojik Dayanıklılık Ve Umud Düzeyleri. Gazi Üniversitesi. Yayınlanmış YLT.
- <https://www.tr.undp.org/content/turkey/tr/home.html>

Sporun Engel Tanımayan Gücü

Mustafa ÜNVER / Psikolojik Danışman
Karşıyaka Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Spor belirli kurallara göre bireysel veya takım halinde yapılan ve kişilerin hem zihinsel hem de fiziksel yapılarını geliştirmeye yönelik içinde rekabet ve eğlenceyi barındıran bir eylemdir.

Bu tanıma bakıldığında kişinin spor yapabilmesi için sağlıklı olmanın ön koşul olduğu algısı oluşmakla birlikte insanın hayal gücü ve azmi sayesinde günümüzde herhangi bir engeli sahip bireylerinde yapabilecekleri bir eyleme dönüştüğünü büyük bir mutlulukla izlemekteyiz.

Engelli bireyler için spor sadece yaptıkları bir eylem olmaktan öte, onların içinde yaşadıkları toplumun bir parçası olmasını sağlayan bir anlam ifade etmektedir.

Engeli ne olursa olsun birey spor yaptığı zaman var olan fiziksel, duygusal ve zihinsel kapasitesini en üst seviyede verimli kullanmış olur. Bu durum beraberinde özgüveninin gelişmesine, bağımsız yaşam becerileri edinmesine, sosyalleşmesine, en temelde de yaşadığı engel durumu ile ilgili var olan olumsuz düşüncelerinin yarattığı gerginlikten kurtularak daha kaliteli ve mutlu bir yaşam sürmesine destek olmaktadır.



Engelli bireyler için spor ilk kez Dr. Guttman önderliğinde 1945'de bowling, okçuluk, bilardo ve masa tenisi ile başlamış, sonrasında bu çalışmalar takım sporları da eklenmesi ile devam etmiştir.

Zaman ilerledikçe bu spor dallarına Tekerlekli sandalye ile polo ve basketbol oyunları da eklenmiştir.

(Çınarlı& Ersöz 2010:143-144)



Ülkemizde ise engellilere yönelik "Özürlü sporcuların gerçekleştirdikleri tüm sportif etkinlikleri bünyesinde toplayıp geliştirmek, bu çalışmalarını yurt yüzeyinde yaygınlaştırıp, sporu rehabilitasyonun bir parçası haline getirmek ve uluslararası etkinliklerde özürlü sporcuya çağdaş yarışma ortamının hazırlanması için gerekli çalışmaları planlamak ve uygulamak" amacıyla 1990 yılında Türkiye Özürlüler Spor Federasyonu kurulmuştur.

(Kalyon, T.A, 1997).



Daha sonra Türkiye Engelliler Spor Federasyonu olarak adı değişmiştir. Federasyon 2000 yılından itibaren dağılırarak;

➤ **Bedensel Engelliler**

➤ **İşitme Engelliler**

➤ **Görme Engelliler**

➤ **Zihinsel Engelliler Federasyonu** olarak faaliyetlerine devam etmektedir.

Bu dört federasyon çeşitli spor dallarında engellilere yönelik ülkemizde faaliyet göstermekte ve uluslararası alanda birçok başarıya imza atmaya devam etmektedirler.

Engelli bireylerin günümüzde spor yaptıkları pek çok branş bulunmaktadır. Bu yazımızda siz değerli okuyucularımız için bu branşlardan bazılarını tanıtmaya çalıştık.



TORBALL: Görme engelli bireyler tarafından oynanan bir oyundur. Spor salonunda üçer oyuncudan oluşan iki takımla oynanır. Dikdörtgen sahanın kısa kenarlarında birer kale vardır.

Oyun bellball adı verilen bir zilli top kullanılır. Topun oyun alanının bir ucundan diğer ucuna gerilmiş üç ipin altından atılması gerekir.

Oyun alanı 16 metre uzunluğa ve 7 metre enine sahiptir. Oyunda amaç topu kale çizgisinden geçirmektir. Rakip takım da buna engel olmaya çalışır.

GOLBOL: Bu spor dalı da görme yetilerini kaybetmiş askerlerin rehabilitasyonu amacıyla 1946 yılında geliştirilen bir oyundur.

Bu oyunu oynayabilmek için tamamen görme yetisinin olmaması gereklidir. Yine de oyun sırasında oyuncular opak göz bandı ile oynamak zorundadır.

9 metre genişliğinde ve 18 metre uzunluğunda bir sahada oynanır. Her takımda 3 asil, 3 yedek oyuncu olur. Oyuncunun amacı zilli bir topu rakiplerinin arasından geçirerek rakip kalenin ağlarına atıp skor elde etmektir.



TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOLU

Tekerlekli sandalye basketbolu engelli kişiler tarafından en çok tercih edilen spor dallarından biridir.

Tekerlekli sandalye basketbolu oldukça hızlı ilerleyen, yüksek tempolu bir spordur. Oyuncular dört tekerleği olan özel sporcu sandalyeleri kullanır. Tekerlekli sandalye basketbolunun kuralları, klasik basketboldan pek farklı değildir.

Pota yüksekliği, serbest atış mesafesi gibi ölçüler klasik basketbolla aynıdır. Tekerlekli sandalye basketbolu 5'er kişilik 2 takımla oynanır.



OTURARAK VOLEYBOL

Oturarak voleybol bedensel herhangi bir engeli olan kişilerce tercih edilen bir spor dalıdır.

Genelde köşegen sahalarda oynanan bir voleybol türüdür.



ENGELLİ FUTBOLU

Engelli bireylerin oynayabilmesi amacıyla uyarlanmış kör futbolu olarak da bilinir. Temelde futbol ile aynı özelliktedir.

Takım, birisi kaleci olmak üzere dört oyuncudan oluşur. Bu oyunda da yine zilli bir top bulunur. Engelli futbolu normal standardın dışında daha küçük bir saha ve kale ile oynanır.

Oyun sırasında oyuncular siyah maske takmak zorundadırlar. Ayrıca oyunun hangi yönde oynandığının anlaşılması için sahada özel kabartmalar da bulunmaktadır.



TEKERLEKLİ SANDALYE TENİSİ

Tekerlekli sandalye ile oynanan tenis oyunu normal tenis kortlarında elektrikli sandalye ile oynanan bir spor dalıdır.

Engelsiz bireylerin oynadığı tenisten farkı ise tenis topunun iki kere sekmesine izin verilmektedir.

PARA ATLETİZM

Dünya üzerinde en geniş çaplı yapılan ve fiziksel engelin yanında görme ve zihinsel engeli de barındıran çok çeşitli bir spor dalıdır. Kadın ve erkek herkese açık bir spordur. Dört yılda bir tekrarlanan paralimpik oyunlar şeklinde oynandığı gibi iki yılda bir dünya şampiyonası ve çeşitli bölgesel şampiyonalar da düzenlenmektedir.

Para atletizmde engel grubuna göre sınıflandırma yapılarak oyunlar düzenlenir. Bu oyunların arasında koşma, atlama, disk, gülle, cirit atma, tekerlekli sandalye koşusu gibi dallar bulunmaktadır.

ALP DİSİPLİNİ

Pek çok paralimpik oyun gibi alp disiplini de İkinci Dünya Savaşından sonra geliştirilen bir oyundur. Alp kayağı olarak bilinen bu spor 6 farklı disiplinden oluşur. Bu disiplinleri engelli sporcuların yapabilmesi adına farklı donanımlar eklenmiştir. Oturmali-kayak, dirsekli kayak ve tekli-kayak bu donanımlar arasındadır. İçinde sürat barındıran bu oyunda zaman zaman sporcular, pistlerden aşağı, saatte yaklaşık 100 km'ye ulaşan bir hızla yarışır.

Yarışmada ampüte oyuncuların yanı sıra beyin ve omurilik felci geçiren sporcular ile körlük/görme bozukluğu bulunan kadın ve erkek sporcular yarışır. Körlük/görme bozukluğu olan sporcular, görebilen kişiler tarafından pist boyunca rehberlik alırlar.

PARA YÜZME

Para Yüzme Dünya üzerinde yaklaşık 100 ülkede yapılan bir spor dalıdır. En çok bilinen ve ilgi çeken spor dalı olma özelliğini taşımaktadır. Klasik yüzmede de bulunan sırtüstü, kurbağalama, kelebek, serbest, karışık ve röle stillerinden oluşur. Kadın ve erkek tüm engelli sporculara açık bir oyundur.

Paralimpik oyunlarda yer alan ve ulusal ve uluslararası pek çok turnuvası bulunan izlemesi keyifli bir o kadar da ilham verici bir spor olma özelliğini taşır.

Engellilerin daha birçok spor alanında kendilerini gerçekleştirebilecekleri, sosyal iletişimi güçlendirebilecekleri görülmektedir.

Son zamanlarda uluslararası engelli spor dallarında yapılan yarışmalarda engelli takımlarımız birçok başarı kazanmış; ülkemizde ve dünyada adından söz ettirmeyi başarmıştır.

Ülkemizde 19 engelli spor dalından 13 tanesi aktif olmakla birlikte, paralimpik olarak kabul edilmeyen 3 farklı branşta da aktif bir şekilde spor yapılmaktadır. Özellikle bedensel engelli olan sporcularımızın, 2018 yılından beri uluslararası yarışmalarda 80 altın, 88 gümüş ve 78 bronz olmak üzere 246 madalya kazanarak başarılarını tüm dünyaya göstermişlerdir.

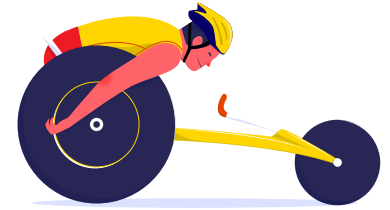
Öne çıkan birkaç başarıyı sayacak olursak Avrupa Paralimpik Yüzme Şampiyonası'nda altın madalyayı Sümeyye Boyacı kazanırken; 2018 Dünya Masa Tenisi Şampiyonası'nda erkekler klas 4 finalinde milli sporcular Abdullah Öztürk ve Nesim Turan karşılaşırken, Nesim Turan altın madalyayı, Abdullah Öztürk gümüş madalyayı almıştır.

Takım halindeki başarılarda ise Avrupa 22 Yaş Altı Erkekler Tekerekli Sandalye Basketbol Şampiyonası'nda Türkiye şampiyon olurken; Ampute Futbol Milli Takımı, geçen yıl elde ettikleri Avrupa şampiyonluğunun yanına dünya ikinciliğini de eklemiştir.

Görme engelli sporcularımızdan oluşan Golbol Kadın Milli Takımımız, Tokyo 2020 Paralimpik Oyunlarında ABD'yi 9-2 mağlup ederek şampiyonluğa ulaşmıştır. Ülkemize Tokyo'daki 2. altın madalyasını kazandıran Golbol Kadın Milli Takımımız, üst üste ikinci kez paralimpik oyunlar şampiyonu oldu. Öte yandan İşitme Engelliler Kadın Voleybol Milli Takımı, Ekim 2021'de Dünya Şampiyonasında finalde İtalya'yı yenerek şampiyon olmuştur.

Özetle fırsat ve imkân tanındığı zaman engeli ne olursa olsun tüm insanlar spor yapabilir hatta büyük başarılarla imza atabilirler. Hatta bu sayede kendileri gibi engeli nedeniyle kısıtlanmış hayatlar yaşayan insanlar için umut ışığı oluşturabilirler.

Spor, engelli bireylerin kendilerini ifade etmelerine, sosyal iletişimlerini güçlendirmelerine ve özgüvenlerini arttırmalarına katkı sağlayan çok önemli bir eylemdir. Bizler de engelli öğrencilerimizin hayatlarına dokunan paydaşlar olarak, onları yetenekleri doğrultusunda spora yönlendirmeleri ile ilgili olarak aileleri ile birlikte bilinçlendirmeli ve teşvik etmeliyiz.



KAYNAKÇA

1. Çınarlı,S , Ersöz,G. Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi2010/2sayı 12 S.143-144
2. Kalyon, T.A. Özürlülerde Spor Yayınevi 1997
3. Türkiye Millî Paralimpik Komitesi 23/12/2021 tarihinde <http://www.tmpk.org.tr/paralimpik-sporlar> adresinden alındı.
4. Anadolu Ajansı. 28.12.2021 tarihinde <https://www.aa.com.tr/tr/spor/bedensel-engelli-sporculardan-tarihi-basari/1327362> adresinden alındı.



Oyunlarla Büyüme

Ezgi DEMİR / Psikolojik Danışman
Sevil AYDIN / Psikolojik Danışman

Aliğa Rehberlik ve Araştırma Merkezi

“

*Oyuncaklar çocuğun kelimeleri,
Oyun ise ne anlatmak istediğidir.*

Haim G. Ginott

”



Ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiyi güçlendiren aynı zamanda pekiştiren en önemli vakitlerden biri, çocukla ebeveyn arasında kurulan oyun oynama zamanlarıdır.

“

Oyun, belli bir amaca yönelik ya da amaçsız olarak, kurallı ya da kuralsız, çocuğun tüm gelişim alanlarına etki eden, çocuğun isteyerek ve hoşlanarak katıldığı, araçlı ya da araçsız olarak gerçekleştirilen en doğal öğrenme aracıdır.

(Koçyiğit, Kök ve Tuğluk 2007)

”

Oyun çocukların gelişimi için kıymetlidir; çünkü oyun, çocukların iletişim kurma çabalarının en doğal şeklidir. Oyuncaklar çocukların yaşamında kelimeler gibidir ve oyun çocukların dilidir.

Çocuklar yetişkinlere deneyimlerini, beklentilerini, isteklerini, fikirlerini ve hislerini oyun aracılığıyla aktarırlar.

Çocuklar yaşadıkları tecrübeleri ifade etmek için çoğunlukla oyuncakları tercih ederler. Bu sebeple, ebeveynler ile çocukları arasında ev içerisinde oynamaları amacıyla özel şekilde düzenlenmiş oyun vakitlerinin olması çok değerlidir.

Yetişkinler olarak oyun vakitlerinde çocukların diğer zamanlarda dile getiremedikleri birçok şeyi bize yansıttıklarını fark ederiz. Bu bazen tercih edilen oyuncak figürünü seslendirme şeklinde bazen bedensel olarak bazense çizilen bir resme yansıttıklarıyla açığa çıkar.

Çocuğunuzla gün içerisinde çok defa farklı oyunlar oynayabilirsiniz. Ancak birlikte belirleyeceğiniz benzer gün ve saatlerde tekrarlayacağınız oyun saatleri oluşturmak çocuğunuzla aranızdaki bağı pekiştirmenize katkı sağlayacaktır.

Birlikte geçirilen bu zaman, çocuğunuzun kendini güvende hissettiği bir ilişki ağı yaratmasını da destekleyecektir.

Düzenlenen özel oyun saatleri esnasında anne ve babalar, çocuklarıyla duygudaş olmayı, çocuklarının öz disiplinli olmayı öğrenmelerine yardım etmeyi bunlarla birlikte çocukların dikkat etmeleri gereken sınırları fark ettirmeyi öğrenirler.

Akandere'ye göre çocuk oyun oynadığı zamanda acı, sevinç, mutluluk, sevgi, endişe, bağımsız hareket etme ve ayrılık gibi birçok duyguyu deneyimler.

Çocuklar onaylandıkları, anlaşıldıkları ve değerli olduklarını sezinledikleri oyun bağında birçok sorunu rol oynama yoluyla dışarıya yansıtır. Böylelikle gergin hissettiren duygulardan uzaklaşırlar.

Çocuklar geçirdiği oyun vakitleri sonrasında kendi gizli güçlerini fark edip daha da güçlenmiş olarak hayatına devam ederler.

Toplumsal kuralların öğretimi hususunda en kolay ve en etkili yol oyunlardır. Oluşturulmuş bir oyun ortamında çocuk söz hakkı isteme, sıraya girme, düzen oluşturma, saygı duyma, paylaşma ve eşyasına sahip çıkma, düşüncelerini paylaşma gibi birçok davranışı öğrenir (Doğanay, 1988).

Oyunlarla birlikte çocuk kendini keşfetmeye başlayacaktır. Davranışlarını ve tepkilerini görerek onları yönetmeyi öğrenecektir

(Huizinga,1995). Oyun saatleri sayesinde kabul edildiğini, anlaşıldığını ve değer verildiğini hissederek çocuğun kendine verdiği değer, özsaygı artacak ve yeterlilik konusunda daha pozitif duygulara sahip olacaktır.

Çocuğun bu sürecin sonunda kendini kontrol etme pratiklerini keşfetmesi de oyunun en büyük kazanımları arasındadır.



Bir Oyun Ortamı Nasıl Olmalı?

İşe ilk olarak bunun özel bir saat olduğunu çocuğunuza hissettirerek başlamanız gerekiyor. **“Bu bizim birlikte geçireceğimiz özel bir zaman”** mesajını çocuğa önceden vermelisiniz.

Sizi rahatsız edebilecek tüm dikkat dağıtıcı unsurlar kontrol altına alınmalı, telefon, televizyon ve tablettan arındırılmış bir ortam olmasına dikkat etmelisiniz. Bu özel ortamda eleştirme, yargılama, zorlama, kızdırma ve aşağılama gibi şeylere yer olmadığını bilmelisiniz.

Ebeveyn bu oyun zamanında çocuğu çok fazla yönlendirmemelidir. Çocuk eğer mavi arabayı göstererek **“Bu ne?”** diye size soruyorsa **“Sen ne olmasını istiyorsun?”** diyerek cevap vermek yaratıcılığını engellemek adına önemlidir. Bu oyunda lider çocuktur. Siz onun dansına eşlik eden olmalısınız.

Hangi oyuncaklarla oynayacağını kendisi seçebilir. Oyun sonunda da oyuncaklar çocukla birlikte toplanarak yerlerine koyulur.



Bir nesneye oyuncak diyebilmek için hazır olarak satılan bir ürün olması gerekli değildir.

Çocuğun oyun ortamına dâhil ettiği hayatını ve sağlığını tehlikeye düşürmeyecek her eşya oyuncak olabilir.

Boş karton kutular, pet şişeler, ahşap parçaları, renkli-renksiz kağıtlar gibi.

Çocukların oynamaktan keyif aldığı mutfak ve diğer ev eşyaları da oyuncak olarak kullanılabilir. Bunların dışında hepimizin bildiği körebe, yerden yüksek, saklambaç, tavşan tut, sıcak-soğuk, patates baskısı vb. oyunlar evde birlikte vakit geçireceğimiz zamanda tercih edilebilir. Ayrıca evdeki her materyalden oyun ve oyuncak üretebiliriz.

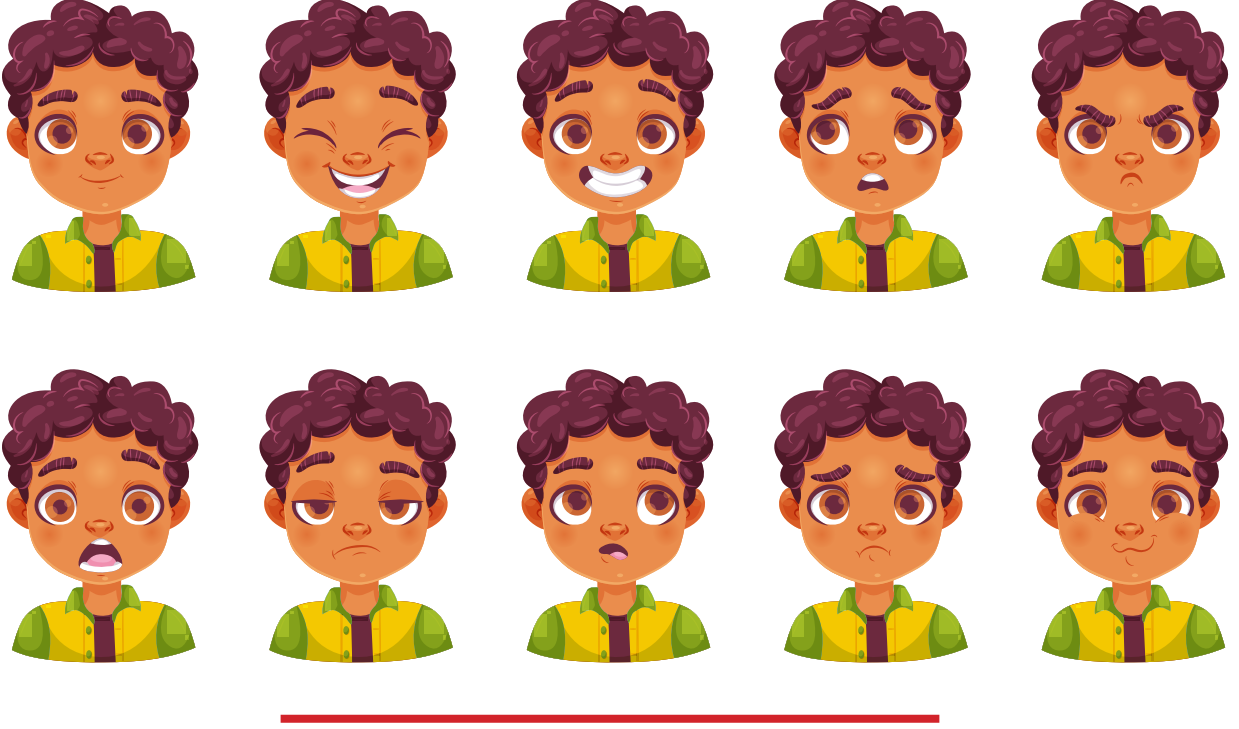


Birkaç örnek verecek olursak:

1

- Çocuğunuzun sevdiği figür oyuncakı bir kâğıda ya da alüminyum folyoya sarın.
- Aynı boyutta içi boş olacak şekilde başka toplar elde edin.
- Bütün hepsini ortaya bir kutunun içinde sallayarak atın.
- Sırayla birer tane top seçip açın.
- Figür oyuncak kime gelmişse bu turun kazananı o olur.
- Birkaç tur aynı oyunu devam ettirebilirsiniz.





2

Kalın bir kartona kendiniz çizerek ya da çıktı alarak temel duyguları yansıtan duyu kartları oluşturarak işe başlayabilirsiniz. Aşağıda verilen örnek durumları çocuğunuza okuyarak ifade edilen duyu ile ilgili kartı kaldırmasını isteyin. Duyguları ve örnek durumları siz çeşitlendirebilirsiniz.

Korku: Bobo gece yatmak için odasına gittiğinde dışarıdan “Uuuuuuuu” (rüzgâr sesi) diye bir ses duydu. Bobo ne hissediyor?

Üzgün: Bobo en sevdiğinin oyuncak arabasının kırıldığını gördü. Bobo ne hissediyor?

Mutlu: Bobo uzun zamandır suladığı bitkisinin çiçek açtığını gördü. Bobo ne hissediyor?

Öfke: Arkadaşı Bobo'nun oyuncağını izinsiz olarak elinden aldı. Bobo ne hissediyor?

“

Kuşlar Uçar, Balıklar Yüzer ve Çocuklar Oyun Oynar.

Garry L. Landreth

”

3



- Ayakkabı kutuları yardımıyla çocuğunuz için bir ev inşa edebilirsiniz.
- Bu evde kürdan kutularından yatak, kartonları kıvrarak merdiven, şişe kapağından sehpa, çizdiğiniz veya dergilerden kestiğiniz ev eşyalarını yapıştırarak bir yaşam alanı oluşturabilirsiniz.
- Çocuğunuz küçük oyuncaklarını da işe dâhil ederek eğlenceli bir oyun vakti geçirebilirsiniz.

KAYNAKÇA

1. Akandere, M. (2003). Eğitici Okul Oyunları. 1. Basım. Ankara, Nobel Yayın Dağıtım.
2. Doğanay, J. (1998). Anasınıfına Devam Eden Çocukların Ebeveynlerinin Çocuk Oyun ve Oyuncakları Hakkındaki Görüşlerinin İncelenmesi . (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü: Ankara.
3. Huizinga, J. (Çev: Mehmet Ali Kılıçbay) (1995). Homo Ludens. Oyunun Toplumsal İşlevi Üzerine Bir Deneme. 1. Basım. İstanbul, Ayrıntı Yayınları.
4. Koçyiğit S., Kök M. ve Tuğluk M. (2007). Çocuğunuzun Gelişim Sürecinde Eğitsel Bir Etkinlik Olarak Oyun. KKEFD, Sayı 16.
5. Pehlivan, H.(2005). Oyun ve Öğrenme. 1. Basım. Ankara. Anı Yayıncılık.

Rehberlik ve Araştırma Merkezi **Rehberlik ve Psikolojik** **Danışmanlık Hizmetleri Bölümü** *Görev ve İşlevleri*



Düzenleyen

Fatih AYDIN / Psikolojik Danışman
Çeşme Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Ülkemizde Millî Eğitim Bakanlığımıza bağlı olarak hizmet vermekte olan Rehberlik Araştırma Merkezleri, eğitim ve öğretim kurumlarının daha verimli ve doğru işleyebilmesi için araştırmalar yapan, aynı zamanda normal eğitim ve öğretim programlarına adaptasyon sorunu yaşayan bireylerin tespit edilip gerekli testlerin yapılmasına olanak sağlayan ve bu testler sonucunda gerekli

yönlendirmeleri yapan, devlete bağlı kurumlardır. Bu merkezlerin tüm hizmetleri ücretsizdir.

Ülkemizde il merkezleri bazı ilçe merkezlerinde olmak üzere 258 Rehberlik Araştırma Merkezi bulunmaktadır.

Rehberlik Araştırma merkezlerinde Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri ve Özel Eğitim Hizmetleri bölümü olmak üzere iki ana bölümden oluşmaktadır. Bu merkezlerde rehberlik ve özel eğitim

öğretmenleri görev yapmaktadır. Bu merkezler toplumun daha duyarlı ve bilinçli olmasına, yetersizlikleri nedeniyle toplumdan bireylerin soyutlanmamasına yardımcı olan merkezlerdir.

Bu yazımızda Rehberlik Araştırma Merkezi Müdürlüğüne bölümlerinden olan Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Hizmetleri bölümünün görev ve işlevleri üzerinde duracağız.





Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Bölümü ve Görevleri

1. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri bölümü, bölüm başkanının sorumluluğunda rehberlik ve araştırma merkezi müdürü tarafından görevlendirilen yeterli sayıda personelden oluşur.
2. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri bölümü; okul rehberlik ve psikolojik danışma, psikososyal destek, bireysel ve grupla psikolojik danışma ve rehberlik ile araştırma geliştirme hizmet alanlarındaki görevlerini yerine getirir.
3. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri bölümü aşağıdaki görevleri yapar:
 - a. Eğitim öğretim yılı başında e-Rehberlik sistemi üzerinden bölümün yıllık çalışma planını hazırlar.
 - b. Yıllık çalışma planını merkez komisyon toplantısında paylaşarak müdüre onaylatır.
 - c. Yıllık çalışma planını eğitim öğretim yılı boyunca uygular, gerektiğinde günceller.
 - d. Yürütülen çalışmalarını e-Rehberlik sistemine işler.
 - e. Yürütülen çalışmalarını eğitim öğretim yılı sonunda değerlendirir.
4. Hizmet alanlarına göre aşağıdaki görevleri yapar:
 - a. Okul rehberlik ve psikolojik danışma hizmet alanı kapsamında;
 - I. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programının hazırlanmasında eğitim kurumlarına müşavirlik eder.
 - II. Eğitim kurumlarınca hazırlanarak e-Rehberlik sistemi üzerinden rehberlik ve araştırma merkezine gönderilen okul rehberlik ve psikolojik danışma programlarını inceler, değerlendirir ve geri bildirim verir.
 - III. Rehber öğretmen/psikolojik danışmanı bulunmayan eğitim kurumlarında genel ve yerel hedeflere yönelik çalışmalar gerçekleştirir. Bu çalışmalar bölüm başkanının koordinasyonunda yürütülür.
 - IV. Eğitim kurumlarını ziyaret ederek rehber öğretmen/psikolojik danışmanlara, öğretmenlere ve eğitim kurumu idaresine müşavirlik hizmeti sunar.
 - V. Eğitim kurumlarının talep ve ihtiyaçları doğrultusunda öğrencilerin sosyal duygusal, akademik ve kariyer gelişimlerini desteklemek amacıyla öğrencilere, ailelere, öğretmenlere yönelik eğitim etkinlikleri düzenler.
 - VI. Sorumluluk bölgesine ait rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri ihtiyaç analizi sonuçları ile E-Rehberlik sisteminde yer alan ilgili eğitim öğretim yılına ait verileri inceler ve yerel hedeflerin belirlenmesine yönelik değerlendirme yapar.

- VII. Öğretim yılının başında ve sonunda olmak üzere yılda en az iki defa sorumluluk bölgesindeki rehber öğretmen/psikolojik danışmanlar ile toplantı yapar.
 - VIII. Eğitim öğretim yılı başı toplantısında, eğitim öğretim yılı boyunca yapılacak çalışmaları planlar. İhtiyaç duyulan ekip, komisyon ve çalışma gruplarını oluşturur.
 - IX. Eğitim öğretim yılı sonu toplantısında, rehberlik ve psikolojik danışma servislerinin ve bölümün eğitim öğretim yılı içinde yaptığı çalışmaları değerlendirir.
 - X. İhtiyaç duyulması hâlinde iş birliğini güçlendirmek, alanla ilgili güncel bilgileri ve uygulamalardaki iyi örnekleri paylaşmak amacıyla sorumluluk bölgesine, eğitim bölgesine, okul kademesine veya türlerine göre toplantılar düzenler.
 - XI. Hizmet alanı kapsamındaki müşavirlik, iş birliği, izleme ve değerlendirme çalışmalarını koordinatörlük sistemiyle yürütür.
 - XII. Eğitim kurumlarından koordinatörlük sistemi aracılığıyla iletilen diğer hizmet alanlarına ilişkin talepleri bölüm başkanına bildirir.
- b. Psiko-sosyal destek hizmet alanı kapsamında;
- I. Psikososyal destek hizmetlerine ilişkin çalışmaları Bakanlıkça hazırlanan yönerge doğrultusunda yürütür.
 - II. Her yıl kasım ayı içerisinde eğitim kurumlarından ulaştırılan risk altındaki öğrencilere ait verileri birleştirerek sorumluluk bölgesine ait risk haritasını oluşturur. Yıl içerisinde yapılan çalışmalarda bu verilerden yararlanır.
 - III. Bağımlılıkla mücadele kapsamında çalışmalar yürütür.
 - IV. Hakkında danışmanlık tedbir kararı verilen çocuğa ve çocuğun bakımından sorumlu kişilere ilgili mevzuat doğrultusunda hizmet sunar.
 - V. Psikososyal destek hizmetlerine yönelik grup rehberlik etkinlikleri ve psikoeğitim programları uygular.
 - VI. Rehber öğretmen/psikolojik danışmanı olmayan eğitim kurumlarında il/ilçe Psikososyal destek ekibi tarafından yapılan çalışmalara ait verileri e-Rehberlik sistemine işler.
- c. Bireysel ve grupla psikolojik danışma ve rehberlik hizmet alanı kapsamında;
- I. Bireyin kendini keşfetmesi, bilişsel, duygusal ve davranışsal düzeyde güçlendirilmesi amacıyla ruh sağlığı danışmanlığı hizmeti sunar.
 - II. Aile bireyleri arasındaki iletişim ve ilişkiyi geliştirmek, aile bireylerinin psikolojik iyi oluşlarını desteklemek, ailelere ihtiyaç duydukları konularda bilgi vermek ve gerekli becerileri kazandırarak aile sistemini güçlendirmek amacıyla aile danışmanlığı hizmeti sunar.
 - III. Bireyin ilgi, yetenek, kişilik özellikleri ve mesleki değerleri açısından kendini tanıması, seçeneklerini fark etmesi, kariyer kararı vermesi gibi konularda kariyer gelişim sürecini desteklemek amacıyla kariyer danışmanlığı hizmeti sunar. Tercih dönemlerinde tercih danışmanlığı hizmeti verir.
 - IV. Danışma hizmeti talep eden ve özel eğitim ihtiyacı olan bireyin yaşam kalitesini ve bağımsız yaşam becerilerini arttırmak için bireye ve ailesine rehabilitasyon danışmanlığı hizmeti sunar.



- V. Eğitim kurumlarından “Psikolojik Destek Yönlendirme Formu” (EK-1) doldurularak resmi yazı ile yönlendirilen öğrenci ve ailelerine randevu verir. Randevu tarihini e-Rehberlik sistemindeki randevu kayıt ekranına işleyerek ilgili eğitim kurumunu resmî yazı ile bilgilendirir.
- VI. Rehberlik ve araştırma merkezinin sorumluluk bölgesinden örgün eğitim kurumları dışında merkeze yapılan başvurularda bireye, birey reşit değil ise veli/vasisine randevu verir. Randevu tarihini e-Rehberlik sistemindeki randevu kayıt ekranına işler.
- VII. Veli ile yapılacak ilk görüşmede “Aile Bilgi Formu’nu (EK-2), yapılacak diğer görüşmelerde ise e Rehberlik sisteminden alınan görüşme formunu kullanır.
- VIII. Hizmet verilen birey öğrenci ise ilk görüşmede “Öğrenci Ön Görüşme Formu’nu (EK-3), diğer görüşmelerde ise e-Rehberlik sisteminden alınan görüşme formunu kullanır.
- IX. Hizmet verilecek birey öğrenci değilse e-Rehberlik sisteminden alınan görüşme formunu kullanır.
- X. Yapılan ilk görüşme sonunda danışan dosyası açarak gerekli bilgileri “Birey Kayıt Defteri” ne (EK4) işler.
- XI. Gerçekleştirilen görüşmeye ilişkin bilgileri e-Rehberlik sistemine işler. Elektronik ortama işlenmesi mümkün olmayan çalışmalarını danışan dosyasında usulüne uygun olarak saklar.
- XII. Öğrenciyle ilgili yürütülen çalışmaların bitiminde gizlilik ilkesini gözeterek ilgili eğitim kurumuna bilgilendirme amaçlı resmî yazı gönderir.
- XIII. Bireyi tanıma tekniklerini uygular, değerlendirmeleri raporlaştırarak bireylere geri bildirimde bulunur ve ihtiyaç hâlinde ilgililerle paylaşır. Gerekliğinde bireyi tanıma tekniklerini geliştirme çalışmalarına katılır.
- XIV. Tarama ve tanılama amacıyla psikolojik ölçme araçlarını kullanır, sonuçlarını değerlendirir ve özel eğitim hizmetleri bölümüne bilgi verir. Gerekli durumlarda ilgili kurum ve kuruluşlara yönlendirir.
- XV. Bireyin rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin müdahale alanı ya da rehber öğretmen/psikolojik danışmanın mesleki yeterlikleri dışında kalan bir uzmanlık alanında yardıma ihtiyaç duyması durumunda, bireyi yardım alabileceği düşünülen daha yetkin uzman kişi, kurum ve kuruluşlara yönlendirir.
- d. Araştırma geliştirme hizmet alanı kapsamında;
- I. Bölgenin ihtiyaçları doğrultusunda bilimsel araştırma yöntem ve tekniklerini kullanarak her eğitim öğretim yılında en az bir araştırma yapar. Araştırma sonuçlarına göre rehberlik ve araştırma merkezi tarafından çalışmalar planlanır ve yürütülür.
- II. Araştırma sonuçlarını raporlaştırarak Bakanlığa gönderir, gerektiğinde ilgili kurum ve kuruluşlarla paylaşır. Bu raporları kongre ve sempozyumlarda sunabilir, makale olarak yayımlayabilir.
- III. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerine ilişkin sorumluluk bölgesindeki ihtiyaçlar doğrultusunda projeler hazırlar.
- IV. Proje çalışmalarında gerektiğinde üniversiteler veya diğer ilgili kurum ve kuruluşlarla iş birliği yapar.
- V. Proje çalışmalarında ihtiyaç duyduğunda eğitim kurumlarında çalışan rehber öğretmen/psikolojik danışmanlardan destek alır.
- VI. Proje raporlarını ve diğer ilgili kayıtları usulüne uygun olarak saklar.
- VII. Öğrencilere, ailelere, öğretmenlere yönelik rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerine ilişkin broşür, bülten, dergi, kitapçık gibi yayınlar, psiko-eğitim programları, grup rehberlik etkinlikleri ile eğitim içerikleri hazırlayarak ilgili hizmet alanında görevli personelin kullanımına sunar. Gerekliğinde eğitim kurumlarıyla paylaşır.
- VIII. Genel ve yerel hedeflere ilişkin eğitim içerikleri hazırlayarak ilgili hizmet alanında görevli personelin kullanımına sunar. Gerekliğinde eğitim kurumlarıyla paylaşır.
- IX. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerine ilişkin ihtiyaç ve talepler doğrultusunda okul yöneticilerine, öğretmenlere ve rehber öğretmen/psikolojik danışmanlara yönelik düzenlenecek il veya ilçede seminer ve kurs gibi hizmet içi eğitim etkinliklerinin mahallî hizmet içi eğitim planına alınması için gerekli önerilerde bulunur.
- X. Eğitim kurumlarında görevli rehber öğretmen/psikolojik danışmanların bilgi ve becerilerini arttırmaya yönelik konferans, panel gibi bilimsel etkinlikler düzenler. Gerekliğinde üniversiteler veya diğer ilgili kurum ve kuruluşlardan uzman desteği alır.
- XI. Hizmetlerde kullanılacak ölçme araçlarının tespiti, temini, geliştirilmesi ile rehberlik ve psikolojik danışma servislerine dağıtımını için yapılacak çalışmaları planlar ve yürütür.
5. İhtiyaç halinde bu hizmetler çevrimiçi bilgi teknolojileri kullanılarak uzaktan verilebilir.
6. Bölümde sunulan rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri Bakanlıkça hazırlanan etik yönerge doğrultusunda yürütülür.

KAYNAKÇA

1. MEB Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği
http://orgm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2020_08/31230315_RAM_YONERGESY.pdf
2. *Danıştay İdari Dava Daireleri Kurulu tarafından 14/08/2020 tarihli ve 31213 sayılı Resmî Gazetede yayımlanan Millî Eğitim Bakanlığı Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yönetmeliğinin 14. Maddesi ile Eylül 2020 tarihli Tebliğler Dergisinde yayımlanan Millî Eğitim Bakanlığı Rehberlik ve Araştırma Merkezi Yönergesinin tamamının yürütülmesi durdurulmuştur.

Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Özel Eğitim Hizmetleri Bölümü

Görev ve İşlevleri

Düzenleyen

Sevinç AYDIN / Psikolojik Danışman

Bergama Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Özel eğitim hizmetleri bölümü, bölüm başkanının sorumluluğunda rehberlik ve araştırma merkezi müdürü tarafından görevlendirilen yeterli sayıda personelden oluşur.

Özel eğitim hizmetleri bölümü; eğitsel değerlendirme ve tanılama, özel yetenekli bireylerin tanılanması,

izleme ile araştırma geliştirme hizmet alanlarındaki görevlerini yerine getirir.

Özel eğitim hizmetleri bölümü eğitim öğretim yılı başında bölümün yıllık çalışma planını hazırlar ve yapılan çalışmaları eğitim öğretim yılı sonunda değerlendirir.





Eğitsel değerlendirme ve tanılama hizmet alanı kapsamında;

1. Eğitsel değerlendirme ve tanılama hizmetlerinden yararlanmak üzere rehberlik ve araştırma merkezine başvuran ya da yönlendirilen bireylere; randevu verir, dosya açar ve gerekli hizmetleri sunar.
2. Eğitsel değerlendirme ve tanılama hizmetlerinden yararlanmak üzere rehberlik ve araştırma merkezine başvuran bireylere ilişkin düzenlenen rapor ve bilgilerin gizliliğini sağlar.
3. Destek eğitim önerilen bireylerin, engel türü ve derecesine, gelişim özelliklerine uygun eğitim planını hazırlar ve sonuçlarını değerlendirir.
4. Ailelerin ihtiyaçları doğrultusunda özel eğitim alanı ile ilgili aile eğitim programları düzenleyerek aile görüşmeleri yapar.
5. Gerekli durumlarda rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri bölümü ile iş birliği yapar.
6. Eğitsel ve mesleki yönlendirmede bireylerin engel türü ve derecesine uygun kararların alınabilmesi için diğer alan uzmanlarıyla iş birliği yapar.
7. Eğitsel değerlendirme ve tanılaması yapılan bireye ait dosyanın sonuçlandırılması için gerekli tüm iş ve işlemlerin tamamlanmasını sağlar.
8. Hizmetlerde kullanılacak psikolojik ölçme araçları ile diğer araç ve tekniklerin tespiti, temin ve geliştirilmesi için yapılacak çalışmaları planlar ve yürütür.
9. Hizmet alanı kapsamındaki müşavirlik, iş birliği, izleme ve değerlendirme çalışmalarını koordinatörlük sistemiyle yürütür.

Özel yetenekli bireylerin tanılanması hizmet alanı kapsamında;

1. Tanılama amacıyla rehberlik ve araştırma merkezine başvuran bireyler için gerekli işlemleri yürütür.
2. Tanılama sonucunda aileye gerekli bilgilendirme çalışmalarını yapar.
3. Ailelerin ihtiyaçları doğrultusunda eğitim faaliyetleri düzenler, sonuçlarını izler ve değerlendirir.
4. Özel yetenekli bireylerin tanılama faaliyetleri kapsamında okullara müşavirlik hizmeti sunar.
5. Bilim ve sanat merkezlerine öğrenci tanılama ve yerleştirme sürecinde yapılacak olan çalışmaları planlar ve yürütür.
6. Tanılama ve yerleştirme süreci tamamlandığında ailelere bilgi verir.



İzleme hizmet alanı kapsamında;

1. Ailelerin ihtiyaçları doğrultusunda, rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri bölümü ile iş birliği yaparak aile eğitim programları düzenler, sonuçlarını izler ve değerlendirir.
2. Eğitim kurumlarında veli, idareci ve öğretmenlere, özel eğitim hizmetleri konusunda gerekli desteği sunar. Gerekli olduğunda bu hizmetlerin sunumunda, üniversiteler veya ilgili diğer kurum ve kuruluşlarla iş birliği yapar.
3. Sorumluluk bölgesindeki eğitim kurumlarında açılmış olan özel eğitim sınıflarında ve destek eğitim odalarında yapılan çalışmalarını izlemek için il ve ilçe özel eğitim hizmetleri kurulu ile gerekli çalışmaları yapar.
4. Özel eğitim ihtiyacı olan öğrencilerin öğretmenlerine ve velilerine yönelik eğitim etkinlikleri düzenler.
5. Özel eğitim ihtiyacı olan öğrencilerin okula uyum sürecini ve tüm alanlardaki gelişim sürecini öğrencinin devam ettiği eğitim kurumunun rehberlik ve psikolojik danışma servisi ile iş birliği yaparak takip eder.
6. Özel eğitim ihtiyacı olan bireyin ihtiyaçları doğrultusunda yapılan izleme çalışmalarının sonucu hakkında idareci, öğretmen ve aileye bilgi verir.
7. Talep edilmesi halinde okul/kurumların bireyselleştirilmiş eğitim programı geliştirme birimi toplantılarına katılım sağlar.
8. Hizmet alanı kapsamındaki müşavirlik, iş birliği, izleme ve değerlendirme çalışmalarını koordinatörlük sistemiyle yürütür.
9. Eğitim kurumlarından koordinatörlük sistemi aracılığıyla iletilen diğer hizmet alanlarına ilişkin talepleri bölüm başkanına bildirir.



Araştırma geliştirme hizmet alanı kapsamında;

1. Özel eğitim hizmetlerine ilişkin oluşturulan yayınları özel eğitim ihtiyacı olan bireyler, aileler, öğretmenler ve ilgili kurumlar ile paylaşır.
2. Bölümün hizmetleriyle ilgili bilimsel gelişmeleri izler, gerektiğinde üniversiteler veya diğer ilgili kurum ve kuruluşlarla iş birliği yapar.
3. Bölgenin ihtiyaçları doğrultusunda bilimsel araştırma yöntem ve tekniklerini kullanarak her eğitim öğretim yılında en az bir araştırma yapar. Araştırma sonuçlarına göre rehberlik ve araştırma merkezi tarafından çalışmalar planlanır ve yürütülür.
4. Araştırma sonuçlarını raporlaştırarak bakanlığa gönderir, gerektiğinde ilgili kurum ve kuruluşlarla paylaşır. Bu raporları kongre ve sempozyumlarda sunabilir, makale olarak yayımlayabilir.
5. Özel eğitim hizmetlerine ilişkin sorumluluk bölgesindeki ihtiyaçlar doğrultusunda projeler hazırlar.
6. Proje çalışmalarında gerektiğinde üniversiteler veya diğer ilgili kurum ve kuruluşlarla iş birliği yapar.
7. Proje çalışmalarında ihtiyaç duyduğunda eğitim kurumlarında çalışan özel eğitim öğretmenlerinden destek alır.
8. Proje raporlarını ve diğer ilgili kayıtları usulüne uygun olarak saklar.
9. Özel eğitim öğretmenlerinin mesleki gelişimini desteklemek amacıyla müşavirlik hizmeti verir. –
10. İhtiyaç ve talepler doğrultusunda, öğretmenlere, ailelere ve bireylere görev alanı ile ilgili konularda seminer, konferans, atölye çalışması, panel gibi faaliyetler düzenler.
11. Özel eğitim alanına ilişkin ihtiyaç ve talepler doğrultusunda okul yöneticilerine, öğretmenlere yönelik il veya ilçede düzenlenecek seminer ve kurs gibi hizmet içi eğitim etkinliklerinin mahallî hizmet içi eğitim planına alınması için gerekli önerilerde bulunur.



KAYNAKÇA

1. MEB Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği
http://orgm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2020_08/31230315_RAM_YONERGESY.pdf
2. (14/08/2020 tarihli ve 31213 sayılı Resmî Gazetede yayımlanan Millî Eğitim Bakanlığı Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yönetmeliğinin 14. Maddesi ile Eylül 2020 tarihli Tebliğler Dergisinde yayımlanan Millî Eğitim Bakanlığı Rehberlik ve Araştırma Merkezi Yönergesinin tamamının yürütülmesi durdurulmuştur.)

Özel Eğitime İhtiyacı Olan Öğrencilerle İlgili RAM'a Yönlendirme Basamakları

1 Branş Öğretmeni/Sınıf öğretmeni farkına varma süreci

1

2

Okul İdaresine Bildirme

3

Aile, okul rehberlik servisi ve Sınıf öğretmeni/branş öğretmeni değerlendirmesi

4

Sınıf içi Uyarlamalar

5

Uyarlamalara rağmen özel gereksinimler devam ediyor. (b)

(a)

Uyarlamalar olumlu sonuç verdi. Süreç sonlandı.

6

Öğrenci eğitsel değerlendirme isteği formu ile RAM'a yönlendirildi.

7

Tanı almadı. (a)

(b)

Tanılama gerçekleşti. Gerekli durumlarda (zihinsel yetersizlik dışındaki tanılamalar için tıbbi tanılama ön şarttır) hastane ile işbirliğine gidilir.

8

Uygun eğitim ortamına yönlendirme, Özel eğitim değerlendirme kurulunca yapılır.

9

Yapılan yönlendirmeye uygun olarak il/ İlçe Özel Eğitim Hizmetleri Kurulunca yerleştirme kararı düzenlenir.



Her birey dünyaya kendi biricikliği üzerine doğar ve her bireyin yaştlarından farklı gelişim göstermesi, olağandır. Özel eğitim süreci her bireyin biricikliği üzerine odaklanır.

Özel gereksinim ihtiyacı olan bireylerin eğitiminin erken yaşta bireye en uygun olacak ortamda yapılması özel eğitim sürecinin en kritik unsurlarındandır. Özel gereksinimli bireylerin değerlendirilmesi çeşitli ortamlarda ve çeşitli disiplin alanlarından uzmanlar tarafından gerçekleştirilmektedir.

1



Branş/Sınıf Öğretmeni Fark Etme Süreci

Sınıf ya da branş öğretmeni öğrencide normal gelişim gösteren akranlarından sosyal gelişim, dil gelişimi ya da zihinsel gelişim alanlarında anlamlı bir farklılık olduğunu hissettiğinde süreç başlar. ***Bu anlamlı farklılık durumu olumlu anlamda da olabilir olumsuz anlamda da olabilir.***

Bazen bu süreç hiç okula başlamadan ailenin öğrencide normal gelişim gösteren yaştlarından bir farklılığı olduğunu hissetmesi sonucu başlar. Eğer aile bu süreci başlatmamış ise çocuk okula başladığında

sınıf öğretmeni durumu fark eder ve süreci başlatır.

Özel eğitim sürecindeki ana unsurlardan biri erken tanılama ve özel eğitim sürecinin erken başlamasıdır. Öğretmen öğrenci ile ilgili bu aşamada veri toplamaya başlar. Fakat bu aşamada toplanan veriler üzerinden bir değerlendirme ve yerleştirme kararı alınmaz, sonraki yapılacak eğitsel tanılama sürecinde bir argüman olarak kullanılır. Ya da toplanan verilere göre öğretmen öğrenci odaklı olarak sınıf içi uyarlamalar yapabilir.

2



Okul İdaresine Bildirme

Öğrenci için toplanan veriler ışığında öğretmen öğrencinin normal gelişim göstermeme durumunu okul idaresi ile paylaşır.

Bu paylaşım neticesinde veli, gerekli bilgilendirmenin yapılması ve alınacak tedbirlerin görüşülmesi için okula çağrılır.

Aile, Okul Rehberlik Servisi ve Sınıf Öğretmeni Değerlendirmesi

3



Öğretmen öğrencide gözlemediği anlamlı farklılık gösterme durumunu hem farklı bir gözün görmesi hem de gerekli görüldüğü takdirde eğitsel değerlendirme ve tanılama sürecinin yapılması için okul rehberlik servisine ve aileye bildirir.

Bu aşamada öncelikli olarak öğrenci ile ilgili ne gibi okul içi uyarlamalar yapılacağı ve hangi aşamada yönlendirmenin yapılacağına karar verilir. Öğrenci, öğretmen ve ailenin bu süreçte karşılıklı etkileşim ve iletişim içerisinde hareket etmesi önemlidir.

4



Sınıf İçi Uyarlamalar

Öğretmen öğrencinin gelişim farklılığına göre sınıf içinde ve öğretim metodunda bazı düzenlemelere gider.

Öğrencinin sırasını değiştirme, verilen ödevleri öğrenciye uygun hale getirme, akran öğretimi, bireysel destekleme, öğretmenin ders işleme metodunu değiştirmesi, İYEP (İlkokullarda Yetiştirme Programı) süreci vb. uygulamalar ile öğrencinin eğitim- öğretim sürecinden en uygun şekilde faydalanması sağlanmaya çalışılır.

5

(a) Uyarlamalar olumlu sonuç verdi. Süreç sonlandı.

Öğretmenin sınıf içerisinde öğrencinin öğrenme sürecini olumlu yönde etkileyecek düzenlemeler yapması ile öğrencideki öğrenme eksikliği ortadan kalkabilir.

Her öğrenci özeldir ve her öğrencinin kendine özgü öğrenme tekniği ve yöntemleri olabilir.

Öğretmen öğrenciye uygun olan öğrenme yöntemini bulamamış olabilir ve bu durum öğrencide öğrenme eksikliği yaratabilir.

Öğretmenlerimiz bazen bu gibi durumlarda öğrencide bir yetersizlik olabileceğini düşünüp tıbbi ve eğitsel tanılama sürecini başlatabiliyor.

Sınıf içerisinde yapılan bazı düzenlemeler ve öğrenme yöntemindeki küçük değişiklikler sonucunda bu öğrencilerimizin öğrenme eksiklikleri ortadan kalkabiliyor. Bunun için önce bu yöntemi kullanmak faydalı olacaktır.

(b) Uyarlamalara Rağmen Özel Gereksinim Devam Ediyor.

Sınıf içerisinde ve öğrenme yönteminde yaptığımız değişiklikler sonucunda öğrencinin öğrenme eksikliği devam ediyor olabilir.

Bu durumda öğrenciyi eğitsel değerlendirme ve tanılama süreci için RAM'a yönlendirmek gerekir.



6



(a) Tanı Almadı.

RAM'da yapılan eğitsel değerlendirme ve tanılama süreci sonucunda öğrencide herhangi bir özel gereksinim belirlenmez ise normal eğitime devamı kararı alınır.

Bu durum okula ve aileye yazılı olarak bildirilir.

(b) Tanılama gerçekleşti.

Öğrencide zihinsel bir özel gereksinim var ise RAM personeli eğitimini aldığı testlerden öğrenciye uygun olanı seçip uygular. Testin sonucuna göre öğrenciye zihinsel özel gereksinim ve özel yetenekli birey(üstün zekâ) tanılamaları yapılabilir. Eğer zihinsel alanda özel gereksinim belirlenir ise öğrenci zihinsel yetersizliği olan bireyler için destek eğitim programı eğitsel değerlendirme formu üzerinden ayrı bir görüşmeye alınır.

Aile ile veli görüşme formu doldurulur ve yapılan eğitsel değerlendirme ve tanılama süreci, sonucu ve bundan sonraki süreç hakkında rehberlik yapılır.

Öğrencinin zekâ puanının üstün zekâ seviyesinde olması durumunda öğrenciye özel yetenekli öğrenciler için kaynaştırma tedbiri alınır ve okuluna yazılı olarak bildirilir.

Öğrencinin sınıf düzeyi bakanlığın belirlediği bilim ve sanat merkezleri öğrenci seçme kılavuzunda belirlenen kıstaslara uygun ise öğrenciye, öğrenci

Öğrenci Eğitsel Değerlendirme İsteği Formu İle RAM'a Yönlendirildi.

Öğrencinin akademik durumunu ve sınıf içerisindeki olumlu olumsuz davranışlarını detaylı bir şekilde eğitsel değerlendirme isteği formundaki ilgili alanların doldurulması RAM personeline yol gösterici olacaktır.

Öğretmenin öğrencinin öğrenememe sebebiyle ilgili bir görüşü var ise bunu da belirtebilir.

Bunun akabinde RAM ile iletişime geçilerek RAM'da randevu oluşturulur.

7



velisine ve okul sınıf öğretmenine bilim ve sanat merkezi öğrenci seçme ve yerleştirme süreciyle ilgili rehberlik yapılır.

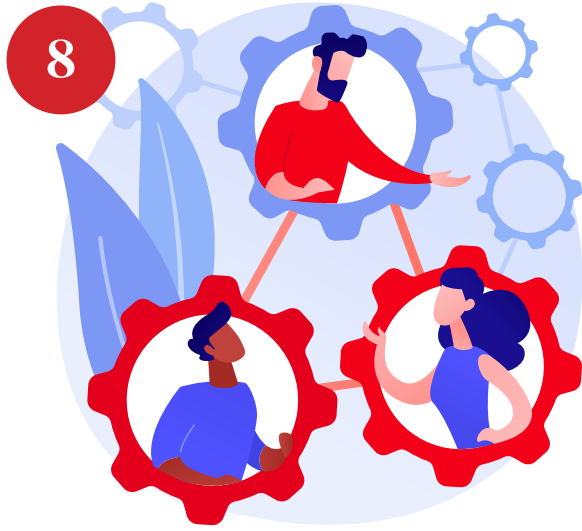
Eğer RAM personeli öğrencide yukarıda açıklanan özel gereksinimler dışında bir özel gereksinim olabileceği kanaatine varırsa tanılama yapılmaz.

Aile bu konuda bilgilendirilip gerekli yönlendirme işlemleri yapıp sağlık kuruluşuna yönlendirilir. RAM personeli aldığı eğitimler doğrultusunda sadece zihinsel alanda tanı koyabilir. Diğer tanıları ilgili hekimler sağlık kuruluşunda yapacakları gerekli testler sonucunda koyabilirler. Bu tanılama akabinde tekrar tıbbi tanılamaya uygun olarak da RAM'da yine bir eğitsel tanılama ve yönlendirme süreci yapılır.

8

Uygun Eğitim Kurumuna Yönlendirme Özel Eğitim Değerlendirme Kurulunca Yapılır.

Yapılan eğitsel değerlendirme ve tanılama işlemi sonucunda özel eğitim değerlendirme kurulu toplanır. Kurula öğrencinin ailesi de davet edilir.



Yapılan özel eğitim değerlendirme kurulu toplantısında öğrencinin test sonucu, eğitsel değerlendirme formu, eğitsel değerlendirme isteği formundaki okul öğretmenlerinin görüşleri, ailenin düşünceleri, varsa ÇÖZGER raporu ve özel eğitim değerlendirme kurulu üyelerinin düşünceleri ışığında en az sınırlandırılmış ortam ilkesi göz önünde bulundurularak, öğrenci için en verimli olacak yönlendirme kararı alınır.

Yönlendirme; tam zamanlı kaynaştırma uygulamaları, özel yetenek kaynaştırma, özel eğitim sınıfı, özel eğitim meslek okulu, özel eğitim uygulama okulu ve evde eğitim olarak düzenlenir.

9

Uygun Eğitim Kurumuna Yönlendirme Özel Eğitim Değerlendirme Kurulunca Yapılır.

RAM'ın bulunduğu ilçe milli eğitim müdürlüğünde oluşturulan özel eğitim hizmetleri kurulu özel eğitim değerlendirme kurulunun yaptığı yönlendirme kararına uygun olarak öğrenciyi uygun eğitim kurumuna yerleştirir.

Yapılan yerleştirme sonucuyla ilgili öğrencinin ailesine, Rehberlik ve Araştırma Merkezine ve yerleştirilen eğitim kurumuna yazılı olarak bilgi verir.

KAYNAKÇA

1. MEB. (1997). Özel eğitim hakkında KHK.573 sayılı Resmi Gazete
2. MEB.(2017). Rehberlik hizmetleri yönetmeliği. 30236 sayılı, Resmi Gazete
3. MEB. (2018). Özel eğitim hizmetleri yönetmeliği. 30471 sayılı, Resmi Gazete
4. MEB. (2018). Rehberlik ve araştırma merkezi kılavuzu. Ankara: Özel Eğitim Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
5. SOLA ÖZGÜÇ C. (2019) Özel eğitimde değerlendirme. Ankara: Vize Akademik
6. TEKİN-İFTAR E. (2020) Uygulamalı davranış analizi. Ankara: Vize Akademik

REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZLERİ

Rehberlik ve Araştırma Merkezleri İletişim Bilgileri

Aliağa Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Aliağa Rehberlik ve Araştırma Merkezi 2004 yılından beri Aliağa Kaymakamlığı Hükümet Konağı bünyesinde Aliağa ve Foça ilçelerine hizmet vermektedir. Aliağa RAM'da müdürü Serkan YILMAZ ile birlikte, bir müdür yardımcısı, 5 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 6 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

🏠 Kültür Mahallesi Atatürk Caddesi Hükümet Konağı 4.Kat 35800 Aliağa / İZMİR
☎ 0 (232) 616 19 51 🌐 www.aliagaram.meb.k12.tr

Bayraklı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Bayraklı Rehberlik ve Araştırma Merkezi 2010 yılından beri sadece Bayraklı ilçesindeki bireylere hizmet vermektedir. Halen Şehit Sevda Güngör Özel Eğitim Uygulama Okulu'nun 3. katında yer almaktadır. Bayraklı RAM'da müdürü Serdal MERT ile birlikte, bir müdür yardımcısı, 8 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 9 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

🏠 Osmangazi Mahallesi 614 Sokak. Ö. Kaşıkçı Sitesi No: 13 İç Kapı No: 3 Bayraklı / İzmir
☎ 0 (232) 365 60 46 🌐 www.bayrakliram.meb.k12.tr 📠 0 (232) 365 60 47

Bergama Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Bergama Rehberlik ve Araştırma Merkezi 2006 yılında hizmet vermeye başlamıştır. 2008 yılından itibaren ilçe Milli Eğitim Müdürlüğü'nün eski binasına taşınarak Bergama, Kınık ve Dikili ilçelerindeki bireylere hizmet vermeye devam etmektedir. Bergama RAM'da müdürü Ergun BALCI ile birlikte, bir müdür yardımcısı, 5 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 5 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist görev almaktadır.


Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

🏠 Zafer Mahallesi Cumhuriyet Caddesi 6/B, 35725 Bergama / İzmir
☎ 0 (232) 632 09 09 🌐 www.bergamaram.meb.k12.tr

Bornova Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Bornova Rehberlik Ve Araştırma Merkezi 2005 yılından beri Bornova ve Kemalpaşa ilçelerindeki bireylere hizmet vermektedir. Bornova RAM'da müdürü Erhan AKGÖZLÜ ile birlikte, bir müdür yardımcısı, 12 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 6 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist ve 1 psikolog görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

 Mevlana Mahallesi 1724 Sokak. No: 2 İç Kapı No: 2 Bornova / İzmir

 0 (232) 342 09 11  www.bornovaram.meb.k12.tr

Buca Umurbey Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Buca Umurbey Rehberlik ve Araştırma Merkezi 2002 yılında Ufuk İlköğretim Okulu bünyesinde bağımsız bir binada hizmet vermeye başlamıştır. 2007 yılından beri tarihi Yörük Ali Efe Köşkü olarak bilinen müstakil binasında sadece Buca ilçesindeki bireylere hizmet vermeye devam etmektedir. Buca Umurbey RAM'da müdürü Mehmet Akif AKBAŞ ile birlikte, bir müdür yardımcısı, 11 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 2 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

 Dumlupınar Mahallesi Uğur Mumcu Caddesi Kalender Yılmaz Sokak No: 2 Buca / İZMİR


 0 (232) 440 84 85  www.bucaram.meb.k12.tr  0 (232) 440 60 00

Çeşme Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Çeşme Rehberlik ve Araştırma Merkezi 2006 yılında açılmasından bu yana Çeşme, Urla, Seferihisar ve Karaburun ilçelerine hizmet vermektedir. Çeşme RAM'da müdürü Özlem GÜNEŞ ile birlikte, bir müdür yardımcısı, 6 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 1 özel eğitim öğretmeni görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

 İsmet İnönü Mahallesi 2001 Sokak No: 94/1 Çeşme / İzmir

 0 (232) 712 84 11  www.cesmeram.meb.k12.tr  0 (232) 712 84 11

Çiğli Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Çiğli Rehberlik ve Araştırma Merkezi, 80.Yıl Küçükçiğli İlkokulu bünyesinde 01.10.2010 tarihinden itibaren hizmete açılmıştır. Menemen RAM'ın açılması ile birlikte haziran ayından itibaren sadece Çiğli ilçesine hizmet vermeye devam edecektir. Çiğli RAM'da müdürü Akın GÜNGÖR ile birlikte, bir müdür yardımcısı, 6 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 8 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

 Ataşehir Mahallesi Nazım Hikmet Ran Bulvarı. No: 6 İç Kapı No: 1 Çiğli / İzmir

 0 (232) 376 10 88  www.cigliaram.meb.k12.tr  0 (232) 376 10 88

Gaziemir Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Gaziemir Rehberlik ve Araştırma Merkezi 2019 tarihinden itibaren Gaziemir Şehit Polis Murat Koç Özel Eğitim Uygulama Merkezi ile aynı binanın batı kısmında hizmete açılmıştır. Gaziemir ve Menderes ilçelerindeki bireylere hizmet vermektedir. Gaziemir RAM'da müdürü Cengiz TEĞİŞ ile birlikte bir müdür yardımcısı, 4 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 4 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

🏠 Fatih Mahallesi. 1187/1 Sokak Sarnıç Gaziemir / İZMİR

☎ 0 (232) 281 10 81 🌐 www.gaziemirram.meb.k12.tr

Karabağlar Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Karabağlar Rehberlik ve Araştırma Merkezi; 14 Nisan 2010 tarihinde Karabağlar Cumhuriyet Anadolu Lisesi'nin bahçesindeki ek binanın 1. ve 2. Katında hizmete açılmış olup Nisan 2014 'ten itibaren Bahçelievler Mahallesinde, Karabağlar Halk Eğitim'in eski binasında çalışmalarına devam etmektedir. Kurum Gaziemir RAM'in açılması ile birlikte sadece Karabağlar ilçesine hizmet vermektedir. Karabağlar RAM'da müdürü Bayram GÜNAY ile birlikte iki müdür yardımcısı, 13 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 9 özel eğitim öğretmeni görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

🏠 Bahçelievler Mahallesi. 501 Sokak No: 6 Karabağlar / İzmir

☎ 0 (232) 254 55 36 🌐 www.karabaglarram.meb.k12.tr

Karşıyaka Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Karşıyaka Rehberlik ve Araştırma Merkezi İzmir'de açılan ikinci RAM olarak 1990 yılında hizmete açılmıştır. Günümüzde Karşıyaka merkezde müstakil binasında sadece Karşıyaka ilçesine hizmet vermektedir. Karşıyaka RAM'da müdürü Hakan ZORLU ile birlikte 1 müdür yardımcısı, 8 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 6 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

🏠 Bahariye Mahallesi Zübeyde Hanım Caddesi No: 11 Karşıyaka / İzmir

☎ 0 (232) 368 89 85 🌐 www.karsiyakaram.meb.k12.tr 📠 0 (232) 364 45 86

Menemen Rehberlik ve Araştırma Merkezi


Menemen Rehberlik ve Araştırma Merkezi henüz yeni açılan bir Rehberlik Araştırma Merkezi olup Kurum Müdürü olarak Hakan SUSUZ atanmıştır. Kurum haziran ayından itibaren tam olarak faaliyete geçecek ve sadece Menemen bölgesine hizmet verecektir.

Menemen merkezde Esatpaşa Mahallesi Atatürk Caddesi No:110 adresinde üç katlı müstakil bir binada hizmet vermeye başlamaktadır.

Konak Rehberlik ve Araştırma Merkezi

1959'da İzmir Rehberlik ve Araştırma Merkezi olarak hizmet vermeye başlayan kurum; 2000 yılından sonra diğer RAM'ların açılması ile birlikte adı Konak Rehberlik Araştırma Merkezi olarak değiştirilmiştir. Günümüzde özel bir plan ile 1966 yılında yapımı tamamlanan Hatay'daki hizmet binasında Konak, Balçova, Narlıdere ve Güzelbahçe ilçelerine hizmet vermektedir. Konak RAM'da müdürü Ahmet Karaduman'la birlikte 1 müdür yardımcısı, 13 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 5 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.


 Muratreis Mahallesi 227 Sokak No: 18 Konak / İZMİR

 0 (232) 243 44 17  www.konakram.meb.k12.tr

Ödemiş Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Ödemiş Rehberlik ve Araştırma Merkezi 1999 yılından beri 3 Eylül Yatılı Bölge Ortaokulu bahçesinde bağımsız bir binada Ödemiş, Kiraz, Beydağ ve Tire ilçelerine hizmet vermektedir. Ödemiş RAM'da Gürsel ÇAKICIOĞLU müdür olmakla birlikte bir müdür yardımcısı, 7 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 3 özel eğitim öğretmeni görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

 Kuvvetli Mahallesi Barbaros Caddesi No: 2 Ödemiş / İzmir



 0 (232) 545 50 70 - 0 (553) 903 10 59  www.odemisram.meb.k12.tr  0 (232) 545 92 42

Torbalı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Torbalı Rehberlik ve Araştırma Merkezi 2017 yılında hizmete açılmış olup Torbalı, Bayındır ve Selçuk ilçelerine hizmet vermektedir. Torbalı RAM'da Osman SÖNMEZ müdür olmakla birlikte bir müdür yardımcısı, 5 rehber öğretmen/psikolojik danışman, 5 özel eğitim öğretmeni ve 1 fizyoterapist görev almaktadır.

Ayrıntılı bilgiye ulaşmak için aşağıda belirtilen internet sitesine giriş yapabilir veya iletişim bilgilerinden yararlanabilirsiniz.

 Tepeköy Mahallesi Ağalar Caddesi 4530 Sokak No:19 Torbalı / İzmir

 0 (232) 856 47 57 - 0 (232) 856 47 57  www.torbaliram.meb.k12.tr

ŞUBAT
2022

Sayı 1

Öz Bakış

Özel Eğitim ve Rehberlik Dergisi



YENİ NORMAL
Psikolojik Sağlık

İÇİMİZDEKİ SES
Öz Şefkat



İZMİR İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ