



ZİHİNSEL ENGELLİ ÇOCUKLAR



*Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuklara Yönelik
Etkinlik Hazırlama*

Dr. Taşkın Taştepe

0-36 aylık çocuklar için eğitim programı

MEB (2013)

E. ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİ OLAN ÇOCUKLARI DESTEKLEMEDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

BELİRTİLERİ	- Hem uzun hem de kısa süreli bellekte sorun yaşama, - Dikkat sürelerinin kısa olması, - Dili anlamada sorun yaşama, - İfade edici dilde gecikme, telaffuz ve konuşmada akıcılık sorunları yaşama, - Oturmayı, emeklemeyi, yürümeyi akranlarına göre daha geç öğrenme, - Kendi başına karar verme ve uygulamada zorluk yaşama, - Akademik alanda akranlarından geri kalma, - Problemi çözme yolları bulmada sorun yaşama, - Öğrendikleri bilgileri genellemede sorun yaşama, - Sosyal ilişkilerde sorun yaşama, - İçinde bulunduğu ortama uyum davranışlarında sorun yaşama gibi.
GELİŞİM ALANLARI	DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR
Özbakım	- Bebeğin ihtiyaçları düzenli olarak karşılanmalı, sevgiyle yaklaşılmalıdır. - Bebek 5-6 aylık olduğunda ve biberonla besleniyorsa biberonu kendisinin tutmasına izin verilmelidir. - 9 aydan sonra bebeğin bardağı tutması, daha ileri aylarda da bardaktan su içmesi beklenmelidir. - Bebek yarı katı yiyeceklere alıştıktan sonra yetişkin kontrolünde kendi başına yemek yemesi için desteklenmelidir. - Kendi başına yemek yeme, giyinme, soyunma, el yıkama, kurulama, diş fırçalama ve peçete kullanma gibi özbakım becerilerinin gelişimi için çocuğa fırsat tanınmalıdır.

Özbakım	- Özbakım becerilerinin kazandırılabilmesi için çocuğun önceden gerçekleştirmesi gereken ön koşul beceriler vardır. Bunlar; el göz koordinasyonu, hareketleri taklit etme, görsel dikkat, basit yönergeleri anlama gibi büyük ve küçük kasların kullanımını gerektiren becerilerdir. Çocuğa öncelikle bu becerileri kazandırmak gerekmektedir. - Özbakım becerileri kazandırılırken beceri analizi yöntemi kullanılır. Beceri analizinde, kazandırılmak istenen beceriler küçük, öğrenilmesi kolay alt beceri basamaklarına (işlem basamaklarına) ayrılır. - Zihinsel yetersizliği olan çocuklara beceri öğretirken çok uzun becerilerin tamamının kazandırılması yerine parçalara bölünerek kazandırılması ve sonradan birleştirilerek tüm becerinin bir arada gerçekleştirilmesi beklenmelidir. Örneğin: Diş fırçalama becerisinde; musluk açma kapama, diş macunu kapağı açma-kapama, diş fırçalama, tükürme becerileri ayrı ayrı öğretilerek, çocuk öğrendiğinde birleştirilmelidir. - Gerekirse, zihinsel yetersizliği olan öğrencinin takip edebilmesi için resimli beceri analizleri hazırlanarak becerinin çalışılacağı ortamda bulundurulmalıdır. (Örn.: Dışarı çıkmadan önce ayakkabı giyinmek, içeri girerken ayakkabı çıkarmak gibi beceri basamaklarını içeren beceri analizi resimleri kurumun girişine asılabilir.) - Özbakım becerilerinin kazandırılmasında, çocuğun gereksinimine bağlı olarak; sözel ipucu, işaret ipucu, model olma ve fiziksel yardım ipuçları kullanılmalıdır. - Öğretimde yardım türlerinin kullanılması, yardım düzeyinin yavaş yavaş azaltılması sonunda çocuğun davranışı bağımsız olarak yapması sağlanır. - Zihinsel yetersizliği olan çocuklar, beceri öğrenirken daha fazla yönlendirilmeye ve desteklenmeye gereksinim duyarlar. Bu süreç uzun süreli eğitimi ve sık tekrar etmeyi gerektirir. Bu çocuklar, normal gelişim gösteren çocuklara oranla daha sık başarısızlıkla karşı karşıya kalabilmektedirler. Bu nedenle, başarılı olma girişimlerinin desteklenmesi ve pekiştirilmesi gerekir.
Dil	- Bebekle konuşulmalı, konuşurken gülümsemeli ve bebeğe dokunulmalıdır. - Taklit yolu ile bebeğinizin gülümsemesine, ilgisine ve çıkardığı seslere karşılık verilmelidir. - Bebek 3-4 aylıkken, büyük bir ayna karşısında kucağa alınarak durulmalı, bebeğe ismi ile hitap edilmeli, aynadaki görüntüye dokunması sağlanmalıdır. - Bebeğin görebileceği yerlere yakın çevresinde bulunan nesne resimleri (top, araba, bebek, çiçek gibi) asılmalı, gün içinde sık sık bu resimler hakkında konuşulmalı, nesnelerin isimleri söylenmelidir. - Bebek çevredeki sesleri (kedi, kuş, araba gibi) fark etmesi için teşvik edilmelidir.

Dil	- Çocukla oyun sırasında ve günlük işleri yaparken konuşulmalı, hareket içeren kelimeler vurgulanmalıdır (oturalım mı, yemek yapıyorum gibi). - Zihinsel yetersizliği olan çocuklarda dil ve konuşma gelişimi ve iletişim kurma sorunları ile karşılaşılabilir. Bu sorunların giderilebilmesi ya da en aza indirilebilmesi için çocuğa uygun uyarlamalar yapılarak programda yer alan ses çalışmaları gerçekleştirilebilir. - Dil gelişimini desteklemek için dil, dudak, yanak, çene ile ilgili (üfleme, yalama ve çiğneme-şişirme gibi) egzersizler yapılabilir. - Ses çalışmaları, çocuğun çıkarabildiği seslerden yola çıkılarak, çıkaramadığı seslere doğru yapılmalıdır. - Zihinsel yetersizliği olan çocukların sözcük dağarcıklarında sınırlılık görülür. Etkinlikler sırasında çocuğun bilmediği sözcükler üzerinde durularak gerekli açıklamalar yapılmalıdır. - Bu çocukların etkinlikler sırasında konuşabilmeleri için gerekli fırsatlar yaratılmalı ve çocuğun konuşması sabırla dinlenmeli, çocuk konuşma için cesaretlendirilmelidir.
Bilişsel	- Bebeğin yatağının üzerine renkli, ses çıkaran nesneler takılmalı, böylece dikkatini toplaması sağlanmalıdır. - Bebeğin elleri meşgul edilmelidir. Eline çingirak, plastik tabak, kaşık gibi şeyler vererek incelemesi, elinden bırakması, uzanarak tekrar almasına fırsat verilmelidir. - Bebeğin nesneleri takip etmesi, saklanan nesneyi araması, fark etmesi için fırsat tanınmalıdır. - Çeşitli nesne ve olayların gösterildiği renkli kartlar alınarak ya da hazırlanarak bu kartlarla basit hafıza oyunu, taklit oyunları oynanmalıdır. - Ortamda dikkat dağıtıcı nesneler bulundurulmamalıdır. - Çocuğun dikkatini çekecek nesneler (hoşlandığı çizgi film kahramanının olduğu bir materyal, sevdiği renkteki ayıcık gibi) seçilerek etkinlikler sırasında kullanılmalıdır. - Zihinsel yetersizliği olan çocukların dikkat süreleri az olduğundan etkinlikler kısa tutulmalıdır. - *Zihinsel yetersizliği olan çocuk için kazanım belirlenirken programda yer alan kazanımlarda çocuğun düzeyine uygun olarak gerekli uyarlamalar yapılmalıdır. Örn.: 1'den 10'a kadar sayar yerine 1'den 5'e kadar sayar şeklinde ele almak uygun olabilir. - Bu çocuklara etkinlikler sırasında gerekli olduğunda ek süre verilerek başarılı girişimleri ödüllendirilmelidir. - Bu çocuklar bir kavramı tam olarak kazanmadan diğer kavramın kazandırılmasına geçilmemelidir.

Bilişsel	- Etkinlikler sırasında uzun ve karmaşık cümleler yerine basit yönergeler kullanılmalıdır. - Zihinsel yetersizliği olan çocuğun kendi içinde gösterdiği gelişmeler değerlendirilmelidir. - Bu çocukların yapamadıklarına değil yapabildiklerine odaklanılmalıdır. - Zihinsel yetersizliği olan çocukların başarıları anında ödüllendirilmelidir. - Zihinsel yetersizliği olan çocuklara öğrenme sürecinde sık sık destekleyici geri bildirim verilmelidir.
Sosyal ve Duygusal	- Günlük bakım sırasında bebekle yetişkin arasında öğretici deneyimler içeren neşeli bir iletişim ortamı oluşturulmalıdır. - Bebeği güvenli bir ortamda bulunup bulunmadığı kontrol edilmelidir. - Bebekle yapılacak etkinlikler onun huzurlu ve mutlu olduğu saatlerde olmalıdır. Bebeğin yabancı kişilere alışması için farklı ortamlara girilmeye çalışılmalıdır. - Bebekle konuşurken, oynarken mutlaka onunla göz kontağı kurulmalıdır. Bebek beslenirken mutlaka fiziksel temasta bulunulmalıdır. - Bebekle (6. aydan sonra) ce-eee oyunu oynanmalıdır. Bebekten ayrılırken ona el sallanmalı, öpülmelidir. Geri döndüğünde de tekrar kucaklayıp konuşulmalıdır. - Çocuğun kendisiyle aynı yaşta, kendisinden büyük ve küçük yaştaki çocuklarla bir araya gelerek oyun oynaması sağlanmalıdır. - Çocuk yapmasını istemediğiniz bir davranış gösterdiğinde ona bağırarak yerine “hayır” cevabı kesin bir tavırla verilmelidir. - Çocuk, çabalarından ve başarılarından dolayı ödüllendirilmelidir (aferin, çok güzel gibi sözel ödüllendirmelerin yanı sıra alkışlayarak, fiziksel yünden de ödüllendirilebilir). - Sosyal etkinliklere karşı ilgileri azdır, bu nedenle etkinliklere aktif olarak katılımları sağlanmalıdır. - Sosyal ilişkilerde bencil davranabilirler. Oyunlar sırasında tüm materyallerin kendilerine ait olmasını isteyebilirler. İlgili kazanımlar içinde kendilerine ait olan eşyaları başkalarıyla paylaşmaya ilişkin çalışmalar yapılarak, çocuğun başarılı girişimleri ödüllendirilmelidir. - Zihinsel yetersizliği olan çocuklar grup çalışmalarına katılmaları konusunda desteklenmelidir.

Motor

- Bebeğe serbest hareket etmesini sağlayacak, kol ve bacaklarını hareket ettirebileceği rahat giysiler giydirilmelidir.
- Bebeğin vücuduna özellikle banyo sırasında masaj yapılmalıdır (masajın nasıl yapılacağı hakkında uzman kişilere danışılmalıdır)
- Bebeğin uzanma, kavrama, emekleme becerilerini geliştirmek için bebeğin görebileceği ancak ulaşamayacağı yere sevdiği oyuncaklar koyulmalı, bebek bunları alması için cesaretlendirilmelidir. Bebek oyuncaklara ulaşamazsa oyuncaklar bebeğe biraz yaklaştırılabilir.
- Bebek hareket gelişimi açısından hazır olduğunda eşyalara tutunarak ayağa kalkabilmesi ve sıralayabilmesi için uygun ortamlar hazırlanmalıdır.
- 11-12. Aydan itibaren, bebeğe büyük kaplar, iç içe geçen kutular, legolar verilerek doldurma-boşaltma oyunları oynaması sağlanmalıdır.
- Bebeğe gelişim düzeyine uygun resimli çocuk kitapları verilerek sayfaları çevirmeye çalışması sağlanmalıdır.
- Çocuk yardımsız yürümeye, nesneleri çekmeye hazır olduğunda ona araba gibi itilen ve çekilen oyuncaklar verilmelidir.
- Fırlatma, yakalama gibi becerilerinin gelişimi için küçük toplar, tekmelemek için de büyük toplar kullanılmalıdır.
- Çocuk sık sık çocuk parkına götürülerek sallanma, tırmanma, kayma, dengede yürüme gibi etkinlikler yapmasına fırsat verilmelidir.
- Şekilleri, renkleri, kule yapmayı öğrenebilmesi için başlangıçta büyük küpler, daha sonra kenar uzunluğu yaklaşık 2-5 cm olan küçük küpler kullanılmalıdır.
- Zihinsel yetersizliği olan çocuklar denge, esneklik, hız ve dayanıklılık açısından zayıftırlar. Küçük kas gelişimleri yaşıtlarına göre zayıf olabilmektedir. Bu çocukların küçük kas gelişimlerine yönelik egzersizler yaptırılabilir. Örnl: kağıt yırtma, oyun hamuru ile yapılan çalışmalar.
- Kas gevşekliğı belirgin özelliğı olan zihinsel yetersizlik türlerinde (Örneğln: Down sendromu) büyük kas becerilerini geliştirmeye yönelik egzersizlerin yapılması sırasında çocuğun fizyoterapistinden öneri almak gereklidir. Yapılacak çalışmaların çocuğun büyük kas gelişiminde kalıcı hasar bırakmasına engel olmak için fizyoterapistin raporunda yer alan öneriler özenle dikkate alınmalıdır.

Okul öncesi eğitim programı

MEB (2013)

F. ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİ OLAN ÇOCUKLARI DESTEKLEMEDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

BELİRTİLERİ	• Hem uzun hem de kısa süreli bellekte sorun yaşama • Dikkat sürelerinin kısa olması • Dili anlamada sorun yaşama • İfade edici dilde gecikme, telaffuz ve konuşmada akıcılık sorunları yaşama • Akademik alanda akranlarından geri kalma • Problemi çözme yolları bulmada sorun yaşama • Öğrendikleri bilgileri genellemelerde sorun yaşama • Sosyal ilişkilerde sorun yaşama • İçinde bulunduğu ortama uyum davranışlarında sorun yaşama vb.
GELİŞİM ALANLARI	DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR
Öz bakım	• Öz bakım becerilerinin kazandırılabilmesi için çocuğun önceden gerçekleştirmesi gereken ön koşul beceriler vardır. Bunlar; el göz koordinasyonu, hareketleri taklit etme, görsel dikkat, basit yönergeleri anlama gibi büyük ve küçük kasların kullanımını gerektiren becerilerdir. Çocuğun bu becerileri kazanmış olmasına dikkat edilmelidir. • Öz bakım becerileri kazandırılırken beceri analizi yöntemi kullanılır. Beceri analizinde, kazandırılmak istenen beceriler küçük, öğrenilmesi kolay alt beceri basamaklarına (işlem basamaklarına) ayrılır. • Zihinsel yetersizliği olan çocuklara beceri öğretirken çok uzun becerilerin tamamının kazandırılması yerine parçalara bölünerek kazandırılması ve sonradan birleştirilerek bütün becerinin bir arada gerçekleştirilmesi beklenmelidir. Örneğin, diş fırçalama becerisinde; musluk açma kapama, diş macunu kapağı açma-kapama, diş fırçalama, tükürme becerileri ayrı ayrı öğretilerek çocuk öğrendiğinde birleştirilmelidir. • Gerekirse, zihinsel yetersizliği olan öğrencinin takip edebilmesi için resimli beceri analizleri hazırlanarak becerinin çalışılacağı ortamda bulundurulmalıdır. (Örneğin, okula giriş sırasında gerçekleştirilmesi gereken ayakkabı çıkarma, okul ayakkabısı giyme, dışarıda giydiği ayakkabıyı dolabına koyma, kabanını çıkarıp asma gibi beceri basamaklarını içeren beceri analizi resimleri okul girişine asılabilir). • Öz bakım becerilerinin kazandırılmasında, çocuğun gereksinimine bağlı olarak sözel ipucu, işaret ipucu, model olma ve fiziksel yardım ipuçları kullanılmalıdır. Öğretimde yardım türlerinin kullanılması, yardım düzeyinin yavaş yavaş azaltılması sonunda çocuğun davranışı bağımsız olarak yapması sağlanır.

Öz bakım	• Zihinsel yetersizliği olan çocuklar, beceri öğrenirken daha fazla yönlendirilmeye ve desteklenmeye gereksinim duyarlar. Bu süreç uzun süreli eğitimi ve sık tekrar etmeyi gerektirir. Bu çocuklar, normal gelişim gösteren çocuklara oranla daha sık başarısızlıkla karşı karşıya kalabilmektedirler. Bu nedenle, başarılı olma girişimlerinin desteklenmesi ve pekiştirilmesi gerekir.
Dil	• Zihinsel yetersizliği olan çocuklarda dil ve konuşma gelişimi ve iletişim kurma sorunları ile karşılaşılabilir. Bu sorunların giderilebilmesi veya en aza indirilebilmesi için çocuğa uygun uyarlamalar yapılarak programda yer alan ses çalışmaları gerçekleştirilebilir. • Dil gelişimini desteklemek için dil, dudak, yanak, çene ile ilgili (üfleme, yalama ve çiğneme-şişirme gibi) egzersizler yapılabilir. • Ses çalışmaları, çocuğun çıkarabildiği seslerden yola çıkılarak çıkaramadığı seslere doğru yapılmalıdır. • Zihinsel yetersizliği olan çocukların sözcük dağarcıklarında sınırlılık görülür. Etkinlikler sırasında çocuğun bilmediği sözcükler, mecazi ifadeler üzerinde durularak gerekli açıklamalar yapılmalıdır. • Bu çocukların etkinlikler sırasında konuşabilmeleri için gerekli fırsatlar yaratılmalı ve çocuğun konuşması sabırla dinlenmeli, çocuk konuşma için cesaretlendirilmelidir.
Bilişsel	• Ortamda dikkat dağıtıcı nesneler bulundurulmamalıdır. • Zihinsel yetersizliği olan çocuklar için sınıf içinde yönerge vermeden önce çocuğun dikkatini çekmek için özel bir uyarın kullanılmalıdır. Örneğin, "Herkes buraya baksın, Ayşen sen de bak." • Çocuğun dikkatini çekecek nesneler (hoşlandığı çizgi film kahramanının olduğu bir materyal, sevdiği renkteki ayıcık gibi) seçilerek etkinlikler sırasında kullanılmalıdır. • Zihinsel yetersizliği olan çocukların dikkat süreleri az olduğundan öğretim süresi kısa tutulmalıdır. • Çocuklara model olunarak önceden öğrendikleri kavramlar bir sonraki konu ile ilişkilendirilip bu kavramları hatırlamaları için ipucu olarak kullanılmalıdır. Örneğin, kış mevsiminin özellikleri anlatıldıktan sonra bir sonraki etkinlikte kış mevsiminde giyilen giysilerin öğretimi yapılırken çocuğun bu özellikleri hatırlaması, çocuğun düzeyine uygun ipuçlarıyla desteklenerek sağlanmalıdır. • Zihinsel yetersizliği olan çocuk için kazanım belirlenirken programda yer alan kazanımlarda çocuğun düzeyine uygun olarak gerekli uyarlamalar yapılmalıdır. Örneğin, "1'den 10'a kadar sayar." yerine "1'den 5'e kadar sayar." şeklinde ele almak uygun olabilir.

Bilişsel	• Bu çocuklara etkinlikler sırasında gerekli olduğunda ek süre verilerek başarılı girişimleri ödüllendirilmelidir. • Zihinsel yetersizliği olan çocuklara soyut kavramlar kazandırılırken somut nesneler kullanılarak çocuğun kavramasına yardımcı olunmalıdır (Örneğin, sevgi kavramının kazandırılmasında çocuğuna sarılmış bir anne fotoğrafı, köpeğini seven bir çocuk fotoğrafı gibi somut örnekler kullanılabilir). • Bu çocuklar bir kavramı tam olarak kazanmadan diğer kavramın kazandırılmasına geçilmemelidir. • Zihinsel yetersizliği olan çocuğun çalışma sayfası basitleştirilmeli, seviyesine uygun düzenleme yapılmalıdır. • Etkinlikler sırasında uzun ve karmaşık cümleler yerine basit yönergeler kullanılmalıdır. • Zihinsel yetersizliği olan çocuğun kendi içinde gösterdiği gelişmeler değerlendirilmelidir. • Bu çocukların yapamadıklarına değil yapabildiklerine odaklanılmalıdır. • Zihinsel yetersizliği olan çocukların başarıları anında ödüllendirilmelidir. • Zihinsel yetersizliği olan çocuklara öğrenme sürecinde sık sık destekleyici geri bildirim verilmelidir.
Sosyal ve Duygusal	• Zihinsel yetersizliği olan çocuğa okulun ilk günlerinde kendine yakın bulduğu arkadaşlarla oyun oynatılmalıdır. • Bu çocuklar kalabalığa girmeye çekiniyorsa küçük grup çalışması yapılarak çalışmaları ödüllendirilmelidir. • Sınıfta çocuğa küçük sorumluluklar verilmelidir. • Zihinsel yetersizliği olan çocuklar oyun ve toplum kurallarına uymakta zorluk çekerler. Kuralları güç oyunlara katılmak istemeyebilirler. Kurallar, bu çocukların anlayacağı ve uyacağı seviyede basitleştirilmelidir. Çocuğun başarı duygusunu yaşayabileceği oyunların seçilmesine dikkat edilmelidir (Bu nedenle çocuk oyunda daha az sorumluluk gerektiren pozisyona yerleştirilebilir.). • Sosyal etkinliklere karşı ilgileri azdır, bu nedenle etkinliklere aktif olarak katılımları sağlanmalıdır. • Sosyal ilişkilerde bencil davranabilirler. Oyunlar sırasında bütün materyallerin kendilerine ait olmasını isteyebilirler. İlgili kazanımlar içinde kendilerine ait olan eşyaları başkalarıyla paylaşmaya ilişkin çalışmalar yapılarak çocuğun başarılı girişimleri ödüllendirilmelidir. • Zihinsel yetersizliği olan çocuklar grup çalışmalarına katılmaları konusunda desteklenmelidir.

Motor

- Zihinsel yetersizliği olan çocuklar denge, esneklik, hız ve dayanıklılık açısından zayıftırlar. Küçük kas gelişimleri yaşlarına göre zayıf olabilmektedir. Bu çocukların küçük kas gelişimlerine yönelik egzersizler yaptırılabilir.
Örneğin, ipe boncuk dizme, oyun hamuru ile yapılan çalışmalar.
- Kas gevşekliği belirgin özelliği olan zihinsel yetersizlik türlerinde (Örneğin, Down sendromu) büyük kas becerilerini geliştirmeye yönelik egzersizlerin yapılması sırasında çocuğun fizyoterapistinden öneri almak gereklidir. Yapılacak çalışmaların çocuğun büyük kas gelişiminde kalıcı hasar bırakmasına engel olmak için fizyoterapistin raporunda yer alan öneriler özenle dikkate alınmalıdır.

Kaynaklar

- ❖ *MEB (2013). 0-36 aylık çocuklar için eğitim programı. <http://tegm.meb.gov.tr/dosya/okuloncesi/0-36program.pdf>*
- ❖ *MEB (2013). Okul öncesi eğitim programı. <http://tegm.meb.gov.tr/dosya/okuloncesi/ooproram.pdf>*

Dr. Taşkın Taştepe



ZİHİNSEL ENGELLİ ÇOCUKLAR



*Zihinsel Yetersizliği Olan Çocuklara Yönelik
Etkinlik Hazırlama*

Dr. Taşkın Taştepe