

Erken Çocukluk
Döneminde Gelişimsel
Gerilik/Yetersizlik Tanılı
Çocukların Ebeveynlerine
Yönelik Çevrim içi Evde
Destek Programının
Tasarlanması ve
Uygulanması



PROJE EV-DES

PANDEMİ SÜRECİNDE ÇOCUĞUMUN GELİŞİMİNİ
EVDE NASIL DESTEKLEYEBİLİRİM? - I



PANDEMİ SÜRECİNDE ÇOCUĞUMUN GELİŞİMİNİ EVDE NASIL DESTEKLEYEBİLİRİM? - I

İçinde bulunduğumuz bu olağanüstü zamanlar nedeniyle özel gereksinimli çocuk ve ebeveynlerinin yeni zorluklarla karşılaşmaları kaçınılmaz olmuştur. Değişen rutinler ile birlikte eğitim aksamış ve kaygılar artmıştır. Bu durum ise “Çocuğumun gelişimini evde nasıl destekleyebilirim?” sorusunu ve verilecek yanıtları bir kez daha önemli kılmıştır. Ancak burada bir kez daha unutulmaması gereken bir noktada söz konusudur; o da her özel gereksinimli çocuğın birbirinden farklı ve biricik olduğudur. Dolayısıyla, her çocuğın böyle bir süreçte gereksinimleri yine birbirinden farklı olacaktır. Ayrıca her ebeveynin sahip olduğu koşullar ve imkanlar birbirinden farklı olacağı için her ebeveynin çocuğuna sunacağı destekte değişiklik gösterebilecektir. Ancak bu olağanüstü süreçte ebeveynlerin çocuklarının gelişimini evde destekleyebilmek üzere yapabilecekleri ve çocuklarının gelişimine katkı sağlayabilecekleri bazı temel stratejiler söz konusudur. Önemli olan bu stratejileri benimsemek ve inanarak istikrarlı bir şekilde uygulayabilmektir. Aşağıda sırasıyla çocuğunuzun gelişimini evde destekleyebilmenize yardımcı olabilecek olan bazı öneriler ve stratejilere yer verilmiştir.

Çocuğunuzun için rutinler oluşturun

- Rutinleriniz değişmiş olabilir, bu çok normal. Yeni bir rutin ve düzen kurmak ise zaman alacaktır. Bunun için endişelenmeyin.
- Rutinlerinizi gözden geçirin, neyi ne zaman yapıyorsunuz belirleyin. Çocuğunuzla birlikte geçirdiğiniz günü zaman dilimlerine ayırın ve bu zaman dilimlerinde yapabileceğiniz etkinlikleri düşünün. Örneğin, sabah kahvaltıyı birlikte hazırlayın, öğlen birlikte kek yapın, evin bir odasını sanat etkinlikleri yapabileceğiniz şekilde düzenleyin, her gün aynı saatte birlikte temizlik yapın...
- Önce ve sonra kartları oluşturabilirsiniz. Kahvaltıdan sonra oyun saati, oyun saatinden sonra çizgi film saati gibi...Çocuğunuza bu görsel kartlarla destek olabilirsiniz.
- Gün içerisindeki rutinlerinize çocuğunuzu dahil etmeye çalışın. Örneğin, birlikte çamaşırları ayırmak ve makineye atmak, bu sırada çamaşırların kime ait olduğu, renkleri hakkında konuşabilirsiniz.
- Çocuğunuzun seçimlerine tercihlerine değer verin. Örneğin, “sen bugün ne yapmak istiyorsun? birlikte ne yapalım? hangi oyunu oynayalım?” sorularını sık sık sormaya çalışın.

Çocuğunuzun sevdiği kişiler (öğretmeni, arkadaşları, akrabalar vb.) ile iletişim halinde olmasına yardımcı olun.

- Çocuğunuz her gün ya da sık sık gördüğünüz kişileri özleyebilir; ancak bunu ifade edemeyebilir. Bunun için onun bu kişiler ile uzaktan telefonla ya da bilgisayar aracılığı ile iletişim kurmasına fırsat tanıyın. Bunu birlikte planlayın. Günün belli zamanlarında buna yer verin ve kiminle görüşmek istediğini kendisine sorun.
- Bu etkinliğe güvenlik tedbirleri gereği süre koymayı unutmayın. Her gün belli bir zaman diliminde belli bir sürede yapmaya özen gösterin.
- Çocuğunuza uzaktan telefon ya da bilgisayar aracılığı ile nasıl iletişim kurabileceğini ona model olarak gösterin. Çocuğunuzun gelişimini dikkate alın. Birlikte el sallayın, iyi olduğunuzu gösteren işaretler kullanın, gülümseyin, şarkı söyleyin, yaptığınızı etkinlikleri gösterin...
- Çocuğunuzun arkadaşları ile bir süre yalnız başına iletişim kurmasına izin verin. Burada konuşamıyor olması önemli değil. Birbirlerine el sallamaları, gülmeleri bile bu süreçte yeterli olacaktır.



Birlikte yapabileceğiniz etkinlikleri düşünün.

- Siz ne kadar endişe ve kaygı yaşıyorsanız, inanın çocuğunuz da bunu hissediyor ve o da bundan etkileniyor.
- Sakin olduğunuz bir an da çocuğunuzla yapmaktan keyif aldığınız etkinliklerin neler olduğunu ya da neler olabileceğini düşünün. Bunları not edin.
- Her gün farklı bir etkinlik bulmak için endişelenmeyin. Önemli olan keyif almaktır ve keyif alınan bu anları bu süreçte tekrarlamak bile yeterli olacaktır.
- Küçük yaş grubundaki çocuklar hoşlandığı, sevdiği oyunları tekrar tekrar oynamaktan keyif alır. Siz sıkılsanız bile bu oyunu devam ettirin.
- Bırakın eviniz dağınık olsun (Böyle bir dönemde zaten kimsenin evinize gelmemesi daha uygun olur). Evinizin en güzel köşesinde çocuğunuz için bir ortam düzenleyin. Sevdiği oyunları, oyuncakları daha çok göz önünde bulundurmaya çalışın.
- Çocuğunuzun liderliğini takip edin. Yani o ne ile oynamak istiyor ne yapmak istiyor, nereye gidiyor ve dokunuyor buna değer verin. Bırakın etkinlikleri seçen, oyunlara karar veren siz değil, çocuğunuz olsun.
- Aşağıda sizler için bazı etkinlik örnekleri sıralanmıştır:
Birlikte ev yapımı oyun hamuru yapın ve oynayın.
Birlikte ekmeğ hamurundan değişik şekillerde ekmeğler yapın. Bırakın çocuğunuzun ki yamuk olsun. Önemli olan onun yapmış olması.
Birlikte değişik karışım içecekler hazırlayın. Örneğin, muzlu süt, çilekli süt, limonata gibi...
Birlikte müzik dinleyin ve dans edin.
Değişik materyaller ile değişik sesler çıkartarak müzik yapın.
Birlikte büyük kağıtlara değişik boyalar (guaj, parmak boyası, akrilik boya vb.) ile resim yapın.
Koltuk yastıklarından ev yapın ve içinde oyunlar oynayın.

Çocuğunuzun güçlü ve zayıf olduğu yönleri düşünün.

- Çocuğunuzun yapabildiklerine odaklanın. En iyi yapabildikleri neler, nelerde başarılı, neleri yapabiliyor... Bunları düşünün ve not edin.
- Çocuğunuzun yapabildikleri üzerinden yapamadıklarını desteklemeye çalışın. Örneğin, çocuğunuz şekil kutusuna şekilleri atabiliyor ama elindeki hangi şekil olduğunu bilemiyor, bol bol ona şekiller hakkında konuşun, model olun, oyun hamurundan şekiller yapın, sabah kahvaltısına şekillerden oluşan bir kahvaltı tabağı hazırlayın, kâğıttan şekiller kesin yere yapıştırın müzik durduğunda üstüne atlayın...

Bu süreçte size destek olabilecek aşağıdaki kaynaklardan yararlanabilirsiniz.

- Türkiye Down Derneği tarafından her hafta gerçekleştirilmiş olan ve tekrarı olan online eğitimleri izleyebilirsiniz.
<https://www.downturkiye.org/2000-2130-aile-1-koronavirus-sure-since-yapilan-calismalar-aileuzman>
- Çocuğunuz 0-3 yaş arasında ise Gelişimsel Destek Programı ile çocuğunuzun gelişimini değerlendirebilir ve sitede yer alan etkinliklerle çocuğunuzun gelişimini destekleyebilirsiniz.
<https://www.gedep.org/>
- Anne Çocuk Eğitim Vakfı tarafından hazırlanan "Covid-19 Salgını Döneminde Evde İyi Olma Halini Koruma Rehberi"ni okuyabilirsiniz.
https://www.acev.org/wpcontent/uploads/2020/07/ACEV_CovidRehber_DijitalFinal.pdf
- Çocuğunuzun gelişimini doğal ortamında desteklemek üzere doğal öğretim stratejilerine yer veren Doğal Öğretim projesinin web sitesinden ücretsiz videolar ve sunumlardan yararlanabilirsiniz.
<https://www.dogalogretimprojesi.com/>

Bu proje "Proje EV-DES: Erken Çocukluk Döneminde Gelişimsel Gerilik/Yetersizlik Tanılı Çocukların Ebeveynlerine Yönelik Çevrim içi Evde Destek Programının Tasarlanması ve Uygulanması" adı ve 120K170 proje numarası ile TÜBİTAK 1001 COVID-19 özel çağrılı program kapsamında 1 Temmuz - 31 Aralık 2020 süresince desteklenmektedir.



PROJE EV-DES

Erken Çocukluk Döneminde Gelişimsel
Gerilik/Yetersizlik Tanılı Çocukların Ebeveynlerine
Yönelik Çevrim içi Evde Destek Programının
Tasarlanması ve Uygulanması

