

ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYİ GELECEĞE HAZIRLAMA



REHBERLİK SERVİSİ

GELECEĞE HAZIRLANMA
-GENÇLİK DÖNEMİ, MESLEK SAHİBİ OLMA VE
EVLİLİK-



Bizim özel bir çocuğumuz var ve hep çocuk olarak kalmayacak.

Zaman geçecek; çocuğumuzun büyümesi ile birlikte ihtiyaçları ve gereksinimleri değişecek. Bugünkü eğitimde özel çocuğumuzun ergenlik, gençlik ve yaşlılık dönemlerini, meslek sahibi olma, evlilik, aile ve aileden ayrılma konularını ele alacağız.



Bütün normal gelişim gösteren çocuklar gibi zihin engelli çocuklar da ergenlik dönemini yaşarlar.

Bu dönem çocuğumuzun kendisini anlamaya ve keşfetmeye başladığı; kardeşleri ve ailesi ile olan ilişkilerini yeniden şekillendirdiği akranlarıyla daha yakın etkileşim içinde olduğu bir dönemdir.

Bu dönemde çocuk akranları gibi sosyal ve duygusal bazı problem yaşayabilmektedir.



**ÇOCUĞUMUZUN BU SÜRECİ
KOLAY ATLATABİLMESİ İÇİN
EBEVEYNLERİ OLARAK NELER
YAPABİLİRİZ ?**

Çocuğumuzun ilgi ve yeteneklerine göre gerçekleştirebileceği günlük etkinlikler ve sportif faaliyetler planlayabiliriz.



AİLECE YAPABİLECEĞİNİZ ETKİNLİKLER

- Çocuğunuzla beraber yaptığınız eğlenceli şehir turları planlayabilirsiniz. Bu ailece yaptığınız keyifli bir etkinlik olacaktır.
- Hayvanat bahçesi ya da akvaryumu ziyaret edebilirsiniz. Bu tür etkinlikler ile çocuğunuzun ruhsal ve zihinsel gelişimine katkıda bulunabilir.
- Birlikte kitap okuyabilir, kitabın bölümlerini soru-cevap şeklinde tartışarak çocuğunuzun gelişimine destek verebilirsiniz.



AİLECE YAPABİLECEĞİNİZ ETKİNLİKLER

- Çocuğunuzla birlikte müze ve sergileri gezebilirsiniz.
- Çocuğunuzla birlikte sinema, tiyatro ve dans gösterilerini izlemeye gidebilirsiniz.
- Toprakla ilgili çalışmalar yapabilirsiniz. Örneğın; birlikte ilgilenebileceğın bir bahçe oluşturabilirsiniz.
- Birlikte fotoğraf çekip albüm oluşturabilirsiniz.
- Özel günleri birlikte planlayabilirsiniz. Örneğın; ailedeki diğeri bireylerden birisinin Doğum günü için düzenleme yapma.



AİLECE YAPABİLECEĞİNİZ ETKİNLİKLER

- Birlikte alışveriş listesi hazırlayarak alışverişe çıkabilirsiniz.
- Çocuğunuzla birlikte yemek yapabilirsiniz.
- Çocuğunuzla birlikte doğa yürüyüşleri yapabilirsiniz.
- Çocuğunuzla birlikte evcil hayvan besleyip, zamanla sorumluluğ u çocuğunuza bırakabilirsiniz.
- Çocuğunuzla birlikte koleksiyon yapabilirsiniz (pul, resim, fotoğraf, bitki)



TABLO I ÖRNEK ETKİNLİK PLANI

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi	Pazar
Birlikte öykü okuma	Birlikte sevdiğiniz bir şarkıyı dinleme	Aile konulu bir öykü oluşturma	Çok bilinen bir şarkıyı söyleme	Birlikte fotoğraf çekme	Birlikte sinemaya gitme	Yeni bir şarkı söyleme
Birlikte uçurtma yapma	Hareketli bir şarkı eşliğinde dans etme	Legolarla oynama	Birlikte kısa bir masal okuma	Çekilen fotoğraflardan albüm oluşturma	Müzik aletini çalmaya çalışma	Birlikte top oynama
Resim yapma.	El işi kâğıdından keserek kuş yapma	Bahçeye çıkıp bir ağaç ya da bitkiye su verme	Suluboya ile boyama yapma	Birlikte yürüyüş yapma	Serbest resim yapma	Patates baskısı yapma
Birlikte kurabiye yapma	Oyun hamuru ile geometrik şekiller yapma	Kâğıdı katlayarak basit şekiller yapma	Birlikte oyun parkına gitme.	Hayvanat bahçesine gitme	Yüz boyası ile evdeki herkesin yüzünü boyama	Oda toplama yarışması yapma

Tablonun benzerini siz de evde hazırlayabilirsiniz.

Tabloda yer alan etkinlikleri siz ve çocuğunuza göre planlayabilirsiniz.

Tabloda yer alacak olan etkinlikleri saatleri yazarak belirleyebilirsiniz.

Çocuğunuz okula devam ediyorsa okulda yapılanlara destek olacak etkinliklere yer verebilirsiniz. Örneğin; okulda öğrendiği bir şarkıyı evde tekrar etmeniz.

- Ergenlik döneminde olduğundan saç şeklini ve kıyafet tarzını değiştirme, yeni alışkanlık edinme gibi davranışlara karşı ılımlı olabiliriz.
- Aile içerisinde ya da çevresinde bulunan kendisinden büyük veya yaşıtı olan olumlu model oluşturabilecek kız ve erkek akranları ile zaman geçirmesine olanak sağlayarak cinsel kimlik edinmelerine yardımcı olabiliriz.



- Çocukumuzu saldırganlık ve cinsellik konusunda olumsuz etkileyebilecek iletişim araçlarını kontrollü kullanmalarını sağlayabiliriz.
- Çocukumuz cinsellik konusunda yanlış yönlendirebilecek kişi ve konuşmalardan uzak tutabiliriz.



- Çocuklarımıza muhakkak kişisel temizlikleri konusunda yol göstermeniz gerekir. (ped kullanımı, tüylerin alınması, dişlerin fırçalanması...)
- Bu işlemleri sürekli hale getirmelisiniz.
 - Tuvaletten sonra ve yemek yedikten sonra ellerini yıkayacak.
 - Her sabah ve akşam dişler fırçalanacak.
 - Haftada bir ve ya iki haftada bir muhakkak tüyler alınacak.
 - Haftada en az iki kez banyo yapılacak.
 - Kızlara ped kullanma öğretilecek.

Bunları sürekli dile getirmeniz hatta uygun yerlere hatırlatıcı kartlar ya da resimler yapıştırmanız etkili olabilir.

- Çocuğumuzu iyi dokunuş, kötü dokunuş, güvenlik mesafesi, özel bölgelerin temizliğı - krem ve spreylere yardımcı ile- gibi cinsel eğitim konularında bilgilendirmeliyiz.

- Çocuğumuzun özel bölgelerine dokunurken biz de muhakkak sormalı ve izin almalıyız !
- Kişisel bakımını gizli bir yerde yapması gerektiğini ve bunun özel olduğunu anlatmalıyız.



Şekil 1. İstismardan Korunmaya Yönelik Becerilerin Öğretimi

İzinsiz Fiziksel Teması
Reddetmenin Öğretimi

Güven Çemberine
Dayalı Öğretim

İzin Alma ve İzin Verme
Öğretimi

İyi ve Kötü Dokunmanın
Öğretimi

Kandırılmayla
Başa Çıkma

- Çocuğumuzun cinsellikle ilgili sorularına anlayabileceğı düzeyde, ve sorduğı anda cevaplar verebilmeliyiz. Eğer "Sus bakayım, nereden çıktı öyle şeyler", "Nereden duyuyorsun bunları bakayım terbiyesiz" dersiniz bitti. Çocuk bir daha hiçbir şey sormaz, başka kaynaklara yönelir. Çocukla bağınızı koparmamalı ve olabildiğince hayatın içinden her konuda bilgilendirmeye çalışmalısınız.



- Çocuğun kendi kendine cinsel doyum sağlaması demek olan mastürbasyonu zararlı bir davranış olarak algılamamalıyız.

Ergenlik çağında çocuklarda oluşan cinsel isteği yok sayamayız, görmezden gelemeyiz. Eğer böyle yaparsak çocuk etrafındakilere saldırabilir, öfke patlamaları yaşayabilir, kendine ya da karşısındakine zarar verebilir.

Yardım almamızı gerektiren bir durum olduğunu düşünüyorsak öncelikle konuyu çocuğumuzun özel eğitim öğretmeni ile görüşmeli ve yol haritası belirlemeli ya da psikolog desteği alabilmeliyiz.

SAĞLIK SORUNLARI

Zihin Engeline ek olarak, çocuğunuzda sağlık sorunları bulunabilmektedir.

- Çölyak Hastalığı
- Obezite
- Epilepsi
- Göz Hastalıkları
- Kalp Hastalıkları vb.
- Ek yetersizliklerle karşılaşılabılır.

Ailelere Öneriler;

- Çocuğunuzu düzenli aralıklarla doktor kontrolüne götürmeli ve sağlığı hakkında bilgi edinmelisiniz.
- Çocuğunuzun uygulanması gereken diyet varsa bunun devamlılığına özen göstermelisiniz.
- Cihaz, gözlük vb. kullanımları konusunda doktorunuzdan bilgi almalısınız.
- Sağlık kuruluşlarına çocuğunuzu kayıt ettirmeli, aşılarının takibini yaptırmalısınız.
- Çocuğunuzun dengeli ve düzenli beslenme konusunda özen göstermelisiniz.
- İlaç kullanımı konusunda dikkatli olmalı ve mutlaka doktor muayenesinden sonra ilaç başlanmasına özen göstermeliyiz.

Ailelere Öneriler;

- Halk eğitim merkezlerinin düzenlediği ilkyardım vb. kurslara katılım göstermelisiniz böylelikle acil durumlarda hem ailenizi hem de kendinizi koruyabilirsiniz.
- Çocuğunuzun sağlık sorunları, kullandığı cihazlar hakkında öğretmenini bilgilendirmelisiniz.
- Unutmamalısınız ki her çocuk sağlık sorunları yaşayabilir. Çocuğunuzun birçok hastalığı zihin engelli olmasından değil, sadece farklı bir çocuk olmasından kaynaklanabilir.

Zihin engelli bireylerin engel derecesi ağırlaştıka ek sağlık sorunları ve tıbbi tedavi ihtiyacı da artmaktadır. Bu nedenle ailelerin sağlık sorunlarını önemsemeleri, mutlaka uzmana danışmaları ve eğitimin aksatılmaması için çocuğun öğretmeninin bilgilendirilmesi önemlidir.

Lise Çağı ve Gençlik Dönemi

- Ortaokul eğitimi sürecinde çocuğunuzun ilgi ve yeteneklerini gözlediniz. Bu gözlemlerinizi çocuğunuzun lise eğitiminde uygun mesleğe yönlendirilmesine yardım edecektir. Bu gözlemlerinizi çocuğunuzun öğretmenleriyle mutlaka paylaşın.
- Çocuğunuzun dersleri ve ödevleri ile ilgilenin, öğretmeni ile iletişim halinde kalın ve okulda çalıştıkları konuyu evde tekrar ederek pekiştirmesine yardım edin.
 - Çocuğunuzun el ve beden hareketlerini geliştirici egzersizlerde bulunun. Örneğin;evinizin bahçesi var ise çapa yapmasını veya ağaç dikmesini sağlayın. Bu etkinlik el-göz koordinasyonunu sağlayıcı bir özellik taşımaktadır. Ayrıca bu tür etkinlikler çocuğunuzun rahatlamasını ve enerjisini boşaltmasına olanak tanımaktadır.



Unutmayın;

İstikrarla atılan küçük adımlar arkalarında uzun izler bırakır. Yılmadan ve umutsuzluğa kapılmadan çocuğunuz için küçük adımlar atın. Çocuğunuzun olumsuz yönlerine değil ne kadar özel bir çocuk olduğuna odaklanın. Çocuğunuzun öğretmenleri ile işbirliği içinde olun. Siz ne kadar ilgili olursanız öğretmenlerde o kadar motive olacaktır.

Arkanızda bıraktınız küçük adımlar gelecekte çocuğunuz için büyük adımlara dönüşecektir. Her çocuk birbirinden farklıdır ve özeldir.

Siz ve çocuğunuzda çok özelsiniz! Bunu unutmayın!

Lise Çağı ve Gençlik Dönemi

- Çocuğunuzun eğitim aldığı atölyeye yönelik ev içerisinde destekleyici etkinliklerde bulunmaya çalışın. Örneğin; el sanatları atölyesinde eğitim alıyor ise birlikte kolye yapın, ağaç işleri atölyesinde ise birlikte ahşap boyama etkinliği yapın.
- İmkanınız dahilinde yaz tatilinde güvenebileceğiz iş yerleri ile çocuğunuzun mesleki olarak gelişmesine yönelik uygulama yapmasına ilişkin görüşmeler yapmaya çalışın. Eğer böyle bir işyerine yerleşir ise sık sık çocuğunuzun işyerine giderek neler yaptığına yönelik gözlemlerde bulunun.



MESLEK EDİNME

- Çocuğunuza küçük yaştan itibaren ev işlerinde küçük küçük sorumluluklar vererek gelişmesinin önünü açın.
- Çocuğunuzdan mesleki olarak performans düzeyinin çok üstünde beklentilere girmeyin Bazı çocukların bir tahtayı zımparalaması başarı göstergesi iken bazı çocukların saç kesimi yapması onun için başarı sayılacaktır. Neticede yapılan işler küçük görünse de büyük değerler taşımaktadır.
- Çocuğunuzun meslek sahibi olmasına destek olun, bu noktada ilgili kurumlardan yardım alın.

Unutmayın

Her çocuğun yapabileceği küçük küçük işler bulunmaktadır. Çocuğunuzu başka çocuklarla kıyaslamadan yetenekleri ve becerilerini sergilemelerine fırsat yaratın. Çocuğunuzun yapabildiklerini takdir edip, destekleyin.

Çocuklar sizin destekleriniz arttıkça kendini daha güvende ve mutlu hissedecektir. Çocuğunuzun güven ortamı içerisinde yer alması gelecekteki yaşamını şekillendirecektir.

Anne ve baba olarak çocuğunuzun toplum içerisinde kendini ifade etmesine, bir meslek sahibi olmasına yol açıcı davranışlarda ve ekinliklerde bulunun.

EVLİLİK KARMAŞASI

- Zihin engelli çocuklarınızı onları evliliğe özendirecek konuşmaların yapıldığı ortam ve kişilerden uzak tutarak evlilik konusunda olumsuz yönlendirilmelerini engelleyebilirsiniz.
- Zihin engelli kız ya da oğlunuzun bakım yükünü ona bakım verecek bir eş bularak azaltabileceğinizi düşünmemelisiniz.
- Zihin engelli çocuğunuz ve aileniz için sosyal, eğitsel ve maddi konuları içeren gelecek alternatiflerini uzman birim ve profesyoneller eşliğinde oluşturmalısınız.

Ailelere Geleceğe İlişkin Öneriler

- Zihin engelli çocuğunuzun geleceğine yönelik ayrıntılı bir yaşam planı oluşturabilirsiniz.
- Zihin engelli çocuğunuzun bakım yükünü azaltmak için onun öz bakım becerilerini ve günlük yaşam becerilerini kazanmasını sağlayabilirsiniz.
- Zihin engelli aile ferdinizin bakımını üstlenemediğiniz durumlarda devletin bakımı ve korumasını altına alınmasını talep edebileceğiniz gibi yılda 30 gün süreyle geçici olarak resmi bakım ve rehabilitasyon merkezine misafir edilmesini sağlayabilirsiniz.
- Ekonomik koşullarınız uygunsa ilerde sadece zihin engelli çocuğunuz ve onun bakımını üstelenecek kişinin kullanabileceği bir birikim hesabı oluşturabilirsiniz.



Ailelere Geleceğe İlişkin Öneriler

- Gelecek planlarınızı oluştururken özel eğitim öğretmeni, psikolojik danışman, psikolog ve sosyal çalışmacılardan destek alabilir ya da Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığına bağlı bulunduğunuz ildeki Sosyal Hizmet Merkezine başvurabilirsiniz.
- Zihin engelli aile bireyinize verilecek hizmetler konusundaki bilgi gereksinimleriniz için Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın 183 numaralı hattını arayarak bilgi alabilirsiniz.



Çocuğunuzla birlikte sağlıklı ve güzel
yıllar geçirmeniz dileğiyle...

Katılımınız için teŖekkrler.