

TÜRKİYE'NİN ÖZEL EĞİTİM KONULU E-DERGİSİ



NISAN MAYIS HAZİRAN 2025 | SAYI 36 | WWW.OCED.ORG.TR

YETEBİLMEK Mİ YETİŞEBİLMEK Mİ?
Süreyya Ülkü Güler

**OTİZMLİ ELİF'İN RESİMLERLE
RENKLENEN DÜNYASI**
Neslihan Karakollukcu

GÜÇLÜ DEĞİL İNATÇI BİR ANNEYİM
Prof. Dr. Esra Akgül

**OTİZMİ ANLAMAK, ÇOCUĞU
ANLAMAKTIR**
Dr. Berna Aygün

**UYKU PROBLEMLERİNE YÖNELİK
ERGOTERAPİ STRATEJİLERİ**
Ergoterapist Berkay Karpuz

**OTİZM, TEKNOLOJİ VE GELECEK:
DİJİTAL EĞİTİM DEVRİMİ**
Dr. Ayşe Tuba Ceyhun

**SOSYAL GÜVENCEDEKİ
HAKLARIMIZI BİLELİM**
Mahir Hasan



'KRAL KAYBEDERSE'NİN MERYEM'İ
Ferhan Gülşah Varlıoğlu

HER ÇOCUK DESTEKLENMEYİ HAK EDER.

Bir çiçeğin büyümesi için sadece içinde bulunduğu kap yetmez. Dışarıdan ihtiyaç duyduğu ışığı ve suyu da almalıdır.

Derneğimizde gönüllü olmak için bizimle iletişime geçebilirsiniz.

KÜNYE

İMTİYAZ SAHİBİ

Özel Çocuklar Eğitim ve
Dayanışma Derneği

Genel Yayın Yönetmeni:

Parin YAKUPYAN
parin@oced.org.tr

Yazı İşleri Müdürü (Gönüllü):

Rana Zeynep ÇÖMLEKÇİ
rana@oced.org.tr

Katkıda Bulunanlar

Garen YAKUPYAN
Sayat YAKUPYAN
Zaven MANAVYAN

Grafik Tasarım

Lara TİMUR

Dernek Başkanı:

bilgi@oced.org.tr

Abonelik:

bilgi@oced.org.tr

Yayın Tarihi:

Mayıs 2025

Yönetim Yeri:

Özel Çocuklar Eğitim ve Dayanışma
Derneği

* Kapak Görseli freepik.com
adresinden alınmıştır.

* 5846 Sayılı Fikir Ve Sanat Eserleri
Kanunu ("FİSEK") kapsamında
düzenlenen eser sahibinin hakları
çerçevesinde eser sahibi sıfatına haiz
derneğimizin, ÖÇED E-Dergi üzerindeki
tüm hakları saklı ve bakidir.

www.oced.org.tr



/ocedorgtr

Editörden



Rana Zeynep ÇÖMLEKÇİ
Yazı İşleri Müdürü
rana@oced.org.tr

Sevgili okurlar,

ÖÇED Dergisi'nin 36. sayısında sizlerle buluşmanın heyecanını yaşıyoruz. Bu sayımızda, hayatın farklı yönlerinden ilham verici öyküler ve uzman görüşleriyle dolu bir içerik hazırladık. "Küllerimizden Doğmak" başlığı altında, zorluklardan güçlenerek çıkan bireylerin hikayelerine tanık olacaksınız. ÖÇED Yönetim Kurulu Başkanı Parin Yakupyan'ın kaleminden, dayanışmanın ve yeniden başlamanın önemini keşfedeceksiniz.

Bu sayımızda, özel gereksinimli çocukların ailelerinin ve bireylerin hayatına dokunan çeşitli konulara yer verdik. "Yetebilmek mi Yetişebilmek mi?" başlıklı yazıda Süreyya Ülkü Güler'in, Down sendromlu bireylerin gelişim yolculuğundaki içten paylaşımlarını bulacaksınız. Ayrıca, Eda Güzelsoy'un "Hayata Yeni Kapılar Açabilmek ve Ben de Varım Diyebilmek" söyleşiyle hayata tutunma azmine tanık olacaksınız.

Uzman görüşlerini de ihmal etmedik. Otizm ve dijital eğitim üzerine Dr. Ayşe Tuba Ceyhun'un değerlendirmeleri ve ABA süpervizörü İsmail Bıyıklı'nın otizmlili bireylerle etkili iletişim üzerine önerileri, sizlere farklı bakış açıları sunacak. Özel gereksinimli bireylerin yaşam kalitesini artırmak için geliştirilmiş ergoterapi stratejilerini Ergoterapist Berkay Karpuz'un kaleminden okuyabilirsiniz.

Kültür-sanat sayfalarımızda, "Kral Kaybederse" dizisinin Meryem karakterini canlandıran Ferhan Gülşah Varlıoğlu ile yapılan keyifli bir söyleşi yer alıyor. Ayrıca, Elif'in resimlerle renklenen dünyasını ve Sivil Kafalar'ın hak temelli kapsayıcılık hamlesini de sizlerle paylaşıyoruz.

Bu sayıda yer alan yazıların, farkındalık yaratmak ve ilham vermek amacıyla kaleme alındığını hatırlatmak isterim. Hayatın her alanında güçlenmek ve küllerimizden doğmak mümkün! Hep birlikte daha kapsayıcı ve bilinçli bir toplum inşa etmek dileğiyle...

Keyifli okumalar!
Sevgi ve dayanışmayla....

KÜLLERİMİZDEN DOĞMAK
ÖÇED Yönetim Kurulu
Başkanı Parin Yakupyan

6

YETEBİLMEK Mİ YETİŞEBİLMEK Mİ?
Down Sendromlu Birey Annesi Süreyya
Ülkü Güler

10



"HAYATA YENİ KAPILAR
AÇABİLMEK VE BEN DE VARIM
DİYEBİLMEK"
CP'li Birey Eda Güzelsoy

14

OTİZMİ ANLAMAK,
ÇOCUĞU
ANLAMAKTIR
Çocuk ve Genç
Psikiyatristi
Dr. Berna Aygün

18

OTİZMLİ BİREYLERLE ETKİLİ
İLETİŞİMİN ANAHTARI NEDİR?
ABA Program Süpervizörü ve Klinik
Psikolog İsmail Bıyıklı



24

OTİZM, TEKNOLOJİ VE GELECEK:
DİJİTAL EĞİTİM DEVRİMİ
Dr. Ayşe Tuba Ceyhan

30



"HER ÇOCUK İÇİN KAPSAYICILIK"
İlkesiyle Dadyan Okulu
Öğretmenleriyle Buluştuk

36

'KRAL KAYBEDERSE'NİN
MERYEM'İ MASUMİYETİN
TEMSİLCİSİ
Ferhan Gülşah Varlıoğlu



38

**0-3 YAŞ ARASINDAKİ ÇOCUKLAR İÇİN
EKRAN MARUZİYETİNİN SIFIR OLMASI
NEDEN ÖNEMLİDİR?**

*Uzman Dil ve Konuşma Terapisti,
Ergoterapist, Selen Okay*



42

**OTİZMLİ ELİF'İN RESİMLERLE
RENKLENEN DÜNYASI**
Neslihan Karakollukcu



44

**SİVİL KAFALAR'DAN HAK
TEMELLİ KAPSAYICILIK
HAMLESİ**
*Özgür Konuk,
İdil Seda Ak ve
Av. Cansu Korkmaz*

48



**SOSYAL GÜVENCEDEKİ
HAKLARIMIZI BİLELİM**
*Mahir Hasan Emektar Sosyal
Güvenlik Uzmanı*



52

GÜÇLÜ DEĞİL İNATÇI BİR ANNEYİM
Prof. Dr. Esra Akgül

56

**UYKU PROBLEMLERİNE YÖNELİK
ERGOTERAPİ STRATEJİLERİ**
Ergoterapist Berkay Karpuz

62

**UDEMKO 2025 ANADOLU
ÜNİVERSİTESİ'NDE
GERÇEKLEŞTİ**
Haberler & Etkinlikler

64

ÖDÜL MÜ PEKİŞTİREÇ Mİ?
*Nicky Nükte Altıkulaç MS,
BCBA, EI (ABA Uzmanı)
Davranış Terapisi Uzmanı*

67



KÜLLERİMİZDEN DOĞMAK

ÖÇED Başkanı Parin Yakupyan: "Ben iktisat fakültesi mezunuyum. Tam 18 yıl boyunca finans sektöründe çalıştım. Sayılar, tablolar, stratejiler... Hayatım yıllar boyunca düzenli, hesaplı, öngörülebilir bir düzlemde aktı. Ama bazen hayat, en ince ayrıntısına kadar planladığınız o yol haritasını elinizden alır... Ve bambaşka bir yolculuk başlatır."

Gerçek hayat yolculuğum, ikiz çocuklarım dünyaya geldiğinde başladı. Onlarla birlikte ben de yeniden doğdum. Ancak bu doğum, tatlı bir masalın başlangıcı değildi. İniş çıkışları, kırılmaları ve suskunlukları olan bir sınavdı. Oğlum Garen'e iki yaşından sonra otizm tanısı konduğunda, ilk tepkim "Kabul etmiyorum" demek oldu. Çünkü bir annenin, çocukları için kurduğu hayalleri yıkması kolay değildir. Benim de hayallerim vardı. Kendi hayatım gibi onlarınkini de planlamıştım. Ancak tam da o noktada, planlarımın ortasında bir travma duruyordu.

Krizi hızlı toparlamaya çalışmak, çözüm aramaya başlamak, karakterimin bir parçası. Kabul etmek, çözüm üretmek ve harekete geçmek... Otizmi de böyle gördüm. Doğru destek, bol sevgi ve iyi bir eğitimle yaşam kalitesini yükseltebileceğimiz bir yoldu. Ben o yola girdiğim anda da eski Parin ile yeni Parin'in yolları ayrıldı.

Oğlumun ilk yıllarını özel eğitime adadım. Garen ile birlikte öğrendim, birlikte yürüdüm. Ancak otizmde asıl sınav sınıfta ya da eğitimde yapılmıyor. Gerçek sınavınızın, kapıdan dışarı adım attığınızda başlıyor. Toplum, farklı olana karşı nasıl yaklaşacağını bilmiyor. Bunun sonucunda da önyargı, dışlama ve ötekileştirme bir annenin yüreğini en çok yaralayan şeyler olabiliyor.

Oysa biz bu topraklarda, "Yaratılanı severiz Yaradan'dan ötürü" diye büyümüş çocuklarız. İncamız, kimliğimiz, yolumuz ne olursa olsun bu söz, ortak noktamızdı. Ne yazık ki bu güzel cümleyi gerçekten hayatına taşıyan insan sayısı artık çok az. Farklılıkları kabullenmek kolay değil, yüzleşmek daha da zor. Çünkü fark etmek, çoğu zaman sorumluluk almayı gerektiriyor ve bu yüzden biz bu farkındalıkları kabul etmekten kaçıyoruz.

Toplum olarak farklılıklara tahammül edemiyoruz. Sadece otizm değil, her türlü farklılık bize fazla geliyor. Kalıpların dışına çıkan herkes hemen sorgulanıyor, yargılanıyor ve dışlanıyor. Oysa dünya değişiyor, çocuklarımız da öyle. "Normal" denen çocuklar bile eski çocuklardan çok farklı. Eskiden bir sınıfta kırk çocuk sessizce otururdu. Şimdi girin bir sınıfa bakın. Çocukların biri şarkı söylüyor, biri dolanıyor, biri konuşuyor. Bize düşense onların bu farklılıklarını reddetmek, onları tek şeyle sokmaya çalışmak yerine anlamaya çalışmak.

Otizm: İstisna Değil, Gerçek

Amerika Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin 2024'te yayımladığı verilere göre, artık



her 31 çocuktan biri sekiz yaşına kadar otizm tanısı alıyor. Uluslararası araştırmalar ise her 6 çocuktan birinin gelişimsel bir farklılık gösterdiğini söylüyor. Yani farklılık artık istisna değil, hayatın gerçeği. Ancak biz, bu gerçeğe hala sırtımızı dönüyoruz.

Otizmli bir çocuğun annesi olarak, en çok canımı acıtan şey bu sırt dönülmesi oluyor. Okullar çocuklarımızı kabul etmek istemiyor. Küçük çocuklar başta kabulleniyor ama önyargıyı öğrenmeye başladıkları yaşlarda onlar da dışlamaya başlıyor.

Ben bu döngüyü kırmak için çabaladım, hala da çabalıyorum.

Otizmli bir çocuğu hayata katmak, çelikten sinirler, tükenmeyen sabır ve koşulsuz sevgi gerektiriyor. "Böyle bir gücün var mı?" diye 25 yıl önce bana sorsanız, tereddütsüz "Yok" derdim. Ancak bu yolculuk bana içimde olduğunu hiç bilmediğim bir gücü gösterdi.

Mücadeleyle Yeniden Doğmak

18 yıl finans alanında çalıştıktan sonra girdiğim mücadele beni bambaşka bir yere savurdu. Bir özel eğitim merkezi kurdum, sivil toplum kuruluşlarında çalıştım, sayısız yazı yazdım, üniversitelerin danışma kurullarında yer aldım. Çünkü biliyordum ki, bir kişinin bile hayatına dokunabilirsem bu çaba anlam kazanacaktı.

Yalnız değildim... Benim gibi nice anne ve baba var. Kitap yazan, bilimsel araştırmalar yapan, sivil toplum örgütleri kuran güçlü insanlar... Bazen "Parin Hanım, ben sizin kadar güçlü değilim" diyorlar. Oysa ben güçlü doğmadım. Hayatım kolaydı. İyi bir eğitim, destekleyen bir aile, huzurlu geçen gençlik yılları... Ama hayat bana bir sınav verdi ve ben o sınavla güçlendim.

Zümrüdü Anka Gibi...

Zümrüdü Anka kuşunu bilirsiniz... Küllerinden yeniden doğar. Ben de öyle oldum. Otizmle birlikte yeniden doğdum. Eski "ben" gitti, yerine bambaşka bir "ben" geldi. Aşamayacağımı sandığım ne çok duvarı yıktım, anlatsam inanamazsınız. Elbette yılgınlığa düştüğüm anlar da oldu, pes ettiğim günler sayısız... Ama her seferinde yeniden ayağa kalkmayı öğrendim.

Psikolojik Dayanıklılık Hiç Yıkılmamak Değil, Kalkabilmektir

Dışarıdan bakınca, sanki hiçbir şey beni sarsmıyormuş gibi görünebilir. Oysa içimde fırtınalar



1/31
8 yaşındaki
çocukta
OSB görüldü

Amerika Birleşik Devletleri Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri'nin (CDC) 15 Nisan Salı günü yayımladığı 2025 raporuna göre, 2022 yılında her 31 çocuktan biri 8 yaşına gelene kadar otizm tanısı aldı. Bu oran, 2020 yılında her 36 çocuktan biriydi.

koptu. Psikolojik dayanıklılık, hiç yıkılmamak değil; yıkıldığında kalkabilmektir. Ve bazen yeniden ayağa kalkmak için en çok, kendinle başa kaldığında "Yalnız değilsin" diyen bir sese ihtiyaç duyarsın.

Benim için dayanıklılığın en önemli anahtarı, duygularımı bastırmak değil, onları tanımak oldu. "Bugün yorgunum" diyebilmeyi öğrendim. "Kırıldım, tükendim" demeyi...

Bir de şunu fark ettim: Biz anneler, çoğu zaman kendimizi unutuyoruz. Kendimizi ihmal ettikçe, çocuğumuza sunduğumuz enerji eksiliyor. O yüzden kendimize iyi bakmak, sadece bir "hak" değil, çocuğumuz için bir "sorumluluk." Ben kitaplarla nefes aldım, arkadaş sohbetleriyle, bazen bir kahveyle... O küçük molalar, bana hayatın içinde kalma gücü verdi.

Birlikte Daha Güçlüyüz

Bu yolculuk tek kişilik değil. Biz buradayız. Aynı yolu yürüyen yüzlerce anne baba ile birlikte senin de yanında olmaya hazırız. Çünkü birlikte yürürsek daha güçlü oluruz. Sevgi, sabır ve dayanışma ile...

Otizmli Genç Sanatçı Deniz Köse'nin Eserleri Doğuş Üniversitesi'nde Sergilendi



Sanat, kelimelerin ötesinde bir ifade biçimi oldu

Doğuş Üniversitesi Sosyal Hizmetler Programı öğrencisi ve otizmli genç sanatçı Deniz Köse, eserleriyle Dünya Otizm Farkındalık Günü kapsamında düzenlenen özel bir sergide sanat-severlerle buluştu. 7-11 Nisan 2025 tarihleri arasında Doğuş Üniversitesi Dudullu Kampüsü Kırmızı Alan'da ziyarete açık olan sergi, izleyicilere farklılıkların sanata dönüştüğü etkileyici bir yolculuk sundu.

Deniz Köse'nin resimleri, sözcüklere ihtiyaç duymadan duyguları, hayalleri ve umutları aktarıyor. Sanatçının fırçası adeta başka bir dilin tercümanı gibi; maviyle sığınıyor, kırmızıyla cesaret buluyor. Sergi, sanatın sınır tanımayan gücünü bir kez daha gözler önüne serdi.

8 Nisan Salı günü gerçekleştirilen söyleşi etkinliğinde Deniz Köse ve emekli öğretmen olan annesi Buket Köse, "Otizm Masalı" başlığı altında kendi hikâyelerini paylaştı. Katılımcılar, bu içten anlatımda yalnızca zorlukları değil, aynı zamanda sevgiyle, mücadeleyle, dirençle ve sanatla gelen kabullenışı de dinleme fırsatı buldu.

Etkinlik kapsamında bir sunum gerçekleştiren ÖÇED Başkanı Parin Yakupyan, hem kendi yaşam deneyimlerinden hem de derneğin destek verdiği ailelerin öykülerinden yola çıkarak otizmin toplumsal boyutuna dikkat çekti. Ayrıca, otizmli bireylerin eğitime ve toplumsal yaşama daha aktif katılımı konusunda farkındalık yaratmanın önemini vurguladı.

Söyleşide söz alan bir diğer isim ise yine otizmli bir bireyin annesi olan Çiğdem Ayçin oldu. Aynı üniversitede öğrenim gören oğlu ile birlikte yürüttükleri yaşam yolculuğunu paylaşan Ayçin, katılımcılara hem umut hem de ilham verdi.

Serginin program sorumluluğunu üstlenen Öğr. Gör. Burcu Aydan'a, sunumu gerçekleştiren Dr. Öğr. Üyesi Roza Süleymanoğlu'na ve destekleriyle katkı sunan Öğr. Gör. Damla Akarsu'ya teşekkür edilerek etkinlik sona erdi.





YETEBİLMEK Mİ, YETİŞEBİLMEK Mİ?

Öğretmen, yazar ve özel gereksinimli çocuk annesi Süreyya Ülkü Güler yazdı: “Son bir yıldır yetebilmekle yetişebilmek kelimelerinin arasına sıkıştığımı hissediyorum. Dışarıdan nasıl görüldüğümü düşününce daha çok canım sıkılıyor bu duruma. Durun durun, baştan anlatayım :)”

Bir arkadaşım “hızlı koştuk, çabuk yorulduk” dedi bir gün. Düşündüm, haklıydı. Özel gereksinimli çocuğun, sürekli söylenen “kritik” dönemini kaçırmayalım diyerek koşarken bulduk kendimizi. E çocuk büyüdü, o kritik dönem bitmedi sanki. Her yıl yeni bir döneme giriş yaptık. Koştukça koştuk, koştukça yorulduk.

Ben bir gün tükenmiş buldum kendimi. Okula bile götürmek istemediğim, evde kendimi daha huzurlu ve çocuk için daha verimli bulduğum günlere geldik. Dışarıdan ne oldu biliyor musunuz? Çocuğu okula götürmüyor, evde tutuyor olduk. Halbuki koşarken kimse nasıl yorulduğumu görmemişti. Ama oturun-

ca herkes gördü.

Bu bir ajitasyon değildi, bitmişlik tükenmişlikti ve büyük bir molaya ihtiyacım vardı. O mola ile hem ruhum hem bedenim koşmadan YETİŞMEYİ öğrenmeliydi.

Önce okul saatlerinde düzenleme yaptım kendimce. Kızımın bireysel öğrenmesinin günden güne daha çok önem kazandığı, okulda ise sadece arkadaşları ile etkileşimde olmasının kıymetli olduğu zamanları düzenledim. Matematik dersi yerine sosyal etkinlik dersine götürdüm. Eve gelince matematiği birlikte çalıştık. Rehabilitasyon merkezine 2 farklı gün gidip gelmek yerine, tüm derslerini onun kaldırabileceği yorgunluk seviyesine göre tek güne topladık. Böylece ikimizi de mutlu edecek ve yormayacak yeni yaşam düzenine geçmeye başladık.

Başlarda eleştirildim elbet :) Çocuğu evde tutuyor oldum, eğitime götürmeyi bırakan anne oldum. Ama aslında daha verimli bir akademik çalışma düzenine geçmiştik. Ama bizim için asıl önemli olan konu daha duygusaldı.

Uzun zamandır İnci kendi yeterliliklerinin farkına varmaya başlamıştı. Daha doğrusu arkadaşlarına nasıl yetişemediğini. Onlar gibi yapamadığı her şey onu mutsuz ediyordu. Akademik becerilerde de, sosyal becerilerde de, fiziksel yeterliliklerinde de geride kaldığının farkındaydı ve en zoru da bununla başa çıkmayı ona öğretmekti. Çünkü konuşmasında bu kaygılardan dolayı takılmalar olmaya başlamıştı. Bu durum onu üzüyordu.

Peki, ben ne yapmalıydım? Okula tam gün götürüp onun üzülmelerini izleyip, sonra konuşmasının takılmalarını mı dinlemeliydim? Bir günlük olmayan bu özel eğitim macerasında kendimi mi perişan etmeliydim?

Sonra şunu anladım. Ne yaparsam yapayım birileri eleştirecek bir şey bulacak. Çok koşarsam "yazık kendine bakmıyor hiç" diyecekler, koşmasam "çocuğu ile ilgilenmiyor"

Koşarken kimse nasıl yorulduğumu görmemişti. Ama oturunca herkes gördü.

diyecekler, okula götürmesem "eve tıktı" diyecekler, okula her gün götürsem çocuğumun konuşmasına bahane bulacaklar, götürmesem "okula götürmüyor" diyecekler. Yani herkes bir gün mutlaka bir şey diyecek.

Ben ne yaptım peki? Bir özel eğitimci, bir dil terapisti, bir çocuk gelişimci, bir brain fit uzmanı, bir sınıf öğretmeni ve tabi ki tüm bu süreçlerin başında bir psikolog ile bu konuyu tek tek konuştum. Ben kimim ki tek başıma karar alayım arkadaşlar? Ben sadece çocuğunu iyi gözlemleye çalışan ve uzmanlar ne diyorsa elinden geldiği kadar onları uygulamaya çalışan bir ebeveynim. Ben çocuğumla eşim arasındaki çatışmayı da çözemiyorum, kendi duygusal iniş çıkışlarımı da. Bu süreçte kendim ve eşim dahil hepimiz çocukla birlikte hem eğitsel anlamda hem de psikolojik olarak destek aldık ve almaya da devam ediyoruz.

Bu süreçte öğrendiğim en güzel şey kulaklarımı uzmanlar dışında herkese kapatmak oldu. Bizim sürecimiz 1 günlük değil. Uzunluğu da belli değil. Ben kendi kendime bir denizin ortasında yüzme öğrenmem. Birinin elimden kolumdan tutması gerekiyordu. Ve ben öyle bir döneme düşmüştüm ki, elimi kolumu değil, birilerinin kafamı tutup nefes almamı bile sağlamaya çalışması gerekti. Şimdi kolumda kolluklar, belimde can simidi ile yüzmeye devam ediyorum.



Herkesin bir şey istediği, sürekli ödevlerle karşılaştığım o süreçte kimseye mahcup olmamak ve “yaptık, çalıştık” diyebilmek için kendimi parçalıyordum. Bir gün kendi psikoloji seansıma giderken, yolda doldurmam gereken formları doldurmayı unuttuğumu hatırladım. Panik oldum, koskoca öğretmen ödevini unutmuş diyecekler diye hemen psikoloğuma ses kaydı attım. Dedim ki “Ben yoldayım, erken geliyorum, lütfen bana formların çıktısını alır mısınız? Seansa girmeden doldurup yetiştireceğim söz!”

O bana ne dedi dersiniz? Kliniği 11 den önce açmayacağım, lütfen kendine sorumsuzluk için bir izin ver!” Erkenden vardığım kliniğin önünde, arabanın içinde oturarak o sorumsuzluğa izin verdim o gün. İşte o gün “yapmadık, çalışamadık, yetişemedik” demeyi öğrendim.

Ne yaparsam yapayım birileri eleştirecek bir şey bulacak. Çok koştursam “yazık kendine bakmıyor hiç” diyecekler, koşmasam “çocuğu ile ilgilenmiyor” diyecekler, okula götürmesem “evet tıktı” diyecekler, okula her gün götürsem çocuğumun konuşmasına bahane bulacaklar, götürmesem “okula götürmüyor” diyecekler.

Yetiřemiyorum arkadaşlar. Bazen yemek yapmaya, bazen ödevlerine, bazen piyano çalıştırmaya, bazen okuluna yetişemiyorum. Bazen ödev yaptırmak yerine kendime bir kahve yapıyorum. Geç oldu bunu öğrenmem belki ama oldu. Çok da güzel oldu.

Ben temizlik yapmaya yetişemediğim için yardım alıyorum. Ben ödev yaptırmak yerine kendime kahve yapıp, ona da "hadi git oyun oynama izni verdim" diyerek oyun odasına yolluyorum. Bir şeyi yapmayı unuttuğumda mahcup olmak yerine, "unuttum üzgünüm, ek süre verirsiniz yapmaya çalışayım" diyorum. Kar yağdığında kendi kendimize kar tatili ilan edip kardan adam yapıyoruz.

Elbette eğitimden uzak, bir şeyi bırakmış veya boşlamış durumda değiliz. Sadece nefes almayı öğrendik. Ve bu yol madem ömürlük bir yol, nefes almadan yürümemiz mümkün değil :)

Yetiřemiyorum arkadaşlar. Bazen yemek yapmaya, bazen ödevlerine, bazen piyano çalıştırmaya, bazen okuluna yetişemiyorum. Bazen ödev yaptırmak yerine kendime bir kahve yapıyorum. Geç oldu bunu öğrenmem belki ama oldu. Çok da güzel oldu.

Elbette eğitimden uzak, bir şeyi bırakmış veya boşlamış durumda değiliz. Sadece nefes almayı öğrendik.



"HAYATA YENİ KAPILAR AÇABİLMEK VE BEN DE VARIM DİYE BİLMEK"

CP'li öz savunucu Eda Güzelsoy yazdı:

"Bir kapı açılmıyorsa o kapıyı zorlamak yani çabalamak, vazgeçmemek gerektiğine inandım ve inanıyorum."

Hayata 1-0 yenilgi ile başlamak önemli değil ki, sonuç itibarıyla zorluklar mücadele ile aşılabiliyor önemli olan her şeye rağmen hayata yeni kapılar açabilmek ve ben de varım diyebilmektir...

Dergimizin 35. sayısında bedenimizdeki engel hayata tutunmamıza engel mi? Projesinin üzerinde çalışırken devam projesini çıkarmaya karar vermiştim. O hâlde anlatmaya başlıyorum...

"Zorluklar Mücadele ile Aşılabilir mi?"

Maalesef ki, hayat herkese aynı soruları sormuyor doğal olarak biz de kopya çekemiyoruz.

Zaman zaman kaygılarım, yanlışlarım ve ka-

fama takılan çok soru oluyordu keşke bir kılavuz olsa alıp okusam diye düşünüyordum çünkü insan bazen bir örneğe ihtiyaç duyuyor. Tabii ki, o vakitlerde internette yoktu ve eğri başlayan yolumu, düz yol yapabilmenin telaşına düşmüştüm. Bu konuda tereddütlerim vardı bazen cesaretimi kullanarak, bazen de yüreğimin sesini duyarak hayatla mücadele etmeye çalışıyordum ama kaslarım zayıf olduğu için çabucak yoruluyordum biraz fazla zorlayınca da canım yanıyordu ve bir yerde tükenip vazgeçiyordum. Böyle zamanlarımda imdadıma ailem hemen yetişiyordu ya elime el, ya ayağıma ayak oluyordu, ya da hiçbir şey yapamazsalar bile bana güç verip, kaldığım yerden yeniden devam etmemi sağlıyorlardı. Mücadele ederken düşündüğüm tek şey ise, "mutlaka bir gün

yapacağım" cümlesini yüreğime yerleştirmeyi başardım. Bu cümle benim hayatımın rotasını değiştirdi...

"Mutlaka Bir Gün Yapacağım."

Bakıldığı zaman, imkânsızlıkta bile imkân gizlidir ama sadece biraz sabır, biraz umut biraz da zaman gerekiyordu. Bana bir tek, zorluklar karşısında direnebilmek kalıyordu, zaten direnmekten başka şansımda yoktu. İlk amaç olarak, yapamadığım şeyleri yapmaya gayret etmeye çalışmak oldu örnek vermek istiyorum, ellerimi doğru bir şekilde kullanabilmeye çalıştım çünkü sol elimi başımın üzerine koyarken bile sağ elimden yardım alıyordum sağ elim ise, sol elime nazaran daha iyi konumdaydı. Burada göz ardı ettiğim bir şey vardı, sol elimi hiç kabul edemedim ve bu sebeple hep sağ elimi kullandım hâlbuki, sol elimde benim elimdi o hâlde değişen neydi?

Evet değişen hiçbir şey yoktu, ama bu gerçeği, o zamanlarda kabul edemiyordum ki... Bunu fark eden annem, eğer sol elimi daha fazla kullanırsam elimi bir gün kazanabileceğimi açık bir şekilde ortaya koymuştu.

Aslında haklıydı annem, sol elimi çalıştırsam tekrar kazanabilirdim en azından denemekten ne kaybedebilirdim ki?

İkinci amacım, küçük küçük şeyleri tutabilmeye çalıştım. Örneğin, 5 tane fasulye bu 5 fasulyeyi yerden alıp bir kaba koymaya çalıştım. Elbette ki, çalışırken çok yoruluyordum ama yine de devam etmek zorundaydım.

Üçüncü amacım, ağırlık kaldırmaya ve ben izin vermediğim sürece bırakmamaya çalışıyordum eğer ki, elimden düşerse başa dönüp tekrardan çalışmaya başlıyordum.

Zaman geçtikçe emeklerimin karşılığını almak beni inanılmaz derecede mutlu ediyordu ve bütün yorgunluklarımı unutup önüme daha büyük amaçlar koymaya hazırlanıyordum çünkü artık başarmanın yalnızca çalışarak olabileceğini öğrenmiştim...

"Başarmanın Mutluluğu"

Sanırım tarif edilmesi mümkün olmayan tek mutluluk. Bir tarafım kanadı kırık bir kuş gibi uçmak isterken, bir tarafım da uçmaya o kadar yorgundu ki...

Bu hissime dayanarak, kendime iki seçenek sundum ya yoluma devam edip hayatıma sahip çıkacaktım, ya da sıkıştırılmış bir hayatı kabul edecektim.

Burada, kendime çok acımasız olduğumu

**Büyümeye
başladığımızda ilk
evreler zaten çok zor
geçiyor bir sürü sorun,
bir sürü prosedür ile
uğraşmaktan hayatın
bize verilen bir armağan
olduğunu farkına bile
varamıyoruz.**

farkındaydım ama eğer ki, pes etmemek istiyorsam başka türlü de imkânsızdı.

Kararım hayatıma sahip çıkmak oldu. Örneğin, herhangi bir zorlukla karşı karşıya kaldığım zaman o zorluğu korkmadan aşabilmeye çalışıyordum çünkü biliyordum ki, korku bir insanın en zayıf noktasıdır ve gerçekten benim zayıflığa tahammülüm yoktu. Ve böyle düşünmeme rağmen hâlâ bazı korkularım vardı. En büyük korkum ise, bulunduğum ortamdan farklı bir ortama, farklı bir insan olarak girmekti ve doğal olarak kendimi rahat hissedemiyordum.



Yavaş yavaş kendi kabuğumu kırıp toplum içine karışmaya çalıştım. Her deneme sonrası durum değerlendirmesi yapıyordum, başarısız olduklarım oluyordu elbette ama başarılı olduğum da oluyordu.

"Farklı Bir İnsan"

Her ne kadar hayatla mücadele etsem de, "farklı bir insan olmanın burukluğu" hep yüreğimin en ince sızısı olarak yerini alıyordu. Burada kabul edilmesi gereken bir gerçek vardı, evet ben hayatıma farklı bir insan

olarak devam edeceğim sonuç itibariyle, benim payıma düşen hayatı yaşamaktan kaçmanın anlamsız olduğunu biliyordum. O zaman duygularımı bir tarafa bırakıp hayata tam anlamıyla hayatın içine girmek için bir hamle yapmayı tercih ettim. Şimdi düşünüyorum da, aslında o hamleyi yapmaya karar vermek bile benim için gerçekten çok zordu ama hayatta ben de varım demek istiyorsam başka çarem yoktu...

"Hayatta Ben de Varım Diye-bilmek"

Vermiş olduğum kararın sonuna kadar arkasındaydım öncelikle yavaş yavaş kendi kabuğumu kırıp toplum içine karışmaya çalıştım. Her deneme sonrası durum değerlendirmesi yapıyordum, başarısız olduklarım oluyordu elbette ama başarılı olduğum da oluyordu. Başarısız olmayı hazmedemiyordum nerde hata yaptıysam bulup tekrardan deniyordum. Başarılı olduğum zamanlarda ise, mutluluğum paha biçilemezdi ve kendime olan güven-





nim her geçen gün daha da artıyordu. "Sanırım insanın kendine güvenebilmesi çok farklı bir olgu." Çünkü kendime olan güvenimin gelmesi demek, hayata yeni kapılar açabilmeyi isteyebilmek demekti.

"Hayata Yeni Kapılar Açabilmek"

İtiraf etmek gerekirse, orta 2. sınıfta İpek Ongun Yaş On Yedi romanını okuyana kadar sağlığım dışında tek bir hayâlîm bile yoktu tek bildiğim mücadele etmek ve rahat bir hayat kurabilmektir. Yanlış bir düşünce olduğunu şimdi çok iyi görüyorum. Elbette ki, rahat bir hayat kurmak için mücadele edeceğim ama aynı zamanda benim ilerisi için hayâllerim, hedeflerim de olmalıydı ve hedeflerim sayesinde hayata yeni kapılar açabilecek kadar cesaretli olmalıydım bu konuyu ince eleyip sık dokudum. Acaba ben ne istiyordum, neyin üzerine yoğunlaşmalıydım ve en önemli soru nerden başlamam gerekiyordu? Bu soruların cevabını ancak zaman verebilecekti.

Artık açmak istediğim kapıdan emin olunca, her şeyi kafamda oturtturabilmişim ve artık net bir şekilde hedeflerimi ortaya koymuştum. Zahmet olmazsa rahmet olmaz tabii ki, bazı zorluklarım mutlaka olacaktır fakat bu zorlukları çalışarak halledebileceğime

Sıfırdan başlayarak açmak istediğim kapıya doğru yürümeye çalışmak, hayatımda aldığım en güzel kararlardan bir tanesi oldu ve mutluluğum etrafıma da yansımaya başlamıştı.

inaniyordum. Sıfırdan başlayarak açmak istediğim kapıya doğru yürümeye çalışmak, hayatımda aldığım en güzel kararlardan bir tanesi oldu ve mutluluğum etrafıma da yansımaya başlamıştı.

Neden mutlu olduğumu açıklamak gerekirse, (umarım açıklayabilirim) tüm bu zorluklara rağmen pes edebilirdim pes etmek bana yakışmaz diyerek, hayata yeni kapılar açabilecek kadar iradeli davrandım. İşte bunun için kendime teşekkür ediyorum.

İnsan mücadele ederken hayatı, kaçırdığını çok sonra fark ediyor. Hayatı kaçırmadan, coşkuyla yaşayabilmek umuduyla...

Keyifli Okumalar...

Not: Bedenimizdeki Engel Hayata Tutunmamıza Engel mi? Hayata Yeni Kapılar Açabilmek ve Ben de Varım Diyebilmek " devam yazısıdır.

OTİZMİ ANLAMAK, ÇOCUĞU ANLAMAKTIR



Otizm spektrum bozukluğu her çocukta farklı belirtilerle kendini gösteriyor. Peki, bir çocukta otizmden şüphelenmek için neler gözlemlenmeli? Tanı nasıl konuyor? Hangi terapiler etkili? Çocuk ve Genç Psikiyatristi Dr. Berna Aygün ile erken tanının önemi, doğru terapi planı ve çocukların potansiyelini desteklemenin yollarını konuştuk.

Ailelerimizin en merak ettiği soru ike başlayalım... Çocuğum otizimli mi? "Belirtileri neler?"

Otizm spektrum bozukluğu (OSB), doğuştan gelen ve yaşam boyu devam eden bir **nörogelişimsel farklılıktır**. Belirtiler genellikle **3 yaşından önce** ortaya çıkar, ancak daha erken fark edilebilir. Her çocukta belirtiler farklı düzeyde ve farklı şekilde görülebilir, bu nedenle "spektrum" terimi kullanılır. Otizm spektrum bozukluğu (OSB), sosyal etkileşimde zorluklar, iletişim problemleri ve tekrarlayıcı davranışlarla karakterizedir. Peki sık görülen belirtiler nelerdir dersanız,

- Göz teması kurmaktan kaçınma veya sınır-

lı göz teması

- İsmiyle seslenildiğinde tepki vermeme, "duymuyormuş" gibi davranma
- Duygu ifadelerini anlamakta zorlanma (örneğin gülümsemeye karşılık vermeme)
- Oyuncaklarla amacına uygun oynamama (örneğin sadece tekerleğini döndürmek)
- Aynı hareketleri tekrar tekrar yapma (el çırpma, sallanma gibi)
- Rutinlerde ısrar (değişikliklere karşı aşırı tepki)
- Yaşlılarıyla oyun kuramama, yalnız kalmayı tercih etme
- Konuşma gelişiminde gecikme ya da dil kullanımında farklılıklar (ekolali, yani duyduğu kelimeyi aynen tekrar etme gibi)

Ailelere bu tür davranışları fark ettiklerinde hemen panik olmamalarını, bir çocuk ve genç ruh sağlığı uzmanına danışmalarını önerebilirim. Çünkü unutulmamalıdır ki otizmi düşündüren tek bir belirti değil, bu belirtilerin **yoğunluğu, süresi ve günlük yaşamı nasıl etkilediğidir**. Uzmanın gözlem ve değerlendirmesi tanı için kritiktir.

Otizmin kriterleri neler? Tanı konulurken hangi kriterler dikkate alınıyor?

Otizm spektrum bozukluğu (OSB) tanısının konması için çocukta hem sosyal iletişim alanında güçlükler hem de tekrarlayıcı davranışlar gözlenir. Bu belirtiler çocuğun günlük hayatını belirgin şekilde etkiliyorsa ve başka bir durumla açıklanamıyorsa, otizmden söz edilebilir. Tanı, sadece bir belirtiyeye değil, bu belirtilerin bir araya gelişine, süresine ve etkilediği alanlara bakılarak konur. OSB tanı kriterleri ise, **DSM-5** (Amerikan Psikiyatri Birliği'nin Tanı Ölçütleri El Kitabı, 5. baskı) temel alınarak konur. Bu kriterler; çocuğun sosyal iletişim, davranış, ilgi alanları ve duysal tepkilerindeki farklılıkları değerlendirir.

Tanı konulabilmesi için iki ana başlıkta belirtilerin bulunması gerekir:

A. Sosyal iletişim ve sosyal etkileşimde kalıcı yetersizlikler

Bu alanın üçü birden gözlenmelidir:

1. Sosyal-duygusal karşılıklılıkta eksiklikler:

- Normal sohbet başlatma ve sürdürmede zorluk
- Duyguları paylaşma ve karşılıklı ilgi gösterme becerisinde yetersizlik
- Sosyal yaklaşımlarda pasiflik ya da anormal tepkiler (örneğin başka çocuklarla oynamak istememek)

2. Sözsüz iletişim davranışlarında eksiklikler:

- Göz teması, mimik, jestler gibi sözel olmayan iletişim becerilerinde yetersizlik
- Bedensel duruş veya yüz ifadesiyle mesaj verememe
- Konuşurken jest kullanmama ya da anlamama

3. İlişki kurma ve sürdürmede zorluk:

- Yaşına uygun arkadaşlık kuramama
- Hayali oyunlara ilgi göstermeme
- Sosyal bağlamlara uyum sağlayamama

B. Sınırlı ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri

Bu alanın en az iki tanesi bulunmalıdır:

1. Stereotipik (tekrarlayıcı) motor hareketler, konuşmalar veya nesne kullanımı:

- El çırpma, dönme, ekolali (aynı sözcüğü tekrarlama), oyuncakları sıraya dizme

2. Rutinlere sıkı bağlılık, ritüelleşmiş davranışlar, değişikliklere aşırı tepki:

- Aynı yoldan okula gitme isteği, aynı bardaktan su içme gibi davranışlarda ısrar

3. Yoğun ve sınırlı ilgi alanları:

- Tek bir nesneye ya da konuya saplantılı ilgi (örneğin trenler, haritalar)

4. Duyusal tepkilerde farklılıklar:

- Ses, dokunma, tat, kokuya karşı aşırı hassasiyet ya da kayıtsızlık
- Işık, ses gibi duysal uyaranlara olağandışı tepki verme

Ergoterapi, konuşma terapisi veya ABA (Uygulamalı Davranış Analizi) gibi terapiler nasıl yardımcı olabilir?

Otizm spektrum bozukluğu tanısı alan çocuklar için **erken, bütüncül ve bireye özel terapi planı** çok kıymetlidir. Çünkü her çocuğun biricik ihtiyacı farklı. Özellikle disiplinler arası çalışmaya çok önem veriyorum. Burada **çocuğun ihtiyacına göre**—psikiyatr, özel eğitimci, konuşma terapisti, ergo-terapist, psikolog—optimum destek sağlayabilir. Çocuğun özellikle desteklenmesi ve güçlendirilmesi gereken yönlerine dair örnek ve bireyselleştirilmiş çalışmayı planlamak gerekir.



ABA (Uygulamalı Davranış Analizi) Terapi-si: ABA, otizmlili bireylerin sosyal, iletişimsel ve akademik becerilerini geliştirmeyi; problem yaratan davranışları azaltmayı hedefleyen bilimsel temelli bir yaklaşımdır. Öğrenme ilkeleri ve pekiştirme sistemi kullanılır. ABA'da karmaşık becerileri küçük adımlara bölmeye, davranışları ödülle pekiştirmeye, uygun olmayan davranışları azaltmaya çalışılır. Bu da "doğal ortamda" ya da masa başında yapılandırılmış şekilde uygulanabilir. Özellikle ABA; sosyal beceriler, tuvalet eğitimi, sofr kuralları, sıra bekleme, öfke yönetimi gibi birçok alanda etkilidir. Mükün mertebe **erken yaşlarda başladığında** ciddi kazanımlar sağlanabilir.

Konuşma ve Dil Terapisi; otizmlili çocukların bazıları ya hiç konuşmayabilir ya da konuşmalar bile dili toplumsal anlamda kullanmakta (örneğin sohbet başlatmak, sırasını beklemek, duygu anlatmak) zorlanabilirler. Bu noktada konuşma terapisi devreye gi-

rer. Kelime sayısını arttırma, cümle kurma gibi dil gelişimini, jest-mimik kullanımı gibi sözel olmayan iletişimi, dilin sosyal kullanımını (konuşma sırası alma, uygun ses tonu kullanma vb.) yani pragmatik dil yapısını desteklemeyi ve güçlendirmeyi hedefler.

Ergoterapi (Duyu Bütünleme Terapisi): çocuğun günlük yaşam becerilerini mümkün mertebe bağımsız gerçekleştirebilmesi için duysal, motor ve sosyal becerilerini destekleyen terapidir. Otizmde sık görülen **duysal hassasiyetler, motor koordinasyon zorlukları** ve **öz-bakım** becerilerindeki eksiklikler için kullanılır. Otizmlili çocuklar bazı seslere, dokulara, ışıklara aşırı duyarlı olabilir (hiper-reaktif) ya da az duyarlı olabilir (hipo-reaktif). Duyu bütünleme terapisiyle bu duysal sistemlerin **dengelenmesi** hedeflenir. Özellikle uyaranlara aşırı tepki veren ya da tepki vermeyen çocuklarda duysal temelli davranışları düzenlemede etkili olduğu düşünülmektedir.

ÖFKE NÖBETLERİ VE TAKINTILAR KONUSUNDA AİLELERE ÖNERİLERİM

- **Öncelikle bu duygu/davranışı anlamaya çalışmak gerekir. Yani "çocuğum ne anlatmaya çalışıyor?" sorusunu sormak önemli. Otizmde her davranışın bir nedeni vardır. "davranışı durdurmak" yerine "davranışın dilini anlamak" en şefkatli ve etkili yoldur.**
- Otizmlili çocuklarda rutine bağıllık önemli olduğu için geçişler sürecinde çocuğu önceden bilgilendirmek kıymetli olabilir örneğin: "10 dakika sonra parktan çıkacağız." gibi.. burada zamanlayıcılar, görsel destekler, simgeler yardımcı olabilir. Tabii bu çocuklarda rutine bağıllık önemli ancak günlük rutini sürdürürken yavaş yavaş küçük değişiklikler ekleyerek esneklik kazandırılabilir.
- **Öfke nöbetleri duysal aşırı yüklenmeyle ilgiliyse, çocuk sessiz bir alana geçmeli. Özellikle salıncak, sıkı sarılma, ağırlıklı battaniyesi çocuğu rahatlatılabilir.**
- Aşırı öfkeli olduğu anda uzun uzun konuşmalar pek faydalı olmaz. Azarlama / fiziksel müdahale durumu daha da kötüleştirir. Öfke nöbeti geçtikten sonra sakince konuşmak önemli: "Çok zorlandığını görüyorum, sana yardım etmek istiyorum."
- **Çocuğun duygularına isim verebilir aileler. Mesela "Kızgın hissettin, çünkü oyunun bozuldu."**
- Takıntılı davranışları ise tamamen engellemek stresi arttırabilir ama bu davranışlar yönlendirilebilir; kısa süreliğine izin verilip, sonra dikkati başka yöne çevirebilecek bir aktiviteye geçiş yaptırılabilir.

Tüm bunlarla beraber eğer öfke nöbetleri günlük hayatı ciddi şekilde etkiliyorsa, kendine ya da başkasına zarar verme davranışları varsa, takıntılar çocuğun öğrenmesini, sosyal ilişkilerini engelliyorsa o zaman mutlaka çocuk psikiyatristi tarafından değerlendirme yapılmalıdır.



Otizmli çocuklar için sosyal ilişkiler; kuralları yazılı olmayan, karmaşık ve yorucu bir oyun gibidir.

Daha önce de belirttiğim gibi; **her çocuğun terapi ihtiyacı ve önceliği farklıdır**. Terapilerin etkili olabilmesi için **düzenli katılım**, evde uygulama desteği ve uzmanlar arası iletişim çok önemlidir. Hiçbir terapi mucize etkisi yaratmaz ama zamanla ve sevgiyle, çocuğun potansiyelini açığa çıkarabilir.

Öfke nöbetleri ve takıntılar nasıl yönetilebilir?

Öncelikle şunu bilmekte fayda var bence; otizmli çocuklar dünyayı algılama ve tepki verme biçimlerinde farklılıklar gösterir. Bu farklılıklar, zaman zaman **yoğun öfke nöbetlerine** ya da **tekrarlayan takıntılı davranışlara** yol açabilir. Bu davranışlar, çoğunlukla çocuk için bir **kendini ifade etme** veya **düzen sağlama** biçimidir. Örneğin öfke nöbetleri genellikle huysuzluk değil, bir tür yoğun duygusal dışavurum ya da duyguyu kontrol etmekte zorluktur. Derdini anlatabayıp, sıkışıp da öfkeyle tepki verebilirler, çünkü iletişim güçlüğü yaşayabilirler. Ya da kalabalık, yüksek ses, parlak ışık gibi uyarılardan rahatsız olabilir. Bir başka örnek

ise rutinlerinin bozulması ya da her şeyi sırasıyla yapmak istiyorken bu sıranın bozulması olabilir ve beklenmedik ani tepkiler verebilirler.

Takıntılar da aslında otizmli çocuklara çoğunlukla güvenlik ve düzen sağlayıcı bir eylem aracıdır. Aynı şeyi tekrar etmek (örneğin araba tekerleği döndürmek, aynı soruyu defalarca sormak), çocuğun dünyayı **anlamlandırma ve kendini sakinleştirme** yolu olabilir.

Sosyal becerilerini nasıl geliştirebiliriz?

Otizmli çocuklar için sosyal ilişkiler; kuralları yazılı olmayan, karmaşık ve yorucu bir oyun gibidir. Ne zaman konuşulacağı, göz teması, jestler, sohbetin akışı gibi konular doğal olarak gelişmeyebilir. Ama bu beceriler **doğru destekle ve sabırla** geliştirilebilir.

Bu konuyla alakalı bazı önerilerim şunlar olabilir:

- Göz teması kurduğu her anda **gülümsemek**, “fark edildin” duygusu verebilir.

- Oyun oynarken **çocuğun liderliğini izlemek**, yani çocuğun ilgi duyduğu şeyle yola çıkmak.
- “Bak ne güzel döndürüyorsun! Şimdi sıra bende!” gibi sözlerle **sıra alma, karşılıklılık** öğretilir. Hem de tekrarlayıcı davranışlar bir oyun ile birleştirilmiş olur.
- Duygularını basitçe ifade etmek: “Ben şimdi biraz üzgünüm.”
- “Parkta nasıl oynanır?”, “Misafir gelince ne yapılır?” gibi durumlar için kısa görsellerle desteklenmiş hikâyeler anlatmanın da faydası önemli olabilir. Aynı zamanda bunu “kitap gibi” okuyarak sosyal durumlara hazırlık yapılabilir.
- Yine sosyal alan içinde; markete gittiğinizde kasierye teşekkür etmek gibi, sofraya kurarken çatalları birlikte koyar mısın gibi ya da kitap okurken sence bu karakter şimdi ne hissediyor olabilir gibi karşılıklılık oluşturacak adımlar, sosyal alanı güçlendirmek konusunda faydalı olabilir.

Çoğunlukla ailelere de söylediğim bir şeydir; sosyal beceri gelişimi bir yarış değil, bir yolculuktur. Çocuğun bireyselliğine saygı gösterilerek, küçük adımlar büyük farklar yaratabilir. Aileler bu konuda oldukça yaratıcı fikirler üretebiliyor. Çocuğunuzun sosyal becerilerde geri olsa da, bu öğrene-

meyeceği anlamına gelmez. Her beceri zamanla ve tekrarlarla gelişir. En önemlisi: **sabır ve süreklilikle baskı değil desteklemek, zorlama değil oyunla öğretmek.**

Otizmlilerde uyku sorunlarına sık sık rastlanıyor mu?

Evet. Otizmlili çocukların yaklaşık **%50-80’inde** uyku sorunları görülür. Özellikle uykuya dalmakta zorluk, gece uyanmaları, sabah 4-5 gibi erken uyanma, kabus, düzensiz uyku döngüleri en sık gördüğümüz uyku problemleridir.

Otizmlili çocukların uyku düzenini nasıl iyileştirebiliriz?

Otizmlili çocuklarda uyku düzeni oluşturmak bazen sabır isteyen bir süreçtir ama **doğru ortam, yapı ve rutinle** birçok çocukta belirgin iyileşmeler görülebilir. Uyku düzeni bir gecede oluşmaz. Her çocuğun **bireysel biyolojik saati** ve ihtiyaçları farklıdır. En önemlisi: sabır, süreklilik ve sevgi dolu yaklaşım.

- Adımların ilki; uyku rutininin niye bozulduğunu anlamak olabilir. Bazen ufak bir rutin bozulması, bazen fiziksel veya ruhsal bir huzursuzluğu ifade etmekte yaşadığı güçlük, günlük yaşamdan gelen stres faktörleri de uykuya yansiyabilir ve uyku dü-

Otizmlili çocukların %50-80’inde uyku sorunları görülür.



zenini bozabilir.

• **Uyku hijyeni uygulamaları** oldukça işe yarar. Temel unsur tutarlı ve tahmin edilebilir bir uyku rutini oluşturmaktır. Her gün aynı saatte yatmak ve kalkmak, akşam saatlerinde ekran kullanımını sınırlandırmak, yatmadan önce sakinleştirici bir rutin (masal, müzik, banyo gibi), odada dikkat dağıtıcı uyarıcıların (ışık, ses) azaltılması, gerekirse uyku günlüğü tutarak düzenin izlenmesi işe yarayabilir. Bazı çocuklar için duyu hassasiyetleri nedeniyle uygun nevresim, ışık, ses düzenlemeleri de etkili olur. Yine otizmlili çocuklar görsel destek uyaranlarla (resimli kartlar, rutin şeması) daha iyi organize olabilir.

• Gün içinde enerjisini boşaltmamış, yoğun duyu girdi almış ya da hiç almamış çocuklar gece aşırı uyarılmış olabilir. Bu nedenle egzersiz, açık hava oyunları, duyu bütünleme aktiviteleri (salıncak, kum havuzu, hamur yoğurma) düzenlenmesi duyu regülasyonunu sağlamasına yardımcı olup, uykuya dalış sürecini destekleyebilir.

• Son olarak ılık duş, hafif masaj, lavanta kokusu, nefes egzersizi, sessiz bir müzik uykuya geçişi kolaylaştırabilir. Bu seçimleri yaparken çocuğun duyu hassasiyetine önem vermekte fayda var.

Melatonin takviyesi güvenli mi?

Evet, melatonin takviyesi, doğru doz ve uzman kontrolünde kullanıldığında genel olarak güvenli kabul edilir. Özellikle otizmlili çocuklarda uykuya geçişi kolaylaştırmak ve daha kaliteli uyku sağlamak amacıyla dünya genelinde yaygın olarak kullanılmaktadır. Ancak unutulmamalıdır ki; her çocukta etkili olmayabilir. **Başlama kararı, doz ayarı ve kullanım süresi profesyonel tarafından belirlenmelidir.**

Seçici yeme davranışları nasıl yönetilir?

Seçici yeme davranışı da otizmlili çocuklarda sık rastladığımız bir durum olabiliyor ve aileler bu şikayetle başvurabiliyor. Otizmlili çocuklarda belli tat, doku, renk veya sıcaklıkta yiyeceklere bağlı kalabilirler. Bu durum, duyu hassasiyetleri ve aynılıkta ısrarlarıyla ilişkili olabilir.

- Yeni yiyecekleri tanıtırken çok küçük miktarlarla başlamak
- Çocuğun tercih ettiği yiyeceklerle birlikte sunmak
- Yemeği birlikte hazırlamak (katılım, motivasyon artırır)

• Yemekleri oyunla, hikâyeyele eğlenceli hale getirmek

• Zorlamadan, yavaşça deneme fırsatı vermek işe yarayabilir. Bu süreçte gerekirse ergoterapist ve beslenme uzmanı desteği alınabilir.

Aile olarak otizmin etkileri ile nasıl başa çıkabiliriz?

Otizmle yaşamak zaman zaman yorucu ve yalnız hissettirebilir. Ama unutmayınlar, yalnız değiller ve birçok ailenin geçtiği bu yolda güçlü destekler var. Genellikle ailelerin içinde bulundukları çeşitli dinamiklere bağlı olarak destek istemekten çekindiğini gözlemliyorum. Mümkün mertebe diğer aile bireyleriyle açık iletişim kurmaya çalışmalarında, ihtiyaç duyuyorlarsa bir profesyonel destek almalarında fayda var. Yine aileler anlaşılamayacaklarını düşünebiliyorlar. Burada benzer deneyimler yaşayan ailelerle bir araya gelmek yararlı olabilir. Son ve en önemli önerim ise kendilerine zaman ayırmaları olacaktır; bu hem ailelerin en doğal hakkı hem de çocuklarının yararınadır. Bakım vereni kendini ne kadar iyi hissederse, çocuk da o kadar huzurlu olacaktır.



Son olarak ailerimize ne söylemek istersiniz?

Her çocuk biriciktir ve her çocuğun potansiyeli vardır. Erken tanı, doğru destek ve sevgi dolu bir çevreyle çok yol kat edilebilir. Lütfen sabırlı olun, destek istemekten çekinmeyin ve kendinize karşı da şefkatli olun. Bir çocuğun dünyasında en güvenli yer, anlayan bir bakıştır. Siz o bakışın sahibisiniz.



OTİZMLİ BİREYLERLE ETKİLİ İLETİŞİMİN ANAHTARI NEDİR?



Otizmli bir çocukla ilk kez karşılaşacaksınız. Onunla bağ kurmak istiyorsunuz. Ama nereden başlayacağınızı bilemiyorsunuz... Kaygılarınızı bir kenara bırakın! Tek ihtiyacınız size yol gösterecek bir kaynak. Otizmli bireylerle doğru ve etkili iletişimin yollarını ABA Program Süpervizörü ve Klinik Psikolog İsmail Bıyıklı sizin için kaleme aldı.

Otizmli bireylerin iletişim tarzları hakkında genel olarak neler söyleyebiliriz?

Otizmli bireylerle etkili iletişim kurabilmek için öncelikle onların farklı algılama ve iletişim biçimlerini anlamamız gerektiği unutmamalıyız.

Ancak burada tüm otizmlilere yönelik tek tip

bir iletişimden bahsetmek mümkün değil maalesef. Durum böyle olsaydı, süreç inanılmaz kolay olabilirdi. Her otizmli bireyle iletişimi farklı bir puzzle gibi görüyorum ben. Her yeni taktığımız parçada yeni bir iletişim özelliğini keşfediyoruz. Puzzle tamamlandığında aslında sağlıklı bir iletişim kurmaya başlıyoruz. Kısacası, otizmli

bireylerin iletişim becerileri bireysel farklılıklar gösterir.

Özetlememiz gerekirse;

- Kimi bireyler sözel iletişim kurabilirken, kimileri hiç konuşmayabilir veya sınırlı kelimelerle iletişim kurabilir.
- Sözel olmayan iletişim (jestler, resimler, işaret dili vb.) bazı bireyler için daha etkili olabilir.
- Dolaylı ifadeleri anlamakta zorlanabilirler; mecazları ve deyimleri genellikle kelime anlamlarıyla yorumlarlar.

Otizimli bireylerle iletişim kurarken en sık yapılan hatalar nelerdir?

İletişim kurmaya başlarken, ilk hedefimizin **SA-BİR** olması gerektiğini unutmamalıyız. İletişimde ilerleme kaydetmemiz için sabretmemiz ve onu tanımamız gerekir. Özellikle sözel çıktıları yeni vermeye başlayan bir çocukla iletişim içindeyken karmaşık ve uzun cümleler yerine kısa ve anlaşılır cümleleri tercih etmeye çalışmalıyız.

Bunun yanında göz teması kurmaya çalışmalı-

yız. Göz teması kurmalıyız denildiğinde maalesef, zorlamalar ve uzun süreli göz temaları hedeflenmeye başlanıyor. Göz teması için abartılı fiziksel temaslardan kaçınmalıyız ve uzun süreli göz temaslarını hedef almamalıyız.

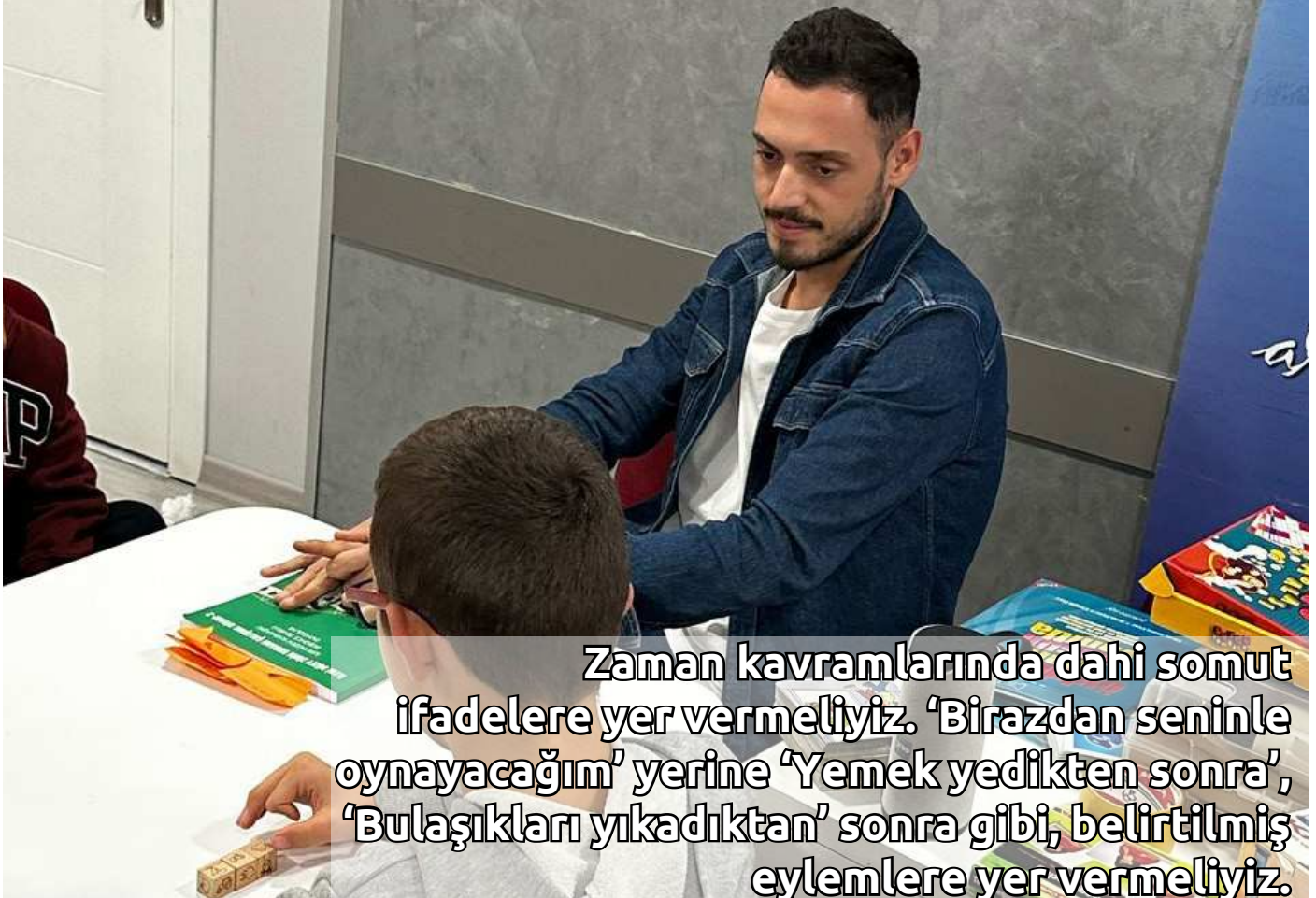
Konuşmamızda soyut ve mecaz ifadeleri kullanmaktan olabildiğince kaçınmalıyız.

Zaman kavramlarında dahi somut ifadelere yer vermeliyiz. 'Birazdan seninle oynayacağım' yerine 'Yemek yedikten sonra', 'Bulaşıkları yıkadıktan' sonra gibi, belirtilmiş eylemlere yer verelimiz.

Yanıt almak için aceleci olmamalıyız. Bir süre beklemeliyiz yanıt almıyorsa; zorlamak yerine dikkatini çekebilecek şeylere yönelmeliyiz.

En önemlilerinden biri "Duyusal hassasiyetleri göz ardı etmemeliyiz.". Ses hassasiyetleri olabilir. Aşırı yüksek bir ses tonuyla konuşmaz, sizden kaçınmasına sebebiyet verebilir.

Sözel olmayan iletişim (jestler, mimikler, görseller) otizimli bireyler için neden önemlidir?



Zaman kavramlarında dahi somut ifadelere yer vermeliyiz. 'Birazdan seninle oynayacağım' yerine 'Yemek yedikten sonra', 'Bulaşıkları yıkadıktan' sonra gibi, belirtilmiş eylemlere yer vermeliyiz.

Sözel iletişimi soyut bir kavram olarak düşünebilirsiniz. Az önce de söylediğim gibi soyut kavramları anlamakta zorlanan bireylerle iletişim kurduğunuzu düşünmelisiniz. Burada sözel olmayan iletişim araçlarını kullandığımızda sadece iletişimi somutlaştırmakla kalmıyoruz, onlara öğrenebilecekleri alanlar da açıyoruz.

Bazı durumlarda abartılı mimikler ve jestler kullanmanın dikkat çekici olması sayesinde göz temasında da belirgin bir artış sağlayabiliyoruz.

Bir diğer önemli husus da, bazı otizimli bireylerde sözel iletişim becerisinin gelişmemesi olabiliyor. Onların iletişim aracı sözel olmayan iletişimler oluyor. Burada çeşitli görselleri ya da çeşitli işaretleri kullanarak iletişim kurabiliyoruz.

Gönüllülerin çocuklarla empati kurmasını kolaylaştıracak önerileriniz var mı?

İlk hedefimiz mutlaka gözlemlemek olmalı. Nelerden hoşlanıyor? Nasıl bir iletişim kuruyor?

Nelerden kaçınıyor? Nasıl oyun kuruyor? Hangi nesneleri, nasıl kullanıyor? Bu soruların cevaplarını aldığımızda, hoşlandığı şeyler üzerinden iletişime katılmaya çalışmalıyız.

Hepimiz için insanların birbirine karşı ilk gözlemi çok önemlidir. Sizi pozitif kodlamasını sağlamanız gerekiyor. Bu önünüzdeki iletişim bariyerini kırmak için çok önemli.

Daha sonra hassasiyetlerini gözlemlemeniz gerekiyor. Özellikle yüksek bir sestense rahatsız olup olmadığına bakın. Bazı durumlarda rahatsız olup kaçınabilirler. Fakat bazı durumlarda da ses arayışı içinde olabilirler. Ses arayışında biraz daha yüksek bir ses tonu kullanmak gerekir. Bu yüzden ses tonu ayarınızı dengede tutmanız gerekiyor.

Oyun ve etkinlikler sırasında yönlendiren olmaktan kaçının ve onların yönlendirmesine izin verin.

Asla ama asla acele etmeyin, zorlamayın. Her zaman sabırlı, sakin ve zaman tanıyan taraf olun.



İlk hedefimiz mutlaka gözlemlemek olmalı. Nelerden hoşlanıyor? Nasıl bir iletişim kuruyor? Nelerden kaçınıyor? Nasıl oyun kuruyor? Hangi nesneleri, nasıl kullanıyor? Bu soruların cevaplarını aldığımızda, hoşlandığı şeyler üzerinden iletişime katılmaya çalışmalıyız.

Sözel olmayan iletişim biçimlerini yanlış yorumlamamaya çalışın. İyi bir gözlem yanlış yorumlanızın büyük oranda önüne geçecektir.

Otizimli bireylerin duyuasal hassasiyetleri ile iletişimi nasıl etkileyebilir?

Duyusal hassasiyetler ve arayışlar iletişimde en önemli parçalarımızdan biri.

İyi bir gözlemin gerekli olduğunu zaten söylemiştim. Bu gözlemlerin sonucunda iyi bir değerlendirme yapıp hareket etmek gerekir.

Fakat işimizi kolaylaştıracak birkaç ipucu vermeyi isterim.

Ses tonunuzu 5 aşamaya ayırın. Bir numara; sessiz, İki numara; fısıltı, üç numara; normal ses, dört numara; yüksek ve beş numara; bağırma. Bunu pratik edin ve her zaman üç numara ile konuşmaya çalışın.

Görsel hassasiyetler için parlak ve aşırı renklerden kaçınacağınız kıyafetler seçin. Fosforlu ve baskın renkler yerine daha yumuşak renkler seçmelisiniz.

Koku hassasiyeti ihtimalini göz önünde bulundurmak için parfüm, kolonya gibi koku içeren herhangi bir ürün sıkmayın ya da sürmeyin.

Dikkatlerini dağıtacak takılar kullanmayın. Özellikle de ses çıkaran ve birbirine çarpabilme ihtimali olan takılardan kaçının. Bu durum göz teması ihtimalinizi daha da düşürecektir.

Ortamın iletişim üzerindeki etkisi nedir ve uygun bir iletişim ortamı nasıl oluşturulabilir?

Ortamda tıpkı az önce saydığım kişisel iletişimimizdeki değişimleri yapmamız gibi değişiklik isteyen bir durumdur.

Bulduğumuz ortam; gürültüsüz olmalıdır. Duvar boyaları yine baskın renklerden oluşmamalı, yumuşak renkler seçilmelidir. Dağınık ve karmaşık bir düzenden oluşmamalıdır. Ortamdaki dağınıklık, dikkatini toplamasını zorlaştıracak ve göz teması ihtimalimizi yine düşürecektir.

Ortam içerisindeki ani değişikliklerden kaçınılmalıdır. Bir değişiklik yapılıyorsa, öncesinde paylaşılabılır.

Aydınlatma çok parlak ya da çok loş olmamalı. Tıpkı ses tonundaki gibi 5 aşamaya bölünerek. Üç puanlık bir aydınlatma tercih edilmelidir.

Gerektiğinde kaçabilecekleri bir sakinleşme köşesi de oluşturulabilir.

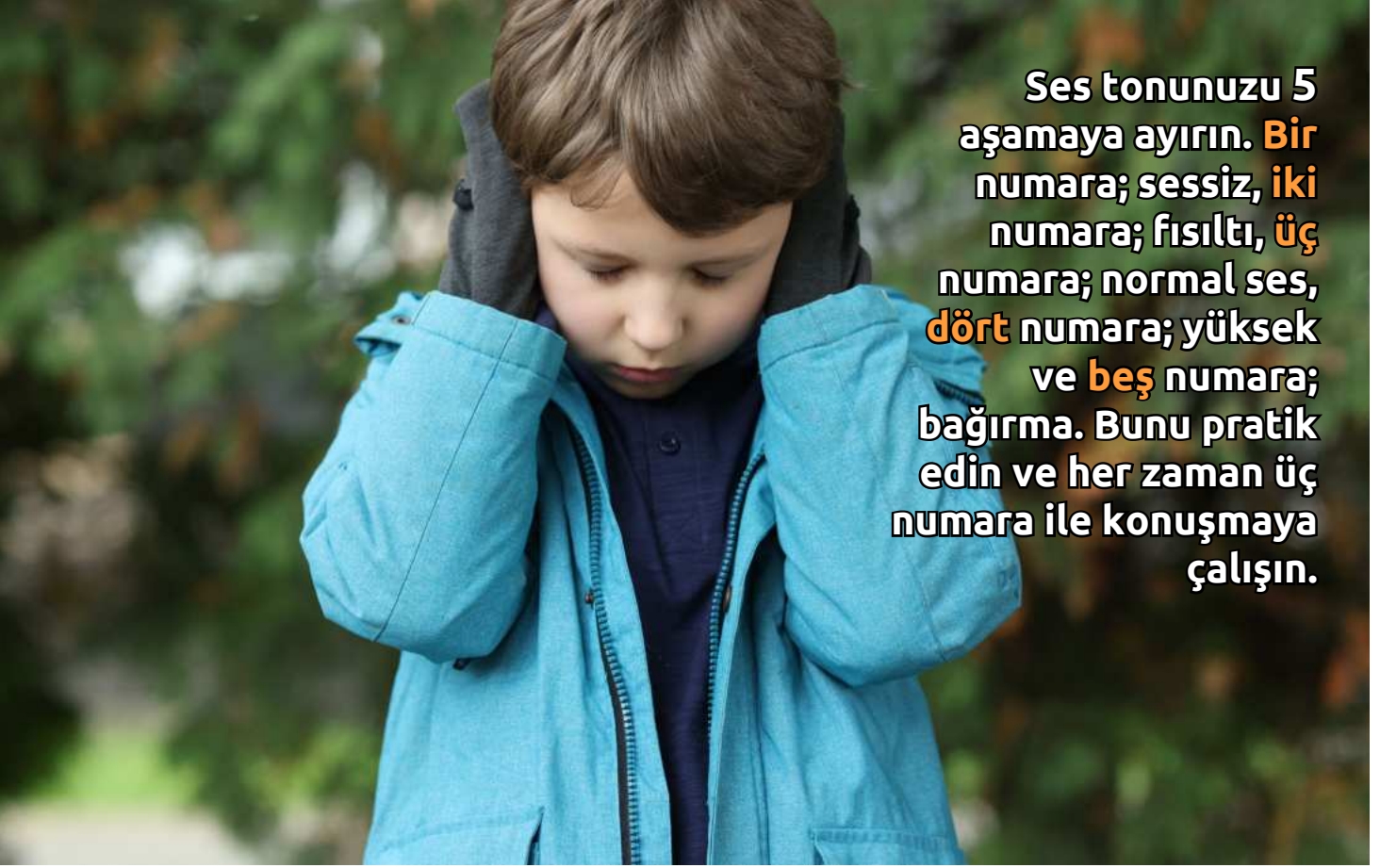


Sosyal ipuçlarını anlamakta zorlanan otizimli bireylerle etkileşimde nasıl destekleyici olabiliriz?

- Sosyal kuralları ve beklentileri açıkça anlatmak (Örn: "Şimdi sıra bekleme zamanı").
- Sosyal hikâyeler ve rol oyunları ile pratik yapmak.
- Sözel olmayan ipuçlarını anlamaları için zaman tanımak ve tekrarlarla desteklemek.
- Empati kurmalarını kolaylaştıracak görsel ve somut örnekler kullanmak.

Karşımızdaki kişinin otizimli olması nedeniyle her isteğini yerine getirmeye çalışmak, hem birey hem de çevresi için hangi sorunlara yol açabilir?

Otizimli bireylerin her isteğinin koşulsuz olarak yerine getirilmesi, kısa vadede huzurlu bir ortam sağlıyor gibi görünse de, uzun vadede birçok sorunu beraberinde getirir. Öncelikle bu yaklaşım, bireyin gerçek yaşam koşullarına uyum sağlamasını zorlaştırır. Çünkü günlük yaşamda herkesin her istediği her zaman ger-



Ses tonunuzu 5 aşamaya ayırın. Bir numara; sessiz, iki numara; fısıltı, üç numara; normal ses, dört numara; yüksek ve beş numara; bağırma. Bunu pratik edin ve her zaman üç numara ile konuşmaya çalışın.

çekleşmez; kurallar, sınırlar ve sosyal normlar vardır. Bu gerçeklikle tanışmamış bir birey, dış dünyayla karşılaştığında büyük hayal kırıklıkları yaşayabilir ve bu durum onu duygusal olarak savunmasız bir hale getirebilir.

Ayrıca her isteğin yerine getirilmesi, çocuğun "sınır" kavramını öğrenmesini engeller. Sınırların olmaması, ilerleyen süreçte öfke nöbetleri, inatlaşma, sosyal uyumsuzluk gibi problem davranışların ortaya çıkmasına neden olabilir. Bu durum hem çocuğun hem de ailesinin yaşam kalitesini olumsuz etkiler. Aynı zamanda bireyin bağımsızlaşmasını ve toplumsal yaşama katılmasını da zorlaştırır.

Otizmli bireylerle ilişkide tutarlılık, açık ve net sınırlar, sevgiyle şekillendirilmiş bir yönlendirme, gelişim sürecinin sağlıklı ilerlemesi açısından büyük önem taşır. Bu yaklaşım, hem bireyin kendini güvende hissetmesini hem de çevresiyle kurduğu ilişkilerin daha dengeli ve anlamlı olmasını sağlar.

Otizmli bireyler ile kurulan bağı sürdürebilmek için önerileriniz neler olur?

Tutarlı ve güvenilir bir iletişim en temel hedefimiz olmalı. Yapabileceği ve yapamayacağı şey-

ler, tutarlı davranışlar ile desteklenmeli ve fark edilebileceği alanlar oluşturulmalı. Güven ise doğru davranışlar pekiştirilerek kazanılmalı ve ceza gibi olumsuz pekiştirmeler kullanılmamalı.

İlgili alanlarına yönelik bir iletişim ile başlanmalı. Güçlü alanlarını gerçekleştirebileceği bir iletişim alanı oluşturulmalı ve güçlü alanları bu iletişim tarzıyla geliştirilmeli.

Küçük, zor olmayan ve anlamlı rutinler oluşturulmalı.

Bireylerin temposuna ayak uydurulmalı ve bu tempoya saygı gösterilmeli. Onun iletişim alanını öğrenmeye çalıştığımız unutulmamalı ve zorlamalardan kaçınılmalı.

Geçirilen zamanlar düzensiz olmamalı ve süreklilik sağlanarak zamanın kalitesi her seferinden daha da arttırılmalı.

UNUTMAYIN!

Otizmli bireylerle etkili iletişim, sabır, anlayış ve bireysel farklılıklara saygı gerektirir. Onların dünyasını anlamaya çalışmak ve uygun iletişim stratejileri kullanmak, hem birey hem de iletişim kuran kişi için olumlu bir deneyim yaratacaktır.

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi'nde "Zihin Kuramı ve Duygu Kontrolü" Semineri



Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi bünyesinde, Prof. Dr. Esra Akgül'ün öncülüğünde kurulan Eğitimde Mükemmeliyet Araştırma ve Uygulama Merkezi, Engelliler İçin Gölge Öğreticilik Programı kapsamında önemli bir seminere ev sahipliği yaptı. Seminere, ÖÇED (Otizmli Çocukları Eğitim Derneği) Eğitim Koordinatörü ve BCBA unvanlı davranış analisti Başak Topçuoğlu konuşmacı olarak katıldı.

"Zihin Kuramı ve Duygu Kontrolü" başlığıyla düzenlenen seminer, özellikle farklı gelişim gösteren ve yaygın öğretime geçiş sürecinde zorluk yaşayan çocuklarla çalışan ya da çalışmayı hedefleyen Gölge Öğretici adaylarına yönelik hazırlandı. Katılımcıların yoğun ilgisiyle gerçekleşen eğitimde, teorik bilgi ve pratik yaklaşımlar harmanlandı.

Seminerin açılışında konuşan Başak Topçuoğlu, duyguların adlandırılmasının tipik gelişen bireyler için bile zaman zaman zorlayıcı olabildiğini hatırlatarak, bu durumun farklı gelişen çocuklar açısından çok daha karmaşık bir süreç olduğunu vurguladı. "Biz bu durumdayken, onların farkındalığa sahip olmaması çok normal bir şey değil mi? O yüzden onlara farkındalık kazandırma mesuliyeti bizde," ifadelerini kullanan Topçuoğlu, özellikle temel duyguların öğretiminin önemine dikkat çekti.



Seminerde altı temel duygu – mutluluk, üzüntü, öfke, korku, şaşkınlık ve tikslenme – üzerinde durularak, bu duyguların çocuklara nasıl öğretilebileceği konusunda yöntemler ve uygulama örnekleri paylaşıldı.

Bilgiye duydukları ilgi ve öğrenme motivasyonlarıyla semineri daha da anlamlı kılan tüm öğrencilere; bu değerli buluşmanın gerçekleşmesini sağlayan Prof. Dr. Esra Akgül ve Öğr. Gör. Zehra Kurşun Şen'e ÖÇED olarak içten teşekkürlerimizi sunarız.



Otizm, Teknoloji ve Gelecek: Dijital Eğitim Devrimi

Otizmli çocuklar için teknoloji sadece bir araç değil, aynı zamanda eğitimde bireyselleştirilmiş fırsatlar sunan bir devrim olmaya başladı. Yapay zeka, sanal gerçeklik ve robotik uygulamalar, öğrenme süreçlerini nasıl dönüştürüyor? Dr. Ayşe Tuba Ceyhun ile otizm, teknoloji ve dijital eğitimde yeni ufukları konuştuk.

Otizmli çocuklar için teknolojinin faydaları nelerdir?

Teknolojinin otizmli çocuklar için sağladığı avantajlar gerçekten heyecan verici! Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) olan çocukların sosyal iletişim, dil gelişimi ve bilişsel beceriler gibi alanlarda farklılıklar gösterdiğini biliyoruz. Geleneksel eğitim yöntemleri her zaman her çocuğa uygun olmayabiliyor, işte tam da bu noktada teknoloji devreye giriyor.

Örneğin, yapay zeka destekli eğitim platformları, çocuğun öğrenme hızına göre şekillenen içerikler sunarak bireyselleştirilmiş bir öğrenme deneyimi sağlıyor. Sanal gerçeklik uygulamaları, sosyal etkileşim becerilerini geliştirmek için çocuğu güvenli bir simülasyon ortamına taşıyor. Burada çocuklar, bir restoranda sipariş verme ya da bir arkadaşına nasıl selam vereceği gibi günlük yaşam senaryolarını deneyimleyebiliyor.

Benim de en çok ilgimi çeken konulardan biri de robot teknolojileri. Yurt dışında yapılan çalışmalarda, robotların OSB'li çocuklara göz teması kurma, sıra alma ve yüz ifadelerini anlama gibi sosyal becerileri öğretmede oldukça başarılı olduğu görülüyor. Türkiye'de ise, şu an daha çok tabletler, mobil uygulamalar ve alternatif iletişim sistemleri yaygın olarak kullanılıyor. Özellikle konuşma güçlüğü yaşayan çocuklar için bu sistemler, onların bağımsız iletişim kurmalarına yardımcı olabiliyor.

Teknolojinin bir diğer kritik noktası ise erken teşhis ve müdahale süreçlerine katkı sağlama-sı. Yapay zeka destekli göz izleme sistemleri ve duygu tanıma yazılımları, çocukların bilişsel ve sosyal tepkilerini analiz ederek erken tanı konulmasına yardımcı olabiliyor. Müdahale aşamasında ise artırılmış gerçeklik destekli sosyal beceri eğitimi, robotik uygulamalar ve alternatif iletişim teknolojileri, çocukların günlük yaşam becerilerini daha bağımsız bir şekilde geliştirmelerini destekliyor.

Ancak burada bir noktayı vurgulamak lazım: Teknoloji tek başına bir çözüm değil, ancak doğru şekilde kullanıldığında müthiş bir destekleyici olabilir. Dijital erişilebilirlik ve evrensel tasarım ilkeleri sayesinde OSB'li çocuklar için eğitim materyallerine daha kolay erişim sağlanabiliyor ve böylece eğitim süreçlerine daha eşit bir şekilde katılabiliyorlar. Yani teknoloji, doğru kullanıldığında otizmlili çocukların hayatına büyük bir katkı sağlayabilir.

**Teknoloji tek başına
bir çözüm değil,
ancak doğru şekilde
kullanıldığında müthiş
bir destekleyici olabilir.**

Teknolojik araçlar bireysel ihtiyaçlara göre nasıl uyarlanmalıdır?

Öncelikle, otizmlili çocuğun bilişsel, duygusal ve duyuşsal hassasiyetleri göz önünde bulundurularak içerik seçimi yapılmalıdır. Örneğin, duyuşsal hassasiyeti yüksek çocuklar için ekran parlaklığı ve ses düzeyi kontrol edilebilir olmalı, öğrenme süreci aşamalı ve adım adım ilerlemelidir.

Tüm teknolojilerde olduğu gibi otizmlili çocuklarda da teknolojik araçların uyarlanmasında dijital erişilebilirlik ve evrensel tasarım ilkele-ri temel alınmalıdır. Evrensel tasarım ilkeleri, tüm bireylerin erişebileceği ve kullanabileceği çözümler üretmeyi amaçlar. Böylece çocukların teknolojiyle daha kolay etkileşime girmesi sağlanabilir. Örneğin bizimde klinik düzeyde araştırmalarımızda sıklıkla kullandığımız alternatif ve destekleyici iletişim (ADİ) sistemleri,

Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Tuba CEYHUN

Gazi Üniversitesi Sınıf Öğretmenliğinden lisansını; Abant İzzet Baysal Üniversitesi Zihin Engellilerin Eğitimi bölümünde yüksek lisansını tamamlamıştır. 2015 yılında Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Özel Eğitim Bölümünde "Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuklar ile Normal Gelişim Gösteren Çocukların Yüz İşleme ve Görsel Tarama Becerilerinin Karşılaştırılarak İncelenmesi" çalışmasıyla Doktora derecesini almıştır. Meslek hayatına sınıf öğretmeni olarak başlayan CEYHUN, zihin engelliler öğretmenliği ve işitme engelliler öğretmenliği yapmıştır. 2006 yılında Atatürk Üniversitesi Erzurum Meslek Yüksekokulu Çocuk Gelişimi Bölümünde Araştırma Görevlisi olarak başlayan akademik çalışma hayatına, 2007 yılında Gazi Üniversitesi Ankara Meslek Yüksekokulu Çocuk Gelişimi Bölümünde Öğretim Görevlisi olarak devam etmiştir. Aynı bölümde 3 yıl bölüm başkanlığı görevinde bulunmuştur. 2015 yılından bu yana İstanbul'da Biruni Üniversitesi Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Bölümünde Dr. Öğr. Üyesi olarak çalışmaya devam etmektedir. Erken çocukluk özel eğitim, Otizm Spektrum Bozukluğu, özel eğitimde teknolojinin kullanımı, bütünleştirme konularında çalışan Dr. Ayşe Tuba CEYHUN lisans ve lisansüstü düzeyinde çeşitli dersleri yürütmekte ve çok sayıda yüksek lisans tezine danışmanlık yapmıştır. Uzmanlık alanları ile ilgili olarak yayınlanmış makaleleri, kitapları ve ulusal ve uluslararası düzeyde birçok kongrede sunulan bildirileri bulunmaktadır.



bireyler için özelleştirilerek kullanılmaktadır. ADİ sistemleri, konuşma gücüğü yaşayan bireyin kelime dağarcığına, motor becerilerine ve bilişsel seviyesine uygun olarak yapılandırılmalıdır. Örneğin Proloquo2Go, Avaz AAC ve TouchChat HD gibi uygulamalar, bireyin iletişim becerilerini geliştirmek için esnek ayarlarla uyarlanabilmektedir.

Ayrıca, çocukların dikkat süresi ve odaklanma becerileri göz önüne alınarak zamanlayıcılar (timer), görsel programlar ve ödüllendirme (pekiştireç) sistemleri ile desteklenmiş kişiselleştirilmiş dijital araçlar tercih edilmelidir. Bu şekilde, çocukların teknoloji kullanımından en iyi şekilde yararlanması sağlanırken, olası duysal aşırı yüklenme veya dikkat kaybı gibi riskler minimize edilebilir.

Ekran süresi konusunda otizmlı çocuklar için özel bir sınır belirlemek gerekir mi? Aileler bu konuda nelere dikkat etmelidir?

Kesinlikle, otizmlı çocuklar için ekran süresi konusunda bir denge kurmak çok önemli. Teknoloji tüm çocuklar için harika bir eğitim ve destek aracı olabilir ama aşırı kullanım bazı olumsuz etkiler yaratabilir. Uzun süreli ekran maruziyeti, dikkatin dağılması, sosyal izolasyon, fiziksel aktivitelerin azalması ve uyku düzeninin bozulması gibi sorunlara yol açabilir.

Bu noktada ailelere önerilerim;

- **Denge Kurun:** Ekran süresi eğitici ve etkileşimli içeriklerle sınırlandırılmalı, günlük yaşamda sosyal ve fiziksel aktiviteler mutlaka eklenmelidir.
- **Bir Günlük Plan Oluşturun:** Ekran süresi belirli bir zaman dilimine yayılmalı ve kontrolsüz bir kullanımın önüne geçilmelidir. Örneğin, günlük 1-2 saatlik ekran süresi belirlemek faydalı olabilir.
- **Pasif İçerikten Kaçının:** Çocuğun sadece video

izlemesi yerine, interaktif eğitim programları, problem çözme oyunları ve alternatif iletişim uygulamaları gibi katılımcı içeriklere yönlendirilmesi önerilir.

- **Bağımlılığı Önleyin:** Teknoloji kullanımının çocuğun hayatındaki diğer aktivitelerin önüne geçmesine izin vermeyin. Alternatif olarak grup oyunları, fiziksel egzersizler ve sosyal etkileşim fırsatları sunabilirsiniz.

- **Ebeveyn Kontrolü Sağlayın:** Çocuğun izlediği içeriklerin yaşına uygun olmasına ve ekran süresi boyunca nasıl etkileşimde bulunduğuna dikkat edilmelidir.

Sadece otizmlı çocuklar için değil tüm çocuklarda aşırı ekran kullanımının önüne geçmek için teknoloji bağımlılığı riskine karşı dikkatli olunmalı. Özellikle bazı çocuklar belirli bir uygulamaya veya cihaza aşırı ilgi gösterebilir ve bu durum takıntılı davranışları artırabilir. Bu yüzden ekran süresi konusunda net sınırlar koyarak çocuğun sosyal becerilerini ve bağımsız yaşam becerilerini geliştirmeye odaklanmak oldukça önemli. Artık bunlar için bile kullanılabilecek ekran flitreleyici chatbotlar geliştirilmekte.

Teknolojinin otizmlı çocuklarda takıntılı davranışları artırma riski var mı? Bunu önlemek için nasıl bir yol izlenmeli?

Evet, teknoloji bazı otizmlı çocuklarda takıntılı davranışları artırabilir. Özellikle belirli oyunlar, videolar veya uygulamalar karşısında aşırı ilgi geliştirebilirler ve aynı etkinliği tekrar tekrar yapma eğiliminde olabilirler. Bu durum onların esneklik kazanmasını zorlaştırabilir ve farklı sosyal etkileşimlere yönelmelerini engelleyebilir.

Bu noktada ailelerin yapabilecekleri birkaç önemli adım var:

- **Teknoloji Kullanımını Çeşitlendirin:** Çocuğun tek bir oyun ya da uygulamaya takılıp kalmasını önlemek için farklı içerikler sunun. Eğitici oyunlar, artırılmış gerçeklik uygulamaları ve



Biruni Üniversitesi'nde özel eğitim bölümünde yüksek lisans öğrencilerimle sürekli olarak teknoloji odaklı araştırmalar yürütüyoruz. Tez öğrencilerimle birlikte alternatif iletişim sistemleri, tablet uygulamaları, yapay zeka destekli uygulamalar ve app geliştirme üzerine çalışmalar yapıyoruz. Bu araştırmaları hem uluslararası ve ulusal kongrelerde sunuyor hem de bilimsel makale olarak yayımlıyoruz.



sosyal beceri geliştiren programlarla ilgisini çeşitlendirmeye çalışın.

• **Süreyi Ve İçeriği Dengeleyin:** Teknolojinin günlük hayatın tek odak noktası haline gelmesini önlemek için ekran süresini sınırlandırın ve çocuğu farklı aktivitelere teşvik edin.

• **Alternatif Etkinlikler Sunun:** Çocuğun ilgisini farklı alanlara yönlendirebilmek için sanatsal, fiziksel ve sosyal etkileşim gerektiren aktiviteler planlayın. Örneğin, müzikle ilgilenmek, doğada vakit geçirmek veya arkadaşlarıyla yapılandırılmış grup oyunları oynamak faydalı olabilir.

• **Teknolojiyi Ödül Olarak Kullanmayın:** Ekran süresini ödül veya ceza mekanizmasına dönüştürmek yerine günlük rutinin doğal bir parçası haline getirin ve belirli bir düzende kullanımını sağlayın.

• **Sosyal Beceri Destekli İçerikler Tercih Edin:** Sanal gerçeklik ve artırılmış gerçeklik uygulamaları, sosyal robotlar veya etkileşimli hikaye anlatımı programları gibi çocuğun sosyal becerilerini destekleyen içeriklere yönlendirmek faydalı olabilir.

Teknolojiyi bilinçli bir şekilde yönlendirdiğimizde, otizmlili çocukların gelişimini destekleyebilir ve onların daha esnek, uyumlu ve sosyal açıdan



Dijital detoks otizm eğilimli çocuklar için neden önemlidir? Aileler bu konuda nasıl bir yol izlemelidir?



Dijital detoks, teknoloji kullanımını bilinçli bir şekilde sınırlandırmak ve çocuğun sosyal, bilişsel ve duygusal gelişimini desteklemek açısından büyük önem taşır. Küçük yaşlardan itibaren aşırı ekran kullanımı, çocukların göz teması kurma, sıra alma, yüz ifadelerini anlama ve sosyal ortamlarda kendini ifade etme gibi becerilerinin gelişimini zorlaştırabilir. Bu nedenle ailelere önerim, dijital detoksu çocukların hayatına doğal bir şekilde entegre etmeleridir. Teknolojiyi tamamen yasaklamak yerine, ekran süresini planlı ve kontrollü bir şekilde yönetmek çok daha sağlıklı olacaktır. İşte birkaç öneri verecek olursam:

- **Belirli günlerde ekransız zaman dilimleri oluşturun.**
- Doğa ile iç içe vakit geçirin (parkta oyun, yürüyüş, bahçe aktiviteleri).
- **Çocuğun ilgisini çekecek el becerisi gerektiren uğraşlar sunun (resim yapma, lego, el sanatları).**
- Kitap okuma saatleri belirleyerek hayal gücünü geliştirmesine yardımcı olun.
- **Ailece oynanabilecek grup oyunları düzenleyin (masa oyunları, fiziksel hareket gerektiren oyunlar).**

Özetleyecek olursam dijital detoks, çocuğun yalnızca teknolojiye bağlı kalmasını önleyerek gerçek dünyada da sosyal ve bilişsel gelişimine katkı sağlar. Bu süreç, ekran süresini tamamen kaldırmaktan ziyade, dengeli ve sağlıklı bir kullanım modeli oluşturmayı hedeflemelidir. Böylece, otizmlili veya otizm eğilimli çocukların sosyal becerileri ve bağımsız yaşam becerileri daha güçlü bir şekilde desteklenebilir.

daha aktif bireyler olmalarına yardımcı olabiliriz.

Teknoloji, otizmlı çocukların sosyal becerilerini geliştirmelerine nasıl yardımcı olabilir?

Sosyal becerileri geliştirmek için teknoloji harika bir araç olabilir. Özellikle sanal gerçeklik uygulamaları, sosyal robotlar ve etkileşimli dijital hikayeler, otizmlı çocukların sosyal ipuçlarını anlamalarına ve farklı iletişim senaryolarını güvenli bir ortamda deneyimlemelerine yardımcı olabilir.

Örneğin, sanal gerçeklik uygulamalarında çocuklar karşısındaki kişinin duygularını okumayı,

Robot destekli dil eğitimi de giderek yaygınlaşıyor. Çocuklar robotlarla etkileşimde bulunarak karşılıklı konuşma pratiği yapabiliyor, sözcük dağarcığını geliştirebiliyor ve duygu tanıma becerilerini artırabiliyor.



AVAZ, Arttırıcı ve Destekleyici Bir İletişim Uygulaması Örneği



Kaspar, otizmlı çocuklar için sosyal bir arkadaş olarak tasarlanmış, çocuk boyutunda bir insansı robot.

sıra almayı ve göz teması kurmayı öğrenebilir. Robotlar ise, çocuklara sabırla cevap veren, etkileşime açık bir arkadaş gibi davranabilir. Bazı araştırmalar, otizmlı çocukların robotlarla iletişim kurarken daha rahat hissettiklerini ve bunun onların gerçek dünyadaki sosyal becerilerine olumlu yansıdığını gösteriyor.

Ayrıca, işbirliği gerektiren dijital oyunlar da çok faydalı olabilir. Örneğin, birlikte oynanan strateji oyunları, çocukların takım çalışmasını, empati kurmayı ve karşılıklı iletişimi öğrenmelerini sağlayabilir.

Bu noktada önemli olan, teknolojiyi gerçek hayattaki sosyal etkileşimlerin yerine koymak değil, onları destekleyici bir araç olarak kullanmaktır. Örneğin, çocuğunuz bir sanal gerçeklik uygulamasında sıra almayı öğrendiyse, bunu gerçek hayatta denemesi için fırsatlar yaratabilirsiniz. Böylece, teknoloji hem öğrenme sürecini eğlenceli hale getirir hem de çocuğun sosyal dünyayla daha fazla bağ kurmasını sağlar.

Teknolojinin, otizmlı çocukların dil ve iletişim becerilerini destekleme potansiyeli nedir?

Bu amaç için güçlü bir araç olabilir, ancak burada nasıl kullanıldığı büyük önem taşır. Özellikle konuşma pratiği yaptıran uygulamalar, ses tanıma teknolojileri ve yapay zeka destekli dil terapisi programları, çocukların sözel becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabilir.

Örneğin, TouchChat veya CoughDrop gibi uygulamalar, çocuklara kelime ve cümleleri kullanmayı öğretirken, yapay zeka destekli sistemler ise çocukların konuşma kalıplarını analiz edip onlara özel geri bildirimler verebilir. Bu, konuşma güçlüğü çeken çocuklar için oldukça destekleyici bir yöntemdir.

Bunun dışında, robot destekli dil eğitimi de giderek yaygınlaşıyor. Çocuklar robotlarla etkileşimde bulunarak karşılıklı konuşma pratiği yapabiliyor, sözcük dağarcığını geliştirebiliyor ve

duygu tanıma becerilerini artırabiliyor.

Ancak teknolojinin tek başına bir mucize yaratmayacağını unutmamak lazım. Ebeveynler ve eğitimciler, teknolojiyi çocuğun günlük iletişim becerilerini geliştirmek için bir araç olarak kullanılmalı. Örneğin, çocuğun bir uygulama aracılığıyla öğrendiği kelimeleri gerçek hayatta kullanması teşvik edilmeli. Teknoloji, dil gelişimini hızlandıran bir destekleyici olabilir, ancak gerçek hayattaki iletişimi tamamlayan bir unsur olmalıdır.

Sonuç olarak, teknoloji otizmli çocuklar için dil öğrenme sürecini daha eğlenceli ve erişilebilir hale getirebilir. Ama en etkili sonuçları almak için dijital araçları gerçek yaşam deneyimleriyle birleştirmek gerekiyor.

Alternatif ve destekleyici iletişim (AAC) sistemleri otizmli çocuklar için nasıl bir rol oynar?

Konuşma güçlüğü çeken otizmli çocuklar için Alternatif ve Destekleyici İletişim (AAC) sistemleri, adeta bir köprü görevi görür. Çünkü bazı çocuklar kelimelerle kendini ifade etmekte zorlanabilir ya da konuşmayı öğrenme süreci daha uzun olabilir. İşte tam bu noktada tablet tabanlı iletişim uygulamaları, resimli iletişim kartları ve göz takibi sistemleri devreye girer.

Örneğin, Proloquo2Go ve Avaz gibi uygulamalar, çocukların kelimeleri görsel desteklerle eşleştirmesini sağlar. Böylece çocuklar bir kelimeyi sesli söyleyemeseler bile, bu uygulamalar aracılığıyla düşüncelerini ifade edebilirler. Göz takip sistemleri, konuşma yetisi olmayan ço-

cukların göz hareketleriyle kelime veya cümle seçmelerine yardımcı olur.

Ancak burada kritik bir nokta var, AAC sistemleri tek başına yeterli değildir. Aileler ve eğitimciler, bu teknolojileri günlük yaşama nasıl entegre edeceklerini iyi planlamalıdır. Örneğin, çocuk uygulama üzerinden "su" kelimesini seçtiğinde, ebeveyn hemen tepki verip suyu uzatmalı. Bu sayede çocuk, teknolojinin gerçekten işlevsel olduğunu öğrenir ve motivasyonu artar.

Bu sistemler, konuşmayı tamamen değiştirmek yerine, çocuğun dil becerilerini destekleyen bir yardımcı araç olarak düşünülmelidir. Özellikle erken yaşta kullanıldığında, AAC sistemleri çocuğun iletişim kurma motivasyonunu artırabilir ve sosyal dünyaya daha rahat adapte olmasını sağlayabilir.

Teknolojinin kullanımında etik ve pratik sınırlamalar var mı? Bu konudaki en büyük riskler neler ve nasıl önlem alınmalı?

Teknoloji her ne kadar otizmli çocuklar için büyük fırsatlar sunsa da, bazı etik ve pratik sınırlamalar göz önünde bulundurulmalı. Özellikle mahremiyet ve veri güvenliği, bu noktada en kritik konulardan biri. Çocukların dijital ortamda paylaştığı verilerin korunması büyük önem taşıyor. Yapay zeka destekli sistemler ve internet tabanlı uygulamalar kullanıldığında, bu verilerin nasıl saklandığı, kimlerle paylaşıldığı ve hangi amaçlarla kullanıldığı konusunda ailelerin ve uzmanların çok dikkatli olması gerekiyor.

Bir diğer konu da uzun süreli ekran maruziyetinin çocuklar üzerindeki etkileri. Uzun süre



Teknoloji her ne kadar otizmli çocuklar için büyük fırsatlar sunsa da, bazı etik ve pratik sınırlamalar göz önünde bulundurulmalı. Özellikle mahremiyet ve veri güvenliği, bu noktada en kritik konulardan biri. Çocukların dijital ortamda paylaştığı verilerin korunması büyük önem taşıyor.

ekrana maruz kalmak, çocukların dikkat süreçlerini olumsuz etkileyebilir, sosyal etkileşimlerini sınırlandırabilir ve fiziksel aktiviteyi azaltabilir. Teknoloji, günlük yaşamın bir parçası olarak yapılandırılmalı ama çocuğun tamamen dijital dünyaya bağımlı hale gelmesini önlemek için bir denge kurulmalı. Bu noktada, ekran süresini sınırlandırmak ve teknolojiyi sosyal etkileşimi artıracak bir araç olarak kullanmak önemli.

Ayrıca, her otizmlili çocuk farklıdır. Teknolojik çözümler bireyselleştirilmiş olmalı ve her çocuğun özel ihtiyaçlarına uygun olarak tasarlanmalı. Örneğin, bazı çocuklar robotlarla iletişim kurmaktan büyük fayda sağlarken, bazıları için bu durum stres yaratabilir. Bu yüzden, kullanılan teknolojilerin çocuğun bireysel gelişimine katkı sağlayıp sağlamadığı sürekli gözlemlenmeli.

Özetle, teknoloji bilinçli ve kontrollü kullanıldığında otizmlili çocuklar için inanılmaz faydalar sağlayabilir. Ancak, veri güvenliği, ekran süresi ve bireyselleştirilmiş çözümler konusunda dikkatli olunmalı ve bu süreç aileler, eğitimciler ve uzmanlar tarafından dengeli bir şekilde yönetilmelidir.



Neden teknolojiyi araştırma alanı olarak seçtiniz ve bu alanda hangi çalışmalarını yürüttüyorsunuz?

Teknolojiye ilgim aslında hep vardı. 2010 yılında Gazi Üniversitesi Özel Eğitim Bölümünde başladığım doktora eğitimimde otizmlili çocuklarda göz izleme teknolojileri üzerine tez çalışmamın uygulamalarını Ortadoğu Teknik Üniversitesi İnsan-Bilgisayar Etkileşimi Laboratuvarı'nda yaptım. O dönem göz izleme teknolojilerinin otizmlili bireylerde kullanımı dünyada da yeni geliyordu ve bu alanda çalışmak benim için çok heyecan vericiydi. Tezim süresince çok çarpıcı sonuçlarla karşılaştım ve bu bulgularımı daha sonra "Otizmlili Çocukları Gözlerinden Tanımak" adlı kitabımda detaylıca paylaştım.

Tabii teknolojiye olan ilgim burada bitmedi, aksine daha da arttı. Şu an bu konuda yürüttüğüm yayınlanmak üzere olan bir kitap bölümüm ve iki projem bulunuyor. Biruni Üniversitesi'nde özel eğitim bölümünde yüksek lisans öğrencilerimle sürekli olarak teknoloji odaklı araştırmalar yürütüyoruz. Tez öğrencilerimle birlikte alternatif iletişim sistemleri, tablet uygulamaları, yapay zeka destekli uygulamalar ve app geliştirme üzerine çalışmalar yapıyoruz. Bu araştırmaları hem uluslararası ve ulusal kongrelerde sunuyor hem de bilimsel makale olarak yayımlıyoruz.

Ayrıca, teknoloji projeleriyle de yakından ilgilieniyorum. Teknopark ve TÜBİTAK bünyesinde eğitimde teknoloji kullanımı ile ilgili projelerde hem hakemlik hem de danışmanlık yapıyorum. Teknolojinin özel eğitimde ne kadar büyük bir değişim yaratacağını öngördüğüm için, önümüzdeki 5 yıl içinde bu alanda dijital bir devrim yaşanacağını düşünüyorum. Bu değişime hem eğitimcilerin hem de ailelerin hazır olması gerektiğine inanıyorum. Özel eğitimde

teknolojiyi bilinçli, etkili ve sürdürülebilir şekilde kullanmak artık bir seçenek değil, bir gereklilik haline geldiğine inanıyorum. Bu yüzden çalışmalarımda her zaman teknolojiyi sadece bir araç değil, tüm özel gereksinimli çocukların yaşamlarını kolaylaştıran ve onların gelişimine doğrudan katkı sağlayan bir çözüm olarak görüyorum.



“Her Çocuk İçin Kapsayıcılık”

İlkesiyle Dadyan Okulu Öğretmenleriyle Buluştuk



HUYS iş birliğiyle özel gereksinimli çocuklar ve ailelerinin yaşamını kolaylaştırmak amacıyla yürüttüğümüz çalışmalar kapsamında, Özel Dadyan Ermeni İlkokulu öğretmenleriyle bir araya geldik. Bu anlamlı buluşmada, öğretmenlere “Özel Çocuk Öğretmen Rehberi” sunularak kapsayıcı eğitimin sınıf içindeki uygulamaları üzerine kapsamlı bilgiler paylaşıldı.

Seminer, ÖÇED ABA Program Süpervizörü ve Uzman Psikolog İsmail Bıyıklı tarafından gerçekleştirildi. Katılımcılara otizmden özel eğitim uygulamalarına, sınıf içi stratejilerden davranış problemleriyle başa çıkma yöntemlerine kadar pek çok konuda bilgiler aktarıldı. Sunumda, öğretmenlerin günlük pratiklerine katkı sunacak örnekler ve çözüm odaklı yaklaşımlar öne çıktı.

Etkinliğe ÖÇED Başkanı Parin Yakupyan da katılarak hem bir sivil toplum temsilcisi hem de otizmlili bir bireyin annesi olarak yaşamışlıklarını, gözlemlerini ve umutlarını paylaştı. Yakupyan’ın içten anlatımı, eğitimin duygusal boyutuna da ışık tuttu.

Öğretmenlerin yüksek dikkat ve öğrenmeye açık yaklaşımları, kapsayıcı eğitim konusunda daha da ilerlemek adına umut verici bir tablo ortaya koydu.

Bu değerli buluşmayı mümkün kılan HUYS ekibine, içten misafirperverliğiyle bizleri ağırlayan Özel Dadyan Ermeni İlkokulu Müdürü Yeranuyi Balcı’ya ve destekleriyle her zaman yanımızda olan Vakıf Yönetim Kurulu Üyesi Yeliz Öğret’e gönülden teşekkür ederiz.

'KRAL KAYBEDERSE'NİN MERYEM'İ MASUMİYETİN TEMSİLCİSİ

Ferhan Gülşah Varlıoğlu, Kral Kaybederse dizisinde canlandırdığı Meryem karakterini, "filtresiz ve koşulsuz seven biri" olarak tanımlıyor. Bu özel rol için geçirdiği yoğun hazırlık sürecini, izleyicilerden aldığı yorumları ve dizinin ona kattıklarını anlattı.

Kral Kaybederse dizisine dahil olma süreciniz nasıl gelişti? Meryem karakteri size nasıl teklif edildi?

Meryem karakterini ilk okuduğumda beni çok heyecanlandırdı, çünkü bir oyuncu olarak böyle özel bir karakteri oynamak çok kıymetli ve kolay bir iş değil. Bir sürü duyguyu bir arada barındırıyor. Oyuncu için bence büyük şans. Beni en çok etkileyen yanı, saflığı ve her şeyi koşulsuz sevmesi oldu. Her duygusunu kendi penceresinde bambaşka yaşayan bir karakter; karşı tarafın mutluluğuyla mutlu olan, mutsuzluğuyla üzülen biri. İlk okuduğumda dedim ki: "Ne kadar tertemiz, saf bir çocuk ve koşulsuz seven biri."

Daha önce tiyatrodan ya da televizyonda benzer bir rol oynamış mıydınız?

Hayır, daha önce benzer bir rolde oynamadım.

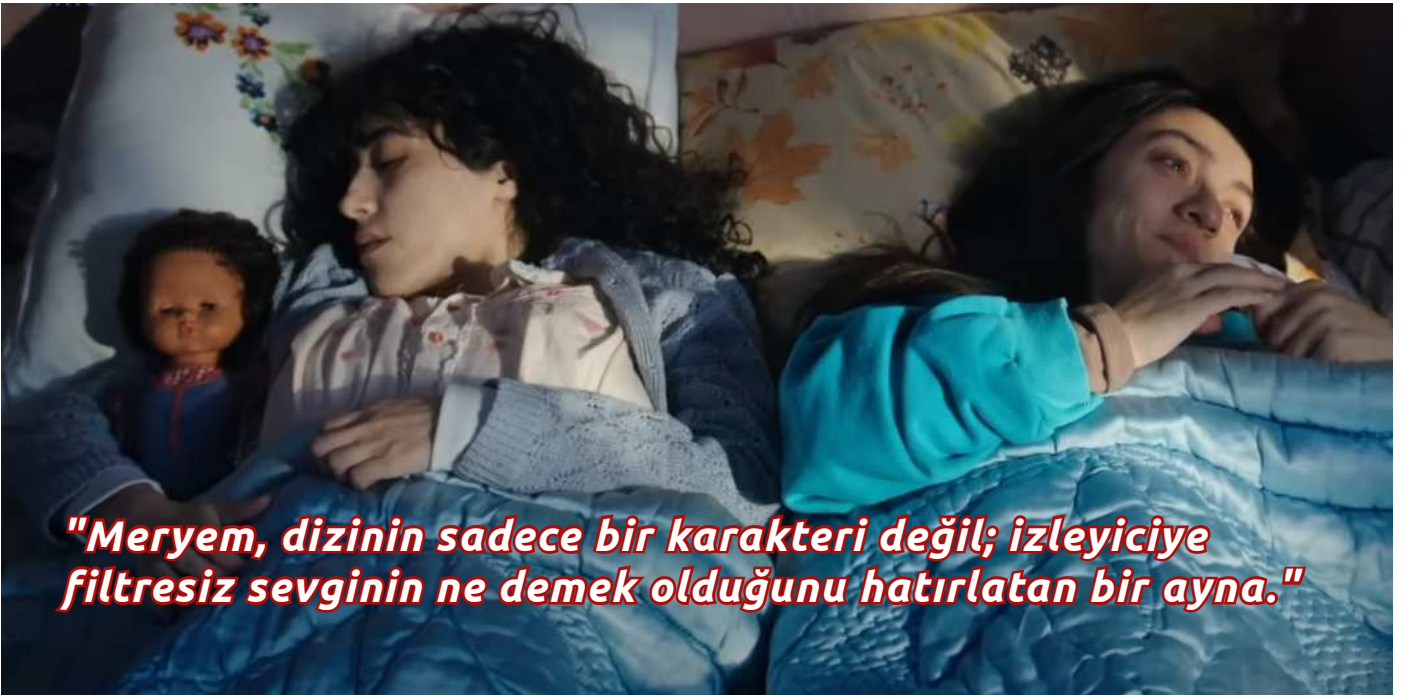
Müjdat Gezen Sanat Merkezi'nden mezun olmuştunuz. Bu eğitimin oyunculuğunuz üzerindeki en büyük katkısı ne oldu?

Öncelikle şunu söylemeliyim: Bir oyuncu için kariyerinde doğru eğitim ve eğitmenin önemini hep vurgularım. Konservatuvar eğitimimdeki bazı hocalarım, özellikle sonrasında farklı yerlerden aldığım çeşitli oyunculuk eğitimlerim ve hâlihazırda devam eden dramatik yazarlık ve dramaturji bölümü üniversite hayatım, oyunculuğuma çok şey kattı. En büyük katkısı beni başka bir seviyeye taşıması oldu. Kültürel ve sosyal olarak yelpazemi geliştirdi, içgüdülerime güvenmemi sağladı. Aldığım tüm oyunculuk eğitimleri sadece oyunculuk bazında değil, kendimi tanımam açısından da çok önemli bir yerde konumlanıyor. Çünkü kendi perspekti-

fini görmeni sağlıyor. Okul, sana sahne pratiği sağlasa da daha çok teorik kalıyor. O yüzden asıl oyunculuk okul sonrası pratik kısımda saklı. Çünkü oyunculuk, etkiye tepki gösterdiğin bir iş. Bir tiyatro ya da dizi setinde, karşıdaki partnerinle birlikte şekilleniyor. Kısacası, bu proje bana çok şey öğretiyor o yüzden mutluyum.

Meryem'in zihinsel özel gereksinimli bir karakter olması, oyunculuk açısından sizi nasıl bir hazırlık sürecine yönlendirdi?

Bu rolü doğru bir şekilde oynayabilmek için detaylı bir şekilde hazırlandım. Çünkü zihinsel özel gereksinimli bir bireyin dünyasını anlamam gerekiyordu. Karakterin tüm detaylarını bilmediğim audition aşamasındayken, karakteri şekillendirmek adına araştırmalar yaptım. Böyle bireyler nasıl hissediyor, nasıl davranıyor gibi konular üzerine akademik bir araştırma gerçekleştirdim. Sonrasında daha çok beden üzerinden bir çalışma yoluna girdim. Bedenimdeki tüm alışılmış formu değiştirmem gerektiğini düşündüm; beden algımla ve ritmiyle oynadım. Nasıl konuşur, nasıl yürür, nasıl yemek yer vb. detayları çalıştım. Çünkü benimle Meryem karakteri arasındaki kas hafızası aynı değildi. Rolü aldığım ve senaryoyu okuduğumda, yönetmenlerimizle birlikte masa başı çalışması yaptık. Bu konuda üç yönetmenimize de ayrı ayrı teşekkür ediyorum. Karakteri anlamamız adına çok sohbetler ettik. Sonrasında, böyle bireyleri gözlemlememi istediler ve yapım ekibi, özel bir eğitim kurumundan izin aldıktan sonra beni gözlem yapmam için birkaç günlüğüne oraya götürdü. Bu süreç, Meryem'in dünyasını şekillendirmem açısından büyük bir katkı sağladı. Evde bol bol bedensel olarak çalıştım, medi-



"Meryem, dizinin sadece bir karakteri değil; izleyiciye filtresiz sevginin ne demek olduğunu hatırlatan bir ayna."

tasyon yapıp bedenimi rahatlattım, zihnimi susturdum. Daha çok itkisel bir yerden karakterimi çalıştım.

Fadi ve Meryem arasındaki kardeşlik bağı izleyiciye çok samimi geliyor. Meryem'in varlığı dizinin genel anlatısında nasıl bir rol oynuyor sizce?

Bunu duyduğuma çok sevindim. Samimi gel-diye ne mutlu, çünkü benim için de Meryem'in Fadi ile olan ilişkisi önemli bir yerde duruyor. Fadi, Meryem'in bir nevi oyun arkadaşı. Fadi'nin her eve gelişi onun için oyun, sürpriz, pasta ve masal demek. Dış dünyayı onunla tanıyor. Dizideki her bir karakterin bir hikayesi var ve bu hikayeler bütüne hizmet ediyor. Ve bence Meryem'in varlığı da dizinin genel anlatısında önemli bir yerde duruyor. Onun varlığını sadece bir yan karakter olarak değil, aynı zamanda diğer karakterlerin iç dünyalarını yansıtan bir ayna olarak da görebiliriz. Aynı zamanda Meryem, önce ailesinin, sonra diğer karakterlerin saf tarafını temsil ediyor bence. Filtresiz bir bakış açısına sahip. Örneğin, Fadi'nin sorumluluk ve fedakarlık temasını güçlendirdiğini düşünüyorum. O yüzden dizinin genel anlatısında masumiyeti temsil ettiğini söyleyebiliriz.

İzleyicilerden Meryem karakteriyle ilgili nasıl tepkiler alıyorsunuz? Özellikle sizi etkileyen bir yorum oldu mu?

Bu konuda çok mutluyum, çok güzel tepkiler alıyorum ve bunun için minnettarım. İlk başlarda böyle özel bir karakteri oynarken tedirginliklerim tabii ki oluyordu. Çünkü hiç kolay bir rol değil. "Ya yanlış bir şey yaparsam ve birini gücendirirsem?" diye endişelerim vardı. Toplumsal açıdan bakacak olursak, çok gerçek bir karakter ve

"Meryem'in dünyasına girmek, benim için bambaşka bir deneyim oldu."

ince bir çizgisi var. Gelen yorumların hepsi beni çok etkiliyor. Bir tanesini söyleyecek olursam, bir takipçim, komşusunun özel gereksinimli bir kızı olduğunu ve kızıyla olan ilişkisini Meryem'in annesiyle olan ilişkisine benzettiğini söylemişti. Her izlediğinde çok etkilendiğini ve bunun bir rol olduğunu bilmesine rağmen yarattığım karakteri çok sevdiğini dile getirmişti. Genel olarak gelen yorumlar, rolü içselleştirdiğim, gerçekçi bir yerden oynadığımla alakalı oluyor. Ayrıca özel gereksinimli bir aileden de çok güzel bir yorum almıştım. Bu geri dönüşler benim için çok önemli o yüzden minnettarım.

Meryem'in en büyük hayali veya arzusu sizce nedir? Onun mutlu olduğu anlar neler?

En büyük hayalinin, kendisinin ve sevdiği insanların mutlu olmasını istemek olduğunu düşünüyorum. Tek ihtiyacı sevmek. Mutlu olduğu anlar, kız kardeşleriyle geçirdiği anlar diyebiliriz. Tek dünyası, evdeki kız kardeşleri. Kardeşlerinin ona içten sarılması, gülmesi, Fadi'nin ona masal anlatması bile mutlu olması için yeterli bir sebep. En çok mutlu olduğu an ise 'yemek yemek' diyebiliriz. Zaten küçük şeylerden mutlu olan biri. Örneğin, diğer karakterler için günlük hayatta pek anlamı olmayan şeyler, Meryem için büyük anlamlar taşıyor.



Meryem'in anne ve babası onu fark edip kabul etseler, hayata kazandırmaya çalışsalar, eğitim aldırıp topluma kazandırsalar, potansiyeli görülse bambaşka bir çocuk olur.



Meryem, etrafındaki insanlarla nasıl bir bağ kuruyor? Onun dünyaya bakış açısını nasıl yorumluyorsunuz?

Meryem insanlarla saf bir yerden bağ kuruyor. Kendi ve diğerleri arasında bir ayrım görmüyor. Cümlelerden ona nasıl yaklaşıldığını tam anlamasa da davranış ve hissiyatlarından çok iyi anlıyor. O kişi onunla nasıl bir iletişim kuruyorsa, o da aynı şekilde karşılık veriyor. Bu yüzden, kardeşleriyle kurduğu bağ ile anne ve babasıyla kurduğu bağ bir değil. Dış dünyayla bir ilişkisi yok Meryem'in. Dünyayla tek başına başa çıkabilecek biri değil. O yüzden dış dünyaya karşı bir reaksiyonu yok. Tabii bu, ailesinden aldığı destekle belki de değişebilir. Onun dünya penceresi çok özel. Açıklayamıyorum ama hissedebiliyorum.

Bu karakteri oynarken sizi çok zorlayan ya da etkileyen bir sahne oldu mu?

Her sahnesi ve özellikle sevilme ihtiyacı beni gerçekten etkiliyor. Fadi'yle bir sahnesinde "Güzel miyim? Beni de seven biri olur mu? Ben de gelin olur muyum?" gibi kendi hikayesine dair soruları beni çok etkilerken, karşılığında güzel bir cevap aldığında sevinmesi ise ayrı bir etkilemişti. Anne ve babasıyla olan sahneleri de öyle. Bir sahnede babası ona yaklaşarak sevgi gösteriyor. O sahneyi çekerken, baba rolündeki partnerim yüzüme dokunduğunda beni çok etkilemişti. Çünkü Meryem karakteri, babasının ona sevgiyle dokunmasıyla, onun şimdiye kadar yaptığı tüm kötü davranışları bir anda silebiliyor. Bu çok özel bir şey... Anneyle olan bağı da öyle. Annesinden gelen bir sevgi göstergesi ya da güzel bir cümle, ona inanmasını ve sevgiyle karşılık vermesini sağlıyor. Ama tam tersi bir tepki gördüğünde de hemen duyguları değişebiliyor. Zaten Meryem karakterinin anne ve babasıyla olan sıkıntılı ilişkisi beni hep çok etkiliyor.

İzleyiciler Meryem karakterinden ne öğrenebilir? Onun verdiği en önemli mesaj sizce nedir?

Şu dünyada her şeyin kökünde sevgi vardır. Sevginin gücünü hafife almamak lazım.

Biliyorsunuz biz özel gereksinimli bireyler için çalışan bir derneğiz. Sizin yolunuz hiç özel gereksinimli bireyler ile kesişti mi?

Evet, dizi sayesinde kesişti. Onların dünyasını görmek adına iki kere ziyaret ettim ve iyi ki de gitmişim. En yakın zamanda tekrar gidip onlarla zaman geçirmeyi çok istiyorum.



Farklılıklara saygı kavramı sizin için ne ifade ediyor?

"Fark" kelimesini doğru konumlandırmalıyız bence. Buradaki fark, pozitif bir şey. Onların dünyayı nasıl gördüğünü anlamaya çalışmak, onlarla empati kurmak demek. Şu an çoğumuz hayatın içinde kaybolmuş vaziyetteyiz. Zihnen ve bedenlen sürekli çalışıyoruz. Kalbimizi, hissettiklerimizi göz ardı ediyoruz. İsteklerine ve duygularına bu kadar güzel sahip çıkan bu bireylere saygı duymamız gerekiyor. Ve onları fark etmekle başlıyor mesele.

Onların dünyayı nasıl gördüğünü anlamak, görünür kılmak ve onları hayata kazandırmak çok önemli. Bunu yapan her birey, farklılıklara saygı duyduğunu gösterir.

Otizmli, down sendromlu ya da CP'li çocuğu olan bazı ailelerimiz yadırgayan bakışlar ile mücadelede etmemek için bazen evden çıkmak bile istemiyor. O ailelerimize ne söylemek isterseniz?

Bu söylem bana düşer mi bilmiyorum ama naçizane şunları diyebilirim: Bu çocukların gözlerindeki ışığı, kalplerindeki sevgiyi, hal ve hareketlerinin benzersiz güzelliğini en iyi aileleri bilmeli ve bunu kabul etmeli öncelikle. Mesela Meryem karakterine bakacak olursak, Meryem'in anne ve babası onu fark edip kabul etse, hayata kazandırmaya çalışsalar, eğitim aldırıp topluma kazandırsalar, potansiyeli görölse bambaşka bir çocuk olur. Yadırganan bakışlarla mücadele etmenin çok zor olduğunu hissedebiliyorum. Ve bu konuda hepimiz böyle hisseden ailelere destek olmalı, onları anlamalıyız. Bu konuda farkındalık kazanmalıyız. Onların yanında olduğumuzu hissettirmemiz gerek. Ayrıca bu bireyler kendilerini bizden farklı görmüyorlar. Farklı gören bizleriz.



0-3 YAŞ ARASINDAKİ ÇOCUKLAR İÇİN EKRAN MARUZİYETİNİN SIFIR OLMASI NEDEN ÖNEMLİDİR?

Günümüzün dijital dünyasında ekranlar hayatımızın ayrılmaz bir parçası haline geldi. Ancak 0-3 yaş arasındaki çocuklar için ekran maruziyetinin ciddi sonuçları olabileceğini unutmamak gerekiyor. Uzman Dil ve Konuşma Terapisti, Ergoterapist, Ergoterapi Program Koordinatörü, PROMPT Klinisyeni, DIR Floortime 201 Terapisti, SOS Beslenme Terapisti, SeMuTer Terapisti Selen OKAY, bu konuda ebeveynleri bilinçlendirmek amacıyla önemli açıklamalarda bulunuyor.

Ekran Maruziyeti ve Gelişimsel Etkiler

Öncelikle bilinmesi gereken önemli bir nokta, ekran maruziyetinin doğrudan bir bozukluk ya da sendroma yol açtığına dair bilimsel bir kanıt bulunmadığıdır. Ancak, ekran karşısında uzun süre vakit geçiren çocuklarda bazı gelişimsel gecikmelerin daha hızlı ve şiddetli şekilde ortaya çıkması

mümkündür.

Özellikle dil gelişimi açısından ele alındığında, yapılan araştırmalar ekran maruziyetinin çocukların yaşlarına göre dil becerilerinde geride kalmalarına neden olabileceğini göstermektedir. 0-3 yaş dönemi, çocukların çevreleriyle en yoğun etkileşimde bulunmaları gereken kritik bir dönemdir. Bu dönemde

göz teması kurma, jest ve mimikleri anlama, sesleri ayırt etme gibi beceriler gelişir. Ancak ekran karşısında fazla vakit geçiren çocuklar, bu becerileri yeterince geliştiremeyebilir.

Ekranı Hayatınızdan Çıkarmanın Alternatifleri

Ebeveynlerin sıkça dile getirdiği bir konu da çocuklarının ekransız bazı günlük işleri yapmaması hatta yemek yemeyi bile istememesi. Bu gibi durumlarda, ekranın yerine çocuğunuzla olan sosyal etkileşiminizi artırarak alternatif yollar deneyebilirsiniz. Örneğin:

- Kuklalar kullanarak yemek saatlerini eğlenceli hale getirebilirsiniz.
- Hikâyeler anlatabilir, çocuğunuzun ilgisini çekecek yaratıcı diyaloglar oluşturabilirsiniz.
- Hayali oyunlar kurarak, yemek yeme sürecini daha keyifli bir hale getirebilirsiniz.

Unutmayın ki çocukların en temel öğrenme yolu taklit etmektir. Onlarla etkileşim kurduğunuz her an, dil gelişimlerine katkıda bulunur ve sosyal becerilerini güçlendirir. Bu nedenle ekranın kolay bir çözüm gibi görünse de, uzun vadede çocuğunuzun gelişimi için sağlıklı bir alternatif olmadığını unutmamak gerekir.

Ekran yerine etkileşim dolu, kaliteli zaman geçirmek çocuklarınızın gelişimi için en kıymetli yatırımdır.

Ekran Maruziyetinin İnce ve Kaba Motor Gelişimine Etkisi

0-3 yaş dönemi, çocukların motor becerilerini hızla geliştirdiği bir dönemdir. Kaba motor beceriler, yürüme, koşma, zıplama gibi büyük kas gruplarının koordinasyonunu içerirken, ince motor beceriler ise el-göz koordinasyonu, tutma, kavrama ve yazı yazmaya hazırlık gibi daha hassas hareketleri kapsar.

Ekran karşısında uzun süre oturan çocuklar, fiziksel aktiviteden uzak kaldıkları için kas gelişimleri yeterince desteklenmez. Örneğin, dokunmatik ekran kullanımı ince motor becerilerini geliştirmek için yeterli değildir; bunun yerine gerçek nesneleri tutma, kaşık kullanma, boyama gibi aktiviteler çocukların gelişimi için çok daha faydalıdır.

Ayrıca, ekran süresi arttıkça çocukların oyun oynama, keşfetme ve hareket etme süreleri azalır. Bu durum hem kas gelişimlerini olumsuz etkileyebilir hem de duyuşal bütünleme süreçlerinde gecikmelere yol açabilir.

Ekran Maruziyetinin Çocuklarda Dil Gelişimine Etkisi

Günümüzde dijital cihazların kullanımının artmasıyla birlikte, çocukların ekranla geçirdiği süre de giderek uzamaktadır. Cep telefonları, televizyon ve diğer elektronik iletişim araçları, özellikle erken yaşlardaki dil gelişimi üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilir.

Dil Gelişimi Üzerine Etkiler:

Yapılan araştırmalar, erken yaşlarda artan ekran süresinin dil gelişimini olumsuz yönde etkileyebileceğini ortaya koymaktadır. Örneğin, bir çalışmada, günde bir saat veya daha fazla mobil cihaz kullanımı olan 1 yaşındaki çocukların, 2 ve 4 yaşlarında iletişim ve problem çözme becerilerinde gecikmeler yaşama riskinin arttığı bulunmuştur. Başka bir araştırma ise, 2-3 yaş arası çocuklarda, günde bir saatten fazla mobil cihaz kullanımı ile dil gelişiminde gerilik arasında bağlantı olduğunu göstermiştir.

Ayrıca, ebeveynlerin ekran kullanımının da çocukların dil gelişimini etkileyebileceği belirtilmektedir. Annelerin ekran başında geçirdiği sürenin artması, çocukların ifade edici dil becerilerinde düşüşle ilişkilendirilmiştir.

0-3 Yaş ARASI Sıfır Ekran!

0-3 yaş arası çocukların ekran maruziyeti, dil ve motor gelişimleri üzerinde önemli etkilere sahip olabilir. Bu nedenle, ekran süresinin sınırlandırılması, içeriğin dikkatle seçilmesi ve ebeveynlerin çocuklarıyla aktif etkileşimde bulunmaları büyük önem taşıyor.

Kaynaklar:

BMC Public Health. 2024 Apr 15;24:1050. doi: 10.1186/s12889-024-18447-4

Mobile device screen

time is associated

with poorer language

development

among toddlers:

results from

a large-scale

survey

Signe Boe Ray-

ce 1,□, Gunhild

Tidemann

Okholm 2,3,

Trine Flens-

borg-Madsen 3,4





OTİZMLİ ELİF'İN RESİMLERLE RENKLENEN DÜNYASI

Otizimli öğrenci Elif'in resim yeteneğini fark eden özel eğitim sınıfı öğretmenini Neslihan Karakollukcu, onun eidetik hafızası sayesinde dünyayı nasıl farklı gördüğünü ve bu farkın sanata nasıl yansıdığını anlatıyor. Muhammed Kaça ile Elif'in öğretmenini olan Karakollukcu, öğrencisinin sınıf arkadaşlarıyla kurduğu bağları ve çizimlerinin ardındaki ilhamı anlattı.

Elif'in resmi olan yeteneğini ilk fark ettiğinizde ne hissettiniz?

Elif'in özel bir yeteneğinin olduğunu ve bu yeteneğinin çalıştırılarak, desteklenerek daha ileri seviyelere taşınabileceğini düşündüm. Onun sanat alanındaki bu yeteneğinin fark edilebileceği umuduyla bazı iletişim kanalları arayışına girdim.

Bu yeteneği keşfetme süreciniz nasıl oldu?

Ben, çocuk gelişimi eğitimi bölümü ve aynı zamanda resim öğretmenliği bölümü mezunuyum. Elif'in resim derslerine, resim materyallerine olan ilgisi ve isteği dikkatimi çok çekti. İlerleyen süreçte Elif ile resim çalışmaları yapmaya başladık.

Resim dersi almamış olmasına rağmen bu kadar başarılı çizimler yapmasını nasıl açıklıyorsunuz?

Elif'in eidetik bellek adı verilen fotografik hafızaya sahip bir çocuk olduğunu düşünüyorum . Bu hafızaya sahip bireyler resimleri nesneleri ve sesleri neredeyse %100 hatırlayabiliyor. Eidetik hafızaya sahip olan otizmlili bireyler de zihinde net biçimde canlandırabilme yetisine sahipler. Elif de izlediği ve sevdiği çizgi filmlerden kesitleri, yaptığı çalışmalar üzerine yansıtıyor.

Eidetik Bellek

Elif'in eidetik bellek adı verilen fotografik hafızaya sahip bir çocuk olduğunu düşünüyorum . Bu hafızaya sahip bireyler resimleri nesneleri ve sesleri neredeyse %100 hatırlayabiliyor.

Otizmlili bireylerin sanatsal yeteneklerinin gelişimi hakkında ne düşünüyorsunuz?

Otizm Spektrum bozukluğu olan çocuklar derin bir yaratıcılık duygusu gösterebilirler. Otizmlili çocuklar genellikle gördüklerini, çizim yeteneklerini çok iyi şekilde kullanırlar ve yansıtır.

Sanat etkinlikleri otizmlili çocuklar için kendini ifade etmeye yardımcı olabilecek bir yol olabilir.



Resim yaparken Elif'in ruh hali nasıl değişiyor?

Resme ciddi manada odaklanıyor, iyi karakterlerden replikler söylüyor, adeta o anı tekrar yaşıyor.

Bu süreç onun iletişim becerilerinin genel gelişimine nasıl katkı sağlıyor?

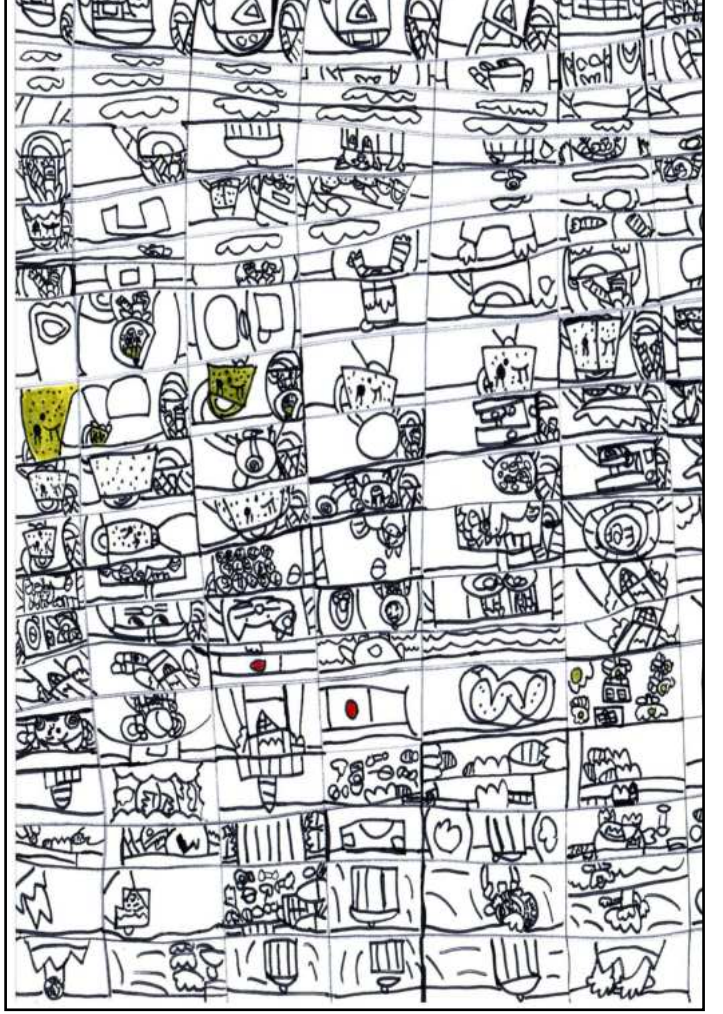
Elif resim yapmayı çok sevdiği için resim, odaklanmasını artırıyor.

Sanatsal etkinlikler, bireyin başka yolla ifade edemediği duygularını ifade etmesini ve duygusal olarak rahatlamasını sağlar. Resim yoluyla Elif'in cesaret bulduğunu düşünüyorum. Bu cesaretle iletişim yolunun da açıldığını düşünüyorum.

İkiz kardeşi de otizmlidir. Onun da benzer sanatsal yetenekleri var mı?

Evet. Ecrin adında dünya tatlısı bir ikiz kardeşi var. Ecrin farklı bir okulun özel eğitim sınıfına devam ediyor. Ecrin'in de görsel hafızasının çok iyi olduğunu biliyorum.

Elif'i, sanata olan ilgisiyle yapmış olduğu çalışmaları tamamlaması noktasında destekliyorum. Karakter ve olay akışının bütünleşmesi yönünde Elif'e yönerge verip telkinde bulunuyorum ve bunun pekişmesini sağlıyorum.



Elif'e sınıf içerisinde resim yapabilmesi için özel bir alan oluşturduk.



Onun bu yeteneğini desteklemek için ihtiyaç duyduğunuz şeyler nelerdir?

Bu anlamda Elif'in sesi olduğunuz için size de çok teşekkür ediyorum. Resim alanında uzman olan kişilerden alacağı sanat terapisiyle çocuğumuzun iyi bir noktaya geleceğini düşünüyorum. Elif'in çizimlerinde veya renk seçimlerinde özel bir tarzı var. Karakterleri ve figürleri olduğu tüm ayrıntıları ile resmediyor ve bu gerçekten çok etkileyici. Resim yaparken özel bir çizim veya boyama tekniği kullanmıyor.

Sınıf arkadaşları ve ailesi Elif'in yeteneğine nasıl bir tepki veriyor?

Sınıf içerisinde resim yapabilmesi için özel bir alan oluşturduk. Elif resim yapmayı çok sevdiği için sınıf arkadaşlarına da resmi sevdirdi. Ailesi Elif'i bu alanda destekliyor. Otizmlı bireyler dünyayı farklı görür. Otizmlı çocukları güçlü yanları ile fark edelim, onları destekleyelim. Neleri başardıklarına inanamayacaksınız.



Elif'in çizimlerinde veya renk seçimlerinde özel bir tarzı var. Karakterleri ve figürleri olduğu tüm ayrıntıları ile resmediyor ve bu gerçekten çok etkileyici. Resim yaparken özel bir çizim veya boyama tekniği kullanmıyor.





Sivil
Kafalar



İYİ NİYET YETERLİ DEĞİL

SİVİL KAFALAR'DAN HAK TEMELLİ KAPSAYICILIK HAMLESİ

Sivil Kafalar, alanında uzman üç ismin öncülüğünde, engelli bireylerin topluma tam ve etkin katılımı için sivil toplumu ve özel sektörü birlikte dönüştürmeyi hedefleyen yenilikçi bir girişim. Amaçları yalnızca bilgi aktarmak değil; birlikte düşünmek, üretmek ve yapısal değişim yaratmak. Yıllardır sahada ve strateji masalarında edindikleri deneyimle şimdi çözüm üretmek için bir araya gelen Özgür Konuk, İdil Seda Ak ve Av. Cansu Korkmaz ile Sivil Kafalar'ı konuştuk.

Sivil Kafalar'ı kurma fikri nasıl ortaya çıktı? Sizi bu girişimi başlatmaya iten temel motivasyon neydi?

İdil Seda Ak: Sivil Kafalar, alanda karşılaştığımız somut ihtiyaçlardan doğdu. Hem özel sektörde hem de STK'larla çalışırken şunu fark ettik: Engelli hakları söz konusu olduğunda iyi niyet çoğu zaman bilgiden önce geliyor. Ancak sadece iyi niyet yetmiyor; hatta bu bazen bireylerin birçok alanda sistematik olarak dışlanmalarına bile sebep oluyor; bu nedenle yapısal bilgi, strateji ve sahaya bağlantı gerekiyor.

Özgür Konuk: İşte tam da bu noktada bu boşluğu doldurmak, hem kurumlara hem de bireylere kapsayıcı çözümler sunmak için yola çıktık. Hak temelli, kapsayıcı ve güçlü bir sivil toplum ve iş dünyası için bu görünmezliği aşmak motivasyonumuz oldu.

Cansu Korkmaz: Kişilere ve kurumlara hak temelli yaklaşımla kapsayıcılık ve topluma tam ve etkin katılımı hedeflemek için yola çıktık.

Farklı uzmanlık alanlarınız Sivil Kafalar'a nasıl katkı sağlıyor?

Özgür Konuk: Bizim bir ayağımız hak temelli savunuculukta, diğer ayağımız ise iletişim ve proje yönetiminde. Bu çok disiplinli bakış açısı sayesinde hem alanının hassasiyetlerini iyi biliyoruz hem de çözüm üretirken stratejik düşünebiliyoruz.

İdil Seda Ak: Ekip olarak da farklı alanlardan geliyoruz: hukuk, akademi, iletişim, erişilebilir-

Cansu Korkmaz: "Maddi kaynak eksikliği kadar insan kaynağı, stratejik planlama ve iş birlikleri konusunda da sıkıntılar yaşıyoruz."

lik, afet yönetimi, özel eğitim, çocuk hakları ve sosyal kapsayıcılık gibi farklı alanlarda çalışıyoruz. Bu da bizi hem analitik hem yaratıcı kılıyor. Bu çeşitlilik, engelli bireylerin eğitim, istihdam ve sosyal yaşama erişiminde bütüncül çözümler üretmemizi sağlıyor.

Türkiye'de sivil toplumun en büyük sorunları sizce nelerdir?

Cansu Korkmaz: Katılım mekanizmalarının yetersizliği, hak temelli yaklaşımın yeterince içselleştirilmemesi, kapasite eksikliği ve sürdürülebilirlik en ciddi sorunlar. Maddi kaynak eksikliği kadar insan kaynağı, stratejik planlama ve iş birlikleri konusunda da sıkıntılar yaşıyoruz. Ayrıca, zaman zaman kamu kuruluşları ve özel sektörle iletişim kurmakta zorlanılıyor, bu da etkiyi sınırlıyor.

Özgür Konuk: Sivil toplum, dezavantajlı grupların ihtiyaçlarını anlamada ve bu ihtiyaçlara cevap üretmede ve dünyadaki gelişmeleri takip etmekte hâlâ sınırlı kalıyor.





İdil Seda Ak: Yaptığımız şeylerden birisi de işte doğru bağışçı (fon kuruluşu ya da şirket vb.) ile doğru sivil toplum kuruluşunu bir araya getirmek.

Sivil Kafalar ile alanda nasıl çözüm üretmeyi hedefliyorsunuz?

Özgür Konuk: Biz klasik danışmanlık anlayışının ötesine geçmek istiyoruz. Kurumlarla yapacağımız iş birliklerinde onlara sadece bilgi aktarmak değil, onlarla birlikte düşünmek, birlikte üretmek istiyoruz. Kurumlara özel yol haritaları çiziyor, geniş bir yelpazede destek sunuyoruz.

Özgür Konuk:

"Biz klasik danışmanlık anlayışının ötesine geçmek istiyoruz. Kurumlarla yapacağımız iş birliklerinde onlara sadece bilgi aktarmak değil, onlarla birlikte düşünmek, birlikte üretmek istiyoruz. Kurumlara özel yol haritaları çiziyor, geniş bir yelpazede destek sunuyoruz."

İdil Seda Ak: STK'lar ve özel sektör için kapsayıcılık sadece bir etik sorumluluk değil, aynı zamanda etki alanlarını genişletme yoludur. Engelli bireylerin karar alma süreçlerine katılımını sağlamak, faaliyet alanlarınızı erişilebilir kılmak ve temsil adaletini gözetmek bu sürecin temelidir. Biz bu dönüşümü hem teorik hem pratik adımlarla destekliyoruz.

Cansu Korkmaz: Aynı zamanda STK'lara ve şirketlere danışmanlık sağlayarak hak temelli yaklaşımı yaygınlaştırmak, kapsayıcı hizmetlerinin kalitesini artıracak modeller geliştirmek ve çalıştıkları tematik alanlara yönelik kapsayıcı çözümler bulmak istiyoruz. Aynı zamanda kapasite geliştirme eğitimleri ve mentorlukla da sahayı güçlendirmeyi hedefliyoruz.

Başarıya ulaşan bir sivil toplum projesinin olmazsa olmazları nelerdir?

İdil Seda Ak: Net hedefler, güçlü ortaklıklar, ölçülebilir etki olmazsa olmaz. Bunu sağlayabilmek için de katılımcılık, kapsayıcılık, erişilebilirlik ve sürdürülebilirlik şart. Projeyi sadece masa başında değil, sahada yaşayanlarla birlikte kurulumak ve sorunu bizzat yaşayan kişilere alan açmak çok önemli. Ayrıca iletişim dili de çok belirleyici. Üstten olmayan, insanların bağ kurabileceği, sahici bir dil gerekiyor.

Özellikle hangi alanlarda sivil toplum kuruluşlarına rehberlik etmeyi planlıyorsunuz?

Özgür Konuk: Engelli hakları, erişilebilirlik, kapsayıcı iletişim, afetlere hazırlık, hak temelli özel eğitim modelleri geliştirme, erişilebilir dijital içerik üretimi, aile eğitimi ve engelli bireylerin toplumsal yaşama katılımını destekleyen programlar öncelikli rehberlik alanlarımız. Bunları yapabilmeleri için STK'lar proje geliştirme ve paydaş yönetimi gibi konularda da destek sağlayacağız. Bunun dışında, kurumların kendile-

İdil Seda Ak: Net hedefler, güçlü ortaklıklar, ölçülebilir etki olmazsa olmaz. Bunu sağlayabilmek için de katılımcılık, kapsayıcılık, erişilebilirlik ve sürdürülebilirlik şart. Projeyi sadece masa başında değil, sahada yaşayanlarla birlikte kurgulamak ve sorunu bizzat yaşayan kişilere alan açmak çok önemli. Ayrıca iletişim dili de çok belirleyici. Üstten olmayan, insanların bağ kurabileceği, sahici bir dil gerekiyor.

rini dönüştürmelerine yönelik danışmanlıklar da veriyoruz: örneğin kapsayıcı kurum kültürü oluşturmak ya da çalışanlarına erişilebilirlik eğitimi vermek gibi.

STK'lar, özel sektör ve kamu kurumları arasında nasıl bir köprü kurmayı hedefliyorsunuz?

Cansu Korkmaz: Ortak sorumluluk ve eşit paydaşlık ilkesiyle; STK'lar, özel sektör ve kamu kurumlarını, engelli hakları konusunda daha duyarlı ve aktif hale getirmek için aracı bir rol üstleniyoruz. Bu üç sektörün birlikte çalıştığına büyük bir dönüşüm gücü var ama çoğu zaman ortak bir dil geliştirilemiyor. Biz Sivil Kafalar olarak her üç alanın da dinamiklerini bilen bir ekibiz, bu kurumlar arası ortak bir dil oluşturmaya çalışacağız. Ortak fayda üzerinden iş birlikleri geliştirmek, aslında tam da bizim yaratmaya çalıştığımız dönüşüm.

Uluslararası sivil toplum kuruluşlarıyla iş birliği yapmayı düşünüyor musunuz?

İdil Seda Ak: Kesinlikle! Hem bilgi paylaşımı hem de ortak projeler geliştirme açısından bu tür iş birliklerinin çok kıymetli olduğunu düşünüyoruz. Türkiye'deki örnekleri uluslararası platformlara taşımak ve tersine bilgi akışını sağlamak istiyoruz. Yerelden öğrenen ama evrensel standartlara dayalı bir yaklaşımı benimsiyoruz.

Bireylerin ve küçük STK'ların kendi projelerini geliştirmesine destek olmayı düşünüyor musunuz?

Özgür Konuk: Evet! Çünkü büyük dönüşümler çoğu zaman küçük adımlarla başlar. Mentorluk, mikro hibe yönlendirmeleri, kaynak paylaşımı ve kapasite geliştirme eğitimleriyle bu tür oluşumlara güç vermeyi çok önemsiyoruz. Özellikle sahada iyi örnekleri olan ama kaynak yetersizliği nedeniyle görünür olamayan girişimleri desteklemeyi çok önemsiyoruz.



Sivil Kafalar'ın etki alanını nasıl genişletmeyi planlıyorsunuz?

İdil Seda Ak: Yerel kapasiteyi kapsayıcılık bağlamında güçlendiren eğitim programları ve özel eğitimde nitelikli uygulama modelleri geliştirmeyi hedefliyoruz. Dijital araçlardan daha fazla yararlanarak, eğitim içeriklerimizi yaygınlaştırmak ve farklı şehirlerdeki STK'lara ulaşmak istiyoruz. Hak temelli STK ağlarını desteklemek ve dijital platformlarla daha geniş kitlelere ulaşmayı planlıyoruz. Sadece danışmanlık değil, aynı zamanda kaynak üretimi ve savunuculuk çalışmalarıyla da etkiyi büyütmeyi planlıyoruz. Uzun vadede, sivil toplumun engelli hakları ve özel eğitim politikalarında söz sahibi olmasına katkı sunmak temel hedefimiz.



SOSYAL GÜVENCEDEKİ HAKLARIMIZI BİLELİM

Mahir Hasan EMEKTAR
Sosyal Güvenlik Uzmanı

Ölüm aylığı kimlere, hangi şartlarda bağlanır? Sosyal Güvenlik Uzmanı Mahir Hasan Emektar, ailelerden gelen soruları yanıtlıyor. Siz de sorularınızı iletin, bu köşede cevaplayalım!

Soru:

01.01.1995 doğumlu Ahmet Bey, 01.01.2015 tarihinde bir devlet kurumunda memur (5510 SK. 4/1-c kapsamında) olarak çalışmaya başlamıştır. 01.02.2025 tarihine kadar kesintisiz çalışmış ve bu tarihte vefat etmiştir. Geride hiç çalışmamış ev hanımı eşi Sema Hanım ve 8 yaşında otizm tanısı konmuş bir kız çocuğu kalmıştır. Bu durumda Sema Hanım ve kızı ölüm aylığı alabilir mi? Şartları nelerdir?



Cevap:

Ahmet Bey'in vefatı üzerine hak sahiplerine (eşi ve çocuğu) ölüm aylığı bağlanabilmesi için öncelikle vefat eden sigortalı Ahmet Bey açısından, sonrasında ise hak sahipleri açısından bazı şartların yerine getirilmesi gerekmektedir.

1. Vefat Eden Sigortalı (Ahmet Bey - 4/1-c Kapsamında) Yönünden Şartlar:

Ölüm aylığı bağlanabilmesi için vefat eden sigortalının 5510 Sayılı Kanun'da belirtilen şartları sağlaması gerekir. Ahmet Bey 4/1-c (Devlet Memuru) kapsamında sigortalı olduğu için, hak sahiplerine ölüm aylığı bağlanabilmesi adına **hem en az 10 yıllık sigortalılık süresinin* bu lunması hem de en az 1800 gün malullük, yaşlılık ve ölüm sigortaları primi bildirilmiş olması** şartlarının birlikte gerçekleşmesi gerekmektedir. Ahmet Bey'in durumunu bu iki kritere göre inceleyelim:

Gerekli Şart	Ahmet Bey'in Durumu	Sonuç
Sigortalılık Kapsamı:	5510 SK Madde 4/1-c (Devlet Memuru)	-
Minimum Sigortalılık Süresi:*	En az 10 Yıl	
Ahmet Bey'in Sigortalılık Süresi:	İlk işe giriş (01.01.2015) ile Ölüm (01.02.2025) arası => 10 Yıl 1 Ay	Sağlandı
Minimum Prim Ödeme Gün Sayısı:	En az 1800 gün Malullük, Yaşlılık, Ölüm Primi	
Ahmet Bey'in Prim Günü:	Kesintisiz çalışması nedeniyle => ~3630 gün	Sağlandı
Genel Değerlendirme:	Gerekli olan her iki şart da sağlanmıştır.	Uygun



2. Hak Sahipleri (Eş ve Çocuk) Yönünden Şartlar ve Aylık Oranları:

Ahmet Bey'in şartları sağlaması durumunda, hak sahiplerinin aylık alabilmesi için kendi durumlarına özel şartlara bakılır ve aylık belirli oranlarda davlastırılır.

Hak Sahibi	Aylık Alma Şartı	Aylık Bağlanma Oranı (Tek başına hak sahibi ise)	Aylık Bağlanma Oranı (Başka hak sahibi varsa)	Aylık Süresi
Eş	Vefat eden sigortalı ile yasal evlilik bağı bulunması ve sonradan evlenmemesi . Çalışıyor olması veya kendi emekli aylığının olması engel değildir.	%75	%50	Evlenmediği sürece ömür boyu .
Kız Çocuğu	Normal Durumda: Yaş şartı (18 yaş, lisede ise 20 yaş, üniversitede ise 25 yaş). Özel Durum (Otizm): SGK Sağlık Kurulu tarafından çalışma gücünü en az %60 oranında kaybettiği tespit edilen ve bu durumu 18 yaşından önce oluşan çocuklar için yaş şartı aranmaz . (Bkz: 5510 SK Md. 34)	%50	%25	Normal Durumda: Belirtilen yaş sınırlarına kadar. Özel Durum (Maluliyet): Evlenmediği ve sigortalı olarak çalışmaya başlamadığı sürece ömür boyu . (Sağlık Kurulu'nun maluliyet tespiti gerekir.)
Toplam Oran			%75	

Aklınıza Takılan Soruları Bize Ulaştırın!

● Vefat Eden Memurun Hak Sahiplerine Ölüm Aylığı Şartları Neler?

10 yıl sigortalılık ve 1800 prim günü şartı sağlanmışsa, eş ve çocuğa ölüm aylığı bağlanabilir.

● Otizm Tanılı Çocuklar İçin Aylıkta Yaş Sınırı Var mı?

%60 ve üzeri maluliyet tespiti yapılırsa yaş şartı aranmaz, aylık ömür boyu bağlanabilir.

● Eşin Çalışması ya da Emekli Olması Aylık Almaya Engel mi?

Hayır. Eş, evli değilse aylığın %50'sini almaya devam edebilir.

● Çocukların Aylığı Hangi Durumlarda Kesilir?

Evlilik ya da sigortalı çalışma durumunda aylık kesilir; aksi halde devam eder.

● Toplam Aylık Oranı Neye Göre Hesaplanır?

Eş ve çocuk birlikte %75 oranında ölüm aylığı alabilir.

● SGK Sağlık Kurulu Raporu Neden Önemli?

Engelli çocuğun aylık alabilmesi için SGK Sağlık Kurulu'nun maluliyet değerlendirmesi şart.

Özetle:

• Devlet memuru olan Ahmet Bey, ölüm aylığı için gerekli olan 10 yıl sigortalılık süresi ve 1800 prim günü şartlarının her ikisini de sağlamaktadır.

• Eşi Sema Hanım, evlenmediği sürece Ahmet Bey'in vefatı nedeniyle hesaplanacak aylığın %50'sini alabilir.

• Otizm tanısı bulunan kızları, SGK Sağlık Kurulu'nca çalışma gücünü %60 veya üzeri oranda kaybettiği (malul olduğu) tespit edilirse, yaş sınırı olmaksızın, evlenmediği ve çalışmadığı sürece hesaplanacak aylığın %25'ini alabilir. Bu tespit yapılmazsa, normal yaş sınırları (18/20/25) geçerli olur.

• Anne ve kızı bağlanacak aylıkların toplamı, Ahmet Bey hayatta olup emekli olsaydı alacağı düşünülen aylığın %75'i kadar olacaktır.

Önemli Not: Bu bilgiler genel çerçeveyi çizmektedir. Kesin durum ve bağlanacak aylık miktarı için hak sahiplerinin gerekli belgelerle (ölüm belgesi, nüfus kayıt örneği, kız çocuğu için sağlık kurulu raporu vb.) Sosyal Güvenlik Kurumu'na (SGK) başvurmaları ve durumlarını detaylı olarak inceletmeleri gerekmektedir. Özellikle engelli çocuğun durumu için SGK Sağlık Kurulu'nun değerlendirmesi esastır.

Mahir Hasan Emektar
İş ve Sosyal Güvenlik Uzmanı
mahir@akilliahtapot.com

GÜÇLÜ DEĞİL İNATÇI BİR ANNEYİM

Bir annenin iç sesi, akademide yeni bir sistemin doğuş hikayesi... Otizmlili bireylerin sosyal hayata ve akademik dünyaya katılmasını mümkün kılan özgün bir modelin mimarlarından olan, otizmlili genç annesi Prof. Dr. Esra Akgül ile Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi'nde (FSMVÜ) hayata geçirilen "Öze Yolculuk" programını ve gölge öğreticilik bölümünü konuştuk.

Röportaj: Rana Zeynep Çömlekçi & Başak Topçuoğlu

Sizi biraz tanıyabilir miyiz?

Ben Esra Akgül. Yaklaşık 35 yıllık bir meslek hayatım ve akademik geçmişim var. Eğitim programları ve öğretim alanında çalışıyorum. Ancak biri bana "Sen kimsin?" diye sorduğunda, kendimi önce "otizmlili bir genç kızın annesi" olarak tanıtıyorum. Çünkü hayatımın çok büyük bir kısmını kızım oluşturuyor. Şu anda çalıştığım üniversitede "Engelliler İçin Gölge Öğreticilik" bölümünde görev yapıyorum ve aynı zamanda bu bölümün kurucusuyum. Bu yönüyle Meslek Yüksekokullarına önemli bir alan kazandırdık. Bölümümüz, özel gereksinimli çocukların eğitimiyle doğrudan ilgili.

Hikayenizin en başına dönersek... Kızınız nasıl tanı aldı?

Aslı 2 yaşını biraz geçmişti. Açıkçası, tanıyı neredeyse bana koydurdular diyebilirim. Kızımda gözlemlediğim bazı özellikleri doktora anlattım. Doktor bana "Sizce ne olabilir?" diye sorduğunda, "Otistik gibi sanki..." dedim.

Dikkatinizi çeken belirtiler nelerdi?

Evde bir köşeye bakarak el sallıyordu ve "eee" diye sesler çıkarıyordu. Kelimeleri vardı ama hiç cümle kurmadı. Normalde 2 yaşını geçince artık cümle kurmaya başlaması gerekirdi ama bu olmadı. Zamanla göz teması da azaldı. Oysa be-

bekliği çok daha interaktifti. Bu değişiklikleri fark edince doktora başvurduk. Tam da o dönemde, Tohum Otizm Vakfı'nın Hürriyet gazetesinde tam sayfa bir ilanı vardı: "Çocuğunuzda şu özellikler varsa doktora başvurun" diyordu. O ilanı görünce adeta uyandım. Çünkü benim çocuğumda da o belirtiler vardı. Doktor "Atipik diyelim" dedi. Çünkü yaşı küçüktü, sürecin nasıl gelişeceği belli değildi.

İlk tanı anı nasıldı?

Tanıyla birlikte sanki kucağıma bir saatli bomba bırakılmış gibiydi. Ne yapacağımı bilmiyordum. Otizmle ilgili yazılı bilgileri okumuştum ama bunun hayatımıza ne getireceğine dair en ufak bir fikrim yoktu. Çok zor bir dönemdi.

Peki, nasıl harekete geçtiniz? Eğitime hemen başladınız mı?

Bu konuda çok şanslıydık. O zamanlar Marmara Üniversitesi'nde çalışıyordum. Orada özel eğitim bölümünden Aydan Aydın Hoca vardı. Normalde aynı üniversitede çalışan biriyle etik gerekçelerle çalışmayı kabul etmediğini söylerdi. Ama kızımın çalışmayı kabul etti. Zaten sonrasında ben de üniversite değiştirdim. Bu sayede biz eğitime biraz daha önden başladık. Aslı çok yoğun bir eğitim aldı. Hatta üniversitenin özel eğitim bölümündeki, ikinci üniversitesini okuyan daha olgun öğrencilerden biri her gün evimize "ev ablası" olarak gelmeye başlamıştı. Daha sonra farklı doktorlara gittiğimizde bize, "Eğitime çok doğru yerden başlamışsınız" dediler.

Bu kararı almak zor olmadı mı? O süreçte neler yaşadınız?

Karar vermek gerçekten zordu. Çok sıkıntılı bir dönemdi. Başlangıçta eşimle ne yapacağımızı bilemediğimiz bir süreç yaşadık. Maddi olarak da bizi oldukça zorlayacağını fark ettik. Ancak tereddüt etmeden bütün imkanlarımızı zorladık. Bu dönemde eşimin müthiş bir baba olması ve kızını büyük bir sevgiyle sahiplenmesi en büyük şansımızdı.

Eğitim aldırma kararı almamış olsaydık, gerçekten çok daha çaresiz bir durumda olabilirdik. Eskiden gazetelerde çıkan haberlerde, "Annesi çocuğunu kolundan kalıfere zincirledi, alışverişe gitmek için yapacak başka bir şeyi yokmuş" gibi trajik hikayeler olurdu ya... Belki biz de benzer bir çaresizlikle karşı karşıya kalabilirdik.

Okul dönemi başladığında neler yaşadınız?

Bizim zamanımızda da okul süreci çok zorluydu. Kızımı okul öncesi, bulunduğumuz sitenin



içindeki bir kreşe gönderdim. Sahibi psikolog bir hanımdı. Aslı o dönem 3,5 yaşındaydı. Fakat sabahları kreşe giderken kendini yere atmaya başladı. Nedenini anlayamıyorduk. Zorla götürüyordum ama biraz sonra yine aynı şekilde direniyordu.

Durumu kreşin sahibiyle konuştum. Yemek alt katta yeniyormuş ve Aslı da yemeğini kendi yediği için biraz yavaş yiyormuş. Erken yiyen çocuklar üst kata çıkıyormuş. Aslı geç yediği için alt katta cezalı bırakılıyormuş. Bu durumu bana bir psikoloğun bu şekilde anlatması gerçekten çok ağırıma gitmişti. Zaten farklı bir çocuk... Yemeğini geç yediği için ceza gibi bir ayırım yapılmasının doğru olmadığını konuştuk. Bu, ilk kötü tecrübemizdi.

İlkokul süreci nasıl ilerledi?

İlkokula Bahçelievler'deki Elit Gençler Koleji'nde başladı. 3,5 yıl kadar devam etti. İyi yanları vardı ancak orası da tam arzu ettiğimiz gibi olmadı. Maalesef bizim eğitim anlayışımızda otizmlili çocukları akranlarından ayırma eğilimi var. Oysa biz, her otizmlili anne babası gibi Aslı'nın yaşlılarıyla birlikte gelişmesini hayal ettik. Bu gerçekleşmeyince 2010 yılında Sakarya'ya taşındık.

Hendek'in Kazımiye köyündeki bir ilkokula başladı. Orası gerçekten çok iyi bir yerdi.

"Çok iyi" derken neyi kastediyorsunuz?

Aslı sınıfındaki tek otistik çocuktuk ama arkadaşları onu öyle güzel sahiplendiler ki... Sürekli onun etrafındaydılar. Yolda görseler koşarak yanımıza gelir, "Aslı!" diye el sallarlardı. O arkadaşlık ilişkilerini kendileri başlattılar ve Aslı onların yanında çok güzel gelişti. İşte o zaman anladım ki, onu normal çocuklardan ayırmamalıyım.

Sonra Sapanca'ya taşındık. Orada bir devlet lisesinde kaynaştırma öğrencisi olarak eğitime devam etti. Bu süreçte "Aslı için başka ne



yapabiliriz?" diye düşünürken Amerika seçeneği gündeme geldi. Oradaki eğitim olanaklarını, sistem farklılıklarını merak ettik.

Amerika ziyaretinizden bahseder misiniz? Aslı üç kez Amerika'ya gitti. İlk gidişimizde, bir çocuk hastanesinde teşhis doğrulaması yaptırmak amacıyla gitmiştik. O zaman bize Amerika'daki eğitim sisteminden, çocuklara sunulan olanaklardan ve devlet desteklerinden bahsettiler. Duyduklarımız bizi çok etkiledi. Acaba uzun vadeli gitsek, orada yapabilir miyiz diye düşünmeye başladık. 2013 yılında üç aylığına tekrar gittik.

Orada eğitim için nasıl bir yol izlediniz?

Bu kısmı oldukça ilginçtir... Giderken Aslı'yı okula nasıl gönderebileceğimi bilmiyordum. Ama oraya vardığımızda bizi bir uzman karşıladı. "Çocuğunuz okul çağında ve otistik, dolayısıyla okula gitmesi gerekiyor. Göndermezseniz cezası var," dedi. Hangi okula, hangi öğretmene gideceği bile belliydi. Her şey bizim yerimize planlanmıştı. Her şey belliydi biz gittiğimizde.

Aslı Amerika'da okula kolay uyum sağlayabildi mi? İngilizce eğitim onu zorlamadı mı?

Okula başladıktan bir hafta sonra öğretmeni bizi çağırdı. "İngilizce konuşuyoruz ve Aslı bizi anlıyor," dedi. İlk başta inanmadım tabii. "Hadi canım, Türkçe bile konuşmuyor," diye düşündüm. Ama sonra öğretmen arkasını döndü, "Aslı, come here," dedi ve Aslı hemen onun ya-

nına gitti. Ne derse yapıyordu! Gerçekten şaşırdım.

O üç aylık sürecin sonunda, çocuk hastanesinin konuşma merkezine götürdük. Orada testlerden geçti ve "Bu çocuk kesinlikle anlıyor," dediler.

Sonra bize anlattılar: Bazı otistik bireyler 6-7 dili çok hızlı öğrenebiliyorlarmış. "Aslı'yı İtalya'ya götürün, orada da dile maruz kalsın, hemen öğrenir," dediler. Çünkü duyduğu kelimeyle yapılan aktiviteyi eşleştirebiliyor. Bu, onların öğrenme yolları.

Aslı sözel çıktısı olan otizmlili bir genç mi?

Eh... Çok zorlarsanız konuşuyor ama genellikle kendini sesler ya da davranışlarla ifade etmeyi tercih ediyor. Yani tam olarak akıcı konuşma diyemem ama iletişim kurmanın yollarını buluyor.

Amerika maceranızı tekrar dönersek...

2015 yılında daha uzun süreli bir planla tekrar gittik. Bu kez Aslı ortaokul son sınıftaydı. Orada çok farklı şeyler öğrendi, biz de öyle... Eğitim materyalleri, öğretim stratejileri... Bugün . FSMVÜ Öz'e Yolculuk Programı'nda uyguladığımız pek çok şeyi aslında orada öğrendik. En önemlisi şuydu: Aslı'ya uygun yöntemle öğretildiğinde, öğrenebildiğini gördük. Ama itiraf etmeliyim, en çok öğrenen kişi bendim.

Orada, Iowa'da "Reach" adlı bir programla tanıştık. Bu program, üniversite çağındaki özel gereksinimli bireylerin, üniversiteli yaşlılarıyla birlikte derslere girdiği, kampüs hayatına karıştığı bir modeldi. Hem akademik hem sosyal gelişim destekleniyordu. Türkiye'ye döndükten sonra üniversiteyle Iowa arasında bir anlaşma yaptık. İki yıl süren bir eğitim aldık. "Bu sistemi Türkiye'ye nasıl uyarlayabiliriz, kendi kültürümüze nasıl entegre ederiz?" diye düşündük. Aslı'nın tecrübesi bu noktada bize rehber oldu. Bugün birçok özel genç, benzer deneyimleri yaşama fırsatı buldu.

Üniversitemizin bahçesinde, özel gençlerimizle üniversiteli gençlerin birlikte vakit geçirdiğini görebilirsiniz. Program katılan gençlerimizin, sene başı ile sene sonu arasındaki sosyalleşme becerileri açısından büyük farklar oluyor. Bir yıl süren samimi bir arkadaşlık, çoğu problemi çözmeye yetiyor.

Bu programdan ve kapsamından ailelerimiz için biraz bahsedebilir misiniz?

Öz'e Yolculuk Programı üniversitenin akademik takvimiyle paralel ilerliyor. Üniversite ne zaman açılırsa, biz de o zaman başlıyoruz. Gençlerimiz sabah 09:00 gibi gelip, öğleden sonra 15:00'e

kadar buradalar. Öğle yemekleri üniversite tarafından karşılanıyor. Programın içinde pek çok farklı ders var. Finansal okuryazarlıktan mutfak becerilerine, spordan sosyal iletişime kadar geniş bir yelpaze sunuyoruz. Çok yoğun akademik içerik değil ama öğrencilerin ihtiyaç duyduğu temel bilgiler yer alıyor. Esas odak, sosyalleşme ve akran ilişkilerini güçlendirmek.

Öğrenciler yemeğe giderken gölge öğreticilik programındaki öğrencilerin onlara eşlik ettiğini gördüm. Bu eşleşmeyi nasıl sağladınız?

Program kurulduğunda Yükseköğretim Kurumu'na iki ayrı dosya sunduk. Biri Eğitimde Mükemmeliyet Merkezi, diğeri ise Gölge Öğreticilik Programı'ydı. Gölge öğreticilik modelimizi öğrencilerin burada %100 uygulamalı stajla yetişmesi üzerine kurguladık. Elbette teorik dersler de var. Bu program 2 yıllık bir eğitim süreci. Mezun olanlar dikey geçişle Özel Eğitim ya da Çocuk Gelişimi bölümlerine geçebiliyorlar. Öze Yolculuk'taki gençlerimiz ile gölge öğretici adayı öğrencilerimiz birebir eşleşiyor. Bu eşleşmeleri hocalarımız öğrencilerin mizacına, kişilik özelliklerine göre yapıyor. Kim kiminle daha verimli çalışabilir, kim kimin dilinden daha iyi anlar... Buna göre bir eşleştirme sağlanıyor. Otizmlili çocuk sahibi aileler çok iyi bilir: Bizim çocuklarımızla çalışacak kişilerin gerçekten uygun niteliklere sahip olması çok önemli. "Yaşam koçu" unvanıyla çalışan kişilerin her zaman beklediğimiz donanımda olmadığını görebiliyoruz. Biz bu programı başlatırken, bu işin bir meslek tanımı olmasını ve bir standart getirmeyi istedik.

Peki, buraya her yıl kaç özel gereksinimli öğrenci kabul ediyorsunuz? Kontenjanınız nedir?

Bulduğumuz binanın fiziksel özelliklerinden dolayı şu anda en fazla 10 öğrenci kabul edebiliyoruz.

İlgilenen aileler size nasıl ulaşabilir?

FSMVÜ Öze Yolculuk Programı olarak internet üzerinden kolayca ulaşabilirler. Web sayfamız aktif, oradan başvuru yapılabilir. Ayrıca bize e-posta yoluyla da ulaşabilirler. Programla ilgili detaylara da internetten kolayca ulaşmaları mümkün.

Peki, programa kabul için aradığınız kriterler neler?

Bu zamana kadar hep birer haftalık yaz okulları düzenledik. Bu yaz okulları sayesinde hem öğrenci bizi tanımış oldu hem de biz öğrenciyi... Ancak bu yıl farklı bir şey yapıyoruz. Yaz okulu bu kez bir aylık planlıyoruz. Temmuz ayının 1'i ile 31'i arasında gerçekleşecek. Bu süre zarfında öğrencilerimiz bizimle birlikte olacak, biz onları daha yakından tanıyacağız. Katılmak isteyen ailelere kesinlikle tavsiye ederim; bizim sistemimizi yerinde görme ve deneyimleme fırsatı bulurlar. Aynı şekilde, hocalarımız da öğrencileri daha iyi gözlemleyip değerlendirmiş olur.

Onun dışında başvurular tam olarak nasıl değerlendiriliyor?

Başvuru süreci oldukça titizlikle yürütülüyor. Bir değerlendirme komisyonumuz var. Bu komisyon, Meslek Yüksekokulu hocalarımız, Çocuk Gelişimi uzmanlarımız ve program hocalarımızdan oluşuyor. İlk aşamada, Zehra Hocamız öğrenciyi birebir değerlendiriyor. Sonrasında komisyon toplanarak öğrencinin programa uygunluğuna dair bir karar veriyor. Her başvuru bu süreçten geçerek şekilleniyor.

Program hangi yaş grubuna hitap ediyor?

Öze Yolculuk Programı'mız 16 yaş ve üzeri bireyleri kapsıyor. Ancak zaman zaman daha küçük yaşta başvuruları da kabul edebiliyoruz. Örneğin, bir veli çocuğunun 13 yaşında olduğunu ama programa katılmasını istediğini söylediğinde, bu öğrenciler için "Öze Yolculuk Hazırlık Programı"nı devreye sokuyoruz. Önce küçük grupta deniyoruz. Eğer büyük gruba uyum sağlayabileceklerini görürsek, programa geçişlerine izin veriyoruz.



Program hangi yaş grubuna hitap ediyor?

Öze Yolculuk Programı'mız 16 yaş ve üzeri bireyleri kapsıyor. Ancak zaman zaman daha küçük yaşta başvuruları da kabul edebiliyoruz. Örneğin, bir veli çocuğunun 13 yaşında olduğunu ama programa katılmasını istediğini söylediğinde, bu öğrenciler için "Öze Yolculuk Hazırlık Programı"nı devreye sokuyoruz. Önce küçük grupta deniyoruz. Eğer büyük gruba uyum sağlayabileceklerini görürsek, programa geçişlerine izin veriyoruz.

diğinde, bu öğrenciler için "Öze Yolculuk Hazırlık Programı"nı devreye sokuyoruz. Önce küçük grupta deniyoruz. Eğer büyük gruba uyum sağlayabileceklerini görürsek, programa geçişlerine izin veriyoruz.

Anladığım kadarıyla burada yalnızca bir ihtiyacı karşılamıyorsunuz, aynı zamanda ülkemiz için örnek olabilecek bir model geliştiriyorsunuz. Bu konuda bilgi edinmek isteyenler size nasıl ulaşabilir?

Evet, aslında burada sadece bir eğitim programı yürütmüyoruz; aynı zamanda model geliştiriyoruz. Bu modeli görmek ve bilgi almak isteyen herkes doğrudan benimle iletişime geçebilir. Kısa bir süre önce Düzce Üniversitesi'nden bir doktora öğrencisi bizimle iletişime geçti. Öğrenme-öğretme merkezleri üzerine bir tez hazırlıyordu ve tüm üniversitelerin web sitelerini incelemiş. "Sizin merkezinizi çok farklı buldum, hiçbir yerde böyle bir uygulama yok" dedi. Ardından buradaki çalışmalar tez konusu oldu.

Gerçekten de burada bir model doğuyor ve gelişiyor. Biz yolda yürürken sürekli yeni şeyler öğreniyoruz. Bu öğrendiklerimiz ışığında da programı güncelliyor ve sürekli geliştiriyoruz. Üniversite bünyesinde bir "öğrenme laboratuvarımız" var. Hocalarımız burada, programa devam eden gençlerin gelişimini düzenli olarak izliyor ve analiz ediyor. Bu çalışmalar, ulusal ve uluslararası

Otizmlili çocuk sahibi aileler çok iyi bilir: Bizim çocuklarımızla çalışacak kişilerin gerçekten uygun niteliklere sahip olması çok önemli. "Yaşam koçu" unvanıyla çalışan kişilerin her zaman beklediğimiz donanımda olmadığını görebiliyoruz.

sempozyumlarda sunuluyor. Yani aslında burada yürüttüğümüz çalışma, kanıt temelli bir model. Sürekli ölçüyor, değerlendiriyor, eksikleri tespit ediyor ve yeniden yapılandırıyoruz.

Şimdi röportajı okuyan pek çok anne şunu düşünecektir: "Ne kadar güçlü bir anneymiş... Neler başarmış..." Bu yola ilk çıktığınızda gerçekten de öyle miydiniz? Kızınıza otizm tanısı ilk konulduğunda da bu kadar güçlü müydünüz?





Açıkçası, ben kendimi hiçbir zaman “güçlü” olarak tanımlamadım. Hatta tam tersine... Dışarıdan bakıldığında güçlü görünen ama içi kırık, zayıf biriyim ben. Çok ağlarım, çok dertlenirim. Ama çok da inatçıyım. Mesela bu çocuklar için bir iş yapacağım zaman, birisi beni kapıdan kovsa bacadan girerim. Hatta bu üniversitenin bir önceki rektörü ile bir konuşma geçmişti aramızda... Bölüm açıldı, merkez açıldı, hepsi oldu, çok teşekkür ederim dedim. Dedi ki, “Hepsine evet dememin tek sebebi vardı. Hayırdan anlamıyorsunuz.”

Yani dediğim gibi ben aslında güçlü değilim. Inatçıyım. Biraz kırılıyorum, biraz kendi kendimi onarıyorum, tekrar dışarı çıkarıyorum şunu istiyorum diyorum.

Burada açtığımız Öze Yolculuk Programı’nın açılması Amerika’ya gidişimizden sonra 10 sene içinde olmuş bir şey.

10 sene kör testere olsa taşa çalışsa yine bir iz bırakırdı diye düşünüyorum. O zihniyetle gide gide bunu başardım. Yoksa güçlü görünüyor olabilirim ama değilim, keşke olsam.

Son olarak, çocuğuna yeni otizm tanısı konmuş ailelere ne söylemek istersiniz?

Şimdi buradan bakarak tavsiye etmek çok kolay.

Ama orada olan bir insan için onu almak kolay mı? Bana da çok tavsiye eden oldu. Ben hiç birine uyamadım. Çünkü herkesin kendi inancı kendine göre oluyor. Ben hep Aslı’nın ilkökula gidene kadar açılacağını düşünmüştüm. Altı yaşında kesin geçer diye düşünmüştüm, geçmedi. Dedim ki 15 yaşında kesin geçer, geçmedi.

Şimdi 23 yaşında ve artık diyorum ki, “Aslı yetişkin oldu ve ben onu olduğu haliyle kabul etmeliyim.” Yirmi yılın sonunda bunu öğrendim: Kabullenmek. Belki de en önemlisi bu.

Ben hep şöyle düşünüyorum: elimde bir hamur var. Bu hamurla ne yapabilirim? Eğer hamur cıvıksa, ona göre yoğurmalıyım. Katıysa başka bir yol izlemeliyim. Yanıta hızlıca geçmek gerekiyor. Çünkü çamur kurduğunda şekil veremezsiniz. O geç kalan her adım, hem çocuk hem aile için kayıp zaman oluyor.

Bir de şunu söylemek isterim, bir anne olarak psikolojik destek almayı çok önemsiyorum. Ben sık sık psikolojik destek alan biriyim. Maalesef bizim toplumda hâlâ “akıl hastası mısın?” gibi önyargılar var. Ama özellikle otizmlili bir çocuğu olan anneler için bu destek olmazsa olmaz. Çünkü önce annenin sağlam kalması gerekiyor. Eğer siz ayakta kalmazsanız, çocuğunuza da yardımcı olamazsınız.



UYKU PROBLEMLERİNE YÖNELİK ERGOTERAPİ STRATEJİLERİ

Otizmli çocuklarda dikkat çekici oranlarda uyku problemleri görülüyor. Uyku problemleri, çocuğun gelişimini ve günlük işlevselliğini olumsuz etkileyebiliyor. Ergoterapinin bu tür sorunları ele alarak, çocukların uyku düzenlerini iyileştirmek için sunabileceği çeşitli stratejileri Ergoterapist Berkay Karpuz yazdı.

Otizmli Çocuklarda Yaygın Uyku Problemleri

Otizmli çocuklarda sıkça görülen uyku problemleri şunlardır:

- Uykuya dalmada zorluk
- Gece sık uyanma
- Düzensiz uyku saatleri
- Erken uyanma
- Uyandığında tekrar uykuya dalamama
- Uyku sırasında hareketlilik ve huzursuzluk



Ergoterapinin Uyku Problemlerine Yönelik Yaklaşımları

Ergoterapi, otizmlı çocukların uyku kalitesini artırmak için duyu bütünleme terapisi ve çevresel düzenlemeler gibi çeşitli stratejiler sunar.

Ergoterapi Seanslarında Uygulanabilecek Teknikler

Ergoterapi seansları, otizmlı çocukların uyku düzenini geliştirmeye yönelik çeşitli uygulamalar içerebilir:

- **Duyu Bütünleme Aktiviteleri:** Çocuğun duyu hassasiyet ve arayışlarına göre özel olarak tasarlanmış oyun ve egzersizler (örneğin, denge tahtası, sallanma, ağırlıklı battaniyeler kullanımı).
- **Derin Duyu:** Çocuğa özel basınç uygulamaları ile gevşeme sağlanması (örneğin, sıkı sarılmalar veya ağırlıklı yelekler kullanımı).
- **Gevşeme ve Nefes Egzersizleri:** Uyku öncesi kaygıyı azaltmak için nefes kontrolü ve gevşeme teknikleri öğretme.
- **Beden Farkındalığı Çalışmaları:** Çocuğun bedenini daha iyi hissetmesini sağlamak için yoga veya hafif masaj teknikleri.
- **Uyku Günlüğü Tutma:** Ebeveynlerle birlikte çalışarak, çocuğun uyku alışkanlıklarını izlemek ve kişiselleştirilmiş bir plan oluşturmak.

Çevresel Düzenlemeler

Uyku ortamının çocuğun duyu ihtiyaçları-

na uygun şekilde düzenlenmesi, uyku kalitesini artırabilir:

- **Işık kontrolü:** Gece lambalarının loş olması ve mavi ışık içermemesi önerilir.

- **Ses düzenlemesi:** Beyaz gürültü makineleri veya hafif doğa sesleri, arka plan gürültülerini engelleyerek uykuya dalmayı kolaylaştırabilir.

- **Oda sıcaklığı:** Serin ve rahat bir uyku ortamı sağlanmalıdır.

Rutin ve Davranışsal Stratejiler

Tutarlı bir uyku rutini, otizmlı çocuklar için çok önemlidir:

- **Her gece aynı saatte yatış:** Biyolojik saatin düzenlenmesine yardımcı olur.

- **Gevşeme aktiviteleri:** Uyku öncesi masaj, ılık duş veya derin nefes egzersizleri rahatlatıcı olabilir.

- **Ekran süresini azaltma:** 3 yaşa kadar olan çocuklarda sıfır ekran maruziyeti önerilir. Ama gelişim çağındaki çocuklar için de yaşları kaç olursa olsun ekran tavsiye edilen bir boş zaman aktivitesi değildir. Çocukların mümkün olduğunca ekrandan uzak tutulmasını, bunun başa- rılamadığı durumlarda da en aza indirilmesinin hedeflenmesini öneririz.

Otizmlı çocuklarda uyku problemleri, hem çocuk hem de aile için zorlayıcı olabilir. Ancak, ergoterapi ile duyu düzenleme, çevresel ayarlamalar ve rutin oluşturma gibi stratejiler sayesinde bu sorunlar azaltılabilir. Çocuğun bireysel ihtiyaçlarına uygun olarak hazırlanan bir uyku planı, onun daha sağlıklı ve verimli bir uyku düzenine kavuşmasına yardımcı olabilir.





UDEMKO 2025 ANADOLU ÜNİVERSİTESİ'NDE GERÇEKLEŞTİ

8. Uluslararası Katılımlı Ulusal Disiplinlerarası Erken Çocuklukta Müdahale Kongresi (UDEMKO 2025), 24-26 Nisan tarihleri arasında Anadolu Üniversitesi ev sahipliğinde başarıyla gerçekleştirildi. Erken Çocuklukta Müdahale Derneği (EÇOMDER) ve Anadolu Üniversitesi Engelliler Araştırma Enstitüsü iş birliğiyle düzenlenen kongre; Dünya Erken Müdahale Birliği (ISEI) ve Avrupa Erken Çocuklukta Müdahale Derneği (Eurlyaid-EAECI) tarafından da desteklendi.

Kongrenin açılışı, Anadolu Üniversitesi Öğrenci Merkezi Yunus Emre Salonu'nda yapıldı. Açılış konuşmasını gerçekleştiren Anadolu Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Yusuf Adıgüzel, kongrenin önemine değinerek şu ifadeleri kullandı:

"Anadolu Üniversitesi olarak topluma katkı sağlama misyonumuz doğrultusunda böyle bir kongreye ev sahipliği yapmaktan gurur du-

yuyoruz. Burada paylaşılacak bilgi ve deneyimlerin, erken çocuklukta müdahale alanında hepimize ışık tutacağına inanıyorum. Bu çocuklar hepimizin sorumluluğudur."

"Bilgi üretmek değil, insanlık yararına dönüştürmek önemli"

Kongrede konuşan Engelliler Araştırma Enstitüsü Müdürü Prof. Dr. İbrahim Halil Diken ise konuşmasına Yunus Emre'nin dizeleriyle baş-

ladı. Kongrenin felsefesine ve insani boyutu- na dikkat çekerek şunları söyledi:

“Bilim yalnızca bilgi üretmek değil, o bilgiyi insanlık yararına dönüştürmektir. Erken müdahale hizmetleri, yalnızca mesleki bir görev değil, aynı zamanda insanlık vazifesidir. Her paylaşımımız, her önerimiz yalnızca akademik değil, aynı zamanda çocuklara açılan birer kapıdır.” Bu yıl “Erken çocuklukta tanıdan müdahaleye” temasıyla gerçekleşen kongre, farklı

şehirlerden ve ülkelerden akademisyenleri, uygulayıcıları ve aileleri bir araya getirdi. Katılımcılar, üç gün boyunca erken müdahale, gelişimsel destek hizmetleri ve disiplinlerarası iş birliği üzerine sunumlar yaptı, atölyelere katıldı ve uygulamaya yönelik örnekleri paylaştı. Kongre, alanda çalışan uzmanlar ve akademisyenler için bilimsel bir platform oluşturma yanı sıra, erken çocuklukta müdahale sisteminin gelişimi açısından da önemli çıktılar sundu.

UDEMKO2025'te ÖÇED'den Çağrı: “Şimdi Hep Birlikte Düşünme Zamanı”

26 Nisan tarihinde Anadolu Üniversitesi Öğrenci Merkezi'nde gerçekleşen 8. Uluslararası Katılımlı Ulusal Disiplinlerarası Erken Çocuklukta Müdahale Kongresi'nde (UDEMKO 2025) konuşan Özel Çocuklar Eğitim ve Dayanışma Derneği (ÖÇED) Başkanı Parin Yakupyan konuşmasında erken çocuklukta müdahale sürecinin çok paydaşlı ve toplumsal bir sorumluluk olduğuna dikkat çekti. Yakupyan önemli bir

çağrıda da bulundu:

“Şimdi hep beraber düşünme zamanı! Akademisyenler, eğitimciler, doktorlar, bürokratlar, siyasetçiler, öğrenciler, aileler ve sivil toplum kuruluşları hep birlikte düşünmeliyiz: Özel gereksinimli bireylerimiz toplum içinde nasıl daha iyi yaşayabilir? Ailelerimize ‘benden sonra ne olacak?’ sorusunun yanıtını nasıl verebiliriz?”

Türkiye'nin Dört Bir Yanından Katılımla Gerçekleşti

24-27 Nisan 2025 tarihleri arasında düzenlenen kongre, Anadolu Üniversitesi Engelliler Araştırma Enstitüsü ve Erken Çocuklukta Müdahale Derneği (EÇOMDER) iş birliğiyle, ISEI (Dünya Erken Müdahale Birliği) ve Eurlayid (Avrupa Erken Çocuklukta Müdahale Derneği) desteğiyle gerçekleştirildi.

UDEMKO 2025, Türkiye'nin dört bir yanından gelen akademisyenler, uzmanlar, aileler, uygulayıcılar, öğrenciler ve politika yapımcıları bir araya getirerek erken çocukluk dönemine yönelik gelişimsel destek ve müdahale konularında bilgi alışverişi ve deneyim paylaşımına olanak sağladı.



Sadece bilimsel bir buluşma değil, aynı zamanda STK'lar arası iş birliğinin güçlendiği, ortak çözümlerin konuşulduğu bir platforma dönüşen kongre, katılımcılar açısından hem içerik hem de etki bakımından yüksek verim sağladı.



Parin Yakupyan
Otizm Konfederasyonu
Yk. Üyesi



Cansu Korkmaz
Avukat

**OTİZMLİ
ÇOCUĞUM
18 YAŞINI
DOLDURDU.**

SİZ NEYİ MERAK EDİYORSUNUZ?

**Otizmlili bireyler 18 yaşını doldurduğunda,
hukuki hakları nasıl değişiyor?**

Eğitim, sağlık, vesayet, çalışma hayatı ve sosyal haklar konusunda ailelerin ve bireylerin bilmesi gerekenler neler?

Otizmlili Bireyler İçin Hukuki Haklar

Canlı Yayında Ele Alındı

Otizm Konfederasyonu tarafından düzenlenen ve Avukat Cansu Korkmaz'ın konuk olduğu Instagram canlı yayını, otizmlili bireylerin 18 yaşına ulaştıklarında sahip oldukları hukuki haklara dair önemli bilgileri gündeme taşıdı. Canlı yayında, otizmlili bireylerin 18 yaşını doldurmasının ardından eğitim, sağlık, vesayet, çalışma hayatı ve sosyal haklar alanında yaşanan değişiklikler detaylı bir şekilde ele alındı. Yayına katılan izleyiciler, özellikle ailelerin karşılaştığı hukuki zorluklar ve çözüm önerileri hakkında bilgi edinme fırsatı buldu.

Soru-Cevap Bölümü Büyük İlgi Gördü

Yayın boyunca Avukat Cansu Korkmaz, izleyicilerin merak ettikleri soruları yanıtladı. Canlı yayına katılmadan önce Otizm Konfederasyonu'nun Instagram hesabında yer alan form

üzerinden iletilen soruların da ele alındığı bölüm, izleyicilerden büyük ilgi gördü.

Bilgiye Erişim Kolaylığı Sağlandı

Otizm Konfederasyonu, Instagram canlı yayını aracılığıyla otizmlili bireylerin ve ailelerinin bilgiye daha kolay ulaşabilmesini hedefledi. Yayın sonrası izleyiciler, bilgilendirici içeriği tekrar izleme imkanı bulurken, hukuki haklar konusunda uzman görüşüne ulaşmanın rahatlığını yaşadı.

Bu tür etkinliklerle otizmlili bireylerin hakları konusunda farkındalığı artırmayı amaçlayan Otizm Konfederasyonu, benzer bilgilendirici yayınlar yapmaya devam edeceğini belirtti. Canlı yayını kaçıranlar için, programın kaydı Otizm Konfederasyonu'nun Instagram hesabında izlenebilir.



Nicky Nükte ALTIKULAC
MS, BCBA, EI (ABA Uzmanı)
Davranış Terapisi Uzmanı

GÖRSEL AKTİVİTE ÇİZELGELERİ DİYORUZ PEKİ YA GÖRMEYEN ÇOCUKLARIMIZ?

Hepimizin bildiği gibi görsel aktivite çizelgeleri, gerek resimli gerek yazılı olmak üzere farklı formatlarda olabilen, belli bir zaman diliminin organize edilmiş halini gösteren çizelgelerdir. Biz yetişkinler ajanda, iPhone, takvim kullanırken, küçük yaştaki ya da özel gereksinimli çocuklarımız için bazen resim, bazen semboller (PECS, Board Maker) kullanıyoruz. Tüm bu çizelgelerin değişik formatlarda olmasına karşın hepsinin ortak özelliği görsel olmasıdır. Peki, görmeyen çocuklarımız için onların bağımsızlığını destekleyecek görsel aktivite çizelgesini nasıl oluşturabiliriz diye kafa yorarken katıldığım bir eğitimde şöyle bir teknik öğrendim: Küçük bölmelerden oluşan bir dolap, büfe vb. (boyutu farklı olabilir, sadece arı kovanı gibi küçük bölmelerden oluşması yeterlidir) her bir gözüne sırayla yapılacak aktiviteleri simgeleyen objeler konuyor. Çocuğa/

bireye, bu bölmelerdeki sembolik objelere göre aktiviteleri sırayla yapması öğretiliyor. Çocuk/birey aktivite bittikten sonra o objeyi boş bir kutuya atıyor. Böylece herhangi bir kişiye ihtiyacı olmadan kendi başına günlük aktivitelerini sırasıyla takip edip yapabiliyor.

Bu fikir bana çok yaratıcı geldi. Hatta ben de bu fikrin üzerine kendimce bir uyarılama yaparak, bölmeli dolap vb. yerine PVC kaplanmış bir kartonun üzerine cırt cırtla sembolik objelerin iştirilmesinin taşınabilirlik açısından daha pratik olabileceğini düşündüm.

Katıldığım her eğitimde, bazen alanımızla ilgili her şeyi bildiğimizi düşünsek de aslında birbirimizden öğreneceğimiz daha ne kadar çok şey olduğunu görüyorum. Bilgi de mutluluklar gibi paylaştıkça büyüyor...

#otizminfarkindamisin



/ocedorgtr

www.oced.org.tr/otizminfarkindamisin