



ALIAGA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ BÜLTENİ

Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizlik

2019/Ocak
Sayı.1

ALIAĞA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ BÜLTENİ



Başlarken

Bültenimizin amacı,

Eğitim-öğretim yılı içerisinde çalışma alanımıza giren konularla ilgili her ay farklı bir başlığı ele alarak sizlere detaylı bilgiler sunmaktır.

Bu Sayıda

Başlarken	1
Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizlik	1
H.D.Z. Yetersizliği Olan Bireylerin Özellikleri	2
H.D.Z Yetersizliği Olan Bireylerin Ailelerine Öneriler	3
H.D.Z. Yetersizliği Olan Bireylerin Öğretmenlerine Öneriler	4

Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizlik

Zihinsel yetersizliği olan bireyler; dikkat, algılama, bellek ve muhakeme etme yeteneği gibi zihinsel işlevlerinde yetersiz, kişisel bakım, çevreye uyum, dil, iletişim ve duyuşal motor becerilerinde yaşıtlarına göre geç ve yavaş gelişen çocuktur. Zihinsel yetersizliğin 18 yaşından önce başlaması öngörölür .Bu yetersizlik durumu, **hafif, orta ve ağır olarak** derecelendirilir.

Hafif düzeyde öğrenme yetersizliği; bireyin zihinsel işlevler ile kavramsal, sosyal ve pratik uyum becerilerindeki hafif düzeydeki yetersizliği nedeniyle eğitim dönemi içinde, sınırlı seviyede destek eğitim hizmetleri ve özel düzenlemelere ihtiyacı olması durumudur. H.D.Z. yetersizlik, zihinsel yetersizlik türleri arasında diğerlerine oranla en yaygın orana sahiptir. Zihinsel yetersizlik gösteren çocukların %90'ına yakını yetersizlikleri hafif derecede olan çocuklar oluşturmaktadır.

Bu çocuklar akranlarıyla karşılaştırıldıklarında , benzerlikleri farklılıklarından çok daha fazladır. Bu grupta yer alan bireylerin zekâ bölümleri 50-69 arasındadır.

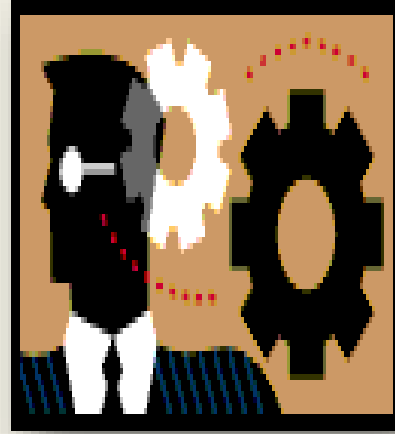
Ebeveynlerden zaman zaman "hafif derecede zihinsel engel" derken ne kastedildiğine dair sorular alıyoruz. "Çocuğumun tam olarak neyi var" veya "Anne baba olarak çocuğumuza nasıl yardımcı olabiliriz?" türünden sorular.

Elinizdeki bu bültende hafif derecede zihinsel engelin ne anlama geldiği ve bu duruma has özelliklerin neler olduğu hakkında bilgi sunulmaktadır.

Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerin Özellikleri

.Görünürdeki hallerinden engelli olduğu çoğu zaman anlaşılabilir.

- (sözlü) dili iyi kavramakta zorlanırlar.
- Duygularını ifade etmekte zorlanırlar: kızmış, korkmuş, sevinçli veya üzüntülü hallerini tarif edemezler. Aynı zamanda başkalarında bu duyguları anlamakta da zorlanırlar.
- Başkaları duygusal olduğu zaman onlar da (aşırı) duygusal bir karşı tepki verirler.
 - Ata sözleri, deyimler veya başka türlü mizahlı söylemleri anlamakta zorlanırlar.
 - Soyut düşünemezler (zaman, miktar veya uzamsal açıdan)
 - Biraz inattırlar. Bir şeyi belirli şekilde yapmayı öğrendiyse benzeri durumda da mutlaka aynı şekilde yapmaya ısrarlıdırlar.
 - Olabildiği kadar normal görünme ve diğerleri gibi olmaya özenirler ve dolayısıyla kolayca etki altına alınabilirler/kandırılabilirler.
 - Arkadaşlık edinme ve muhafaza etmekte zorlanırlar.
 - Kendilerini başkasının yerine koymakta zorlanırlar.



- Başarısızlık korku vardır ve kendini ya olduğundan aşağı görür veya olduğundan fazla iyi görür ve yüksek sesle konuşarak diğerini bastırırlar.
- Halleri (olup bitecekleri/gidişatı) görmekte zorlanırlar. Örneğin: sınıftaki öğretmene “siz” diye hitap edilmesi gerektiğini öğrenince, bunun başka sınıftaki öğretmen için de gerektiğini akıl edemezler.
 - Deneyimlerinden ders almakta zorlanırlar.
 - Kendi davranışlarının veya başkalarının davranışlarının nedeni ve doğuracak sonucu hiç veya yeterli derecede göremezler.
 - Düşünmeden, içinden geldiği gibi hareket ederler.

Çocuğun hafif derecede zihinsel engelli olması hamilelik döneminde, doğarken veya doğduktan sonra oluşmuş olabilir.



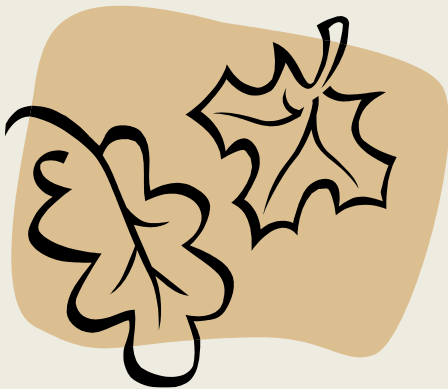
Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerin Ailelerine Öneriler

- Çocuğunuza konuşurken basit ve kısa cümleler kullanın ve oldukça çok açıklama yapın.
- Çocuğunuza konuşurken: “birazdan, belki, az sonra, birazcık ve öyle işte”, gibi açık anlaşılır olmayan sözcükler kullanmayın. Söyleyeceğinizi daha somutlaştırıp, çocuğunuza bir kesinlik sağlayın: bekle biraz diyeceğinize örneğin “çayımı içip, ondan sonra” veya “sen pijamanı giydikten sonra” gibi kesin konuşarak durumu netleştirin.
- Çocuğunuzda gördüğünüz veya kendinizdeki duygu durumunun adını belirtin: örneğin üzüntülü olduğunuzu veya olduğunuzu söyleyin ki üzüntüyü anlasın.
- Çocuğunuzun başarabildiği şeylerde iltifat edin ki öz değeri artabilsin.
- Çocuğunuza sadece o anda yasak olanı söylemeyin, aynı zamanda yapabileceği bir alternatifi de belirtin.



*Sıcak bir aile ortamı ,
en büyük destekçileridir.*

- Gündüz düzeninizin sabit olmasını sağlamaya çalışın ki çocuğunuz da neyin ne zaman olacağını alışkanlık edinebilsin.
- Çocuğunuzun yeni bir duruma veya zorlandığı bir şeye iyi hazırlanmaya çalışın. Bunu çocuğunuza göstererek veya alıştırmak istediğiniz şeyi küçük adımlarla öğreterek yapın.
- Çocuğunuza: "neden" türünden sorular sormayın. Nitekim çocuk çoğu zaman bilinçaltı hareket ettiğinden, bir şeyi neden yaptığını veya yapmadığını anlatamaz size.
- Laflarınıza dikkat edin: Çocuğunuza: "Aptal", "akılsız, aklını kullansana" gibi aşağılayıcı laflar söylemeyin. Bu hem kırıcıdır, hem de çocuk mana veremez ve söylediklerinizi harfiyen alır.



Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizliği Olan Bireylerin Öğretmenlerine Öneriler

- Kaynaştırma eğitimi çalışmalarına başlamadan önce kaynaştırma eğitimine alınacak öğrencinin türü, derecesi, yeterli özellikleri ve eğitim ihtiyacı hakkında yeterli bilgiye sahip olunmalı ve bu doğrultuda “ Bireyselleştirilmiş Eğitim Programı” hazırlanmalıdır.
- Kavrama sürati yaşlarına göre yetersiz olan bu öğrencilere yönergeler verilirken daha çok açıklanarak ve tekrar edilerek verilmelidir.
- Dikkat süreleri kısa süreli ve çok sayıda uyaran dikkatinin dağılmasına neden olduğu için bu çocuklar sınıfta ön sıralara oturtulmalı ve dikkatlerini toplamaları için sürekli göz teması kurulmaya çalışılmalıdır.
- Yaparak ve yaşayarak öğrenmesini sağlayın. Temel becerilerin kazanılmasında ve okul kurallarının öğrenilmesinde drama ve oyun yöntemlerinin kullanılması faydalı olacaktır.
- Çocuk kendi yetenekleri ölçüsünde kabul edilmeli fazlası beklenmemelidir. Okulda çocuk arkadaşlarıyla karşılaştırılmamalıdır.
- Öğrenciye bilgiler sunulurken daha çok tekrar ve örneklere yer verilmelidir.
- Hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğa güven vermek için onunla fiziksel iletişim kurunuz. Sırası geldiğinde başını okşayarak, sarılarak ona karşı duygularınızı hissettiriniz.

Hafif düzeyde zihinsel öğrenme yetersizliği olan çocuklar temel akademik ve sosyal uyum becerilerini kazanabilirler ancak geç ve güç öğrenirler. Bu çocuklara normal çocuklara uygulanan eğitim programının hafifletilmiş ve işleniş süresi daha kısaltılmış bireyselleştirilmiş eğitim programı hazırlanmalı, çocukların akademik, duygusal ve zihinsel kapasiteleri dikkate alınarak program uygulanmalıdır.

- Öğretmen hafif düzeyde yetersizliği olan çocuğa o şekilde davranmalıdır ki, diğer öğrencilerde onu sınıfın bir üyesi olarak kabul etsin.



Serkan YILMAZ
Merkez Müdürü
Yağmur TOPCUOĞLU
Merkez Müdür Yardımcısı
Ezgi DEMİR
R.P.D.H. Bölüm Başkanı
Dr.H.Tezer ASAN
Ö.E.H Bölüm Başkanı
Halil Özgül
Rehberlik Öğretmeni