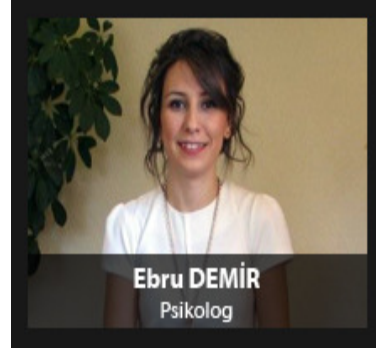


Psikolog Ebru DEMİR

Ebru Demir, 1986 Adana doğumlu olup ilk ve orta öğretimini Adana'da tamamladı.2005 yılında Seyhan ÇEAŞ Anadolu lisesinden mezun oldu. 2009 yılında İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümünü bitirdi. Lisans eğitimi sırasında Adana Dr. Ekrem Tok Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesinde, Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Psikiyatrisi



polikliniğinde ve çeşitli özel kliniklerde stajyer psikolog olarak görev yaptı. 2006 Ekim-2007 Mayıs tarihleri arasında Bakırköy Prof. Dr. Mahzar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları gündüz hastanesi gönüllü projesinde şizofren hastaları gözlemledi, 2007-2008 eğitim dönemi boyunca Yeniden Sağlık ve Eğitim Derneğinin Kulaktan Kulağa Madde Bağımlılığını Önleme Projesinde okul çağındaki çocuklarla ve ergenlerle çalıştı, 2008-2009 eğitim dönemi boyunca ise İstanbul Üniversitesi Çapa Tıp Fakültesi Çocuk Ruh Sağlığı Kulübünde hastanede yatan çocuk hastalarla motivasyon amaçlı çalışmalarda yer aldı. 2008 yılında "Madde Bağımlılığını Önleme Projesinin Etkinliği, okullarda yapılan çalışma sonrası neler değişti?"adlı araştırmasının Hacettepe Üniversitesi 13.Ulusal Psikoloji Öğrencileri Kongresinde sunumunu yapmıştır. Aynı zamanda iletişim becerileri, bilişsel davranışçı terapi ve görüşme teknikleri, travma sonrası stres bozukluğu(TSSB) konularına eğilmiş bir çok seminer ve kongreye katılım göstermiş, bir süre davranım bozukluğu tanısı almış bir çocuk ve ailesi ile bir yıl süresince de İstanbul da çeşitli anaokullarında çocuk ve aile danışmanlığında çalışmıştır.

Türk Psikologlar Derneğinden Çocuk Değerlendirme, WISC-R Zeka Testi uygulama değerlendirme eğitimi almıştır. Okul öncesi dönemde, ölçme-değerlendirme ve temel danışmanlık becerilerine, WISC-R testini, yetişkinlere uygulanan objektif testleri uygulama, değerlendirme becerilerine ve ayrıca psikoteknik ölçme ve değerlendirme yeterliliğine sahiptir. Aynı zamanda Davranış Bilimleri Enstitüsünden kaygı, suçluluk, kızgınlık, depresyon, korkular ve yas gibi travma sonrası semptomları ortadan kaldırmak için kullanılan EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing/Göz Hareketleri Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme) eğitim ve süpervizyonu almıştır.

2010 itibarıyla Duygu Ruh Sağlığı Merkezinde psikolog ve EMDR terapisti olarak görev yapmaktadır.



OKUL ÖNCESİ EĞİTİMİNİN
ÖNEMİ VE ALIŞMA SÜRESİ



PSİKOLOJİK BÜLTENİ
SAYI:15

www.renkli-sekerler.com

OKUL ÖNCESİ EĞİTİM' İN KELEBEĞİN HAYATINA ETKİSİ

Savunmasız, ihtiyaçlarını karşılayamayan yeni doğanın ilk ihtiyacıdır, sevgi.

Sevgi dokunmaktır, hissetmektir. Ağlayarak ilk keşfine başlar yeni doğan, bakım veren ihtiyacını, sevgisini de sunarak karşıladığında güvenle bağlanabileceği birileri olduğunu fark eder. Gelecek yıllara yaptığı ilk yatırımdır güven. İlk adımla beraber keşifler hızlanır. Onun gelişimi, bir ipek böceğinin gelişimi gibidir. Kurtçuk dönemi, koza dönemi, kelebek dönemi vardır.

Ancak ipek böceğinde bu dönemler kesin çizgilerle ayrılırken; bireyde bir dönemde kazanılanlar, diğer dönem kazançlarına eklenerek ve farklı biçimler alarak ilerler. Doğum öncesine kurtçuk dönem dersek, doğum sonrası korunmaya muhtaç olan birey kozadadır. Sonra kelebek olur artık sosyalleşme zamanıdır ve sıra uçmaya gelmiştir.

Kozanın yavaş yavaş açıldığı, ilk arkadaş deneyimlerinin yaşandığı, sosyal bir varlık oluşun ortaya konduğu bu dönem okul öncesi dönemdir.

Okul fobisi yaşayan çocukların ailelerine öneriler;

Anne baba ve öğretmen işbirliğiyle ele alınması gereken bu korkuyu yaşayan çocuk, okula gitmek istemediğinde cezalandırılmamalı, okula gitmesi gerektiği konusunda aile bireyleri ve öğretmen tarafından net bir tavırla bilgilendirilmelidir. Okula gitme konusunda özendirilmelidir.

Okul kapısının önünde uzun vedalar yerine kısa ve net olan veda ayrılık kaygısını daha aza indirgeyecektir.

Çocuğun sınıfa katılımı aşamalı olarak gerçekleştirilmeli. (günde 2 saatle başlayıp okulda kaldığı süre ler yavaş yavaş uzatılabilir) Ancak çocuk mutlaka okula gitmelidir.

Çocuğun okula gitmeyi reddeden davranışını şımarıklığından, bizim ilgimizi çekme isteğiyle yapıyor şeklinde yorumlayıp çocuğa cezalar vermemeli, sabırlı olmalıyız.

Çocuğun yaşlarıyla güzel vakit geçirilmesi sağlanmalı.

Anne baba çocuğa evde kendi öğrencilik fotoğraflarını göstererek örnek olabilmelidir.

Çocuğun okula gideceği gün, aile üyeleri sıradan bir günmüş gibi davranmalıdır, özel bir tören haline getirildiği takdirde çocuk bunun anormal bir davranış olduğunu düşünecektir.

Çocuğun yanında öğretmenle ilgili eleştirel konuşmalar yapılmamasına dikkat edilmelidir.

Ailenin öğretmenin çabaları sonuçsuz kaldığında ve çocuktaki yakınmalar birkaç haftada fazla sürdüğünde bir uzmandan yardım alınabilir.

Okula alışma, birkaç hafta sürebilir ve bu süre normal olarak kabul edilmektedir. Ancak bu sürede çocuk, şiddetli bir endişe nedeniyle okula gitmek istememe veya okulla ilgili isteksiz olma şeklinde yakınmalar gösteriyorsa okul korkusu yaşıyor olabilir.

Okul saatleri yaklaştığında sıkıntı artışı, mide ağrısı, ağlama, iştahsızlık saldırganlık gibi şikayetlerle ortaya çıkan bu durum kreş eğitimi alan ya da ilkököl birinci sınıfa başlayan öğrencilerde daha sık yaşanmakla beraber eylül ekim aylarında daha sık görülür.

Okul fobisinin nedenlerine bakıldığında ayrılık endişesini ilk sırada görürüz, ebeveynlerden ayrı kalma fikri mutsuzluk demektir. Arkadaş edinme konusunda yetersiz, utangaç, çekingen çocuklar, reddedildiklerinde yalnızlığa mahkum olmaktadır.

Okula yeni başlayan çocukları sürekli kontrol altında tutabilmek çok zordur. Sürekli olarak başkalarının zarar verici davranışlara maruz kalmakta çocuğu bunalımlara sürükleyebilmektedir.

Yetişkinlerin yüksek beklentileriyle mücadele edemeyen çocuk stres yaşayacaktır ve ebeveynin mükemmeliyetçi tutumu çocuğu çaresizliğe sürükleyebilmektedir. Tüm bu saydıklarım çocuğun okul fobisi geliştirmesinde etken olan maddelerdir.

Okul öncesi eğitim neden önemlidir?

0-6 yaş bireyin en hızlı geliştiği dönemdir. Beyin yapısı ve fonksiyonlarının gelişiminin üçte ikilik bölümü 0-4 yaş arasında tamamlanmaktadır. Okul öncesi eğitim sosyal ve duygusal gelişimi destekleyerek, yetişkinlik döneminde kişinin var olan potansiyelini tam olarak kullanmasını sağlar.

Okul öncesi eğitim alan çocukların, eğitim almayan diğer çocuklara kıyasla gelecekte okul başarısında daha yüksek başarı gösterdikleri, sosyal ve duygusal gelişim açısından daha yetkin oldukları görüşü araştırmalar tarafından desteklenmektedir.

Okul öncesi eğitimin yararlarına baktığımızda:

Çocukların zekalarında gelişme.

El becerilerinde ve kişisel bakımlarını karşılayabilmede gelişme.

Sınıfta kalma ve okuldan ayrılma oranlarında düşüş.

Beslenmelerinde iyileşme.

Olumlu ebeveyn çocuk ilişkisi.

Kendilerini ifade etme becerilerinde gelişme.

Sosyal ve duygusal davranış gelişiminde daha ilerde

olabilmektedirler.

Okul öncesi eğitim, çocuğu ilköğretime hazırlar mı?

İlköğretime hazır olmanın şartlarından biri çocuğun kendi yaşına uygun zihinsel gelişim düzeyine ulaşmış olmasıdır. Zihinsel gelişim düzeyine ulaşmış olmak tek başına yeterli olmayabilir. Bunun yanında duygusal, sosyal, fiziksel gelişim olarak da bir çocuğun ilköğretime hazır olması gerekmektedir.

Zihinsel olarak yani ; gözlem yapma, sınıflandırma, eşleştirme gibi bilişsel becerileri kazanmış olması,

Duygusal olarak; anne babadan ayrı kalabileceğini görebilmek, kendi işlerini kendisi yapabilmesi, alternatifler sunulduğunda seçim yapabilmesi özgüven ve bağımsızlık duygularının gelişmiş olması gerekmektedir

Sosyal olarak ise sadece oyuncaklarını paylaşmak değil bir yetişkinin ilgisini paylaşmayı, başkalarının haklarına saygı göstermeyi de öğrenmiş olması,

Fiziksel olarak ise kesme yapıştırma, kalem kullanma, boyama yapabilme becerilerini gerektiren ince motor faaliyetlerinin ve zıplama koşma gibi becerileri gerektiren kaba motor fonksiyonlarının gelişmiş olması gerekmektedir

Okul öncesi eğitimde çocukların bu alanlarda gelişimlerini tamamlaması desteklenir.

Okul öncesi eğitime başlamak için uygun yaş nedir?

Okul öncesi eğitime başlama yaşı her çocuk için aynı değildir. Gelişimsel olarak bazı çocuklar 2 yaşında bazı çocuklar ise 3-4 yaşında anaokuluna başlamaya hazır olabilmektedir.

Çocukların yeni ortamlara uyum yeteneği yüksektir. Bu uyum sürecinde anne babanın engel oluşturmamasına değil desteğine ihtiyaç vardır. Çocuğun okul öncesi eğitime hazır oluşu kadar anne babanın da bu yeni başlangıca hazır olması önemlidir. Yaşanacak bu değişimi sürekli olarak vurgulamak “benim oğlum okula mı başlayacak” şeklindeki ifadeler çocukta kaygıyı artırabilir.

Çocuklar sözel olmayan ifadeleri okumakta birer ustadırlar. “Hadi oğlum öğretmeninin elinden tut” derken annesinin yalvaran gözlerini gören çocuk annesinin söylediğiyle davranışı arasındaki tutarsızlığı hisseder ağlamaya başlar ve kendine zarar veren davranışlar içine girebilir. Anne babanın ifadeleriyle davranışlarının tutarlı olması gerekmektedir. “Beni sevmiyorsunuz okula yolluyorsunuz” gibi ifadeleri olduğunda “seni çok sevdiğimiz için diğer arkadaşlarının annelerinin yaptığı gibi okula gitmeni, orada güzel vakit geçirmeni istiyoruz.” diyerek onu sakinleştirebilmeliyiz. Anne ve babanın sözel ifadeleriyle davranışları tutarlı olduğu sürece çocuğun okula alışması uzun sürmeyecektir.