

Alanya

RAM e-bülten

ÖZEL EĞİTİM

NİSAN/ 2015-2016

<http://alanyaram.meb.k12.tr/>

# BEDENSEL YETERSİZLİK



**ÖZEL EĞİTİM BÖLÜMÜ**

DENİZ BÜLBÜL  
KURUM MÜDÜRÜ

BAŞAK EKİN KOTİL  
ÖZEL EĞİTİM BÖLÜM BAŞKANI

SERDAR ÜLGER  
ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENİ

HASAN DOĞAN  
ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENİ

HAYRİYE BAYRAKTAR  
REHBERLİK

ŞEKİBE DÖNMEZ ÖZÇELİK  
ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENİ

DURMUŞ ÇEKÜÇ  
ÖZEL EĞİTİM ÖĞRETMENİ



**Alanya Rehberlik ve Araştırma  
Merkezi**

Kadıpaşa mah. Bostancı Pınarı Cad.  
No: 39. 07400 Alanya/ANTALYA  
0(242) 511 50 30

*Bültenimiz ilçemizde ortak bir  
rehberlik ve özel eğitim kültürü  
oluşturulmasına katkıda  
bulunmak amacıyla hazırlanmıştır.  
Yayınlanmasını istediğiniz yazı ve  
çalışmalar için bizimle iletişime  
geçiniz.*

Değerli Okurlar;

Özel Eğitim ve PDR Bölümü olarak e-bülten dergilerimizin 5. Sayılarını sizlere sunmaktan gurur duymaktayız. Başlatmış olduğumuz çalışmayı istikrarlı bir şekilde sürdürmenin mutluluğuyla bu sayımızı hazırladık. Daha öncede belirttiğimiz e- bültenlerimizi gündemli olarak hazırlıyoruz. Bu ay özel eğitim bölümümüz **‘Bedensel Yetersizlik’** ve Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümümüz **‘Psikolojik Sendromlar’** konuları hakkında paylaşımlarda bulunacağız. Bu sayılarda emeği geçen arkadaşlarıma teşekkür ediyorum.

Hepimize sağlıklı huzurlu günler dilerim.

DENİZ BÜLBÜL  
KURUM MÜDÜRÜ

## Sevgili Anne, Baba...

Çocuğunuz herhangi bir nedene bağlı olarak;

İskelet (kemik), kas ve sinir sistemindeki bozukluklar sonucu, bedensel yeteneklerini çeşitli derecelerde kazanamıyorsa ya da kayıp etmişse, 1- 5. ayda hala destekle otururken başını dik tutamıyorsa,

2- 8. ayda hala desteksiz oturamıyorsa, 3. 1 yaşında hala destekle ayakta duramıyorsa, 4. 14 aylıkken hala yürümeye başlamadıysa.

Bedensel yeteneklerin olmayışı ya da kaybı (başını dik tutma, nesne tutma, adımlama, ayakta durma, emekleme, yürüme, koşma, nesneye uzanma vb.) toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük yaşamdaki gereksinimlerini karşılamada güçlükler ortaya çıkarıyorsa,

Hareket ve pozisyonlara bağlı olarak kaslar bazen sert bazen de gevşekse, Hareketler istemsiz ve yavaşsa,

Duruş, denge bozuklukları, hareketlerde titreme varsa

**Çocuğunuzun bedensel gelişiminde bir farklılık olabilir.**



**TELAŞLANMAYIN...**



Yalnız değilsiniz...

Erken fark etme ve erken eğitimle bu durumun üstesinden gelebilirsiniz...

O halde çözümü birlikte arayalım...

**Nereye Başvuralım?**

**Okula Gidiyorsa:**

- 1-Sınıf öğretmeni
- 2-Okul rehberlik servisi

3-En yakın Hastane

4-Bağlı bulunduğunuz bölgedeki Rehberlik ve Araştırma Merkezi

**Okula Gitmiyorsa:**

- 1- En yakın hastane
- 2- Bağlı bulunduğunuz bölgedeki Rehberlik ve Araştırma Merkezi

## **Çocuğunuz Bedensel Engelli, Neler Yapabilirsiniz?**

\*Çocuğunuzun bedensel yetersizliğine rağmen çevresiyle aynı şekilde ilişki kurmasını sağlayın.

\*Çocuğunuzun yetersizliklerini ve özelliklerini çok iyi tanımaya çalışın. Böylece yapamayacağı hareketler için onu zorlamamış olursunuz.

\*Bedensel engelli çocuğunuzun yardımla yapabildiği becerilerinde önce destekleyip yardımcı olun, bir süre sonra yardımsız olarak yapmayı başarabilsin.



\*Bedensel özürlü çocuğunuz için doktorunuz ve fizyoterapistinizden, çocuğunuzun hareketleri açısından ve kasıntılarını azaltmak için uygun gördüğü cihazları nasıl kullanmanız gerektiğini iyi öğrenin. Çocuğunuz bu cihazları kullanmayı başlangıçta reddedebilir, ağlayabilir. Kısa süreli olarak kullanmaya başlamanız onun alışması açısından daha iyi olacaktır. Tepki gösterdiyse onu fazla ağlatmadan oyun havası içinde oyuncakları ile oyalayarak belki şarkı söyleyerek onu razı etmeye çalışmanızı öneririz.

\*Çocuğunuzun göndereceğiniz okulu seçerken bazı noktalara dikkat etmeniz gerekmektedir. Okulun bulunduğu yerin ulaşılması zor bir yerde (örn. yokuşta) olmamasına, yolların düzgün olmasına dikkat etmeniz gerekir. Bulduğunuz çevrede çocuğunuz için uygun şartlara sahip bir okul bulamadıysanız, okul ulaşımını sağlayamadığınız yerde ise bedensel özürlerle ilgili yatılı bir okul için girişimde bulunmanız gerekir.

\*Yapacağınız çalışmaların kolaydan zora doğru aşamalı olarak hazırlanmasına ve uygulanmasına dikkat edin.

**Yapabildiklerini görmezlikten gelmeyin, küçümsemeyin. Bazı şeyleri yapabildiğini görmek ona güven ve cesaret verecektir.**

\*Bedensel özürlü çocuğunuz için doktorunuz ve fizyoterapistinizden, çocuğunuzun hareketleri açısından ve kasıntılarını azaltmak için uygun gördüğü cihazları nasıl kullanmanız gerektiğini iyi öğrenin. Çocuğunuz bu cihazları kullanmayı başlangıçta reddedebilir, ağlayabilir. Kısa süreli olarak kullanmaya başlamanız onun alışması açısından daha iyi olacaktır. Tepki gösterdiyse onu fazla ağlatmadan oyun havası içinde oyuncakları ile oyalayarak belki şarkı söyleyerek onu razı etmeye çalışmanızı öneririz.



\*Çocuğunuzu göndereceğiniz okulu seçerken bazı noktalara dikkat etmeniz gerekmektedir. Okulun bulunduğu yerin ulaşılması zor bir yerde ( örn. yokuşta ) olmamasına, yolların düzgün olmasına dikkat etmeniz gerekir. Bulduğunuz çevrede çocuğunuz için uygun şartlara sahip bir okul bulamadıysanız, okul ulaşımını sağlayamadığınız yerde ise bedensel engelli öğrencilerle ilgili yatılı bir okul için girişimde bulunmanız gerekir.

\*Yapacağınız çalışmaların kolaydan zora doğru aşamalı olarak hazırlanmasına ve uygulanmasına dikkat edin.

\*Çocuğunuz ile ilgili yüksek beklenti içinde olmayın, var olan yeteneklerini en iyi şekilde kullanmasını sağlayın.

\*Çevreyi çocuğun ayağına getirmek, bir deyişle emeklemese de, oyuncacı tutamasa da ona oyuncacı göstermek, sesini dinletmek, gözüyle takip etmesini sağlamak çocuğunuzun gelişimine destek olacak etkinliklerdir.



\*Daha önce hiçbir sorunu olmayan çocuğun bacağına, koluna zayıflama, kuvvetsizlik olabilir. Çocuk büyürken zayıf olan kol ve bacakları kullanılmamaya bağlı olarak incelir. Zamanla bu bölgeler diğer kol ve bacağına göre kısa kalabilir. Bunları önlemek amacıyla ve bu bölgelerin kuvvetini yeniden kazanmasını sağlamak amacıyla uygun egzersizleri öğrenin.

\*Çalışmalarınızda kullandığınız dilin ve uygulayacağınız etkinliklerin çocuğunuzun yaşına ve özelliklerine uygun olmasına özen gösterin.

\*Çocuğunuzdan utanmayın, toplumdaki diğerlerinden uzaklaşmayın.

\*Çocuğunuzun günlük yaşamında etkili iletişim kurabilmesi ve iletişim stratejilerini kullanabilmesi için uygun ortamlar hazırlayın ve etkinlikleri çeşitlendirin.

\*Çocuğunuzun zorlayıcı hareketlerin var olan hareket bozukluğunu arttıracağını unutmayın.

\*Çocuğunuzun çalışmalar sırasında aktif olmasını sağlayacak egzersizler seçin, onu hazır olmadığı hareketlere zorlamayın.

## Bedensel Yetersizliđi Olan Bireyle Ne Tür Egzersizler Yapılabilir?

\*Kavrama ve bırakmaya yönelik egzersizler.

\*Çizim becerilerine yönelik egzersizler.

\* El göz koordinasyonunu geliřtirmeye yönelik egzersizler.

\* Dokunma sistemini uyardırmaya yönelik egzersizler.

\* Vücut farkındalığını arttırıcı egzersizler.

\* Denge becerilerini arttırmaya yönelik egzersizler.

**FİZİK TEDAVİ HİZMETİ ALIYORSANIZ,  
FİZYOTERAPİST OLMAYAN BİRİNE KENDİNİZİ  
EMANET ETMEYİNİZ!  
AKSİ HALDE BACAĞINIZDAN OLABİLİRSİNİZ :))**



\* Mevcut hareketlerinin kalitesinin arttırılmasına yönelik egzersizler.

\* Kaslarını kuvvetlendirmeye ve dayanıklılığını arttırmaya yönelik egzersizler.



\* Normal hareket ve reflekslerin kolaylaştırılması, normal olmayan hareket ve reflekslerin baskılanmasına yönelik egzersizler.

\* Kas sertliđinin düzenlenmesine yönelik egzersizler.

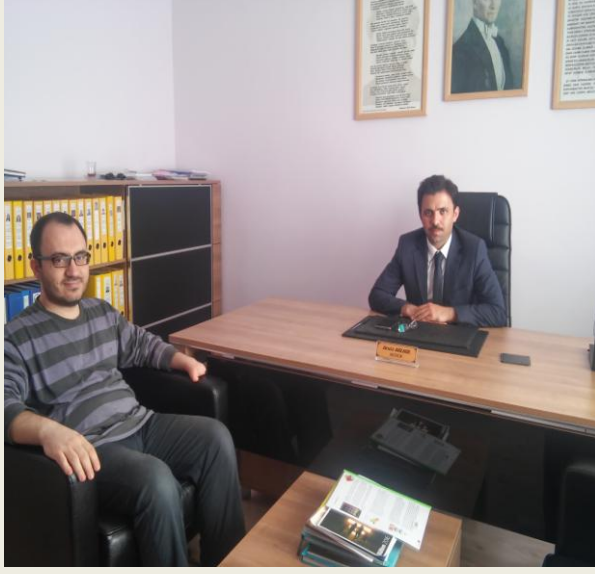
\* Ağırlık taşıma ve aktarma egzersizleri.

\* Kas iskelet sisteminde oluřabilecek bozuklukların önlenmesine yönelik egzersizler.

\* Günlük yaşam aktiviteleri için gerekli ve uygun cihaz ve araçların kullanımına yönelik egzersizler.

## SÖYLEŞİ

### İÇİMİZDEN BİRİ İBRAHİM B.



Hasan D. – Bize biraz kendinizden bahseder misiniz?

İbrahim B. – Adım İbrahim, 1982 Eskişehir doğumluyum. İlk, orta ve lise tahsilimi İstanbul’da tamamladım. Daha sonra YTÜ gemi inşaatı mühendisliği bölümünden 2007 yılında mezun oldum. AB’nin Erasmus Burs programı ile İngiltere’deki Newcastle Üniversitesi’nde Exchange öğrenci olarak eğitim aldım. 2 yıl kadar İngiltere’de bir İngiliz firmasında çalışıp Türkiye’ye geri döndüm. Bir süre İstanbul’da özel sektörde gemi mühendisi olarak çalıştıktan sonra Engelli Kamu Personeli Seçme Sınavı (EKPS) ile MEB’e memur olarak atanmaya hak kazandım. Şu an Alanya RAM’da memur olarak görev yapmaktayım. Aynı zamanda Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi’nde İşletme Mühendisliği yüksek lisans

öğrencisiyim. Ortopedik engelliyim, sağlık raporumda yazan Latince tanımını “sol el metakarp proximalden amputasyon” yani doğuştan sol elimin parmakları yok.

Hasan D. – EKPS sınavı hakkında deneyimlerini bize aktarabilir misin? Bu sınava girebilmek için neler gerekli?

İbrahim B. – Her iki senede bir ÖSYM tarafından düzenlenen merkezi bir sınav. Aynı KPSS’ DE olduğu gibi başvurular ÖSYM’nin web sitesi üzerinden yapılıyor ve daha sonra alınan puana göre açılan kadrolar arasından başvuru yapılıyor. Sınav içeriği de KPSS’ YE çok benzer. Genel yetenek ve genel kültür soruları var. Ortaöğretim ve lisans düzeyi mezunlarının bu sınava girmesi gereklidir. İlkokul mezunlarının ise direk kura ile sınava girmeksizin atamaları yapılıyor.

Bu sınava girebilmek için öncelikle herhangi bir devlet hastanesinden alınmış Heyet Raporu’na ihtiyacınız var. Bu raporu almak ortalama 3 hafta ile 1 ay arası sürüyor. Hemen hemen tüm uzmanlık bölümlerine muayene olup engelinizin durumuna göre her birinden bir yüzdeler alıyorsunuz. Toplamda bu yüzdeler %40 ve üzerinde ise size “engellidir” raporu veriliyor. Bu raporu alınca siz artık engelli statüsündesiniz. Dip not olarak belirteyim, engelli erkeklerden askerlik çağına



gelenlerin askerlikten muaf olmak için ayrıca bir askeri hastaneden “askerliğe elverişli değildir” raporu almaları gerekmekte. Raporu aldıktan sonra Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı’ndan engelli kimliği de çıkarmanız yararınıza olacaktır. Bu kimlik ayrıca bazı belediyelerde su-internet gibi fatura indirimleri de sağlamanın yanında belediye otobüslerinde ücretsiz seyahat etmenizi de sağlıyor. Engelli kimliğinizi gişede ibraz ederek devlet tiyatrolarını da ücretsiz izleyebilirsiniz. Kamuda çalışmak isteyen engellilerin EK PSS’ YE başvurmalarını öneririm.



Hasan D. – Kamuda engelli olarak çalışmanın artıları-eksileri nelerdir? Zorlandığınız noktalar var mı?

İbrahim B. – Kamu görevlisi olmanın pek çok artısının yanı sıra en cazip yanı iş güvencesi. Özellikle biz engelliler için bu gerçekten çok önemli bir durum. Özel sektör şartları bakımından daha ağır iş yükü ve muğlak bir gelecek vaat ediyor.

Engelli olarak kriz durumunda işinizi kaybetmeniz olası. Devlette görev almaktan son derece memnunum. Geleceğe güvenle bakıp ileriye yönelik planlar yapabiliyorum. Çalışma şartları ise özel sektöre kıyasla son derece rahat. Maaş gecikmesi veya sigorta yatmaması gibi bir durum yok. Burada özellikle çalıştığım kurumun altını çizmek istiyorum. Gerek Müdür Bey gerekse mesai arkadaşlarım olsun, engelliler konusunda son derece hassas ve bilinçli insanlar. Engelli bireylerle çalışmamızın da bunda etkisinin büyük olduğunu düşünüyorum. Öğretmen personelin de uzmanlık alanları engelliler ve psikoloji. Hepsi çok eğlenceli, genç, sevecen, anlayışlı, açık görüşlü insanlar, onlarla şakalaşmaktan çok keyif alıyorum. Klasik kamu grisi burada yok, duvarlarımız rengarenk. Çalışırken kesinlikle sıkılmıyorum. Pazartesi sendromu bizim kurumda yaşanmaz. Bu nedenle diğer kurumlara göre burası engelliler açısından çok önde, engellilerin kendilerini rahat hissedebilecekleri aile sıcaklığında bir ortam. Kamuda çalışmak isteyen engelli adaylara buldukları ildeki Rehberlik ve Araştırma Merkezlerini şiddetle tavsiye ederim.

Hasan D. – Engelli birey olmak ile ilgili düşüncelerinizi bizimle paylaşmısınız? Türkiye’de engellilere bakış açısı sizce nasıl?



İbrahim B. – Açıkçası üniversiteye başlayana kadar engelli olduğumun pek farkında değildim. 5 kardeşiz ve ailem beni yetiştirirken diğer kardeşlerimden bir ayrım gözetmedi. Babam alışverişe gittiğinde ben de yanında gider, poşetleri taşımaya iki elimle birden yardım ederdim. Ayakkabımın bağlarını hep kendim bağladım. Hiçbir konuda destek almadım, ihtiyacım da olmadı. Diğer akranlarım ne yapıyorsa aynısını yapardım. Bu nedenle engelli olduğumun pek bilincinde değildim. Sonra üniversite hayatının başlamasıyla gönül işleri devreye girdi. Yaşadığım bazı hayal kırıklıkları engellilik bilincine varmama neden oldu. Maalesef toplumumuzda henüz engelli konusu tam olarak anlaşılmış değil. İnsanlar sadece bir kaza sonucu kendi başlarına geldiğinde veya bir yakınları engelli ise bu konuya hassas olarak eğiliyorlar. İçinde bulunduğumuz şu an bile hala pek çok insan engelli bireyin bir hata veya kusur olduğunu düşünmekte. Yurtdışında durum çok daha farklı.

Hasan D. – Yurtdışında durum nasıl?

İbrahim B. – Sadece İngiltere için gözlemlerimi aktarmak gerekirse, ilk gittiğim zaman bu ülke halkının tamamına yakınının engelli olduğunu düşünmeye başlamıştım. Şöyle ki, yolda giderken sağda solda, kaldırımda, her yerde karşınıza tekerlekli sandalyeli biri çıkabiliyor.



Sanırsınız İngilizlerin yarısı tekerlekli sandalyeli. Hâlbuki nüfusu bizden 10 milyon kadar az olan İngiltere'deki engelli sayısı ülkemizden daha az fakat orada engelli insanlar evlerine hapis olmak zorunda değil. Kaldırımlar ve yollar engellilerin rahatça ve güvenli bir şekilde seyahat edebileceği şekilde tasarlanmış. Bir engelli, kimseye ihtiyaç duymadan kendi kendine evinden alışverişe, işe, okula tekerlekli sandalyesiyle gidebiliyor. Tüm toplu taşıma araçları ve mekânlar engelliler düşünülerek yapılmış. Her şeyden önemlisi orada engelli olmak sıradan bir olgu ve engellilere Marslı görmüş gibi rahatsız edici şekilde bakılmıyor. Engellilik bilinci çocuklara ilkokul sıralarında aşılanıyor. Orada kaldığım 2 yıl boyunca ne elimi soran oldu ne de acıyan gözlerle bakan. Ülkemizde ise insanlar daha “özürlü” ile “engelli” kelimesi arasındaki farktan habersiz.

Hasan D. – Engellilere özürlü denilmesinden rahatsız oluyor musunuz?

İbrahim B. – Türk Dil Kurumu’na baktığımızda özürlü kelimesinin tanımı: “*kusuru olan, defolu*” şeklinde yapılmış ve örnek olarak da “*özürlü kumaş*” verilmiş. Engelliler eşya değildir. Bizler özür dilenecek bir kabahat işlemedik ki özürlü olalım. Şahsen kadınlar kendilerine “bayan” diye hitap edilmesinden ne kadar nefret ediyorlarsa ben de özürlü denilmesinden aynı derecede nefret ediyorum.

Hasan D. – Son olarak söylemek istedikleriniz neler?

İbrahim B. – Türkiye’de yaklaşık 8.5 milyon engelli var. Bu her 10 kişiden biri engelli demek. Her sağlıklı insan potansiyel birer engellidir. Engelliler içlerinde kocaman dünyaları olan kapalı birer kutudur. O kutunun anahtarı kimi zaman güzel bir söz, kimi zaman sadece içten bir gülümseme olabilir. Diğer insanlara göre daha hassas ve alıngan olabiliriz. Bu bilinçle toplumumuzun engellilere biraz daha hoşgörü ve anlayışla yaklaşmalarını temenni ederim.

Hasan D. – Sevgili İbrahim, söyleşimize katıldığın için teşekkür eder, çalışmalarında başarılar dileriz.