

**T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI**

ÇOCUK GELİŞİMİ VE EĞİTİMİ

BAĞIMSIZ YAŞAM BECERİLERİ

Ankara, 2016

- Bu modül, mesleki ve teknik eğitim okul / kurumlarında uygulanan Çerçeve Öğretim Programlarında yer alan yeterlikleri kazandırmaya yönelik olarak öğrencilere rehberlik etmek amacıyla hazırlanmış bireysel öğrenme materyalidir.
- Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.
- **PARA İLE SATILMAZ.**

İÇİNDEKİLER

AÇIKLAMALAR	iii
GİRİŞ	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1	2
1. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE KİŞİSEL TEMİZLİK.....	2
1.1. Öz Bakım Becerilerinin Önemi.....	2
1.2. Öz Bakım Becerilerini Kazandırmaya Etki Eden Davranışlar.....	3
1.3. Öz Bakım Becerilerine Başlamadan Önce Yapılması Gerekenler.....	4
1.4. Öz Bakım Becerilerini Kazandırmada Kullanılan Yöntemler	13
1.4.1. Özel Gereksinimli Bireylerde El, Yüz Yıkama Alışkanlığı.....	13
1.4.2. Özel Gereksinimli Bireylerde El, Yüz Yıkama Alışkanlığı.....	15
1.4.3. Özel Gereksinimli Bireylerde Deri ve Banyo Temizliği	17
1.4.4. Özel Gereksinimli Bireylerde Saç Bakımı ve Tıraş Alışkanlığı.....	19
UYGULAMA FAALİYETİ	22
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	24
ÖĞRENME FAALİYETİ-2.....	28
2. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE BESLENME ALIŞKANLIĞI	28
2.1. Bireylere Beslenme Alışkanlığı Kazandırmanın Önemi	28
2.2. Özel Gereksinimli Bireylere Yemek Yeme Becerilerinin Kazandırılmasının Önemi	29
2.3. Özel Gereksinimli Bireylere Yemek Yeme Becerilerinin Kazandırılmasını Etkileyen Etmeler.....	30
2.4. Yemek Yeme Becerilerinin Kazandırılması	31
2.5. Özel Gereksinimli Bireylerde Kaşık, Çatal, Bıçak Kullanarak Yemek Yeme Becerisi Aşamaları	35
2.5.1. Parmakla Tutarak Yemek Yeme Becerisinin Kazandırılması	35
2.5.2. Kaşık Kullanarak Yemek Yeme Becerisinin Kazandırılması.....	37
2.5.3. Çatal Kullanarak Yemek Yeme Becerisinin Kazandırılması.....	39
2.5.4. Bıçak Kullanarak Yemek Yeme Becerisinin Kazandırılması.....	41
2.5.5. Bardaktan Sıvı İçme Becerisinin Kazandırılması.....	42
UYGULAMA FAALİYETİ	44
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	45
ÖĞRENME FAALİYETİ-3	48
3. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE GİYİNME BECERİSİ.....	48
3.1. Özel Gereksinimli Bireylere Giyinme Becerilerinin Kazandırılmasının Önemi	48
3.2. Özel Gereksinimli Bireylere Giyinme Becerisinin Kazandırılmasında Kullanılan Yöntemler	49
3.2.1. Tersine Zincirleme Yöntemiyle Hazırlanan Ölçü Aracında Öğrencinin Yapabildiklerinin Belirlenmesi.....	49
3.2.2. Giyinme Becerisi Öğretim Ögeleri	54
3.3. Özel Gereksinimli Bireylerde Giysi Türüne Göre Giysileri Giyinme ve Çıkarma Becerilerini Kazanma Basamakları.....	56
3.3.1. Giyinme Becerileri Analizleri.....	56
3.3.2. Soyunma Becerileri.....	58
UYGULAMA FAALİYETİ	60
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	61
ÖĞRENME FAALİYETİ-4	63

4. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE TUVALET EĞİTİMİ.....	63
4.1. Özel Gereksinimli Bireylerde Tuvalet Eğitiminin Önemi	64
4.2. Özel Gereksinimli Bireylerde Tuvalet Eğitime Başlamadan Önce Dikkat Edilmesi Gerekten Noktalar	65
4.3. Özel Gereksinimli Bireylerde Tuvalet Eğitimi İle İlgili Aşamalar	66
4.4. Özel Gereksinimli Bireylerde Tuvalet Kontrolü Kazandırma Yöntemleri	66
4.4.1. Geleneksel Yöntem.....	66
4.4.2. Hızlı Yöntem	67
4.4.3. Bağımsız olarak tuvalet yapma becerisi.....	69
4.4.4. Tuvalet Eğitimi Öğretim Ögeleri.....	72
UYGULAMA FAALİYETİ	75
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	76
ÖĞRENME FAALİYETİ-5	78
5. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE EV İÇİ BECERİLER	78
5.1. Özel Gereksinimli Bireylerde Ev İçi Becerileri Geliştirmenin Önemi	78
5.2. Özel Gereksinimli Bireylere Kazandırılması Gerekten Ev İçi Beceriler	79
5.3. Özel Gereksinimli Bireylerin Ev İçi Becerilere Katılmasını Etkileyen Etmenler.....	80
UYGULAMA FAALİYETİ	82
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	83
ÖĞRENME FAALİYETİ-6	85
6. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERE EV DIŞINDA BAĞIMSIZ YAŞAM BECERİLERİNİN KAZANDIRILMASI	85
6.1. Özel Gereksinimli Bireylere Ev Dışında Bağımsız Yaşam Becerilerinin Kazandırılmasının Önemi	85
6.2. Ev Dışında Yer Alan Bağımsız Yaşam Becerileri	86
6.3. Özel Gereksinimli Bireylere Ev Dışında Bağımsız Yaşam Becerilerinin Kazandırılmasında Dikkat Edilecek Noktalar.....	87
UYGULAMA FAALİYETİ	88
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	89
MODÜL DEĞERLENDİRME	90
CEVAP ANAHTARLARI.....	91
KAYNAKÇA	93

AÇIKLAMALAR

ALAN	Çocuk Gelişimi ve Eğitimi
DAL	Özel Eğitim
MODÜLÜN ADI	Bağımsız Yaşam Becerileri
MODÜLÜN SÜRESİ	80/76
MODÜLÜN AMACI	Öğrenciye, özel gereksinimi olan bireylere bağımsız yaşam becerileri kazandırmaya yardımcı olma ile ilgili bilgi ve becerileri kazandırmaktır.
MODÜLÜN ÖĞRENME KAZANIMLARI	<ol style="list-style-type: none">1. Özel gereksinimli bireylere hijyen kurallarına uygun olarak kişisel temizlik ile ilgili becerilerin kazandırılmasına yardımcı olabileceksiniz.2. Özel gereksinimli bireylere beslenme ile ilgili uygun becerilerin kazandırılmasına yardımcı olabileceksiniz.3. Özel gereksinimli bireylere giyinme ile ilgili becerileri, aşamalara uygun olarak kazandırmada yardımcı olabileceksiniz.4. Özel gereksinimli bireylere gelişim yaşına uygun tuvalet eğitimi ile ilgili becerilerin kazandırılmasına yardımcı olabileceksiniz.5. Özel gereksinimli bireylere ev içi becerileri kazandırmaya yönelik becerilerin geliştirilmesine yardımcı olabileceksiniz.6. Özel gereksinimli bireylere ev içi / dışında, bağımsız yaşam becerilerinin kazandırılmasına yardımcı olabileceksiniz.
EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI	Ortam: Sınıf, erken çocukluk eğitim kurumları, özel eğitim kurumları, rehberlik araştırma merkezleri, özel ve kamu kurum ve kuruluşlarında bulunan eğitim odaları. Donanım: Kaynak kitaplar, bilgisayar, akıllı tahta, projeksiyon, televizyon, fotoğraflar, afişler, broşürler, dergiler, bilgisayar donanımları, CD, VCD, DVD
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	Modül içinde yer alan her öğrenme faaliyetinden sonra, verilen ölçme araçları ile kazandığınız bilgi ve becerileri ölçerek kendinizi değerlendirebileceksiniz. Öğretmen, modül sonunda çeşitli ölçme araçları (çoktan seçmeli test, doğru-yanlış testi, boşluk doldurma, eşleştirme vb.) kullanarak modül uygulamaları ile kazandığınız bilgi ve becerileri ölçerek sizi değerlendirecektir.

GİRİŞ

Sevgili Öğrenci,

Eğitimin amacı bireyi, ilgi, yetenek ve gereksinimlerine göre yönlendirmek; sorunlarının çözümünde yardımcı olmanın yanında ona çözüm amaçlı yeterlilikleri kazandırmak ve toplumun uygar bir üyesi haline getirmektir.

Bütün çocukların eğitiminde olduğu gibi engelli çocukların eğitiminde de, onların ileride başkalarına bağımlı olmadan yaşamlarını sürdürmeleri, kendi kendilerine yeterli duruma gelmeleri ve toplumla bütünleşmeleri amaçlanmaktadır. Engelli bireylerimizin toplumsal rolleri üstlenebilmeleri için tam bağımsızlık kazanmalarının önemi büyüktür. Bu amaca ulaşabilmenin yolu, bireyin bireysel farklılıkları ile eğitim gereksinimleri ve gereksinimlerine uygun eğitim ortamlarının sunulmasıyla mümkündür.

Özel eğitim hizmetlerinde eğiticinin rolü çok önemlidir. Eğitici olma yolunda ilerlerken, özel gereksinimli bireylerle çalışmalarınızda gerekli olacak genel bir bilgiye ve alt yapıya sahip olacaksınız. Bu çalışmalar sırasında mesleki yeterlilik kazanmanın yanı sıra tüm bireylerin birer engelli adayı olabileceğini düşünerek kendiniz ve yakınlarınız için kendinizi çok iyi yetiştirme amacında olmalısınız. Böylece tüm bu sürecin sonunda eğitilmiş, üretken, özgüveni gelişmiş ve kendinden emin, mesleğinde yeterli birer birey olacaksınız.

Bu modülle bahsetmiş olduğumuz tüm becerilere ek olarak özel gereksinimli bireylere bağımsız yaşam becerileri kazandırma yolunda verilecek eğitim sırasında, gerekli bilgileri edinecek; ailelere bu konuda rehberlik edebilmek için yeni bilgi ve beceriler kazanacaksınız.

ÖĞRENME FAALİYETİ-1

ÖĞRENME KAZANIMI

Özel gereksinimli bireylere hijyen kurallarına uygun olarak kişisel temizlik ile ilgili becerilerin kazandırılmasına yardımcı olabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Öz bakım becerilerinin öğretimine etki eden davranışlar hakkında konu ile ilgili kaynaklardan ve internetten bilgi edininiz. Elde ettiğiniz bilgileri raporlaştırarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- El-yüz temizliği ve bunun öğretiminde dikkat edilmesi gerekenler ile ilgili olarak özel eğitim kurumlarından bilgi alınız. Bu konuyla ilgili bir sunum hazırlayınız.

1. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE KİŞİSEL TEMİZLİK

1.1. Öz Bakım Becerilerinin Önemi

İnsan sosyal bir varlıktır. Diğer canlıların ebeveynlerine bağımlılık süresi çok kısa olmasına karşın, insanın bağımlılığı yıllarca devam eder. Çocuk büyüdükçe, ebeveyni ve diğer birçok insan tarafından temel yaşam becerileri kazandırılarak yaşama hazırlanır.

Öz bakım becerilerinin öğretilmesindeki temel amaç, bireyin başkalarına olan bağımlılık düzeyini azaltarak bağımsız yaşam becerileri kazandırmaktır. Bir başka deyişle, bireyin kendi kendine yetmesini ve başkasına fazla ihtiyaç duymadan ayakları üzerinde durabilmesini sağlamaktır. Becerileri, **öz bakım becerileri** şeklinde isimlendirmemizin amacı; bu becerilerin yaşamımız için gerekli olan temel beceriler olmasının yanında, bağımsız yaşayabilmek için gerekli olan beceriler de olmasındandır.

Normal çocuklar, öz bakım ve günlük yaşam becerilerini zihinsel gelişim düzeylerine, bedensel olgunluklarına ve ebeveynlerinin bu yöndeki destek yoğunluğuna paralel olarak kazanırlar. Çocuğun becerileri kazanması iki biçimde gerçekleşir: Birincisi, çocuğun yetişkinleri gözlemleyerek onları model almasıyla olur; ikincisi ise yetişkinlerin çocuğa doğrudan destek vermesi sonucu gerçekleşir.

Özel gereksinimli çocuklar sistematik öğretim uygulamaları olmadan öz bakım ve günlük yaşam becerilerini ya çok geç öğrenmekte veya hiç öğrenememektedirler. Özel gereksinimli bireylerin taklit yeteneklerinin sınırlı olması ve gözlem yoluyla öğrenebilmelerinin yeterli olmaması öz bakım becerilerini öğrenmelerini güçleştirebilmektedir. Çünkü bu çocukların öğrenme motivasyonları oldukça düşüktür, ayrıca bedensel ve zihinsel gelişimleri, bu becerileri yapabilecek seviyeye ulaşmamaktadır. Örneğin, çocuğun basit bir beceriyi yapabilmesi için öncelikle psikomotor gelişimi ile el-göz koordinasyonunun söz konusu beceriye uygun olması gerekir. Ayrıca çocuk, basit yönergeleri anlamalı, varlıklar arasındaki farklılık ve benzerlikleri kısmen de olsa algılamalı ve bir başkasını taklit edebilmelidir.

Zihinsel engelli bireylere öz bakım becerilerinin öğretimi için en uygun ortam önce ev ortamı sonra iyileştirme (rehabilitasyon) merkezleridir. Çünkü bu becerilere bakıldığında çocuğun evde kazanması gereken beceriler olduğunu görmek mümkündür.

Özel eğitime gereksinimi olan çocuklara zamanında birçok öz bakım becerisi kazandırılabilir. Önemli olan doğru zamanda ve doğru yöntemle işe başlamaktır. Bunun için aile-eğitimi işbirliği çok önemlidir. Öz bakım becerileri öğretilirken, motor gelişim ve diğer birçok gelişim alanını da destekleyici çalışmalar birlikte yapılmalıdır.

Öz bakım becerileri, çocuk için hayati önem taşır ve birçok açıdan fayda sağlar. Öncelikle çocuğun bağımlılığını azaltır ve bağımsızlığını artırır. Temel öz bakım becerilerini kazanan birey, başkasına ihtiyaç duymadan elini yüzünü yıkar, yemeğini yer, giyinir, tuvaletini yapar ve bu durum çocuğun özgüvenini artırır. Öz bakım becerilerini kazanmış çocuk, daha fazla sosyal kabul görür. Bu yöndeki yeterlilik, çocuğa diğer birçok gelişim alanını destekleyici yolu açar. Bu da akademik başarısını, sosyal ilişkilerini, ruh sağlığını, iletişim becerilerini ve diğer gelişim alanlarını olumlu etkiler. Tüm bunların yanı sıra aile de kendilerine ve çocuklarına daha fazla zaman ayırarak birlikte sosyal ilişkilerini artırır.

1.2. Öz Bakım Becerilerini Kazandırmaya Etki Eden Davranışlar

Zihinsel yetersizliğin dışında pek çok neden özürsüz çocukların öz bakım becerilerini kazanmalarını geciktirebilir. Bunlardan bazıları büyük kas becerilerindeki yetersizlikler (kol ve bacak kasları), görme yetersizliği, el-göz eş güdümündeki yetersizlik ve manipülatif (el) becerideki yetersizliktir. Bir öğrenci; görsel dikkat, hareketleri taklit, basit emir ve cümleleri anlama gibi temel bilişsel becerilerin bazılarını öğrenmemişse bu durumda öğrencinin öz bakım becerilerini kazanması gecikebilir.

Bazı araştırmacılar, öz bakım becerisi öğretimine başlamadan önce taklit etme ve dikkat süresini artırma üzerinde çalışılmasının daha uygun olacağını belirtirken diğerk araştırmacılar da bunların öz bakım becerisi öğretilimi ile aynı anda kazandırılabilceğini savunmaktadır.

Genel olarak zihinsel yetersizliğı olan bireylerin çevreden bilgi edinebilme ve bu bilgiyi genelleyeabilme süreçlerinde güçlükler vardır. Becerilerin kazandırılmasında daha fazla yönlendirilmeye, desteklenmeye, sürekli ve sistemli bir eğitime ihtiyaç duyarlar. Bu nedenle beceri kazandırma süreci; uzun süreli eğitim, tekrar, sözel ipuçları, model olma ve fiziksel yardımda bulunma gibi öğretim süreçlerinin kullanılmasını gerektirmektedir. Becerilerin kazandırılmasında sistemli eğitimi etkileyen önemli etkenlerden biri de bireyin yetersizlikten etkilenme derecesidir.

1.3. Öz Bakım Becerilerine Başlamadan Önce Yapılması Gerekenler

- **Öğrencinin O Andaki Eğitsel İşlevde Bulunma Ve Performans Düzeyinin Belirlenmesi:** Çocuk ve ailesi için öncelikle öğretilmesi gereken becerilerin neler olduğu saptanmalıdır. Ailenin istediğı, çocuğun zamanının büyük bir bölümünü geçirdiğı ortamların özelliğı ve diğerk sahip olduğu beceri ve kavramların neler olduğunun belirlenmesidir. Bunu yapabilmek için öncelikle çocuğun dil, bilişsel ve psikomotor alanları içeren kaba değerlendirmelerin yapılması, öz bakım becerileriyle ilgili kontrol listelerin uygulanması, aile ile görüşülmesi ve çocuğun ev okul ve yakın gelecek içinde olacağı ortamların incelenmesi gerekir. Ayrıntılı değerlendirme sonuçlarına dayalı olarak hazırlanan, bireyin yapabildikleri ve yapamadıklarının betimlenmesidir. İlerlemelerin görülebilmesi için performans düzeyinin betimlenmesi son derece önemlidir. Çünkü bu betimlemeler değerlendirme sonuçlarının açık ve anlaşılır olmasını, ayrıca bireyin belirli gereksinimlerini tanımlamayı ve öncelik sırasına göre dizmeyi sağlar. Belirlenen öncelikli becerilerde çocuğun yapabildiklerini belirlemek için, bu öz bakım becerilerinin beceri analizi yapılır ve buna dayalı olarak ölçüt bağımlı ölçü aracı hazırlanır.
- **Ölçüt bağımlı ölçü araçlarının hazırlanması:** Ölçüt bağımlı ölçü aracı hazırlanırken öncelikle ele alınan öz bakım becerisinin analizi yapılır. Bir beceriyi, “daha küçük alt basamaklara ayırma” demek olan beceri basamağındaki alt basamaklar üç yolla belirlenir:
 - **Birinci yol:** Ele alınan becerinin bellekten analiz edilmesi ve basamakların sıralanmasıdır.
 - **İkinci yol:** Ele alınan becerinin bizzat yapılması ve basamakların sıralanmasıdır.
 - **Üçüncü yol:** Beceriyi iyi yapan bir kişinin gözlenmesi ve basamakların sıralanmasıdır.

Hazırlanan ölçüt bağımlı ölçü aracı çocuğa uygulanarak (Ele alınan şey bir beceri olduğu için çocuktan bizzat uygulaması istenir.), çocuktan yapabildikleri beklenir. Bunun iki yolu vardır:

- **Tek Fırsat Yöntemi:** Bu yöntemde bireye beceri analizinde yer alan basamakları yerine getirmesi için yönerge verilir. Birey, doğru yaptığı her basamak için (+) alır, basamağı yanlış yaparsa, yanıt için ayrılan sürede yapmazsa ya da yanıt için ayrılan sürede uygun olmayan davranışlar sergilerse (-) alır ve değerlendirmeye son verilir. Beceri analizinde gerçekleştirilen ilk yanlış basamaktan sonra, geriye kalan tüm basamaklar için de (-) verilerek değerlendirme sonlandırılır. Değerlendirme kısa sürede tamamlanır. Bireyin yanlış yaptığı ilk basamakta değerlendirme sona erdirilerek öğretime geçildiği için öğretime ayrılan süre artar. Değerlendirme sırasında öğrenmenin gerçekleşmesi çok küçük bir olasılık olduğu için uygulamanın etkisi daha kesin biçimde ortaya konur. Ancak tek fırsat yönteminde beceri analizinde bireyin doğru olarak sergileyebileceği basamaklar varken, bireyin yanlış yaptığı ilk basamakta değerlendirmeye son verilmesi için tüm basamaklara ilişkin doğru bir değerlendirme yapılamamış olabilir. Tek fırsat yöntemiyle öğrencinin yapabildiklerini belirlemenin amacı, öğrencinin becerinin basamaklarının ne kadarını bağımsız olarak gerçekleştirdiğini saptamaktır. Tek fırsat yöntemiyle öğrencinin beceriyi gerçekleştirmesi için ortam performans belirleme öncesi hazır hale bulundurulur.
- **Çoklu Fırsat Yöntemi:** Bireye beceri analizinde yer alan basamakları yerine getirmesi için yönerge verilir ve birey doğru yaptığı her basamak için (+) alır. Birey, bir basamağı yanlış yaparsa, yanıt için ayrılan sürede yapmazsa ya da yanıt için ayrılan sürede uygun olmayan davranışlar sergilerse bu basamak uygulamacı tarafından yerine getirilir. Geriye kalan basamakları tamamlaması için öğrenciye fırsat verilir ve beceri analizindeki tüm basamaklarda bireyin performansı elde edilinceye kadar bu süreç devam ettirilir. Bu yöntemde bireyin doğru olarak sergileyebileceği tüm basamaklar için şans tanınmıyor olması, yöntemin bir yararı olarak değerlendirilebilir. Ancak, bireyin doğru olarak sergileyemediği davranışların uygulamacı tarafından yerine getirilmesi sırasında, öğrenme gerçekleşebilir. Bu durum, uygulamanın etkililiğinin net biçimde görülmesini engelleyebilir. Çoklu fırsat yöntemiyle öğrencinin yapabildiklerini belirlemenin amacı, öğrencinin becerinin hangi basamaklarını bağımsız olarak gerçekleştirdiğini ve bağımsız olarak gerçekleştiremediği her bir basamağı hangi ipucu verildiğinde gerçekleştirdiğini saptamaktır.

Şimdi birer örnekle yöntemlerimizi inceleyelim:

(Tek fırsat yöntemiyle performans belirlemek için)

BİLDİRİMLER	Ölçüt	Bağımsız
Çorabı tutar.		
Her iki eliyle çoraba uzanır.		
Her iki elinin başparmağı içerde diğer parmaklar dışarıda olacak şekilde çorabın kancundan tutar.		
Çorabı ayak parmaklarına geçirir.		
Parmaklarını birbirine doğru hareket ettirerek çorabı toplar.		
Çorabı ayak ucuna geçirir.		
Çorabı ayak parmaklarına geçirir.		
Çorabı giyer.		
Çorabı bileğine kadar çeker.		
Elleriyle çorabı iki yana açar.		
Çorabı topuğuna geçirir.		
Çorabı yukarı çeker.		

Tablo1.1:Çorap giyme becerisinin ölçü aracı

Çocuğun yapabildiklerinin belirlenmesinde çoklu fırsat yöntemi kullanılacaksa, ölçüt bağımlı ölçü aracının sorular bölümünde “Bağımsız, sözel ipucu, model olma, fiziksel yardım” sütunları bulunur.

(Çoklu fırsat yöntemiyle performans belirlemek için)

Ana Yönerge; Çorabı giy.

BİLDİRİMLER	Bağımsız	Sözel İpucu	Fiziksel Yardım
Çorabı tutar.			
İki eliyle çoraba uzanır.			
Her iki elinin başparmağı içerde diğer parmaklar dışarıda olacak şekilde çorabın koncundan tutar.			
Parmaklarını birbirine doğru hareket ettirir, çorabı toplar.			
Çorabı ayak ucuna getirir.			
Çorabı ayak parmaklarına geçirir.			
Çorabı giyer.			
Çorabı bileğine kadar çeker.			
Elleriyle çorabı iki yana açar.			
Çorabı topuğuna geçirir.			
Çorabı yukarı çeker.			

Tablo 1.2: Çorap giyme becerisinin ölçü aracı

Öğrenci bir beceri basamağını bağımsız olarak yapamaz ya da hatalı yaparsa durdurulur ve öğretmen o beceri basamağı ile ilgili sözel ipucunu verir (Örn; parmaklarını birbirine doğru hareket ettirerek çorabı toplar). Öğrenci sözel ipucu verildiğinde beceri basamağını yaparsa, ölçüt bağımlı ölçü aracında ilgili basamağın karşısındaki sözel ipucu sütununa kaydedilir. Öğrenci sözel ipucu verildiğinde de beceri basamağını gerçekleştiremezse, öğretmen bu beceri basamağını kendi önündeki çorapla hem yapar hem de açıklar. Daha sonra öğrencinin de aynı şekilde gerçekleştirmesi için sözel yönerge verir. Öğrenci beceri basamağını yapabilirse ilgili basamağın karşısındaki model olma sütununa kaydedilir. Öğrenci, öğretmen tarafından model olduğunda da beceri basamağını yapamazsa, ölçü aracına fiziksel yardım olarak kaydedilir.

Öğrencinin doğru ya da yanlış gerçekleştirdiği beceri basamaklarına yönelik olarak, olumlu ya da olumsuz hiçbir tepkide bulunulmaması gerekir.

➤ **Uzun Dönemli, Kısa Dönemli Ve Öğretim Amaçlarının Belirlenmesi:** Bir beceri öğretiminde ulaşılmaya hedeflenen **uzun dönemli amaç**, öğrenciyi söz konusu beceride bağımsız hale getirmektir. Öğrencinin beceri analizinde (-) aldığı basamaklar ise bizim **kısa dönemli amaçlarımızı** oluşturur. Kısa dönemli amaçlarımız arasından bir ders için çalışacağımız basamak ise o ders için **öğretim amacımızı** oluşturur.

• **Uzun dönemli amaç:** Bireyin bir öğretim dönemi ya da bir öğretim yılı sonunda gerçekleştirmesi istenen davranışlardır. Yıllık amaçlar da denilebilir. Uzun dönemli amaç seçiminde bireyin önceki başarısı, bireyin var olan performans düzeyi, bireyin tercihleri, seçilen kazanımların uygulanabilirliği, bireyin öncelikli gereksinimleri, amaçların kazanımı için ayrılan zaman göz önünde bulundurulmalıdır. Uzun dönemli amaçlar;

- Bireyin var olan performans düzeyi ile ilgili olmalı,
- Uzun dönemli amaç alanı açıkça tanımlanmalı,
- Uzun dönemli amaçlar ölçülebilir olmalı,
- Anlamlı olmalı,
- Kısa dönemli amaçları kapsamalıdır.

• **Kısa dönemli amaçlar:** Bireyin var olan performans düzeyi ile uzun dönemli amaç arasında kalan ve daha kısa sürede gerçekleştirilen amaçlardır. Kısa dönemli amaç ifadelerinde birey, beklenen davranışın tanımlanması, davranışın koşullarının belirlenmesi (sözel istekler ya da yönergeler, yazılı istekler ya da yönergeler, materyaller, gereksinim duyulan yardım düzeyi, çevresel ortam ve uyarlamalar) öğelerine yer verilmelidir.

➤ **Öğretim Planının Hazırlanması:** Saptanan amaçları gerçekleştirecek şekilde öğretim planı hazırlanır. Bu planlama üç şekilde yapılabilir:

- İleriye zincirleme
- Geriye zincirleme
- Tüm basamakların bir arada öğretimi

İleri zincirleme: Zincirleme davranışın beceri analizinde yer alan ilk basamakla öğretime başlanarak her denemede yalnızca bir basamağın öğretilmesi olarak tanımlanır. Diğer bir deyişle beceri analizinde yer alan ilk basamak, birey tarafından doğru olarak sergilendikten sonra, ikinci basamağın öğretimine geçilir ve bu süreç, beceri analizinde yer alan tüm basamakların öğretimi gerçekleştirilinceye kadar sürdürülür. İleri zincirleme yaklaşımlarına göre amaçlar düzenlenirken önce becerinin bütünü bağımsız olarak gerçekleştirmeye yönelik olarak uzun dönemli amaçlar konur.

Kısa dönemli amaca ulaşacak şekilde alt amaçlar, önce yapılan beceri basamağından sonra yapılan beceri basamağına doğru ve her beceri basamağının en fazla yardım içeren ipucu ile yapılmasından, en az ipucu ile yapılmasını gerektirecek şekilde sıraya konur.

Tersine zincirleme: İleri zincirlemenin tersi olarak düşünülebilir. Tersine zincirleme, zincirleme davranışın beceri analizinde yer alan son basamakla öğretime başlanarak her denemede bir basamağın öğretilmesi olarak tanımlanır. Son basamakta öğretim gerçekleştirildikten sonra, sondan ikinci basamaktan öğretime başlanır. Bu süreç beceri analizindeki ilk basamağın öğretimi gerçekleştirilinceye kadar sürdürülür. Tersine zincirleme yaklaşımına göre amaçlar düzenlenirken önce, becerinin bütününe bağımsız olarak gerçekleştirilmesine yönelik olarak uzun dönemli amaçlar konur. Daha sonra bu uzun dönemli amaca ulaşacak şekilde, her bir temel becerinin bağımsız olarak gerçekleştirilmesine yönelik en son yapılan temel beceriden en önce yapılan temel beceriye doğru kısa dönemli amaçlar oluşturulur. Her bir kısa dönemli amaca ulaşacak şekilde alt amaçlar, önce yapılan beceri basamağından sonra yapılan beceri basamağına doğru ve her bir becerinin basamağının en fazla yardım içeren ipucu ile yapılmasından en az ipucu ile yapılmasını gerektirecek şekilde sıraya konur.

Tüm basamakların bir arada öğretimi: Her denemede, zincirleme davranışın beceri analizinde yer alan bir basamağın öğretilmesi yerine, basamakların tümünün birden öğretilmesi olarak tanımlanabilir. Tüm beceri yaklaşımına göre amaçlar düzenlenirken de yine becerinin bütününe bağımsız olarak gerçekleştirilmesine yönelik olarak uzun dönemli amaçlar konur. Bu uzun dönemli amaca ulaşacak şekilde becerinin en fazla ipucu ile gerçekleştirilmesinden en az ipucu ile gerçekleştirilmesine doğru ve becerinin bütününe içeren kısa dönemli amaçlar oluşturulur. Daha sonra, bu kısa dönemli amaçları gerçekleştirecek şekilde her bir beceri basamağı için öğretim amaçları, önce yapılandırılan sonra yapılandırılan doğru sıralanır.

İleri zincirleme yöntemi	Tersine zincirleme yöntemi
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Çorabı tutar. ➤ Her iki eliyle çoraba uzanır. ➤ Her iki elinin başparmağı içerde diğer parmakları dışarıda olacak şekilde çorabın koncundan tutar. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ayak bileğine kadar giydirilmiş çorabı giyer. ➤ Her iki eliyle çorabın koncuna uzanır. ➤ Her iki elini başparmak içerde diğer parmaklar dışarıda olacak şekilde çorabın koncundan tutar. ➤ Çorabı yukarı çeker.
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Çorabı ayak parmaklarına geçirir. ➤ Parmaklarını birbirine doğru hareket ettirerek çorabı toplar. ➤ Çorabı ayak ucuna getirir. ➤ Çorabı ayak parmaklarına geçirir. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Topuğuna kadar giydirilmiş çorabı giyer. ➤ Her iki eliyle çorabın koncuna uzanır. ➤ Her iki elinin başparmağı içerde diğer parmaklar dışarıda olacak şekilde çorabın koncundan tutar. ➤ Elleriyle çorabı iki yana açar. ➤ Çorabı topuğuna geçirir. ➤ Çorabı yukarı çeker.
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Çorabı giyer. ➤ Çorabı bileğine kadar çeker. ➤ Elleriyle çorabı iki yana açar. ➤ Çorabı topuğuna geçirir. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ayak parmaklarına geçirilmiş çorabı giyer. Her iki eliyle çorabın koncuna uzanır. Her iki elini başparmak içerde diğer parmaklar dışarıda olacak şekilde çorabın koncundan tutar. Çorabı ayak bileğine kadar çeker. Ellerini iki yana doğru açarak çorabı çeker. ➤ Çorabı topuğuna geçirir. Çorabı yukarı çeker, çorabı giyer. Her iki elleriyle çorabın koncuna uzanır. Her iki elinin başparmağı içerde diğer parmaklar dışarıda olacak şekilde çorabın koncundan tutar. Parmaklarını birbirine doğru hareket ettirerek çorabı toplar. Çorabı ayak parmaklarına doğru geçirir. Çorabı ayak bileğine kadar çeker. Çorabı topuğuna geçirir. Çorabı yukarı çeker

Tablo 1.4: Çorap giyme becerisinin beceri analizleri

Öğrencinin bir beceride yapabildiklerinin belirlenmesi uzun dönemli ve alt amaçların oluşturulması ve alt amaçların düzenlenmesinden sonra öğrencinin gerçekleştiremediği ilk alt amaçtan başlayarak öğretim planlarının hazırlanması gerekmektedir. Öğretim planında öğrencinin yapabilme düzeyi, öğretim amacı, öğretim amacının gerektirdiği araç gereçler, öğretim ortamı ve kullanılacak pekiştireçler yer almalıdır. Beceri öğretiminde kullanılan beceri işlem süreçleri sabit bekleme süreli ipucu, davranış öncesi ipucu, ipucunun sistematik olarak artırılması ve ipucunun sistematik olarak geri çekilmesi işlem süreçleridir.

- **İpucu:** Belli bir uyarının varlığında (ayirt edici uyarın) öğrenciye neyi nasıl yapacağını hatırlatılmasıdır. İpucu kullanımının iki önemli ilkesi vardır.
- İlk olarak öğrenciye bir davranışı yapması için ipucu verilmeden önce davranışın yapılmasını sağlayacak uyarın ortamda bulunmalıdır.
 - İkinci olarak ipuçları mümkün olduğu kadar kısa sürede ortamdan çekilmelidir.
- **Sözel ipucu:** Öğretmenin öğrencinin yapmasını istediği davranışı sözel olarak ifade etmesidir.
 - **Model olma:** Bir kişinin yaptığı hareketi gözleyerek ve taklit ederek yapma ve öğrenmedir. Beceri öğretiminde model olmanın kullanılabilmesi için öğrencinin taklit etme becerilerine sahip olması gerekir.
 - **Fiziksel Yardım:** Öğrencinin belli bir uyarının (ayirt edici uyarın) varlığında bir beceri basamağını yapmasını sağlamak amacıyla öğretmenin öğrenciyle birlikte beceri basamağının tamamını yapması ve ne yapması gerektiğini söyleyene kadar değişen ve elle yapılan yardımdır.



Resim 1.1: Engelli olmak engel değildir

Belirtilen şekilde planlama yapıldıktan sonra ise;

- Öğretmenin amaçları gerçekleştirmede kullanacağı beceri, işlem süreci ve kullanımı belirlenmelidir.
- Öğretim ortamı ve kullanılacak araç gereçler belirlenmelidir.
- Öğretimin günün hangi zamanlarında yapılacağı belirlenmelidir.
- **Çocuk için etkili pekiştireç:** Etkili pekiştireçler belirlemede aileyle görüşülerek çocuğun nelerden hoşlandığı belirlenebilir ya da çocuğun hoşlandığı şeyler kendisine sorularak bulunabilir.
- **Öğretim süreci:** Becerinin özelliği ve çocuğun var olan dikkat süresi göz önüne alınarak belirlenir.

- Öğrenilecek olan beceriye zarar veren ve istenmeyen davranışların azaltılmasında kullanılacak işlem süreçleri saptanmalıdır.
- Öğrenciye kazandırılacak becerinin sürekliliğinin nasıl kazandırılacağı saptanmalıdır.
- Öğrenciye kazandırılan becerinin başka kişi, araç ve ortamlara nasıl genelleştirileceği öğretime başlamadan önce belirlenmelidir. Öncelikle çocuğun fiziksel özellikleri ve ek yetersizlikleri nedeniyle yapılan uyarlamaların belli bir sıra ile geri çekilmesi gereklidir. Öğretim yapılan ortam, çocuğun beceriyi bağımsız olarak gerçekleştirebileceği hâle getirilmeli ve bu beceriyi günlük yaşamında kullanabileceği diğer ortam ve araç gereçlere nasıl genelleyeceğinin planlanması yapılmalıdır. Bu plan yapılırken genellemenin yapılacağı ortam ve araç gereçleri kullanmanın zorluk düzeyleri ve öğrencinin günlük yaşamında karşılaşma olasılıkları göz önünde tutularak değerlendirilmelidir.

PEKİŞTİREÇ BELİRLEME FORMU

Çocuğun adı:

Çocuğunuzun en çok tercih ettiği yiyecekleri, nesnelere, etkinlikleri ve duymaktan hoşlandığı sözleri aşağıda form üzerinde işaretleyiniz.

En Çok Sevdiği Yiyecek İçecekler	Çok sever	Biraz sever
Bisküvi		
Gofret		
Cips		
Draje		
Köfte		
Patates		
Meyve		
Kola		
Meyve suyu		
Süt		

En Çok Sevdiği Nesnelere	Çok Sever	Biraz Sever
Top		
Araba		
Yapboz		
Bebek		
Müzik kutusu		
Oyuncak ayı		
En Çok Sevdiği Nesnelere	Çok Sever	Biraz Sever
Televizyon izleme		
Top oynama		
Evcilik oynama		
Salıncakta sallanma		
Parka gitme		
Arabayla gezme		
Ekleme istedikleriniz		

Tablo1.5: Pekiştirme belirleme formu

1.4. Öz Bakım Becerilerini Kazandırmada Kullanılan Yöntemler

1.4.1. Özel Gereksinimli Bireylerde El, Yüz Yıkama Alışkanlığı

Günlük yaşamımızda ellerimiz, çevre ile her türlü bağlantıyı sağlayan, bu nedenle de en fazla bakteri barındıran organımızdır. El yıkama, çok sıradan ve günlük bir iş olması nedeniyle, genellikle ihmal edilen bir konudur. Oysaki hem kendimizin hem de çevremizdekilerin sağlığını korumak ellerimizdedir. Çevre ile sürekli temas halinde olan ellerimiz yoluyla taşınan bakteriler basit bir soğuk algınlığından, öldürücü birçok hastalığın gelişimine neden olabilmektedir. Bu nedenle, yetersiz el hijyeni, gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde halen yaygın olarak görülen hastane enfeksiyonlarına neden olan başlıca etmenler arasında yer almaktadır. Enfeksiyonlardan korunmaya yönelik tedbirlerin başında, yeterli el hijyeninin sağlanması gelir. Yeterli el hijyeni aynı zamanda, besin kaynaklı hastalıkların azaltılmasında, okullarda sıklıkla görülen birtakım hastalıklar, dışkı ile bulaşan hastalıklar, parazit ve mantarların gelişiminin önlenmesinde de basit ancak etkili koruma yöntemidir.

Eller;

- Yemek hazırlamadan önce,
- Yemek yemeden önce ve yemek yedikten sonra,
- Hastaya temas etmeden önce ve hastaya temas ettikten sonra,
- Tuvaleti kullandıktan sonra,
- Çocukların altını değiştirdikten sonra,
- Sigara içtikten sonra,
- Steril eldiven kullanmadan önce ve eldiven kullandıktan sonra,
- Pişmemiş gıdalara (özellikle kırmızı et, tavuk, balık, yumurta) temas ettikten sonra,
- Üst solunum yolu ile temas ettikten sonra (hapşırma, öksürme vb.),
- Bozulmuş gıda ve çöplere dokunduktan sonra,
- Saçlar tarandıktan veya ellendikten sonra,
- Toplumda ortak kullanılan araçların kullanımından sonra (toplu taşıma araçları, para alış verişi, telefon vb)
- Kedi, köpek ve diğer tüm hayvanları elledikten sonra mutlaka doğru yöntemle yıkanmalıdır.

Bu becerinin öğretilmesi için ev ve okul ortamlarında beslenme saati öncesi ve sonrası kullanılabilir.



Resim 1.2: El yıkma alışkanlığı kazandırma

- **Özel gereksinimli bireyler için el yıkama beceri analizi:**
 - Çocukla birlikte el yıkanacağı söylenerek lavaboya gidilir.
 - Musluk açılır, avucunun içine küçük bir sabun (veya sıvı sabundan bir miktar) alması istenir.
 - Çocuğun ellerini ovuşturarak sabunlamasına yardım edilir.
 - Sabun yerine konur.
 - Çocuğun ellerini musluğun altında iyice durulamasına yardım edilir.
 - Musluk kapatılır.
 - Çocuğun ellerini yıkadıktan sonra havluyla (veya kâğıt havluyla) önce bir elini sonra diğer elini kurulamasına yardım edilir.



Resim 1.3: Günlük yaşamda en fazla kirlenen organ ellerdir

Etkinlik: Özel gereksinimli bireyler için el yıkama beceri analizine uygun olarak pandomim hazırlayınız.

Yüz yıkamanın amacı yüzümüzü, cildimizdeki gözenekleri tıkayan kirden ve ölü deriden arındırarak temizliğini sağlamaktır. Yüz yıkanırken ılık suyla olmasına dikkat edilmelidir. Aksi takdirde sıcak su cildi kurutacak, soğuk su ise kirden tamamen arınmayı engelleyecektir.

➤ **Özel gereksinimli bireyler için yüz yıkama beceri analizi:**

- Çocuğa ait küçük bir el havlusu seçilir.
- Çocuğa musluğu açması ve havluyu sabunlamasında yardımcı olunur.
- Gerekliyorsa fiziksel yardım kullanılır.
- Havlu iyice sıkılarak çocuğa verilir.
- Çocuğun yüzünü silerek temizlemesine yardımcı olunur.
- Çocuğun ıslak havluyu bırakması sağlanır.
- Kuru bir havluyla yüzünü kurulaması sağlanır.
- Havluyu yerine kaldırması istenir.
- Bu işlem her gün aynı şekilde tekrarlanarak alışkanlık hâline getirilir.
- Çocuk kendi kendine yapabilir hâle geldiğinde kirli olduğu anlarda temizlenmesi için gerekli açıklamalarla yönlendirilmelidir.

1.4.2. Özel Gereksinimli Bireylerde El, Yüz Yıkama Alışkanlığı

➤ **Diş fırçalamayı öğretirken aşağıdaki basamaklara dikkat etmeliyiz:**

- Öncelikle çocuğa uygun diş fırçası seçilir.
- Diş fırçası önce macunsuz olarak çocuğa verilir ve nasıl fırçalaması gerektiği konusunda çocuğa yardımcı olunur.
- Daha sonra fırçanın üzerine çok az miktarda macun sıkılır ve macunun miktarına çocuğun dikkati çekilir.

- Çocuğun musluğu açarak fırçayı ıslatması istenir.
- Çocuğun dişlerini aşağı yukarı, yukarı aşağı ve ağızını açarak dişlerinin iç kısmını fırçalaması istenir.
- Plastik bir bardağa biraz su konur ve suyu yutmadan ağızını çalkaması için yönlendirilir.

➤ **Özel gereksinimli bireyler için diş temizleme beceri analizi:**

- Diş fırçası ve macununu tanır ve gösterir.
- Fırçayı sapından tutar ve gösterir.
- Macunun kapağını açar.
- Fırçanın tüylü kısmına bir parça macun sıkar.
- Fırçayı ıslatır.
- Fırçayı dişlerine götürür.
- Fırçayı yukarıdan aşağıya ve aşağıdan yukarıya doğru hareket ettirir.
- Fırçayı dişlerinin iç kısmında yukarıdan aşağıya hareket ettirir.
- Avucuyla ağızına su alır.
- Ağızını su ile çalkalar.
- Musluğu kapatır.



Resim 1.4: Diş Fırçalama

Etkinlik: Doğru diş fırçalama tekniğini çocuklarla diş maketi üzerinde uygulanarak gösteriniz.



Resim 1.5: Diş fırçalama tekniğini maket üzerinde uygulama

1.4.3. Özel Gereksinimli Bireylerde Deri ve Banyo Temizliği

Deri sağlığı için yeterli ve dengeli beslenme, uygun giyim, sağlıklı sindirim, temiz hava ve beden eğitimi, sistemli çalışma ve yeterli dinlenme, yeterli uyku, güneşten yararlanma, su ve sabun ile yıkanma, soğuk veya ılık duş alma ve masaj önemli aktivitelerdir.

Derinin gözeneklerini, ter bezlerini ve yağ bezlerini tıkayan kir temizlenmezse, deri solunum ve boşaltım görevini yapamaz. Derinin kirden temizlenmesi için sıcak sabunlu suyla ve lifle yıkanması yeterlidir. Haftada en az iki defa banyo yapılmalıdır.

Deri vücudu örten aktif bir organdır. Deri bakımının amacı deriyi atık maddelerden, ölü epitel dokulardan, ter, toz ve bakterilerden arındırmaktır. Diğer birçok sistemle bir bütün olarak görev yapar.

Deri salgıladığı ter ve yağ ile kaplıdır. Bu maddelerle toz, kimyasal maddeler, ölü epitel hücreleri ve mikroorganizmalar kiri oluşturur. Derinin gözeneklerini, ter bezlerini ve yağ bezlerini tıkayan kir temizlenmezse deri solunum ve boşaltım görevini yapamaz. Derinin kirden temizlenmesi için sıcak sabunlu suyla ve lifle yıkanması yeterlidir. Haftada en az iki defa banyo yapılması yeterlidir.

1.4.3.1. Deri ve Banyo Temizliğinde Dikkat Edilecek noktalar

Orta boy bir kova alınır ve ılık suyla doldurulur. Çocuğun dikkati sabun, şampuan ve life çekilerek yıkanma sırasında kullanacağı materyaller açıklanır. Soyunmasına yardım edilir. Çocuk banyoda ufak tabureye oturtulur. Önüne kova konur ve eline ufak bir tas verilerek vücudunu ıslatmasına yardımcı olunur. Bu sırada çocuğun avucuna bir parça şampuan konur ve şampuanın miktarına dikkat çekilir. Bir miktar su ile saçlarını ıslatmasına yardım edilir. Avucundaki şampuanı saçına sürerek köpürtmesine ve parmak uçları ile saç diplerini ovuşturabilmesine yardımcı olunur. şampuanla yıkama işlemi tamamlandıktan sonra durulaması için yönlendirilir (Sabunlu kalıp kalmadığı kontrol edilir.). Gerekiyorsa ikinci kez şampuanlatılarak tekrar durulatilir. Daha sonra eline lif ve sabun verilir. Biraz su dökerek lifi sabunlaması için yönlendirilir. İlk aşamada çocuğa yardım edilerek birlikte vücudu sabunlanabilir. Sabunlama işlemi bittikten sonra tas ile kovadan bir parça su alarak vücudunu durulamasına yardım edilir. Kovadaki suyu tamamen bitirdikten sonra çocuğun vücudunu havlu ile kurulamasına ve temiz giysiler giyebilmesine yardımcı olunur.

Eğer çocuk kendi kendine banyo yapabilme becerisini öğrenmiş ve yardımsız olarak ayakta durabiliyorsa, duş yapabilme becerisinin öğretilmesine geçilebilir. Ancak çocuğun güvenli ve su ayarını iyi yapabilmesi için yetişkinle birlikte yıkanması faydalı olacaktır. Yıkanma sırasında saçları şampuanlama, sabunlama işlemlerinin yerine getirilmesine yardımcı olunmalı ve çocuğa gerekli açıklamalar yapılmalıdır. Yine gereken yerlerde fiziksel yardımda bulunulmalı, ancak çocuğun kendi kendine yıkanabilmesi için fırsat sağlanmalıdır.

Yukarıda basamaklandırılmış tüm becerilerin kısa süre içinde öğrenilmesi mümkün olamayacağından sık tekrarlanması yararlı olacaktır. Bu becerilerin öğrenilmesi sırasında çocuğun asla zorlanmaması, gerekli yerlerde fiziksel yardım yapılması yararlı olacaktır. Sık sık başarısının övülerek ödüllendirilmesi gerektiği de unutulmamalıdır.



Resim 1.6: Banyo sırasında saçları şampuanlama aşamasında çocuğa yardımcı olunmalıdır.

➤ **Banyo yapılırken dikkat edilecek noktalar:**

- Banyo mutlaka sabunlu bezle vücut ovalanarak yapılmalı ve iyice durulanmalıdır.
- Banyodan sonra iyice kurularak deri kıvrımlarının (koltuk altı, kasık) ıslak kalması önlenmelidir.
- Banyo sonrasında, yumuşak bir bezle kulak kepçesi silinir. Kulak içerisine herhangi bir cisim sokulmamalıdır.
- Banyodan sonra mutlaka temiz çamaşır ve giysiler giyilmelidir.
- Banyo eşyalarının -havlu, terlik, tarak vb. - başkaları ile ortak kullanılması mantar ve diğer bulaşıcı hastalıkların bulaşmasına neden olur. Bu nedenle bu eşyalar kişiye özel olmalıdır.



Resim 1.7: Deri ve banyo temizliği

➤ **Özel gereksinimli bireyler için deri ve banyo temizliği kazandırma basamakları:**

- Yıkılmaya başlamadan önce kirli çamaşırlar çıkartılır.
- Vücut yıkılırken sabun / şampuan kullanılır.
- Yıkılacak suyun sıcaklığı ayarlanır.
- Baş elle ovalanarak yıkanır.
- Vücut lif ile ovalanarak yıkanır.
- Vücudun tamamı su ile ovalanarak durulanır.
- Vücut havluyla kurulanır.
- Banyo yapıldıktan sonra temiz çamaşırlar giyilir.

1.4.4. Özel Gereksinimli Bireylerde Saç Bakımı ve Tıraş Alışkanlığı

Saçlı deri anatomik olarak normal deriye göre daha az gözenekli ve daha çok yağ bezlerine sahiptir. Her saç dibinde yağ bezi kanalı vardır. Saçlı deri aynı zamanda dışarı ile direkt temasta olduğu için toz ve partiküllerle kolayca kirlenir. Baş bit, deri enfeksiyonları ve mantar hastalıklarının oluşması için uygun ortamdır.

➤ **Saç bakımı ve tıraş alışkanlığı kazandırmanın önemi:**

- Saçlar ve kafa derisi temiz ve sağlıklı olur.
- Kafa derisinde kan dolaşımı hızlanır, saç kökleri beslenir.
- Estetik görünüm sağlayarak çocuğun kendine güvenini artırır.
- Tıraş alışkanlığı kazandırılırken ciltteki bazı sorunların farkına varılır (mantar veya sivilce vb.).
- Ciltteki görünüm bakımlı ve düzenli olması sağlanır.
- Çocuk tıraş olurken dikkat yeteneğini kazanmış olur.
- Küçük kas becerilerinin kullanılmasına yardımcı olur.

1.4.4.1. Saç Bakımı ve Tıraş Alışkanlığı Kazandırmada Dikkat Edilecek Noktalar

Başın iyi seçilmiş sabun veya şampuanla yıkanması ve bol su ile durulanması gerekir. Saç diplerinde kepek varsa, sık sık sıcak olmayan su ve sabunla yıkanması gerekir. Kişinin kendine ait fırça veya tarakla saç istikametinde taranması kan dolaşımını güçlendirir. Saçlardaki kir ölü kılları uzaklaştırır. Saç temizliğinin iyi yapılmaması, temizlik ve bakım araçlarının bit taşıyan kişilerle ortak kullanılması sonucu saçlarda bitlenme oluşabilir.

Tıraş alışkanlığının kazanılmasında; yüzdeki kıllara dikkat çekilerek onların uygun bir şekilde alınması öğretilir. Tıraş bıçağının fazla keskin olmamasına dikkat edilir. Yüzde herhangi bir sorunun olup olmadığı kontrol edilmeli, eğer cilt problemleri varsa, tıraş alışkanlığına başlamadan önce bunların bakımı yapılmalıdır.



Resim 1.8: Saç bakımı

1.4.4.2. Bireylere Saç Bakımı Alışkanlığı Kazandırma Basamakları

Her banyo yapılışında önce saçların sonra vücudun diğer bölümlerinin yıkanması öğretilmelidir. Banyodaki saç bakımının öğretilmesinden sonra günlük saç bakımı ve taranması işlemi aşama aşama yapılmalıdır. Vücut temiz ise sadece saçların yıkanması gerekiyorsa, bunun için hazırlık yapılır.

- Özel gereksinimli bireyler için saç yıkama beceri analizi:
 - Çocuğun dikkati saçlarına çekilir ve kirli olduğu anlatılır.
 - Saçlarının yıkanması için çocuk hazırlanır.
 - Suyun sıcaklığı kontrol edilir.
 - Çocukla birlikte banyoya gidilir.
 - Saçlarını yıkayabileceği bir leğen veya banyo küveti boyuna uygun ise küvet kullanılabilir.
 - Kafasını, leğene gelecek şekilde aşağıya eğmesi sağlanır.
 - Önce saçlar ıslatılır.
 - Avucuna bir miktar şampuandan alması istenir.
 - Şampuanı saçlarına sürerek, ovuşturarak köpürmesi sağlanır.
 - Fazla sıcak olmayan sudan bir tas yardımıyla kafasına dökerek yıkaması ve durulaması sağlanır.
 - Yıkama işlemi bittikten sonra yüz havlusu ile saçlar kurulanır.
 - Saçların suyu alındıktan sonra, yardım edilerek saçlarını taraması sağlanır.
 - Saçlar kendi hâlinde kurumaya bırakılır veya yardımla saç kurutma makinesi ile kurutulur.

1.4.4.3. Bireylere Tıraş Alışkanlığı Kazandırma Basamakları

Tıraş olurken kullanacağı malzemeleri tanır, istenildiğinde tıraş bıçağını ve malzemeleri gösterir.

- Özel gereksinimli bireyler için tıraş alışkanlığı beceri analizi:
 - Fırçayı sapından tutar.
 - Fırçayı ıslatır.
 - Fırçanın tüylü kısmına bir parça tıraş kreminden sıkar.
 - Fırçayı yüzünün sakal bulunan kısmına sürer.
 - Fırçayı uygun yere bırakır.
 - Tıraş bıçağını alır.
 - Tıraş bıçağının kesen kısmını yukardan aşağı doğru hareket ettirerek sakalını keser.
 - Sakal tıraşı bittikten sonra temizliğini yapar.
 - Tıraş bittikten sonra yüzünü yıkar.
 - Fırçasını yıkar.
 - Tıraş bıçağını yıkar.

Tıraş becerisi kazandırılırken kullanılacak tıraş bıçağının keskin olmamasına dikkat edilmelidir. Ayrıca çocuğa başlangıçta her aşamada fiziksel yardım verilmelidir.

UYGULAMA FAALİYETİ 1

Özel gereksinimli bireyler için deri ve banyo temizliği kazandırma basamaklarını anlatan olay sıralama kartları hazırlayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Deri ve banyo temizliği alışkanlığını kavramayla ilgili olarak kaynak araştırması yapınız.	➤ Deri ve banyo temizliği alışkanlığı kazandırılması ile ilgili kaynak araştırması yaparken kütüphanelerden ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Deri ve banyonun temizliği ve önemi hakkında bilgi edininiz.	➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Deri ve banyo temizliği yapılırken dikkat edilecek noktaları araştırınız.	➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Edindiğiniz bilgiler doğrultusunda deri ve banyo temizliği kazandırma basamaklarını oluşturunuz.	➤ Basamakları oluştururken, deri ve banyo temizliğinde dikkat edilecek noktaları göz önünde bulundurunuz.
➤ Hazırladığınız basamakları anlatan olay sıralama kartları hazırlayınız.	➤ Basamakları açık ve anlaşılır şekilde yansıtmaya dikkat ediniz.
➤ Hazırladığınız olay sıralama kartlarını sınıfta arkadaşlarınıza sunarak paylaşınız.	➤ Sunum sırasında istekli ve açık olunuz.

UYGULAMA FAALİYETİ 2

Özel gereksinimli bireylere saç bakımı ve tıraş alışkanlığı kazandırılması ile ilgili bir sunum hazırlayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
<ul style="list-style-type: none">➤ Saç bakımı ve tıraş alışkanlığı kazandırılması ile ilgili olarak kaynak araştırması yapınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Saç bakımı ve tıraş alışkanlığı kazandırılması ile ilgili kaynak araştırması yaparken kütüphanelerden ve internetten faydalanabilirsiniz.
<ul style="list-style-type: none">➤ Saç bakımı ve tıraş alışkanlığının önemi hakkında bilgi edininiz.	<ul style="list-style-type: none">➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
<ul style="list-style-type: none">➤ Saç bakımı ve tıraş alışkanlığı kazandırılırken dikkat edilecek noktaları araştırınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
<ul style="list-style-type: none">➤ Edindiğiniz bilgiler doğrultusunda Özel gereksinimli bireylere saç bakımı ve tıraş alışkanlığı kazandırılması ile ilgili bir sunum hazırlayınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Yaratıcı ve esnek olmaya özen gösteriniz.
<ul style="list-style-type: none">➤ Konu ile ilgili resim ve broşürler bulunuz. Bilgileri asetat, karlar ve karton vb. Kullanarak aktarma yoluyla sunumunuzun renklendiriniz	<ul style="list-style-type: none">➤ Temiz ve düzenli çalışınız.
<ul style="list-style-type: none">➤ Hazırladığımız sunumu sınıfta arkadaşlarınıza sunarak paylaşınız.	<ul style="list-style-type: none">➤ Sunum sırasında istekli ve açık olunuz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. “Bir beceri öğretiminde ulaşılması hedeflenen , öğrenciyi söz konusu beceride bağımsız hale getirmektir. Öğrencinin beceri analizinde (-) aldığı basamaklar ise bizim oluşturur. Kısa dönemli amaçlarımız arasından bir ders için çalışacağımız basamak ise o ders için oluşturur.”
Öncülde yer alan boşluklara seçeneklerde verilen kavramlardan sırasıyla hangileri yerleştirilmelidir ?
A) Uzun dönemli amaç - uzun dönemli amaç - kısa dönemli amaç
B) Kısa dönemli amaç - uzun dönemli amaç - öğretim amacı
C) Uzun dönemli amaç - kısa dönemli amaç - öğretim amacı
D) Kısa dönemli amaç - kısa dönemli amaç - öğretim amacı
E) Öğretim amacı – uzun dönemli amaç - kısa dönemli amaç
2. “Çocuğun yapabildiklerinin belirlenmesinde çoklu fırsat yöntemi kullanılacaksa, ölçüt bağımlı ölçü aracının sorular bölümünde sütunları bulunur.”
Öncülde yer alan boşluklara seçeneklerde verilen kavramlardan sırasıyla hangileri yerleştirilmelidir ?
A) Bağımsız, sözel ipucu, model olma, fiziksel yardım
B) Öğretim amacı – uzun dönemli amaç - kısa dönemli amaç
C) Genelleme, betimleme, ifade etme
D) İleri zincirleme, tersine zincirleme
E) Başarılı, başarısız
3. “Genel olarak zihinsel yetersizliği olan bireylerin çevreden bilgi edinebilme ve bu bilgiyi süreçlerinde güçlükler vardır.” **Öncülde yer alan boşluklara seçeneklerde verilen kavramlardan hangisi yerleştirilmelidir ?**
A) İfade edebilme
B) Genelleyebilme
C) Geri dönüt yapma
D) Doğrulama
E) Betimleme

4. “Özel gereksinimli bireylerin var olan performans düzeyini belirlemek için uygulanabilecek yöntemlerden; yöntemiyle öğrencinin yapabildiklerini belirlemenin amacı, öğrencinin becerinin basamaklarının ne kadarını bağımsız olarak gerçekleştirdiğini saptamaktır.” **Öncülde yer alan boşluklara seçeneklerde verilen kavramlardan hangisi yerleştirilmelidir?**
- A) Çoklu fırsat yöntemi
B) İleri zincirleme
C) Tek fırsat yöntemi
D) Tersine zincirleme
E) Tüm basamakların bir arada öğretimi
5. “Bir kişinin yaptığı hareketi gözleyerek ve taklit ederek yapma ve öğrenmedir. Beceri öğretiminde kullanılabilmesi için öğrencinin taklit etme becerilerine sahip olması gerekir.” **Öncülde verilen özellikler aşağıda verilmiş seçeneklerde bulunan kavramlardan hangisine aittir?**
- A) Pekiştirme
B) Sözel ipucu
C) Model olma
D) Öğretim hedefleri
E) Fiziksel yardım
6. “Öğrencinin belli bir uyarının (ayırt edici uyarın) varlığında bir beceri basamağını yapmasını sağlamak amacıyla öğretmenin öğrenciyle birlikte beceri basamağının tamamını yapması ve ne yapması gerektiğini söyleyene kadar değişen ve elle yapılan yardımdır.” **Öncülde verilen özellikler aşağıda verilmiş seçeneklerde bulunan kavramlardan hangisine aittir?**
- A) Pekiştirme
B) Sözel ipucu
C) Model olma
D) Öğretim hedefleri
E) Fiziksel yardım

7. “Yeterli hijyeni aynı zamanda, besin kaynaklı hastalıkların azaltılmasında, okullarda sıklıkla görülen birtakım hastalıklar, dışkı ile bulaşan hastalıklar, parazit ve mantarların gelişiminin önlenmesinde de basit ancak en etkili koruma yöntemidir.”
Öncülde bahsi geçen organımız aşağıdakilerden hangisidir?
- A) Ayaklar
B) Eller
C) Yüz
D) Saçlar
E) Kulaklar
8. Aşağıdakilerden hangisi deri ve banyo temizliğinde dikkat edilecek noktalardan değildir?
- A) Yıkama sırasında saçları şampuanlama, sabunlama işlemlerinin yerine getirilmesine yardımcı olunmalı ve çocuğa gerekli açıklamalar yapılmalıdır.
B) Basamaklandırılmış tüm becerilerin kısa süre içinde öğrenilmesi mümkün olmayacağından sık tekrarlanması yararlı olacaktır.
C) Eğer çocuk kendi kendine banyo yapabilme becerisini öğrenmiş ve yardımsız olarak ayakta durabiliyorsa, duş yapabilme becerisinin öğretilmesine geçilebilir ve çocuk banyoda tamamen yalnız bırakılabilir.
D) Bu becerilerin öğrenilmesi sırasında çocuğun asla zorlanmaması, gerekli yerlerde fiziksel yardımın yapılması yararlı olacaktır.
E) Sık sık başarısının övülerek ödüllendirilmesi gerektiği unutulmamalıdır.
9. Aşağıdakilerden hangisi saç bakımı ve tıraş alışkanlığı kazandırmada dikkat edilecek noktalardan değildir?
- A) Başın iyi seçilmiş sabun veya şampuanla yıkanması ve bol su ile durulanması gerekir.
B) Kişinin kendine ait fırça veya tarakla saç istikametinde taranmaması kan dolaşımını güçlendirir.
C) Saç temizliğinin iyi yapılmaması, temizlik ve bakım araçlarının bit taşıyan kişilerle ortak kullanılması sonucu saçlarda bitlenme oluşabilir.
D) Tıraş alışkanlığının kazanılmasında; yüzdeki kıllara dikkat çekilerek onların uygun bir şekilde alınması öğretilir.
E) Tıraş bıçağının fazla keskin olmasına dikkat edilir.

10. Aşağıdakilerden hangisi diş fırçalama becerisi analiz basamaklarından değildir?
- A) Diş fırçası ve macununu tanır ve gösterir.
 - B) Fırçayı sapından tutar ve gösterir.
 - C) Macunun kapağını açar.
 - D) Fırçanın tüylü kısmına bir parça macun sıkar.
 - E) Saçlarını tarakla saç istikametinde tarar.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-2

ÖĞRENME KAZANIMI

Özel gereksinimli bireylere beslenme ile ilgili uygun becerilerin kazandırılmasına yardımcı olabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Özel gereksinimli bireylere beslenme alışkanlığı ve yemek yeme becerisinin kazandırılmasının önemi hakkında konu ile ilgili kaynaklardan ve internetten bilgi edininiz. Elde ettiğiniz bilgileri raporlaştırarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Özel gereksinimli bireylere yemek yeme becerisinin kazandırılmasını etkileyen etmenler ve yemek yeme becerisi aşamaları ile ilgili olarak özel eğitim kurumlarından bilgi alınız. Bu konuyla ilgili bir sunum hazırlayınız.

2. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE BESLENME ALIŞKANLIĞI

2.1. Bireylere Beslenme Alışkanlığı Kazandırmanın Önemi

Çocukların beslenme alışkanlıkları; ailenin sosyal ve ekonomik durumu, eğitim düzeyi, alışkanlıkları, gelenek ve görenekleri, çevre koşulları gibi çok çeşitli etkenlerin etkileşimi ile oluşur. Yeterli ve dengeli beslenme düzeni, iyi alışkanlıkları olan ailede büyüyen ve zamanında ek besinler verilmeye başlanan çocuklara iyi beslenme alışkanlıkları kazandırmak kolaydır. Bu çocukların beslenmesinde önemli sorun çıkmaz. Kazandırılması gereken davranışlar ancak sağlam bir eğitimle yerleştirilebilir.

Çocukların sağlıklı beslenmesi, zihinsel ve bedensel gelişimi için önemlidir. Çocukluk çağında edinilen alışkanlıklar gelişimi etkiler ve doğru bir beslenme alışkanlığı benimsenmesini sağlar. Okul dönemindeki çocukların yetersiz ve dengesiz beslenmeleri dikkat sürelerini kısıtlamakla birlikte dikkat dağınıklığı, algıda gerileme, öğrenme güçlüğü ve davranış bozukluklarına sebep olabilir.

Bu gibi problemler okul başarısının düşmesine ve okulda devamsızlık sürelerinin uzamasına sebep olur. Ayrıca en önemlisi de yanlış beslenme alışkanlıklarından kaynaklı bazı hastalıklar ve obezite riski artar.

Hazır gıdaların bu kadar yaygınlaşması, yağı ve şekeri yüksek yiyeceklerin, ucuz ve kolay ulaşılabilir olması nedeni ile çocuklarımızın yeme alışkanlıkları nerede ise tamamen değişti. Yüzyılın gizli tehlikesi obezite çocuklarımızı esir almaya başladı. Obezitenin ortaya çıkışı çocukluk çağında görmeye alışık olmadığımız hastalıkları da yanında getirdi. Artık çocuklarda kan yağı yükseklikleri, karaciğer yağlanması, özellikle erişkinlik diyabeti dediğimiz tip 2 diyabet ve insülin direnci kilolu çocuklarda mutad hale geldi. Artık oluşmuş olan şişmanlıkla mücadeleden çok, şişmanlık ortaya çıkmadan doğru yeme alışkanlıklarını kazandırabilmek için 7-8 yaşından itibaren çocuklara doğru beslenmenin öğretilmesi gerekiyor.

Sağlıklı çocuk beslenmesi için düzenli öğünlerde beslenme bir alışkanlık haline getirilmeli, ara ve ana öğünlerde dengeli besin seçimi, şeker içeriği ve yağ içeriği yüksek yiyeceklerin azaltılması, özellikle taze sebze ve meyve yemenin özendirilmesi gerekir. Yemeklerin yanında çay, kola gibi içecekler yerine süt veya ayran tercih edilmelidir.



Resim 2.1: Doğru Beslenme Alışkanlığı Kazanma

2.2. Özel Gereksinimli Bireylere Yemek Yeme Becerilerinin Kazandırılmasının Önemi

Yeterli ve dengeli beslenme alışkanlıklarının yerleştirilebilmesi için çocuklara öncelikle yemek yeme becerilerinin kazandırılması gereklidir. Yemek yeme becerilerinin kazandırılması çocuğun kendi kendini beslemesini, toplum içinde bağımsızlık ve saygınlık kazanmasını sağlamakta ve çocuğun ev dışındaki toplumsal yaşama girme şansını artırmaktadır.

Temel yemek yeme becerileri; parmakla tutarak yemek yeme, kaşık kullanarak yemek yeme, çatal kullanarak yemek yeme, bardaktan sıvı içme ve bıçak kullanma becerilerini kapsamaktadır. Normal gelişim gösteren çocuklarda yemek yeme becerilerinin gelişimine bakıldığında 9 ile 12. aylar arası parmakla tutarak yemek yeme becerisinin kazanıldığı aylardır. Parmakla tutarak yemek yeme becerisinin kazanılması için, çocuğun nesnelere tutup ağzına götürülebiliyor olması gerekmektedir. Parmakla tutarak yemek yeme becerisini gerçekleştiren çocuk, bir taraftan da annesi tarafından kaşıkla beslendiği bu dönemde kaşığa uzanıp tutmaya çalışması ile başlamakta olan, 12. ayla 15. aylar arasında kaşık kullanarak kendi kendine yemek yer hâle gelmektedir. Dökmeden kaşık kullanarak yemek yeme ise, 18 ay ile 24 ay arasında yavaş yavaş kazanılmaktadır.

Zihinsel yetersizliği olan çocukların normal çocuklarla benzer biçimde yemek yeme becerilerini kazanmalarını etkileyen fiziksel, duygusal, davranışsal ve çevresel etmenler söz konusu olabilmektedir.



Resim 2.2: Doğru Beslenme Alışkanlığı Kazanma

2.3. Özel Gereksinimli Bireylere Yemek Yeme Becerilerinin Kazandırılmasını Etkileyen Etmenler

Küçük kas becerilerinin gelişimindeki yetersizlikler (eller ve parmak hareketlerindeki) sinir sistemiyle ilgili yetersizlikler (kasılma ya da güçsüzlük), ağız boşluğu ve kas yapısındaki bozukluklar (tavşan dudak yarık damak vb) ve diyet yapmayı gerektiren durumlar, yemek yeme becerilerinin kazanılamamasına yol açabilmektedir. Görme ya da işitmedeki yetersizlikler ve uygun olmayan öğrenme çevreleri de (aşırı korkutucu ebeveynler, nitelsiz öğretmenler, öğretmen başına düşen öğrenci sayısı fazlalığı vb.) yemek yeme becerilerinin kazanılmasını olumsuz olarak etkileyebilmektedir. Yemek yeme ile ilgili gözlenen davranışsal sorunlar; yemek yemeyi reddetme, çok hızlı yemek yeme, yediklerini çıkarma gibi sorunlardır.



Resim 2.3: Doğru Beslenme Alışkanlığı Kazanma

2.4. Yemek Yeme Becerilerinin Kazandırılması

Bir çocuğa yemek yemeye ilgili hangi becerinin kazandırılacağına karar vermeden önce yemek yeme becerisinin istenildiği şekilde gerçekleştirilebilmesi için sahip olması gereken becerilere ne ölçüde sahip olup olmadığının gözlenmesi gerekir. Bunlar:

- Öğrenci baş kontrolüne ne derece sahiptir?
- Öğrenci nesnelere tutup bırakabilmekte midir?
- Öğrencinin otururken dengesini sağlayabilmesi için kollarını kullanması gerekmekte midir?
- Öğrenci hangi ağız işlevlerini göstermektedir?
 - Dil hareketleri
 - Emme
 - Isırma
 - Ağız kapama
 - Yutma
 - Dudağı kapatma

Öğrencinin bu becerilere ne derece sahip olduğu anlaşıldıktan sonra öğrencinin ailesi ile görüşülür. Yemek yeme becerileri ile ilgili kontrol listeleri uygulanarak öğrenciye hangi yemek yeme becerisinin kazandırılacağına karar verilir. Daha sonra kazandırılmasına karar verilen yemek yeme becerisinin ölçüt bağımlı ölçü aracının uygulanması sonucu öğrencinin yapabildikleri belirlenir, amaçlar oluşturulur ve düzenlenir. Öğretimde hangi beceri işlem sürecinin kullanılacağına karar verilir. Öğretim ortamı ve öğretim araçlarında yapılacak uyarlamalar, öğretim zamanı ve süresi belirlenerek öğretim programı hazırlanır.

Öğretim sırasında öğrencinin sandalyesinde otururken başının dengede olması, sandalyede otururken dengesini koruyabilmesi ve kollarını masaya ve ağızına doğru rahatlıkla hareket ettirebilmesi gereklidir. Öğretim sırasında kullanılan masa ve sandalyenin yüksekliği, öğrencinin fiziksel büyüklüğüne uygun olmalıdır. Masanın yüksekliğinin, öğrencinin göğüs altında olması gerekmektedir.

Masanın altının açık olması, öğretim sırasında öğrencinin öğretmen tarafından kontrolünü kolaylaştırmaktadır. Öğrenci sandalyede otururken, ayakları sağlam bir şekilde zemine basabilmelidir. Bunu sağlamak için, gerektiğinde öğrencinin ayaklarının altına bir basamak yerleştirilir. Bütün bunlara ek olarak öğrencinin baş ve oturma dengesinde sorun olması hâlinde masa ve sandalyede ek düzenlemeler (sandalyenin gövdeyi saracak biçimde olması, göğüs ve belden kemerle sandalyeye bağlanması, arkası baş hizasına kadar yüksek sandalye kullanılması vb.) yapılması gerekmektedir.

Yemek yeme becerisinin kazandırılması sırasında, öğrencinin aç olduğu olağan yemek yeme saatlerinin (öğünlerinin), öğretim zamanı olarak belirlenmesine önem verilmelidir. İlk zamanlarda öğretimin yemek yeme saatlerinin başlangıcında yer almasına ve çok uzun süreyi almamasına dikkat edilmelidir. Öğrenci becerinin basamaklarında bağımsızlaştıkça öğretim süresi de öğünün daha fazla kısmını kapsar hâle gelir.

Öğretim sırasında kullanılan tabak, çatal vb. yemek yeme araçlarının, yemek yeme becerisinin kazanılmasını kolaylaştıracak ve öğrencinin bireysel gereksinimlerine uygun araçlar olmasına dikkat edilmesi gerekmektedir.

Öğretim için seçilen yiyeceğin öğrencinin sevdiği yiyecekler olmasına önem verilmelidir. Böylece yemeğin öğrenci için pekiştireç etkisi göstermesi de sağlanmış olmaktadır.

Yemek Yeme Becerisinin Kazandırılmasıyla İlgili Örnek Öğretim Programı

➤ Kaşıkla Yeme Becerisi:

- **Amaçlar:** Öğrencinin kaşık kullanarak yemek yeme becerisi ölçü aracında yapabildikleri belirlendikten sonra, amaçlar ileri zincirleme ya da tüm beceri yaklaşımlarına dayalı olarak düzenlenebilir.
- **Öğretim Ortamı ve Materyaller:** Kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin öğretimi sırasında kullanılacak olan kaşık, öğrencinin fiziksel özellikleri dikkate alınarak seçilmelidir. Kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin öğretimi için en uygun kaşık tatlı kaşığı büyüklüğünde olan kaşıklardır. Tatlı kaşıkları derin olmadığı için, kaşığın dille boşaltımını kolaylaştırmaktadır. Tatlı kaşığının ucunun küt ve hafif oval olması, damak ve küçük dile değme olasılığını azaltmaktadır. Ayrıca tatlı kaşığının büyüklüğü de öğretim yapılacak çocuğun fiziksel özelliklerine göre değişiklik gösterebilmektedir.

Öğretimde kullanılacak kâsenin ağzının, öğrencinin kaşığı kâse içinde rahatlıkla ilerletebileceği genişlikte ve kaşığın sapının yarıya yakınının girebileceği derinlikte olması gerekir. Kâsenin devrilmemesi için bir miktar ağır ve tabanının kalın olması gerekmektedir. Ayrıca kâsenin kolay kırılmayan bir malzemeden yapılmış olması, öğrencinin zarar görmesini önleyecektir.

Kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin öğretimi için seçilen yiyeceklerin, öncelikle kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin öğretimi için uygun püre kıvamında bir yiyecek olması gerekmektedir. Yiyeceğin kâseden kolaylıkla alınmasını sağlamak ve dökülmesini engellemek için kâsenin yarısına kadar doldurulması gerekmektedir. Kâsenin masa üzerinde sabit kalmasını sağlamak için plastik altlık, sünger ya da bez kullanılması uygun olur.

Kaşık kullanarak yemek yeme becerisi öğretiminin yapılacağı öğrencinin, görme ya da bedensel yetersizliğinin olması, öğretim araçlarında birtakım uyarlamaların da yapılmasını gerektirebilir. Görme yetersizliği olan öğrencilerde masa, kâse ve kaşık arasında renk zıtlığının oluşturulması da öğretimi kolaylaştıracaktır. Ayrıca yemek yeme araçlarının birbirinden farklı malzemelerden yapılmış olmaları (metal kaşık, porselen tabak) sesin görme yetersizliği olan öğrenciye ipucu olması açısından önem taşımaktadır. Görme yetersizliği olan öğrencilerde öğretim oturumlarında kâsenin masa üzerindeki yerinin değiştirilmesine dikkat edilmesi gerekmektedir.

Bedensel yetersizliği olan öğrencilerde ise, kaşığın sapı öğrencinin tutabileceği kalınlıkta olmalı, bunu sağlamak için, gerekirse uygun (kaymayan tutulması kolay) bir malzeme ile kaplanarak kalınlaştırılmalıdır. Ayrıca, gerek duyulursa, kaşık ele ya da bileğe sabitlenebilir.

Öğrenci, bağımsız olarak kaşık kullanarak yemek yer hâle gelinceye kadar, yiyeceğin bir miktar dökülmesinin üzerinde durmamak gereklidir. Bu nedenle yemek yenilen masanın altına bir örtü serilmesi ve öğrencinin önüne bir önlük takılması, daha rahat çalışmayı sağlayabilir.

- **Pekiştireçler:** Kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin öğretiminde kullanılan yiyeceğin kendisinin de öğrenci için pekiştireç etkisini taşımasının yanı sıra ayrıca öğrencinin doğru yaptığı basamaklarında, hoşuna giden söz ve dokunuşlar gibi sosyal pekiştireçlerle pekiştirilmesi gerekir.
- **Öğretim Zamanı:** Öğrencinin aç olduğu öğün saatlerinin ilk 5-10 dakikası öğretim zamanı olarak düşünülmelidir. Eğer öğrencinin daha kısa sürede kaşık kullanarak yemek yeme becerisini kazanmasına gerek duyuluyorsa, gün içinde minik yemek yeme zamanları planlanabilir.
- **İpucu İşlem Süresinin Seçimi ve Kullanımı:** Bağımsız olarak yemek yeme becerisinin kazandırılmasında, beceri kazandırmada kullanılan işlem süreçlerinden biri öğrencinin yaşı, dikkat süresi, sahip olduğu psikomotor beceriler ve kaşık kullanarak yemek yeme becerisi temel özbakım becerilerinden olduğu için yetersizlikten etkilenmiş öğrencilere

öğretim yaparken ipucunun sistematik olarak verilmesi ve geri çekilmesi işlem sürecinin kullanılmasının daha uygun olacağı düşünülebilir.

- **Öğretimdeki ilerlemenin Kaydedilmesi:** Eğer öğretimde ipucunun verilmesi ve sistematik olarak geri çekilmesi süreci kullanılıyorsa, kaşık kullanarak yemek yeme becerisi bağımlı ölçü aracı, kayıt çizelgesi olarak da kullanılabilir. Böylece her öğretim sürecinde öğrencinin ipucu hangi düzeyde verildiğinde beceri basamağını gerçekleştirdiği ya da ipucu verilmeden bağımsız gerçekleştirdiği basamaklar ve öğretimdeki ilerlemeler kaydedilmiş olur. Böylelikle, öğretmen bir sonraki öğretim sürecinde ipuçlarını hangi düzeyde kullanacağına ya da ipucu kullanıp kullanmayacağına kolaylıkla karar verebilir. Yetersizliği olmayan öğrencilerle diğer işlem süreci kullanılarak yapılan çalışmalarda, ilgili işlem sürecinin gerektirdiği formlar kullanılarak öğrencilerin ilerlemeleri kaydedilmelidir.
- **Kazanılan Becerilerin Sürekliliğinin Sağlanması:** Öğrenciye bağımsız olarak kaşık kullanarak yemek yeme becerisi kazandırıldıktan sonra, kazanılan bu becerinin sürekliliğinin sağlanması amaçlanmalıdır. Bunun için de öncelikle öğrencinin kazandığı beceriyi yapması için gereksinim yaratmak gereklidir. Öğrenciye aç olduğu öğün saatlerinde kaşık kullanarak yiyebileceği yemekler verilerek kazandığı beceriyi kullanması için gereksinim yaratılabilir.

Ayrıca, kullanılan pekişiteç tarifelerinde değişikliğe gidilerek de süreklilik sağlamak kolaylaştırılabilir. Öğrenci kaşık kullanarak yemek yeme becerisinde bağımsızlığa ulaştıktan sonra, beceri basamaklarını doğru yaptığı için değil, becerinin tamamını bağımsız olarak yaptığı için pekiştirilmeye başlanır. Daha sonraları beceriyi her bağımsız yapışında değil, birkaç kez bağımsız yapışından sonra pekiştirilmeye başlanır. En sonunda ise, öğrencinin bağımsız olarak kaşık kullanarak yemek yemesinin kendisi için pekişiteç etkisi yaratması sağlanır.

- **Kazanılan Becerilerin Genellenmesi:** Kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin genellenmesi, kazanılan becerinin öğretimin yapıldığı ortamdan başka ortamlarda, başka araçlarla, başka kişilerin varlığında ve başka yönergeler verildiğinde yapılması demektir. Eğer öğrenciye beceriyi kazandırırken öğretim ortamında (masa sandalye) ve öğretim araç gereçlerinde (kâse, kaşık, yiyecek) öğrencinin fiziksel büyüklüğü ya da yetersizliklerine göre birtakım uyarlamalar yapıldıysa, öncelikle bu uyarlamaların daha kolay kaldırılabilir olana doğru bir sıra içerisinde kaldırılması gerekir.

Öğretim ortamındaki uyarlamalar kaldırıldıktan sonra, öğrencinin kazandığı kaşık kullanarak yemek yeme becerisini, öğretim ortamından farklı yemek yeme ortamlarında da gerçekleştirilmesi üzerinde durulmalıdır. Öğrenci yemek yemesi gereken diğer ortamlarda da bağımsız olarak kaşık kullanarak yemek yemeye başladığında bu, aynı zamanda öğrencinin başka kişilerin varlığında da bağımsız olarak yemek yemesi anlamına gelecektir.

Ayrıca öğrencinin kaşık kullanarak yemek yemesi gerektiğinde, kaşıkla yemeğini ye; yönergesine gerek kalmadan kaşıkla yemeğini yemesi için yönergeleri de ne yapması gerektiğini açık olarak belirtenden – ne yapması gerektiğine ipucu veren ve öğrencinin hiçbir şey söylemesine gerek duymadığına doğru bir sıra içinde ortadan kaldırılmaya çalışılmalıdır.

2.5. Özel Gereksinimli Bireylerde Kaşık, Çatal, Bıçak Kullanarak Yemek Yeme Becerisi Aşamaları

2.5.1. Parmakla Tutarak Yemek Yeme Becerisinin Kazandırılması

Kendi kendine yemek yemede bağımsızlığın ilk ortaya çıkışı, çocuğun yiyecekleri parmaklarıyla tutarak yiyebilmesidir. Parmakla tutulan yiyecekleri yiyebilmek için çocuğun ağızını kapama, çiğneme ve yutma davranışlarını gösteriyor olması gerekmektedir. Parmakla tutarak yemek yeme becerisinin kazanılma süreci sırasında, bu davranışların yanı sıra, elden ağza hareketlerde de gelişmeler olur. Çocuğun parmakla tutulan yiyecekleri yemeyi kazanması, kaşık, çatal gibi yemek yeme araçlarını kullanmayı öğrenmesi için gereken becerilerde ustalaşmasını sağlamaktadır.

Annesi tarafından kaşıkla beslenen bir çocuğa, öncelikle kazandırılması gereken yemek yeme becerisi, parmakla tutarak yemek yeme becerisidir. Bunun için öncelikle, çocuğun parmakla tutarak yemek yeme becerisinde yapabildikleri belirlenmelidir. Daha sonra yapabildiklerine dayalı olarak amaçlar (tüm beceri ya da ileri zincirleme yaklaşımına dayalı) oluşturulur ve öğretimde kullanılacak beceri işlem süreci belirlenir.

Her öğün zamanının başındaki beş dakikalık bir süre öğretim için ayrılmalı, kalan öğün zamanında çocuk annesi ya da öğretmen tarafından kaşıkla beslenmelidir.



Resim 2.4: Parmakla tutarak yemek yeme becerisinin kazanılması

Öğretim için seçilen yiyeceğin türü, çocuğun dişlerinin durumuna göre ayarlanmalıdır. Çok katı olmayan ve parmakla rahat tutulabilen yiyecekler seçilmelidir. Haşlanmış patates, muz, ince bir dilim ekmek gibi yiyecekler ağza kolay yerleştirilebilir ve çiğnenebilir. Yarı pişmiş sebzelerden daha kolay yutulabilir.

Ana Yönerge: ye

Bildirimler	Bağımsız	Sözel İpucu	Model Olma	Fiziksel Yardım
Yiyeceği eline alır.				
Kullandığı eliyle tabaktaki yiyeceğe uzanır.				
Baş ve diğer parmakları arasında kalacak şekilde yiyeceğe uzanır.				
Yiyeceği bir miktar kaldırır.				
Yiyeceği ağzına götürür.				
Ağzını bir miktar açar.				
Yiyeceği bir miktar ağzına sokar.				
Ağzını kapatır.				
Elini ağzından çeker.				
Yiyeceği yer.				
Bu işlem yiyecek bitene kadar tekrarlanır.				

Tablo 2.1: Parmakla tutarak yemek yeme becerisinin ölçü aracı

2.5.2. Kaşık Kullanarak Yemek Yeme Becerisinin Kazandırılması

Kaşık kullanmanın diğer yemek yeme araçlarına göre daha kolay olması nedeniyle, kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin öğretimi ilk sırayı almaktadır. Çocuğun bağımlı beslenmesinden kaşık kullanımına geçmesi yavaş yavaş olmaktadır. Kaşığa bakmayı ve uzanmayı öğrenmenin en uygun zamanı, çocuğun ebeveyni tarafından kaşıkla beslendiği devre yani bağımlı beslenme devresidir. Çocuğun, annesi tarafından kaşıkla beslenirken yemek olayına aktif olarak katılmasını sağlamak için, ebeveyn çocuğu beslerken çocuğun adını söylemeli, o baktığı zaman kaşığı masanın üstüne yerleştirilmeli, kaşığa yiyeceği çocuk kendisine bakarken vermelidir. Bağımlı beslenme devresi boyunca, çocuğun yemek yeme olayına daha aktif katılımını sağlamak için aşağıdaki öneriler yararlı olabilir.

- Kısa ve ucu yuvarlak bir kaşık çocukta kusmayı uyarmayarak kolay beslenmeyi sağlar.
- Çocuk kuvvetli ısırma refleksine sahipse ve kaşığı ısıırıyorsa, kaşığı ağzın yan tarafından sokup ortaya doğru hareket ettirmek gerekir.
- Başlangıçta kaşığın boşaltılmasını kolaylaştırmak için, yiyecek kaşığın uç tarafına yerleştirilmelidir.
- Kaşığı boşalttıktan sonra çocuğun dudaklarını kapamasına (elle tutarak) yardım edilebilir.
- Kaşığı dişlerin üstüne ya da dudaklara doğru sürterek boşaltırsanız, dil itişini uyarabilirsiniz. Bu da çocuğun, yiyeceğin boşaltılmasına aktif olarak katılımını engelleyebilir.

Annesi tarafından kaşıkla beslenirken yukarıdaki önerilere dikkat edilen ve parmakla tutarak yiyecekleri bağımsız olarak yiyebilen bir çocuğun kaşık kullanarak yemek yeme beceri ölçü aracı uygulanarak yapabildikleri belirlenmeli, yapabildiklerine dayalı olarak amaçlar tüm beceri ya da ileri zincirleme yaklaşımlarına dayalı olarak düzenlenmelidir. Daha sonra öğretim zamanı ve süresi saptanmalı, öğretim ortamı ve öğretim materyallerinde gerekli uyarlamalar yapılmalı ve öğretimde kullanılacak beceri işlem sürecine uygun olarak öğretim süreci oluşturularak öğretim programı hazırlanmalıdır.



Resim 2.5: Kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin kazandırılması

Ana Yönerge: Kaşıkla kasedeki ye.

Bildirimler	Bağımsız	Sözel ipucu	Model olma	Fiziksel yardım
➤ Kaşığı tutar.				
Kullandığı elini kaşığa uzatır.				
Kullandığı elinin avuç içinde kalacak şekilde kaşığı sapından tutar.				
➤ Kaşığa “.....” alır.				
Kaşığı kâsenin üzerine getirir.				
Kaşığı kâsenin içine sokar.				
Kaşığı kâsenin içinde bir miktar ilerletir.				
Kaşığı kâsenin içinden çıkartır.				
Yiyeceği yer.				
Kaşığı yukarı kaldırır.				
Kaşığın ucunu ağızına doğru çevirir.				
Ağızını bir miktar açar.				
Kaşığı ağızına sokar.				
Ağızını kapatır.				
Kaşığı ağızından çıkartır.				
Kaşığı aşağı indirir.				
İkinci bildirimden itibaren basamaklar tekrarlanır.				

Tablo 2.2: Kaşık kullanarak yemek yeme becerisi ölçü aracı



Resim 2.6: Kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin kazandırılması

2.5.3. Çatal Kullanarak Yemek Yeme Becerisinin Kazandırılması

Kaşık kullanarak yemek yeme becerisinin kazanılmasını, öğrenciye çatal kullanarak yemek yeme becerisinin kazanılması izlemektedir. Bunun için çatal kullanarak yemek yeme becerisi ölçü aracında, öğrencinin yapabildiklerinin belirlenmesi ve öğrencinin yapabildiklerine dayalı olarak tüm beceri ya da ileri zincir yaklaşımlarına göre amaçların oluşturulması gerekmektedir. Daha sonra öğretim zamanı ve süresinin belirlenmesi, öğretim ortamı araçlarında beceriye ve öğrencinin özelliklerine göre gerekli uyarlamaların yapılması aşamaları gelmektedir.

Öğretim sırasında kullanılacak çatalın, öğrencinin fiziksel özelliklerine uygun olması gerekmektedir. Çatal kullanarak yemek yeme becerisinin öğretimi için en uygun çatal, kahvaltı çatalı büyüklüğünde olan çatallardır. Çatalın dişlerinin ucu küt olmalı ve yiyeceğe kolaylıkla bataabilmelidir.

Öğretim sırasında kullanılacak tabağın, öğrencinin çatalı yiyeceğe kolaylıkla batırmasını sağlamak için 3-4 cm derinlikte olması uygundur. Tabağın devrilmemesi için ağır ve tabanının kalın olması gereklidir. Tabağın kolay kırılmayan bir malzemeden yapılmış olması, öğrencinin zarar görmesini engelleyecektir.

Görme ya da bedensel yetersizliği olan öğrencilerle çalışırken öğretim amaçlarında birtakım ek uyarlamalar yapılması gerekebilir. Görme yetersizliği olan öğrenci için, masa ve tabak arasında, çatalın sapı ile ucu arasında renk zıtlığının oluşturulması gerekebilir. Ayrıca yemek yeme araçlarının farklı malzemelerden yapılmış olması, görme yetersizliği olan öğrenciye öğretim sırasında ses ipucu sağlanması açısından önem taşıyabilir.

Görme yetersizliği olan öğrencilerle çalışırken öğretim oturumlarında tabağın masadaki yerinin hep aynı olmasına özen gösterilmelidir.

Bedensel yetersizliği olan öğrencilerle çalışırken, çatalın sapının öğrencinin tutabileceği kalınlıkta olması, gerektiğinde kaymayan ve tutulması kolay bir malzeme ile kaplanarak uygun kalınlığa getirilmesi sağlanmalıdır. Bazen çatalın ele ya da bileğe sabitlenmesi gerekebilir.



Resim 2.7: Çatal kullanarak yemek yeme becerisinin kazandırılması

Ana Yönerge: Çatalla ye

Bildirimler	Bağımsız	Sözel ipucu	Model olma	Fiziksel yardım
➤ Çatalı tutar.				
Kullandığı elini çatalın sapına uzatır.				
Kullandığı elinin avuç içinde kalacak şekilde çatalın sapını tutar.				
➤ Çatalı yiyeceğe batırır.				
Çatalı biraz kaldırır.				
Çatalın ucunu biraz aşağıya çevirir.				
Çatalın ucunu yiyeceğe dayar.				
Çatalın ucunu aşağıya doğru bastırır.				
Çatalın ucunu biraz kaldırır.				
Çatalın ucunu yukarı doğru çevirir.				
➤ Yemeğini yer.				
Çatalı ağızına kadar kaldırır.				
Çatalın ucunu ağızına yaklaştırır.				
Ağızını biraz açar.				
Yiyeceği ağızına sokar.				
Ağızını kapatır.				
Çatalı ağızından çıkarır.				

➤ Çatalı tabağın üzerine götürür.				
Çatalı biraz aşağı indirir.				
Çatalı tabağın üzerine götürür.				
3. 4. ve 5. basamaklara yiyecek bitene kadar devam edilir.				

Tablo 2.3: Çatal kullanarak yemek yeme becerisi ölçü aracı

2.5.4. Bıçak Kullanarak Yemek Yeme Becerisinin Kazandırılması

Bir yerden diğer bir yere yiyeceği taşımak, bir yiyecek üzerine başka bir yiyeceği yaymak, yiyeceği bir elle tutarken diğer elle kesmek, çatal üzerine yiyecekleri ittirmek ve çatalla birlikte kullanarak bir yiyeceği kesmek için bıçak kullanılır. Bu beceriler bir sırayla öğretilir ve öğrenilir.



Resim 2.8: Bıçak kullanarak yemek yeme becerisinin kazandırılması

Ana Yönerge: Bıçakla sür.

BİLDİRİMLER	Ölçüt	Bağımsız	Sözel ipucu	Model olma	Fiziksel yardım
➤ Ekmeği yukarı bakacak şekilde tutar.					
Kullanmadığı elinin baş ve diğer parmakları arasında kalacak şekilde ekmeği üstünden tutar.					
Elini çevirir.					

➤ Bıçağın keskin kısmı aşağı gelecek şekilde tutar.					
Kullandığı eliyle bıçağı sapından tutar.					
Biraz yukarı kaldırır.					
Keskin tarafı aşağı bakacak şekilde çevirir.					
➤ Bıçağa bir miktar yağ alır.					
Bıçağı yağın üzerine götürür.					
Yağın kendine uzak tarafına değdirir.					
Bıçağı kendine doğru biraz çekerek yağ alır.					
➤ Yağı ekmeğe sürer.					
Bıçağı, ekmeğin kendine uzak olan ucuna götürür.					
Bıçağın yağlı yüzünü ekmeğe doğru eğer.					
Bıçağı kendine doğru biraz bastırarak ekmeğe sürer (3. basamaktan itibaren ekmeğin tamamına yağ sürülene kadar devam eder.).					

Tablo 2.4: Bir yiyeceğin üzerine başka bir yiyeceği sürme becerisi

2.5.5. Bardaktan Sıvı İçme Becerisinin Kazandırılması

Bardaktan sıvı içme becerisi, öğrenciye parmakla tutarak yemek yeme becerisinin kazandırılmasıyla aynı zamanda başlanabilir. Önce; her iki elle tutarak bardaktan sıvı içme becerisi ölçü aracında öğrencinin yapabildikleri belirlenmelidir. Çünkü, tek elle tutarak bardaktan bağımsız olarak sıvı içebilmeyi kazandırmak için, başlangıçta bardağı her iki elle tutarak sıvı içme üzerinde çalışılması gerekir. Daha sonra tek elle tutuşa geçilebilir. Bu geçiş sırasında eğer çocuğun özellikle kol kaslarında yetersizliği varsa, iki kulplu ve tek kulplu bardaklar kullanılarak öğretim aşama sırası artırılabilir. Sıvı içme işlemini, pipetle birlikte başlayıp bir bardaktan bağımsız olarak sıvı içebilinceye kadar düşünülmelidir. Sıvı içmede bağımlı bir öğrenciye bağımsızlık kazanması için yardım ederken ilk önce içilen sıvının görülebilmesi ve hem öğretmen ve hem de öğrenci tarafından kontrol edilebilmesi için yumuşak plastik ya da kâğıt bardak kullanılabilir. Tatlı içecekler ağız sulandırdığı için, öğretimde fazla şekerli bir sıvı kullanılmamalıdır. Kullanılacak sıvının renkli ve biraz koyu olması gerekir. Koyu oluş nedeni, emmeyi uyarmak ve dökülmeyi azaltmaktır.

Öğrenci, bardağın ucunu ısırmasın diye (küçük çocuklarla çalışırken) bardağın ağzı çocuğun alt dudağına yerleştirildikten sonra eğer ağzı açmak için yardım gerekirse, işaret parmağıyla çenenin üstünden, orta parmakla çenenin altından ve başparmakla yanağın üstünden tutularak çocuğun ağzını açma yoluna gidilebilir.



Resim 2.10: Bardaktan Sıvı İçme Becerisi

Ana Yönerge: Bardaktaki iç.

BİLDİRİMLER	Ölçüt	Bağımsız	Sözel ipucu	Model olma	Fiziksel yardım
Bardağı tutar.					
Her iki eliyle bardağa uzanır.					
Bardağı tutar.					
➤ Bardaktaki sıvıyı içer.					
Bardağı yukarı kaldırır.					
Bardağın ağzını alt dudağına dayar.					
Başını hafifçe geriye iter.					
Bardağın altını bir miktar yukarı kaldırır.					
Bir miktar sıvı içer.					
Başını hafifçe öne getirir. Bu işlem sıvı bitene kadar tekrarlanır.					

Tablo 2.5: Her iki elle tutarak bardaktan sıvı içme becerisi ölçü aracı

UYGULAMA FAALİYETİ

Özel gereksinimli bireylere uygun yemek yeme becerilerini kazandırmaya yönelik olay sıralama kartları hazırlayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Özel gereksinimli bireylere yemek yeme becerisinin kazandırılması ile ilgili olarak kaynak araştırması yapınız.	➤ Özel gereksinimli bireylere yemek yeme becerisinin kazandırılması ile ilgili kaynak araştırması yaparken kütüphanelerden ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Özel gereksinimli bireylere yemek yeme becerilerinin kazandırılmasının önemi hakkında bilgi edininiz.	➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Özel gereksinimli bireylere yemek yeme becerilerinin kazandırılmasına etki eden etmenleri ve yemek yeme becerisi ile ilgili aşamaları araştırınız.	➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Edindiğiniz bilgiler doğrultusunda özel gereksinimli bireylerde yemek yeme becerisi basamaklarını oluşturunuz.	➤ Basamakları oluştururken, bireylere yemek yeme becerilerinin kazandırılmasına etki eden etmenleri göz önünde bulundurunuz.
➤ Hazırladığınız basamakları anlatan olay sıralama kartları hazırlayınız.	➤ Basamakları açık ve anlaşılır şekilde yansıtmaya dikkat ediniz.
➤ Hazırladığınız olay sıralama kartlarını sınıfta arkadaşlarınıza sunarak paylaşınız.	➤ Sunum sırasında istekli ve açık olunuz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. “Kendi kendine yemek yemede bağımsızlık davranışı” hangi şekilde görülür?
A) Parmaklarıyla
B) Kaşıkla
C) Çatalla
D) Kendi kendine
E) İsteyerek
2. Aşağıdakilerden hangisi bireylere sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandırma konusunda yanlış bir ifadedir?
A) Beslenme alışkanlıkları; ailenin sosyal, ekonomik durumu ve çevre koşulları gibi çok çeşitli etkenlerin etkileşimi ile oluşur.
B) Yeterli ve dengeli beslenme düzeni, iyi alışkanlıkları olan ailede büyüyen çocuklara iyi beslenme alışkanlıkları kazandırmak kolaydır.
C) Yetersiz ve dengesiz beslenme dikkat dağınıklığı, algıda gerileme, öğrenme güçlüğü ve davranış bozukluklarına sebep olabilir.
D) Düzenli öğünlerde beslenme bir alışkanlık haline getirilmelidir.
E) Doğru yeme alışkanlıklarını kazandırabilmek için çocuklara 10 yaşından itibaren doğru beslenmenin öğretilmesi gerekmektedir.
3. Parmakla tutarak yemek yeme becerisi hangi aylarda görülür?
A) 3-6 Ay
B) 6-9 Ay
C) 9-12 Ay
D) 12-18 Ay
E) 18-24 Ay
4. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylere yemek yeme becerilerinin kazandırılmasını etkileyen etmenlerden **değildir**?
A) Küçük kas becerilerinin gelişimindeki ve sinir sistemiyle ilgili yetersizliklerdir.
B) Pişirilen yemeklerin niteliğidir.
C) Ağız boşluğu ve kas yapısındaki bozukluklardır
D) Görme ya da işitmedeki yetersizliklerdir
E) Uygun olmayan öğrenme çevreleridir.

5. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylere yemek yeme becerilerinin kazandırılması öğretimi sırasında dikkat edilmesi gerekenlerden **değildir**?
- A) Öğrencinin sandalyesinde otururken başının dengede olmasıdır.
B) Kollarını masaya ve ağızına doğru rahatlıkla hareket ettirebilmesidir.
C) Masanın yüksekliğinin, öğrencinin göğüs üstünde olmasıdır.
D) Masanın altının açık olmasıdır.
E) Öğrencinin ayaklarının zeminden yüksekte durmasıdır.
6. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylere yemek yeme becerilerinin kazandırılması öğretimi sırasında dikkat edilmesi gerekenlerden **değildir**?
- A) Öğretim zamanı olarak öğrencinin aç olduğu yemek yeme saatlerinin (öğünlerinin) belirlenmesidir.
B) Yemek yeme becerisinin kazanılmasını kolaylaştıracak yemek yeme araçlarının, kullanılmasıdır.
C) Seçilen yiyeceğin öğrencinin daha önce tatmadığı yiyecekler olmasıdır.
D) Öğretim sırasında temizlik kurallarına dikkat edilmesidir.
E) Bir çocuğa yemek yemeyle ilgili sahip olması gereken becerilere sahip olup olmadığının gözlenmesidir.
7. I. Çatal kullanarak yemek yeme
II. Bıçak kullanarak yemek yeme
III. Kaşık kullanarak yemek yeme
IV. Parmakla tutarak yemek yeme
Yukarıda verilmiş olan yemek becerilerini kazanma sırası seçeneklerin hangisinde doğru verilmiştir?
- A) I-II-III-IV
B) II-I-IV-III
C) IV-III-II-I
D) III-II-I-IV
E) IV-III-I-II
8. Aşağıdakilerden hangisi çatal kullanarak yemek yemek becerisinin kazandırılmasında dikkat edilmesi gerekenler hakkında **yanlış bir bilgidir**?
- A) Çatalın dişlerinin ucu sivri olmalıdır.
B) Öğretimi için kahvaltı çatalı tercih edilmelidir.
C) Öğretim sırasında kullanılacak tabağın 3-4 cm derinlikte olmalıdır.
D) Tabağın devrilmemesi için ağır ve tabanının kalın olması gerekir.
E) Tabağın kolay kırılmayan bir malzemeden yapılmış olması gerekir.

9. Aşağıdakilerden durumlardan hangisi bıçak kullanmayı gerektiren bir durum **değildir**?
- A) Bir yerden diğer bir yere yiyeceği taşımak.
 - B) Yiyecekleri çorba kıvamına getirmek.
 - C) Yiyeceği bir elle tutarken diğer elle kesmek.
 - D) Çatal üzerine yiyecekleri itirmek.
 - E) Bir yiyecek üzerine başka bir yiyeceği yaymak.
10. Öğrenciye pipetle bir sıvı içme becerisi ne zaman öğretilmelidir?
- A) Bir bardaktan bağımsız olarak sıvı içebildikten sonra,
 - B) Kaşık kullanarak yemek yeme becerisi kazandırıldıktan sonra,
 - C) Çatal kullanarak yemek yeme becerisi kazandırıldıktan sonra,
 - D) Bağımsız banyo yapma becerisini kazandıktan sonra,
 - E) Bıçak kullanarak yemek yeme becerisi kazandırıldıktan sonra.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-3

ÖĞRENME KAZANIMI

Özel gereksinimli bireylere giyinme ile ilgili becerileri aşamalara uygun olarak kazandırmada yardımcı olabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Özel gereksinimli bireylere giyinme becerilerinin kazandırılmasının önemi hakkında konu ile ilgili kaynaklardan ve internetten bilgi edininiz. Elde ettiğiniz bilgileri raporlaştırarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Özel gereksinimli bireylere giyinme becerisinin kazandırılmasında kullanılan yöntemler ile ilgili olarak özel eğitim kurumlarından bilgi alınız. Bu konuyla ilgili bir sunum hazırlayınız.

3. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE GİYİNME BECERİSİ

3.1. Özel Gereksinimli Bireylere Giyinme Becerilerinin Kazandırılmasının Önemi

Giyinme becerileri engelli ya da tüm çocuklar için soyunmayla ilgilidir ve sonradan kazanılır. Bu nedenle çocuk giysileri çıkarmayı beceremiyorsa, öncelikle bu beceriler öğretilir. Giyinmeyle ilgili öğretim ise daha sonra yer alır. Düğme açma-kapama, çıt çıt takma, fermuar açma-çekme, düğüm ve fiyonk yapma, el-göz eş güdümü ve parmaklarla ilgili becerilerde tam bir gelişme gerektirir. Çocuğun soyunma ve giyinme becerisinde kaba değerlendirmesi yapılırken değerlendirme; arkadan önü ve ters yüzden doğru yüzü ayırma, temiz ve kirli giysiyi ayırma, aynaya bakarak görüntüyü düzeltme, mevsimlere ve hava durumuna göre giyinmeyle ilgili becerileri de içerecek şekilde geniş tutulabilir. Bu gibi ayrıntılı beceriler birey temel giyinme ve soyunma becerilerini kazandıktan sonra öğretilirler. Yine kaba değerlendirme sırasında birey temel giyinme ve soyunma becerilerini gerçekleştiriyorsa ayakkabı giymekten farklı bot ya da çizme giymeyi, öndeki düğmeleri iliklemekten farklı olarak yandaki ve arkadaki düğmeleri ilikleme içerecek şekilde değerlendirmeyi genişletmek gerekir.

Fiziksel olarak yetersizliği olan öğrencilerin yapabildikleri saptanırken olanaklıysa bir fizyoterapistin yardımını istemek çocuk için amaçlar koymamıza katkı sağlayabilir. Öğrencinin oturma pozisyonuna gereken destek miktarı, hem öğretimi nasıl planlayacağımıza hem de hangi amaçlar için öğretim yapacağımıza karar vermemizde yardım edecektir. Özellikle parmaklarda tutma ve bırakma hareketleri sırasında kasılmalar varsa ya da parmaklarda deformasyonlar oluşmuşsa, öğrencinin tıbbi yönden de incelenmesi gerekir. Çocuğun bu özelliklerini bilmemiz, öğretim için seçilen giysilerde gerekli uyarlamalar yapabilmemize olanak sağlar.

Giyinme becerisi öğretimine, öğretmeni ya da ebeveyni tarafından giydirilirken yani bağımlı giyinme evresinde başlanır. Bu dönemde ebeveyn ya da öğretmen çocuğa giysiyi giydirirken isimlendirmelidir. Giyinme sırasında, çocuğun yapmasına fırsat verilmeli ve çocuk ödüllendirerek giyinmeye aktif katılımı sağlanmalıdır.

3.2. Özel Gereksinimli Bireylere Giyinme Becerisinin Kazandırılmasında Kullanılan Yöntemler

3.2.1. Tersine Zincirleme Yöntemiyle Hazırlanan Ölçü Aracında Öğrencinin Yapabildiklerinin Belirlenmesi

Öğrenciye kazandırılmak üzere belirlenen giyinme becerisinin, ileri zincirleme yaklaşımına göre beceri analizi yapıp ölçüt bağımlı ölçü aracı hazırlandıktan sonra, bu ölçü aracında öğrencinin yapabildikleri belirlenir. Eğer öğrenci, temel beceri basamaklarının çoğunluğunu fiziksel yardım ve model ipucuyla gerçekleştiriyorsa, amaçları tersine zincirleme yaklaşımına dayalı olarak düzenleyerek öğretim yapmak daha uygun olabilir. Bunu yapabilmek için öncelikle, ele alınan giyinme becerisinin tersine, zincirleme yöntemiyle beceri analizi yapılması ve ölçüt bağımlı ölçü aracının hazırlanması gerekir. Daha sonra bu ölçü aracı öğrenciye uygulanarak öğrencinin yapabildikleri tekrar belirlenmelidir.

Tersine zincirleme yöntemiyle her giyiniş biçimi ayrı bir beceri olma özelliği göstermektedir. Önce, öğrencinin giyiniş biçiminde yapabildikleri belirlenmelidir. Öğretmen ve öğrenci, becerinin özelliğine göre ayakta ya da oturmuş vaziyette ve öğretmen, öğrencinin kullandığı eli tarafında yanında bulunmalıdır. Öğretmen öğrenciye; “Kazağını giy” der. Öğrenci beceri basamağını bağımsız olarak gerçekleştirdiğinde, ölçü aracında o beceri basamağının karşısındaki “bağımsız” sütunu işaretlenir. Öğrenci, ilk temel becerinin herhangi bir basamağını yapamadığında ya da yanlış yaptığında hemen o beceri basamağı ile ilgili sözel ipucu verilir. Sözel ipucu verildiğinde beceri basamağını yaparsa, ilgili basamağın karşısındaki “sözel ipucu” sütunu işaretlenir. Öğrenci sözel ipucu verildiğinde de beceri basamağını yapamazsa, öğretmen beceri basamağını yaparak ve ne yaptığını açıklayarak model olur. Öğrenci, beceri basamağını öğretmen model olduğunda yaparsa, ilgili basamağın karşısındaki “model olma” sütunu işaretlenir. Öğrenci öğretmen tarafından model olduğunda da yapamazsa, öğretmen tarafından ilgili basamağın karşısındaki “fiziksel yardım” sütununun karşısına işaret konur.

Eğer öğrenci, ilk giyiniş biçiminin beceri basamaklarında sözel ipucu, model olma ya da fiziksel yardım ipuçlarından biri ya da birkaçına gereksinim duyarsa, öğrencinin yapabildiklerinin belirlenmesi işi tamamlanmış olur. Öğrencinin bu giyiniş biçiminde yapabildiklerine göre amaçlar düzenlenir.

➤ **Kazak Giyme Becerisi Ölçüt Bağımlı Ölçü Aracı**

Ana Yönerge: Kazağı giy.

Bildirimler	Bağımsız	Sözel İpucu	Model Olma	Fiziksel Yardım
Göğsüne kadar giydirilmiş kazağı giyer.				
Her iki elinin başparmağı dışarıda diğer parmaklar içeride kalacak şekilde kazağı etek kısmından tutar.				
Kazağı aşağı doğru çeker.				
Başı ve bir kolu giydirilmiş kazağı giyer.				
Giyinik olan kolunu eliyle başparmak içeride diğer parmak dışta kalacak şekilde kazağı eteğinden tutar.				
Kazağı dışarı doğru çeker.				
Diğer kolunu kazağın o taraftaki koluna sokar.				
Kolunu uzatır.				
Elini kazaktan çeker.				
Çektiği eliyle kazağın giydiği kolunu tutar.				
Eli kazaktan çıkana kadar kazağın kolunu omzuna doğru çeker.				
Her iki elinin başparmağı dışarıda diğer parmaklar içeride olacak şekilde kazağı				
Kazağı aşağı doğru çeker.				
Başı giydirilmiş kazağı giyer.				

Kullandığı elinin başparmağı içerde diğer parmaklar dışarıda kalacak şekilde kazağın eteğinden tutar.				
Dışarı doğru çeker.				
Kullandığı kolunu kazağın o tarafındaki koluna sokar.				
Kolunu uzatır.				
Kullanmadığı elini kazaktan çeker.				
Kullanmadığı elinin baş ve işaret parmakları arasında kalacak şekilde kazağın giydiği kolunu tutar.				
Elini kazaktan içeri sokar.				
Elini kazaktan çıkana kadar kazağın kolunu omzuna kadar çeker.				
Dışarı doğru çeker.				
Kolunu uzatır.				
Elini kazaktan çeker.				
Çektiği eliyle kazağın kolunu tutar.				
Eli kazaktan çıkana kadar kazağın kolunu omzuna çeker.				
Kazağı etek kısmından tutar.				
Aşağı çeker.				

Tablo 3.1: Kazak giyme becerisi ölçüt bağımlı ölçü aracı

➤ **Öğrencinin Tersine Zincirleme Yöntemiyle Hazırlanmış Kazak Giyme Becerisinde Çoklu Fırsat Yöntemiyle Belirlenmiş Yapabildiği Beceriler**

Göğsüne kadar giydirilmiş kazağı giyer.	Bağımsız
Her iki elinin başparmağı dışarıda diğer parmaklar içeride kazağı etek kısmından tutar.	Bağımsız
Kazağı aşağı doğru çeker.	Bağımsız
Başı ve bir kolu giydirilmiş kazağı giyer.	Bağımsız
Kazağı eteğinden tutar.	Model olma
Dışarı doğru çeker.	Sözel ipucu
Diğer kolunu kazağın o taraftaki koluna sokar.	Model olma
Kolunu uzatır.	Bağımsız
Elini kazaktan çeker.	Sözel ipucu
Çektiği eliyle kazağın diğer kolunu tutar.	Sözel ipucu
Elini kazaktan çıkana kadar kazağın kolunu omzuna kadar çeker.	Model olma
Basamak tekrarlanır.	Bağımsız
Başı giydirilmiş kazağı giyer.	Bağımsız
Kazağın eteğinden tutar.	Bağımsız
Dışarı doğru çeker.	Bağımsız
Kullandığı kolunu kazağın o taraftaki koluna sokar.	Bağımsız
Kolunu uzatır.	Bağımsız
Kullanmadığı elini kazaktan çeker.	Bağımsız
Eli kazaktan çıkana kadar kazağın kolunu omzuna kadar çeker.	Bağımsız
Giyiniş basamağı tekrarlanır.	Bağımsız
Giyeceği şekilde eline verilen kazağı giyer.	Bağımsız
Parmaklarını birbirine doğru hareket ettirerek kazağı toplar.	Bağımsız
Kazağın yakasını başının üstüne geçirir.	Bağımsız
Kazağı aşağı doğru çeker.	Bağımsız
Giyiniş biçiminin basamakları tekrarlanır.	Bağımsız

Giyeceği şekilde önüne konulan kazağı giyer.	Bağımsız
Kazağı etek kısmından tutar.	Bağımsız
Parmaklarını birbirine doğru hareket ettirir.	Bağımsız
Katlanmış hâlde duran kazağı giyer.	Bağımsız
Her iki eliyle kazağın omuzlarından tutar.	Bağımsız
Ellerini yukarı kaldırır. Kazağı masaya serer.	Bağımsız
Ellerini çapraz yapar. Kazağı her iki omzundan tutar.	Bağımsız
Ellerini yukarı kaldırır.	Bağımsız
Ellerini zıt yönde geriye çeker. Kazağı masanın üstüne serer.	Bağımsız
Giyiniş biçiminin tekrarı yapılır.	Bağımsız

Tablo 3.2: Öğrencinin tersine zincirleme yöntemiyle hazırlanmış kazak giyme becerisinde çoklu fırsat yöntemiyle belirlenmiş yapabildiği beceriler

- Tersine Zincirleme Yaklaşımına Dayalı Olarak Oluşturulan Amaçlar
 - **Uzun dönemli amaç:** Öğrenci bağımsız olarak (V) yakalı kazağı giyer.
 - **Kısa dönemli amaçlar:**
 - **KDA-1** Öğrenci bağımsız olarak başı ve bir kolu giydirilmiş kazağı giyer.
 - **KDA-2** Öğrenci bağımsız olarak başı giydirilmiş kazağı giyer.
 - **KDA-3** Öğrenci bağımsız olarak giyeceği şekilde eline verilen kazağı giyer.
 - **KDA-4** Öğrenci bağımsız olarak giyeceği şekilde önüne konulan kazağı giyer.
 - **KDA-5** Öğrenci bağımsız olarak katlanmış halde duran kazağı giyer.
 - **Öğretimsel amaçlar:**
 - Öğrenci model olduğunda giyinik olan kolunun eliyle başparmak dışta diğer parmaklar içte kalacak şekilde kazağı eteğinden tutar.
 - Öğrenci sözel ipucu verildiğinde kazağı dışarı doğru çeker.
 - Öğrenci model olduğunda diğer kolunu kazağın o taraftaki koluna sokar.
- Bu beceri basamağı bağımsız olarak yazıldığında amaç yazılmaz.
- Öğrenci sözel ipucu verildiğinde elini kazaktan çeker.
- Öğrenci sözel ipucu verildiğinde çektiği eliyle kazağın diğer kolunu tutar.
- Öğrenci model olduğunda eli kazaktan çıkana kadar kazağın kolunu omzuna kadar çeker.

3.2.2. Giyinme Becerisi Öğretim Öğeleri

➤ Amaçların Düzenlenmesi

Giyinme becerilerinin öğretiminde amaçlar; ileri zincirleme, tüm beceri ve tersine zincirleme yaklaşımlarına göre düzenlenebilir. Yapılan araştırmalar tersine zincirleme yaklaşımının, özellikle ele alınan giyinme becerilerinin çoğunu gerçekleştiremeyen ve model olma, fiziksel yardım ve ipuçlarına gereksinim duyan öğrencilerin öğretiminde daha etkili olduğunu göstermektedir.

➤ Öğretim Zamanı ve Ortamı

Tuvalet yapma ya da yemek yeme becerilerine benzer olarak giyinme becerilerinde de özellikle öğrencinin gereksinim duyduğu yer ve zamanlarda öğretimin yapılması, öğrencinin öğretim etkinliğine daha fazla katılmasına etki edecektir. Örneğin; okullarda çocukların geliş saatlerinde 10-15 dakika palto, ceket ve ayakkabı çıkartmaya ayrılabilir. Yine bazı dersler (resim, beden) bir önlük giyinme becerisi öğretimi için kullanılabilir. Eğer bu doğal öğretim zamanları yeterli olmazsa, öğrencinin bulunduğu zamanlarda birkaç tane 10 dakikalık öğretim zamanı ayrılabilir.

➤ Öğretim Materyalleri

Giyinmeyle ilgili becerilerin öğretiminde, özellikle temel giyinme becerileri çalışırken uyarlanmış giysileri kullanmak, çocuğun daha kolay başarıya ulaşmasına yol açabilir. Örneğin; çorap giyme becerisi çalışılırken bazı öğrenciler için boru şeklinde topuksuz ve biraz büyük çoraplar kullanılabilir. Pantolon giyme becerisi çalışılırken fermuarı ve düğmesi olmayan, beli lastikli ve bol bir pantolon ya da bermuda şortla işe başlanabilir. Kazak giyme becerisi çalışılırken yine çocuğa bir beden büyük gelen “V” yakalı kazaklarla başlanabilir. Daha sonra “0” yaka ve dik yakaya geçilebilir. Önü arkadan ayırt etmeyi kolaylaştırmak için kazağın önü ya da arkası renkli bir bantla işaretlenebilir. Sağ ve sol ayakkabıyı ayırt etmede zorluk çekiliyorsa, ayakkabı bağları farklı renkte olabilir. Başlangıçta büyük düğmeler ve düğmeye biraz büyük gelen iliklerle işe başlanabilir. Zihinsel engelli çocukların bir giysisinin alt ve ortasında 19-22 mm, üstte ise 38 mm’ lik düğmeleri daha kolay ilikledikleri görülmüştür. Parmaklarında güçsüzlük olan öğrencilerin fermuarları daha kolay çekebilmesini sağlamak için, uçlarına halka bağlama yoluna gidilebilir. Yetersizliği olan öğrencilerin pantolonu ve kazağı daha kolay tutabilmelerini sağlamak amacıyla pantolonun beli ve kazağın eteğine çıkartmalar yapıştırılarak kalınlaştırılabilir. Kas kontrolünün yetersiz olduğu bazı öğrenciler için giysilerdeki bu uyarlamaların, çok daha uzun süre kalması gerekebilir.

➤ **İpucu İşlem Sürecinin Seçimi ve Kullanımı**

Bağımsız olarak giyinme becerilerinin kazandırılmasında, beceri kazandırmada kullanılan işlem süreçlerinden biri öğrencinin yaşı, dikkat süresi, sahip olduğu psikomotor beceriler ve ele alınan giyinme becerisindeki düzeyi göz önünde tutularak seçilebilir. Ancak, yetersizlikten etkilenmiş öğrencilere, temel becerilerden olan giyme becerileri kazandırılırken ipucunun verilmesi ve sistematik olarak geri çekilmesi, işlem sürecinin kullanılması daha uygun olabilir.

➤ **Pekiştireçler**

Öğrenci için etkili olan pekiştireçler bireysel olarak saptanmalı ve mutlaka öğretime başlamadan önce etkililikleri test edilmelidir.

➤ **Öğretimde İlerlemelerin Kaydedilmesi**

Eğer ipucunun verilmesi ve sistematik olarak geri çekilmesi işlem süreciyle öğretim yapılıyorsa; öğrencinin yapabildiklerinin belirlenmesinde kullanılan ölçüt bağımlı ölçü aracı kayıt çizelgesi hâline getirilir. Her öğretim oturumunda, öğrenciye verilen ipucu doğrultusunda beceri basamağını hangi düzeyde gerçekleştirdiği basamaklara işaretlenir ve öğretimdeki ilerlemeler kaydedilmiş olur. Böylelikle öğretmen, bir sonraki öğretim oturumunda ipuçlarını hangi düzeyde kullanacağına karar verebilir. Diğer işlem süreçlerinden biriyle öğretim yapılırsa, ilgili işlem sürecinin gerektirdiği kayıt formu kullanılarak ilerlemeler kaydedilir.

➤ **Kazanılan Becerilerin Sürekliliğinin Sağlanması**

Öğrenciye bir giysiyi bağımsız olarak giyme becerisi kazandırıldıktan sonra kazanılan bu becerinin sürdürülmesi amaçlanır. Kazanılan becerileri süreklilik kazandırmada, pekiştireç tarifelerinden de yararlanılması gereklidir. Öğrenciye beceri kazandırılırken becerinin tamamının bağımsız olarak tek değil, birkaç kez pekiştirilmelidir. En sonunda ise öğrencinin bağımsız olarak giysisini giymesinin öğrenci için pekiştireç etkisi yaratmasının sağlanması gerekmektedir.

➤ **Kazanılan Becerinin Genellenmesi**

Becerinin genellenmesi, kazanılan becerinin öğretimin yapıldığı ortamdan başka ortamlarda başka araçlarla, başka kişilerin varlığında ve başka yönergeler verildiğinde yapılması demektir. Öğrenciye bir giyinme becerisi kazandırılırken giyside, öğrencinin yetersizliklerine göre, birtakım uyarlamaların daha kolay kaldırılabilir olandan daha zor kaldırılabilir olana doğru bir sıraya konması ve buna göre kaldırılması gereklidir. Öğrenci evde ya da okulda bazı giysileri bağımsız olarak giymeyi kazandıktan sonra, giymesini öğrendiği bu giysiyi, gereksinim duyduğu diğer ortamlarda da bağımsız olarak giyebilmelidir. Gereksinim duyduğunda, her ortamda bir giysiyi bağımsız olarak giymesi, öğrencinin öğrendiği giyinme becerisini başka kişilerin varlığına genellemesi anlamına gelecektir.

3.3. Özel Gereksinimli Bireylerde Giysi Türüne Göre Giysileri Giyinme ve Çıkarma Becerilerini Kazanma Basamakları

3.3.1. Giyinme Becerileri Analizleri

➤ Pantolon Giyme Beceri Analizi

- Pantolonu başparmak içerde kalacak şekilde tutar.
- Ayaklarını pantolonun paçalarından geçirir. Kalçasına kadar giydirilmiş olan pantolonunu beline kadar çeker.
- Dizlerine kadar giydirilmiş pantolonunu beline kadar çeker.
- Ayak bileğine kadar giydirilmiş pantolonunu beline kadar çeker.
- Bir paçası giydirilmiş pantolonunun diğer paçasından ayağını geçirir ve pantolonunu beline kadar çeker.
- Pantolonunun kemer kısmını tutan kopçayı / düğmeyi kapatır.
- Pantolonunun düğmelerini / fermuarını kapatır.



Resim 3.1: Pantolon giyme becerisi

➤ Çorap Giyme Beceri Analizi

- Çorabı topuk kısmı alta gelecek şekilde tutar.
- Çorabı başparmak içerde kalacak şekilde koncundan tutar. Her iki elinin başparmaklarını çorabın koncuna yerleştirir. Her iki elinin diğer parmaklarıyla çorabın koncunun dışına gelecek şekilde yerleştirir.
- Çorabın ucunu ayak parmaklarına geçirir.
- Çorabı ayakucuna geçirir ve çeker. Çorabın lastiğini yanlara doğru genişletir. Çorabı ayakucuna doğru getirir. Çorabı ayağının yarısına kadar getirir.
- Çorabı ayak topuğundan geçirir.
- Çorabı dizine doğru çeker. Çorabı topuğuna kadar çeker. Çorabı topuğundan geçirerek yukarı doğru çeker.

➤ **Ceket Giyme Beceri Analizi**

- Ceketin ön kısmını kendisine bakacak şekilde tutar, yakanın ortasından tutar.
- Ceketin tutan elinin bulunduğu taraftaki omzuna ceketin yerleştirir.
- Diğer eliyle yakanın omuz üzerindeki kısmını tutan elini bırakır.
- Bıraktığı elini arkaya götürür.
- Elini ceketin diğer kolundan geçirir.
- Elleriyle ceketin yakasından tutar.
- Ceketin omuzlarını kendi omuzlarına yerleştirir.
- Düğmelerini / fermuarını kapatır.



Resim 3.2: Ceket Giyme Becerisi



Resim 3.3: Ceket Giyme Becerisi

➤ **Ayakkabı Giyme Beceri Analizi**

- Ayakkabıları topuk kısımları kendisine, yanlardaki oyuklar birbirlerine bakacak şekilde yan yana getirir.
- Ayak parmaklarını ayakkabının topuklarının arkasına gelecek şekilde durdurur.
- Ayakkabının dilini tutar.
- Ayağının karşısındaki ayakkabının içine sokar.
- Topuğunu ayakkabının içine yerleştirir.
- Ayakkabının bağcıklarını bağlar. Bantlarını kapatır.

➤ **Külotlu Çorap Giyme Beceri Analizi**

- Çorabı, topukları alta gelecek şekilde tutar.
- Başparmaklar çorabın içinde kalacak şekilde bir bacağı elinde toplar.
- Çorabın topladığı tarafını aynı taraftaki ayağının parmaklarına geçirir.
- Çorabı topuğuna çeker.
- Çorabı topuğundan geçirerek bileğine kadar çeker.
- Çorabın bel kısmını, başparmaklar içerde kalacak şekilde tutar.
- Çorabı dizine kadar çeker. Çorabı beline kadar çeker.

➤ **Eldiven Giyme Beceri Analizi**

- Eldivenleri bilek kısmı kendine, başparmakları birbirinin yanına gelecek şekilde yerleştirir.
- Bir eliyle diğer eline giyeceği eldivenin üst kısmından tutar.
- Parmak uçlarını eldivenin içine sokar.
- Eldiveni kendine doğru çeker.
- Parmaklarını eldivene doğru yerleştirir.

➤ **Etek Giyme Beceri Analizi**

- Eteği başparmaklar içerde kalacak şekilde bel kısmından tutar.
- Ayaklarını bel kısmından geçirir.
- Eteği beline kadar çeker.
- Eteğin bel kısmını tutan kopçayı/ düğmeyi kapatır.
- Eteğin düğmelerini / fermuarını kapatır.

3.3.2. Soyunma Becerileri

➤ **Eldiven Çıkarma Beceri Analizi**

- Eldiveni parmak uçlarından çekerek gevşetir.

➤ **Ayakkabı Çıkarma Beceri Analizi**

- Bantları açar, bağcığı açar.
- Ayakkabının topuk kısmından tutar.
- Ayağını çıkartır.

➤ **Külotlu Çorap Çıkarma Beceri Analizi**

- Çorabı başparmak içerde kalacak şekilde bel kısmından tutar.
- Çorabın bel kısmını dizlerine kadar indirir.
- Çorabı başparmağıyla iterek topuğundan çıkartır.
- Çorabı burun kısmından iterek çıkartır.
- Çorabı başparmağıyla iterek topuğundan çıkartır.
- Çorabı burun kısmından çekerek çıkartır.

➤ **Pantolon Çıkarma Beceri Analizi**

- Kemer kısmını tutan kopçayı, düğmeyi açar.
- Pantolonun fermuarını / düğmelerini açar.
- Pantolonu bileklerine kadar indirir.
- Pantolonun içinden ayaklarını çıkartır.

UYGULAMA FAALİYETİ

Özel gereksinimli bireylere yönelik, giyinme ve soyunma becerilerini aşamalı olarak uygulayabilecekleri bir maket hazırlayınız ve arkadaşlarınıza uygulayarak sununuz.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Özel gereksinimli bireylere giyinme ve soyunma becerilerini kazandırmanın önemi ve kazandırma yöntemleri ile ilgili olarak kaynak araştırması yapınız.	➤ Kaynak araştırması yaparken kütüphanelerden ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Özel gereksinimli bireylerde giysi türüne göre giyinme ve soyunma becerilerini basamaklandırınız.	➤ Basamakları oluştururken, bireylere giyinme ve soyunma becerilerini kazandırma yöntemlerini göz önünde bulundurunuz
➤ Bu basamaklara uygun olarak bir dolgu bebek ediniz.	➤ Bu konuda internetten ve özel eğitim kurumlarından yardım alabilirsiniz.
➤ Dolgu bebek üzerinde giyinme ve soyunma beceri analizini uygulayınız.	➤ Basamakları açık ve anlaşılır şekilde yansıtmaya dikkat ediniz.
➤ Hazırladığınız giyinme ve soyunma becerileri analizi uygulama dolgu bebek üzerinde uygulayarak arkadaşlarınıza sununuz.	➤ Sunum sırasında istekli ve açık olunuz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylere giyinme becerisinin kazandırılması konusunda **yanlış bir bilgidir?**
 - A) Çocuk giysileri çıkarmayı beceremiyorsa öncelikle bu beceriler öğretilmeli
 - B) Ayrıntılı beceriler bireyin temel giyinme ve soyunma becerilerini kazanmadan önce öğretilmeli
 - C) Ebeveyn ya da öğretmen çocuğa giysiyi giydirirken isimlendirmeli
 - D) Öğretim evresi boyunca olumlu ve telaşsız bir atmosfer yaratılmalı
 - E) Öğrenciye gerekirse fiziksel destek verilmeli

2. I. Öğrenci bağımsız olarak başı giydirilmiş (V) yakalı kazağı giyer.
Yukarıda verilmiş olan amaç çeşidi hangisinde doğru olarak verilmiştir?
 - A) Genel amaç
 - B) Uzun dönemli amaç
 - C) Kısa dönemli amaç
 - D) Uzun dönemli amaç
 - E) Öğretimsel amaç

3. “Yapılan araştırmalar amaçların düzenlenmesinde yaklaşımının, özellikle ele alınan giyinme becerilerinin çoğunu gerçekleştiremeyen ve model olma, fiziksel yardım ve ipuçlarına gereksinim duyan öğrencilerin öğretiminde daha etkili olduğunu göstermektedir.”
Yukarıdaki boşluğa aşağıdaki seçeneklerde verilen kavramlardan hangisi yerleştirilmelidir?
 - A) Çoklu fırsat yöntemi
 - B) İleri zincirleme
 - C) Tek fırsat yöntemi
 - D) Tersine zincirleme
 - E) Tüm basamakların bir arada öğretimi

4. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylere giyinme becerisinin kazandırılması konusunda **yanlış bir bilgidir**?
- A) Pekiştireçler bireysel olarak saptanmalı
 - B) Öğrencinin gereksinim duyduğu yer ve zamanda öğretimin yapılmalı
 - C) Çocuğa göre uyarlanmış giysileri kullanmalı
 - D) Öğrencilerin fermuarları daha kolay çekebilmesini sağlamak için, uçlarına halka bağlama yoluna gidilebilir.
 - E) Pekiştireç beceriyi kazandıktan sonra verilmeli
5. Fiziksel olarak yetersizliği olan öğrencilerin yapabildikleri saptanırken kimden yardım alınabilir?
- A) Aile
 - B) Öğretmen
 - C) Çocuk Gelişimci
 - D) Doktor
 - E) Fizyoterapist

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-4

ÖĞRENME KAZANIMI

Özel gereksinimli bireylere gelişim yaşına uygun tuvalet eğitimi ile ilgili becerilerin kazandırılmasına yardımcı olabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Özel gereksinimli bireylerde tuvalet eğitiminin önemi ve eğitime başlanmadan önce dikkat edilmesi gereken noktalar hakkında konu ile ilgili kaynaklardan ve internetten bilgi edininiz. Elde ettiğiniz bilgileri raporlaştırarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Özel gereksinimli bireylerde tuvalet eğitimi ile ilgili aşamalar ve tuvalet kontrolü kazandırma yöntemleri ile ilgili olarak özel eğitim kurumlarından bilgi alınız ve bu konuda bir pano hazırlayınız.

4. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE TUVALET EĞİTİMİ



Resim 4.1: Tuvalet eğitimi

4.1. Özel Gereksinimli Bireylerde Tuvalet Eğitiminin Önemi

Engelli çocuklar söz konusu olduğunda tuvalet yapma becerisi, en az üstünde durulan ya da ihmal edilen davranıştır. Bu nedenle de engelli çocuklar çoğunlukla sosyal programlardan ya da resmi yerlerden uzak tutulurlar. Engelli çocukların çoğunda gece tuvaletini tutamama, normal çocuklara oranla çok fazladır. Tuvalet alışkanlığını kazanma dönemi genelde her çocuk için çatışmalı bir aşama sayılır.

Gelişim ve iletişim problemi olan çocukların çoğu için de tuvalet eğitimi zor bir etaptır. Çünkü çocuğun farkındalığı ve kas kontrolü gelişmiş olsa bile bu becerinin kazanılması için gelişmesi gereken başka sosyal faktörler daha vardır. Gelişim ve iletişim problemi olmayan çocuk belli bir yaşa gelip kas kontrolü geliştikten sonra sosyal olarak da çevrenin kabulünü kazanmaya yönelik şiddetli bir arzu duyar. Bu sosyal motivasyon çocukların tuvalet eğitimi kazanmaya hazır oluşunu belirleyen önemli faktörlerden biridir. Ancak, gelişim ve iletişim ve bazen de bunlara eşlik eden otistik davranışları bulunan çocuğun, tuvalet eğitimi kazanmasında güçlük yaratan bazı faktörler vardır. Herhangi bir problemi olmadan büyüyen bir çocuğun 2-3 yaşlarında geliştirdiği büyüme arzusu ve etrafındakileri memnun etme isteği otistik çocukta yoktur. Diğer bir özellik olarak kabul edilebilecek olan değişikliğe aşırı duyarlılık, bu çocukların bez kullanmadan çıkıp daha gelişmiş bir rutini oturtmak konusunda güçlük yaşamalarına sebep olabilir. Duyusal uyarılara geri tepkiler gösterebilen bu çocuklar, tuvalet ortamındaki yankılanmadan, çekilen sifonun veya kendi dışkısının çıkardığı sestene bile başka bir çocuğun etkilendiğinden çok daha fazla etkilenip olaya konsantre olmakta zorlanabilir.

İletişim ve otistik davranışları olan çocukların, farklı duylardan gelen uyarıların entegre etmeyle ilgili problem yaşadıkları iddiaları düşünülecek olursa, dışkılamayı başlatacak vücutsal ipuçlarını yorumlayıp bunları diğer uygun uyarılara çevirmekte güçlük çekmeleri de kolay anlaşılabilir.



Resim 4.2: Tuvalet Eğitimi

4.2. Özel Gereksinimli Bireylerde Tuvalet Eğitime Başlamadan Önce Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar

Bu eğitimin, belli bir süre harcanmasına ve sabır gösterilmesine bağlı olacağını önceden kabul etmek gerekir. Bu eğitim çalışması, bu sabrın rahatlıkla gösterebileceği bir döneme koyulmasına çalışılmalıdır. Bu eğitime başlarken çocuğun üç yaşını geçirmemesine dikkat etmek gerekir. Çünkü 3-4 yaşından sonra geçen her zaman onun ihtiyacını kolay yoldan giderme yöntemlerini pekiştirmesine sebep olacak ve değişimi güçleştirecektir. Tuvalet eğitiminin sürdüğü dönemde çocuğa kesinlikle bez bağlamamaya özen gösterilmelidir. Kendisinin de kolaylıkla çıkarabileceği eşofman türü giysiler giymesine dikkat edilmelidir. Tuvalet eğitiminin gerçekleşmesi, belirli bir bedensel olgunluğa bağlıdır. Bu olgunluk gerçekleşmeden tuvalet eğitimi uygulamaya çalışmak, yarar yerine zarar verir. Çocuğun bedensel olgunluğa erişip erişmediğinin anlaşılabilmesi için; uygun yaş, mesana kontrolü, bedensel gelişimi ve zihinsel gelişimi şartlarının oluşup oluşmadığı kontrol edilmelidir.

Uygun yaş: Bu şartların oluşup oluşmadığının anlaşılabilmesi için en uygun yaş dışkılama için iki, çiş tutma için ise üçtür.

Mesane kontrolü kurulma koşulları: Çocuk çişini gün boyunca defalarca az az yapmak yerine birkaç defa yeterli miktarda yapabiliyor mu? Tuvalete gitme ihtiyacını yüzüyle, mimikleriyle veya duruşu ile ifade edebiliyor mu?

Bu sorulara “Evet” yanıtı verilebiliyorsa, çocuk artık mesanesini kontrol gücüne sahip demektir.

Bedensel gelişim: El ve parmak koordinasyonu objeleri kavrayabilecek kadar gelişmiş mi? Legoları takabiliyor mu? Bu sorulara “Evet” yanıtı verilebiliyorsa, çocuk artık bedensel gelişimini tamamlamıştır.

Zihinsel gelişim: Yüzündeki organları gösterebiliyor mu? Belirli bir yere kendi gidebiliyor mu? Basit işlerde sizi taklit edebiliyor mu? İstedığınız bir oyuncacı gösterebiliyor mu? Bir objeyi başka bir yere yerleştirmesi gerektiği gibi yerleştirebiliyor mu? Bu sorulara “Evet” yanıtı verilebiliyorsa, çocuk artık zihinsel gelişimini tamamlamıştır.

Bunlar dışında, tuvalet kontrolü kazandırılmasını kolaylaştırmak açısından; bireyin tuvalete tek başına gidebiliyor olması, temel giyinme soyunma becerilerinin gerektirdiği el becerilerine sahip olması, bireyin ıslak ya da kirli olmaktan rahatsız olup bunu belli edebilmesi, 3-5 dakika arası bir süre boyunca oturabiliyor olması, basit yönergeleri anlayabilmesi ve başkalarıyla olumlu sosyal ilişkiler kurabiliyor olması da önemlidir.

4.3. Özel Gereksinimli Bireylerde Tuvalet Eğitimi İle İlgili Aşamalar

Tuvalet yapma becerisi, tuvalet kontrolünün kazanılması ve bağımsız olarak tuvalet yapma becerisinin kazanılması olmak üzere iki alt beceriden oluşmaktadır. Tuvalet becerisi gelişimsel bir sıra içerisinde öğrenilir. Bu gelişimsel sıra;

- Çocuğun uyanık olduğu gündüz saatlerinde çiş ve kaka kontrolünü kazanma, gece çiş ve kaka kontrolünü kazanmadan önce gelir.
- Barsak hareketleri, mesane hareketlerinden önce düzenlenir. Ancak genellikle her iki tuvalet yapma bağımsızlığı da aynı zamanda kazanılır.
- Soyunma, giyinme (fermuar açma, düğme ilikleme vb.) ve temizlenmeyle ilgili ek beceriler, normal çocuklardaki tüm becerilerin bağımsızlığında olduğu gibi geriden izler.

Çiş ve kaka düzeninin sağlanması (belli aralıklarla çiş ve kaka yapma) gibi bazı giriş davranışları, bağımsız olarak boşaltımı sağlamak için ön şarttır. Ancak yürüme, görme, basit sözel yönergelerin anlaşılması gibi becerilere sahip olunması, bağımsız olarak boşaltımı sağlamak için ön şart olmamakla birlikte, bağımsız olarak tuvaleti yapmayı öğrenmeyi büyük ölçüde kolaylaştıran davranışlardır.

Tuvalet kontrolünün kazandırılması için; boşaltım örüntüsü oldukça sabit olmalıdır. Yani çiş ve kaka hareketleri gün boyu damlama ya da rastgele zamanlarda kaka yapmaktan çok, belli günün belli zamanlarında meydana gelmelidir. Birey en az bir saatlik aralarla kuru kalabiliyor olmalıdır.

4.4. Özel Gereksinimli Bireylerde Tuvalet Kontrolü Kazandırma Yöntemleri

Tuvalet kontrolünün kazanılmasında iki farklı yöntem kullanılabilir. Bunlar; geleneksel ve hızlı yöntemdir.

4.4.1. Geleneksel Yöntem

Geleneksel yöntemin dayanağı, mesane ve bağırsak geriliminin en fazla olduğu zamanları, sağlıklı bir biçimde saptamaktır. Öğrencinin tuvalet yapma saatlerini saptamak için 7-10 gün süreyle kuruluk kaydı tutulup kuruluk süresi bir saat ve üzerindeyse, gündüz tuvalet kontrolüne yönelik amaçlar belirlenerek öğretime başlanır. Kuruluk süresi bir saat olmadığında, öğrenci tuvalet kontrolünü kazanmak için hazır değildir. Aradan birkaç ay geçtikten sonra öğrencinin kuruluk süresi tekrar gözlenmelidir.

Öğrencinin gündüz saatlerinde kuruluk süresi bir saat ya da üzerinde ise, öğrencinin gündüz uyanık olduğu süreler içinde ikişer saat aralıklarla tuvaletini kontrol edebilmesine yönelik uzun dönemli amaçlar konur. Öğrencinin, kuru kaldığı belirlenen süreyle (başlama düzeyi) uzun dönemli amaçlar arasında ara amaçlar oluşturulur.

Bu ara amaçlar da öğretimsel amaçlara ayrılır. Başlangıçta yer alan öğretimsel amaçlarda, öğrencinin kuru kalma süresi, başlama düzeyinden çok az sürelerle fazla olmalı (bire dakika gibi), öğrenci ilerleme gösterdikçe tuvaletini kontrol etme (kuru kalma süresi) daha fazla sürelerle artırılmalıdır.

- **Öğrencinin kuru kalma süresi:** 1saat
- **Uzun dönemli amaç:** Öğrenci gündüz uyanık olduğu süreler içinde iki saat aralıklarla tuvaletini tuvalete götürüldüğünde % 80 lazımlığa (klozete) yapar.
- **Kısa dönemli amaçlar:**
 - **KDA-1:** Öğrenci gündüz uyanık olduğu süreler içinde bir saat on dakika aralıklarla tuvaletini tuvalete götürüldüğünde %80 lazımlığa (klozete) yapar.
 - **KDA-2:** Öğrenci gündüz uyanık olduğu süreler içinde bir saat otuz dakika aralıklarla tuvaletini tuvalete götürüldüğünde %80 lazımlığa (klozete)yapar.
 - **KDA-3:** Öğrenci gündüz uyanık olduğu süreler içinde iki saat aralıklarla tuvaletini tuvalete götürüldüğünde %80 lazımlığa (klozete) yapar.

4.4.1.1. Geleneksel Yöntemle Gece Tuvalet Kontrolünün Kazandırılması

Bir öğrenci gündüz tuvalet kontrolünü %70 ya da daha fazla oranda kazandıktan sonra yani tuvaleti geldiğinde, gece tuvalet kontrolü öğretimine başlanabilir. Gece öğretimine başlandığında gündüz programına devam edilir. Gece tuvalet kontrolü öğretimine başlandığında, çocuğun altını bağlamamak gerekir. Gece tuvalet kontrolünde şu basamaklar izlenir.

- Çocuğa akşam verilen sıvıların miktarı azaltılır ve yatma zamanında 1,5- 2 saat kaldıktan sonra hiçbir şey verilmez.
- Yatmadan önce çocuğun tuvalete gitmesi sağlanır.
- Eğer çocuk söyleneni anlıyorsa, sabahleyin kuru bir yatak bulunduğunda ödüllendirileceği basit bir dille anlatılır.
- Çocuk uyuduktan 1,5 saat sonra uyandırılır. Altı kuruysa tuvalete götürülür ve tuvaletini yapması sağlanır. Altı ıslaksa, hiçbir şey söylenmeden üstü değiştirilir ve her iki durumda da mutlaka kaydedilir.
- Sabah yatak kuruysa, çocuk mutlaka ödüllendirilir. Eğer yatak ıslaksa, çocuğa hiçbir şey söylenmeden çarşaf ve çocuğun üzeri değiştirilir.

4.4.2. Hızlı Yöntem

Hızlı yöntem, alınan sıvıların artırılmasına dayanmaktadır ve öğrencinin boşaltım örüntüsünü değiştirmektedir. Genellikle ağır derecede zihinsel yetersizlik gösteren yetişkinlerde kullanılmaktadır. Hızlı yöntemle genel olarak tuvalete ve kişinin külotuna nem sinyali cihazları yerleştirilir. Tuvalet kontrolü öğretimine başlamadan önce, 3-4 gün süreyle kişinin tuvalet yapma kayıtları tutulur. Banyoya iki sandalye ve sıvı besinler yerleştirilir.

Kişinin normal tuvalet yapma saatinden bir saat kadar önce içebileceği kadar sıvı verilir. Öğretim gün boyunca banyoda yapılır.

4.4.2.1. Hızlı Yöntemle Gündüz Tuvalet Kontrolünün Kazandırılması

- Öğrenciye banyodaki sandalyede otururken içebileceği kadar fazla sıvı verilir ve 1-2 dakika beklenir.
- Tuvalet oturması istenir.
- Külotunu indirmesi istenir.
 - Boşaltım gerçekleşirse yiyecek pekiştireci verilir ve öğrenci övülür, öğrencinin tuvaletten kalkması istenir.
 - Sıvıları içtikten sonra 20 dakika içinde boşaltım gerçekleşmezse, öğrencinin tuvaletten kalkması istenir.
- Külotunu çekmesi istenir.
- Tuvaletin yanındaki sandalyeye oturması istenir.
 - Külotu kuru ise öğrenciye sevdiği yiyecek verilir.
 - Külotu ıslak ise öğrenciye yiyecek gösterilir ama verilmez.
- Otuz dakika sonunda bu sıra baştan sonuna kadar tekrarlanır.

4.4.2.2. Hızlı Yöntemle Gece Tuvalet Kontrolünün Kazandırılması

- Yatma zamanı öncesi
 - Kişiye içebileceği kadar fazla sıvı verilir.
 - Yatağa nem sinyali cihazı yerleştirilir.
 - Tuvalet nem sinyali cihazı yerleştirilir.
- Saatte bir uyandırılma
 - Kişi uyandırılır.
 - Tuvalet gitmesi istenir.
 - Tuvalet oturması istenir.

Eğer beş dakika içinde boşaltım gerçekleşirse, özel olarak pekiştireç ve yatması sağlanır. Eğer beş dakika içinde boşaltım gerçekleşmezse, hiçbir şekilde pekiştirilmeden yatması sağlanır. Gece boyunca bir bu işleme devam edilir.



Resim 4.3: Tuvalet Eğitimi

4.4.3. Bağımsız olarak tuvalet yapma becerisi

Bağımsız olarak tuvalet yapma becerisi, öğrencinin giyinme ve soyunma becerisiyle ilgili düzeyine bağlı olarak tuvalet kontrolü becerisinin öğretimiyle aynı anda ele alınabilir. Öğrencinin yaşı küçükse, giyinme ve soyunma becerilerinin gerektirdiği tutma ve çekme gibi hareketleri yapmak için gerekli kas kuvvetine sahip değilse, öğrenciye önce tuvaletini kontrol etme becerisi kazandırılır. Daha sonra bağımsız olarak tuvaletini yapma becerisinin öğretimine geçilir.

Bağımsız olarak tuvaletini yapma becerisinin kazandırılması sırasında, her tuvalet yapma saatinde tuvalet yapma becerisinin basamaklarında içeren davranışlar için her zaman aynı terimlerin kullanılması gerekmektedir. Tuvalet yapma becerisi içinde yer alan pantolon düğmesini açma, ilikleme, fermuarı açma-çekme, tuvalet kâğıdıyla ya da suyla poponun temizlenmesi ve sifonu çekme gibi beceriler öğrenci tuvaleti geldiğinde, bağımsız olarak yapmayı kazanıncaya kadar ele alınabilir. Bağımsız olarak tuvalet yapma becerisinin kazandırılması için öncelikle öğrenciye tuvalet yapma becerisi ölçü aracı uygulanarak öğrencinin yapabildikleri belirlenmelidir.

- **Ana Yönerge:** Tuvaletini yap.

Bildirimler	Bağımsız	Sözel İpucu	Model Olma	Fiziksel Yardım
1. Tuvalete girer.				
Kullandığı eliyle kapının kolunu tutar.				
Kapının kolunu aşağı indirir.				
Kapıyı iter.				
Tuvalete girer.				

Kullandığı eliyle kapının kolunu aşağıya doğru bastırır.				
2. Pantolonunu indirir.				
Her iki elinin başparmağı içerde, diğer parmakları dışarıda olacak şekilde pantolonun belinden tutar.				
Pantolonunu aşağıya indirir.				
3. Külotunu indirir.				
Külotunun belinden tutar.				
Külotunu aşağı indirir.				
4. Tuvaletini yapar.				
Klozete oturur. Tuvaletini yapar.				
5. Külotunu çeker.				
Külotunun belinden tutar.				
Külotunu çeker.				
6. Pantolonunu çeker.				
Pantolonunun belinden tutar.				
Pantolonunu çeker.				
Kapıyı iter.				
7. Tuvaletten çıkar.				
Kullandığı eliyle kapının kolundan tutar.				
Kapının kolunu aşağıya doğru bastırır.				
Kapıyı iter.				
Tuvaletten çıkar.				
Kapıyı kapatır.				

Tablo 4.1: Tuvalet yapma becerisi ölçü aracı



Resim 4.4: Tuvalet Eğitimi

➤ **Tuvalet Yapma Becerisi ile İlgili Öğrencinin Yapabildiklerinin Belirlenmesi**

Tuvalet yapma becerisi ile ilgili öğrencinin yapabildikleri belirlenirken iki farklı yol izlenebilir.

- **Tek fırsat yöntemi:** Öğrenciye beceri ile ilgili ana yönerge (tuvaletini yap) verilir. Öğrencinin bağımsız olarak yaptığı beceri basamakları gözlenirken tuvalet yapma becerisi, ölçü aracına kaydedilir. Çocuğun gerçekleştiremediği basamakta, çalışmaya son verilir.
- **Çoklu fırsat yöntemi:** Beceri analizindeki basamakları bildirimler olarak kabul edip sorular bölümüne bağımsız, sözel ipucu, model olma ve fiziksel yardım sütunları eklenerek ölçüt bağımlı ölçü aracı oluşturulur. Öğrenciye ana yönerge (tuvaletini yap) verilir. Öğrencinin bağımsız olarak yaptığı basamaklar, eğer temel becerinin tümünü kapsıyorsa, o temel becerinin karşısındaki sütuna (+) işareti konur. Eğer bağımsız gerçekleştirilen basamaklar temel becerinin bütün alt basamaklarını kapsamıyorsa, sırasıyla gerçekleştirilen alt basamakların her birinin karşısına bağımsız sütun altına (+) işareti konur.

Öğrencinin durduğu yerde, “Devam et” deyip 1-2 sn. bekledikten sonra, eğer kaldığı yer temel beceri ise temel beceri için sözel ipucu verilir. 1-2 sn. beklenerek temel beceriyi gerçekleştirmesi gözlenir. Sözel ipucu verildiğinde, öğrenci temel beceriyi gerçekleştiriyorsa o temel becerinin karşısındaki sözel ipucu sütununa (+) işareti konur.

Eğer öğrencinin bağımsız olarak gerçekleştiremediği basamak, temel becerinin bir alt basamağı ise, sadece o alt basamağı için sözel ipucu verilir. Bu alt beceri basamağını gerçekleştiremediyse öğretmen öğrencinin yanında durarak o beceri basamağının nasıl yapıldığını açıklayıp gösterir ve öğrenciden yapmasını ister.1-2 sn. içinde gösterilen beceri basamağını yapması beklenir. Öğrenci, öğretmen model olduğunda beceriyi yapıyorsa, beceri alt basamağının karşısındaki model olma sütununa (+) işareti konur.

Öğrenci, öğretmen model olduğunda da beceri basamağını gerçekleştiremiyorsa, becerinin alt basamağı öğretmen tarafından gerçekleştirilir ve o alt basamağın karşısına fiziksel yardım sütununa (+) işareti konur. Daha sonraki basamaklarda öğrencinin performansı şimdiye kadar anlatıldığı şekilde alınmaya devam edilir. Eğer öğrencinin, öğretmen model olduğunda gerçekleştiremediği basamak, daha sonraki beceri basamaklarının gerçekleştirilebilmesinde de devam ediyorsa, (Örneğin; pantolonun belinden tutma beceri basamağı, pantolonunun indirilmesi beceri basamağını da kapsamaktadır.) Öğrencinin yapabildiklerine son verilir.

4.4.4. Tuvalet Eğitimi Öğretim Öğeleri

- **Amaçların Düzenlenmesi:** Tuvalet yapma becerisi, ölçüt bağımlı ölçü aracının öğrenciye uygulanması, öğrencinin tuvalet yapma becerisini oluşturan temel becerilerdeki (tuvalet oturma, pantolon külot indirme, pantolon külot çekme vb.) yapabildikleri dikkate alınarak öğrenci bağımsız olarak tuvaletini yapar. Uzun dönemli amacına ulaşacak şekilde kısa dönemli amaçlar ve öğretimsel amaçların, tuvalet yapma becerisinin öğretimi sırasında parçalara ayrılmaya uygun bir beceri olmaması ve beceri analizinin başında yer alan temel becerilerin aynılarını içermesi nedeniyle tüm beceri yaklaşımına dayalı olarak oluşturulması daha uygundur.
- **Öğretim Ortamı ve Materyaller:** Bir öğrenciye tuvalet yapma becerisi öğretimi okulda yapılıyorsa, öğrencinin bulunduğu sınıfın tuvalete en yakın sınıf olması ya da taşınabilir tuvalet kullanılması gereklidir. Eğer tuvalet yapma becerisi öğretimi evde gerçekleştirilecekse, öğrencinin günün büyük bir kısmını geçirdiği odanın, tuvalete en yakın oda olmasına özen gösterilmelidir. Tuvalet, öğrencinin fiziksel yetersizliklerine göre uyarlanmalıdır. Gerektiğinde, klozetin oturulacak yerini, öğrencinin poposuna uygun hâle getirmek için, hazır plastik oturak takılmalıdır. Öğrenci tuvalet oturdığında ayaklarının döşemeye değmesi sağlanmalıdır (Öğrencinin ayaklarının altına bir basamak konabilir.). Sifon zincirinin uzunluğu, tuvalet kâğıdının yeri öğrenciye göre ayarlanmalıdır. Gerekirse lavabonun yüksekliği de yere basamak konarak çocuğa uygun hâle getirilebilir. Öğrencinin görmesinde yetersizlik varsa, klozetin oturulacak yeri ile alt bölümü, sifon zinciri ile tutacak yeri, tuvalet kâğıtlığı ile tuvalet kâğıdı arasında renk zıtlığı yaratmak gerekebilir. Eğer öğrencinin bedensel yetersizliği varsa, ortam ve araç gereçlerde yetersizlikten etkilenen vücut bölümü göz önüne alınarak uyarlamalar yapılmalıdır. Yetersizlik kullandığı elini etkilemişse, pantolon ve külotun belinin tutulacak yerlerinin kalınlığının artırılması ya da pantolon ve külotun beline parmaklarını ya da elini geçirebileceği biritler takılarak tutma, indirmeve çekme işlemi kolaylaştırılabilir. Öğrencinin klozete ya da lazımlığa oturduğunda, dengeli durmasında sorun varsa, tuvaletin arkasına destek konulabilir ya da yanlardan tutunarak destek alabileceği tutunma barları yerleştirilebilir. Eğer öğrencinin bacakları yetersizlikten etkilenmişse ve baston kullanması gerekiyorsa, klozete ya da lazımlığa otururken bastonu takabileceği bir ya da iki yandan tutunarak destek alıp rahatlıkla oturması ve kalkmasına hizmet edecek olan tutunma kolları takılabilir.

- **Pekiştiriciler:** Öğrenci için etkili olan pekiştiriciler, bireysel olarak saptanmalı ve mutlaka öğretime başlamadan önce etkililikler test edilmelidir. Kullanılacak pekiştiricilerin tuvalet ortamı içinde kullanımlarının olanaklı olmasına da dikkat edilmelidir.
- **Öğretim Zamanı:** Tuvalet yapma becerisi öğretim zamanları, öğrencinin tuvalet yapma gereksinimi duyduğu ve bunu sesle, sözle, işaretle, jest ve mimikle belli ettiği zamanlardır. Eğer öğrenciye tuvalet kontrolü eğitimi yapılırken, bir yandan da bağımsız olarak tuvalet yapma becerisi kazandırılmaya çalışılıyorsa, öğretim zamanları, öğrencinin belirlenen kuruluk süresine dayalı olarak oluşturulan eğitimsel amaçlardaki zamanlardır.
- **İpucu İşlem Sürecinin Seçimi ve Kullanımı:** Bağımsız olarak tuvalet yapma becerisinin kazandırılmasında kullanılan işlem süreçleri öğrencinin yaşı, dikkat süresi, sahip olduğu psikomotor beceriler, tuvalet yapma becerisinin özelliği ve tuvalet yapma becerisindeki düzeyi göz önünde tutularak seçilebilir. Ancak, bağımsız olarak tuvalet yapma temel öz bakım becerisi olduğu ve aynı zamanda temel giyinme ve soyunma becerilerini içerdiği için yetersizlikten etkilenmiş öğrencilerde, ipucunun sistematik olarak verilmesi ve geri çekilmesi, işlem sürecinin öğretiminde kullanılmasının daha uygun olacağı düşünülebilir. Bekleme süreli ipucu işlem süreçlerinin kullanımı, tuvalet yapma becerisinin kendi özelliği nedeniyle uygun olmayabilir. Yetersizliği olmayan öğrencilerde, eş zamanlı ipucu ya da davranış öncesi ipucu ve sınama işlem sürecinin kullanımı mümkün olabilir.
- **Öğretimdeki İlerlemelerin Kaydedilmesi:** Eğer, bağımsız olarak tuvalet yapma becerisinin kazandırılmasında, ipucunun verilmesi ve sistematik olarak geri çekilmesi işlem süreci kullanılıyorsa çoklu fırsat yöntemiyle performans almak için hazırlanan tuvalet yapma becerisi, ölçüt bağımlı ölçü aracı kayıt çizelgesi hâline getirilir. Her öğretim sürecinde, öğrencinin ipucu hangi düzeyde verildiğinde beceri basamağını gerçekleştirdiği ya da ipucu verilmeden bağımsız gerçekleştirdiği basamaklar kaydedilir. Böylelikle, öğretmen bir sonraki öğretim oturumunda ipuçlarını hangi düzeyde kullanacağına ya da ipucu kullanıp kullanamayacağına kolaylıkla karar verebilir.
- **Kazanılan Becerilerin Sürekliliğinin Sağlanması:** Öğrenciye bağımsız olarak tuvalet yapma becerisi kazandırıldıktan sonra, kazanılan bu becerinin sürdürülmesi amaçlanmalıdır. Öncelikle, öğrencinin kazandığı beceriyi yapması için gereksinim yaratmak gereklidir. Tuvalet yapma becerisi, öğrencinin günde birden fazla gereksinim duyduğu bir beceri olduğu için öğretmenin yapması gereken öğrencinin gereksinim duyduğu zamanlarda, tuvaletini bağımsız olarak yapması için öğrenciyi cesaretlendirmektir.
- **Kazanılan Becerinin Genellenmesi:** Becerinin genellenmesi, kazanılan becerinin öğretiminin yapıldığı ortamdan, başka ortamlarda, başka araçlarla, başka kişilerin varlığında ve başka yönergeler verildiğinde yapılması demektir.

Eğer öğrenciye beceriyi kazandırırken öğretim ortamında öğrencinin fiziksel büyüklüğü ya da yetersizliklerine birtakım uyarlamalar yapıldıysa, öncelikle bu uyarlamaların daha kolay kaldırılabilir olacak olanlardan daha zor kaldırılabilir olacak olana doğru bir sıra içerisinde kaldırılması gereklidir. Öğretim ortamı ya da araç gereçlerde yapılan bazı uyarlamalar (örneğin: çocuğun elindeki yetersizlik nedeniyle pantolon, külot, sifon zincirinin ucunda yapılan) ancak çocuğun yetersizlikten etkilenme düzeyinde azalma olunca kaldırılabilir. Öğretim ortamındaki uyarlamalar kaldırıldıktan sonra, öğrencinin kazandığı tuvalet yapma becerisinin başka tuvaletlerde de gerçekleştirilmesi üzerinde durulmalıdır. Öğrenci başka tuvaletlerde, tuvaletini bağımsız olarak yapmaya başladığında bu aynı zamanda öğrencinin başka kişilerin varlığında da tuvaletini bağımsız olarak yapması anlamına gelecektir. Ayrıca, öğrencinin artık tuvalet yapmaya gereksinim duyduğunda, tuvaletini yap yönergesine gerek kalmadan tuvaletini yapması için yönergeleri de “ne yapması gerektiğini açık olarak belirtenden (Tuvalete git, tuvaletini yap.) ne yapması gerektiğine ipucu verene (Tuvaletin mi geldi, ne yapman gerekiyor?) ve öğrencinin hiçbir şey söylemesine gerek duymadığına (tuvaleti gelince, hiçbir şey söylemeden, kendisinin tuvalete gidip yapmasına)” doğru bir sıra içinde ortadan kaldırmak gerekir.

UYGULAMA FAALİYETİ

Özel gereksinimli bireyler için tuvalet kontrolü kazanma basamaklarını gösteren bir sunum hazırlayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Özel gereksinimli bireylere gelişim yaşının uygun tuvalet eğitimi kazandırılması ile ilgili olarak kaynak araştırması yapınız.	➤ Özel gereksinimli bireylere gelişim yaşının uygun tuvalet eğitimi kazandırılması ile ilgili kaynak araştırması yaparken kütüphanelerden ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Özel gereksinimli bireylerde tuvalet eğitiminin önemi ve bireylerde tuvalet eğitimine başlamadan önce dikkat edilecek noktaları hakkında bilgi edininiz.	➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Özel gereksinimli bireylerde tuvalet eğitimi aşamalarını ve tuvalet kontrolü kazandırma yöntemlerini araştırınız.	➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Edindiğiniz bilgiler doğrultusunda özel gereksinimli bireylere tuvalet kontrolü kazandırma yöntemleri ile ilgili bir sunum hazırlayınız.	➤ Yaratıcı ve esnek olmaya özen gösteriniz.
➤ Konu ile ilgili resim ve broşürler bulunuz. Bilgileri asetat, karlar ve karton vb. kullanarak aktarma yoluyla sunumunuzu renklendiriniz.	➤ Temiz ve düzenli çalışınız.
➤ Hazırladığınız sunumu sınıfta arkadaşlarınıza sunarak paylaşınız.	➤ Sunum sırasında istekli ve açık olunuz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylerde tuvalet eğitimi ile ilgili **yanlış bir ifadedir?**
 - A) Engelli çocukların çoğunda gece tuvaletini tutamama, fazladır.
 - B) Otistik çocuğun tuvalet eğitimi kazanmasında daha çok güçlük yaşanır.
 - C) Tuvalet eğitimine başlarken çocuğun üç yaşını geçirmemesine dikkat etmek gerekir.
 - D) Tuvalet eğitiminin sürdüğü dönemde istenmeyen kazaları önlemek için çocuğa bez bağlanmalıdır.
 - E) Tuvalet eğitiminin gerçekleşmesi belirli bir bedensel olgunluğa bağlıdır.
2. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylerde tuvalet eğitimi ile ilgili çocuğun bedensel olgunluğa erişip erişmediğinin anlaşılabilmesi için dikkat edilen şartlardan **değildir?**
 - A) Tuvaletini tamamen bağımsız yapabilmesi
 - B) Bedensel gelişimi
 - C) Zihinsel gelişim
 - D) Tuvalet eğitimi için uygun yaş
 - E) Mesane kontrolü
3. “Çocuk çişini gün boyunca defalarca az az yapmak yerine birkaç defa yeterli miktarda yapabiliyor mu? Tuvalete gitme ihtiyacını yüzüyle, mimikleriyle veya duruşu ile ifade edebiliyor mu? “ **gibi sorular aşağıdaki kavramlardan hangisiyle ilgilidir?**
 - A) Mesana kontrolü
 - B) Tuvalet temizliği
 - C) Bedensel gelişimi
 - D) Zihinsel gelişim
 - E) Tuvalet eğitimi için uygun yaş
4. “Tuvalet kontrolünün kazanılmasında iki farklı yöntem kullanılabilir. Bunlar; ve yöntemdir.” **Öncülde yer alan boşluklara seçeneklerde verilen kavramlardan hangileri yerleştirilmelidir?**
 - A) Genel – Özel
 - B) Geleneksel – Hızlı
 - C) Yavaş – Hızlı
 - D) Özel – Hızlı
 - E) Genel – Hızlı

5. Aşağıdakilerden hangisi geleneksel yönteme göre gece tuvaletinde izlenen basamaklara göre **yanlış bir ifadedir?**
- A) Çocuğa akşam içebileceği kadar fazla sıvı verilir.
 - B) Yatmadan önce çocuğun tuvalete gitmesi sağlanır.
 - C) Eğer çocuk söyleneni anlıyorsa, sabahleyin kuru bir yatak bulunduğunda ödüllendirileceği basit bir dille anlatılır.
 - D) Çocuk yataktan 1,5 saat sonra uyandırılır. Altı kuruyrsa tuvalete götürülür ve tuvaletini yapması sağlanır.
 - E) Sabah yatak kuruyrsa, çocuk mutlaka ödüllendirilir. Eğer yatak ıslaksa, hiçbir şey söylenmeden çarşaf ve çocuğun üzeri değiştirilir.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-5

ÖĞRENME KAZANIMI

Özel gereksinimli bireylere ev içi becerileri kazandırmaya yönelik becerilerin geliştirilmesine yardımcı olabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Özel gereksinimli bireylerde ev içi becerilerin geliştirilmesinin önemi hakkında konu ile ilgili kaynaklardan ve internetten bilgi edininiz. Elde ettiğiniz bilgileri raporlaştırarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Özel gereksinimli bireylere kazandırılması gereken ev içi ve bu becerilere katılmasını etkileyen etmenler ile ilgili olarak özel eğitim kurumlarından bilgi alınız. Bu konuyla ilgili bir sunum hazırlayınız.

5. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERDE EV İÇİ BECERİLER

5.1. Özel Gereksinimli Bireylerde Ev İçi Becerileri Geliştirmenin Önemi

Günlük yaşam becerileri ev içinde ve ev dışında bağımsız olarak yaşamı sürdürebilmek ve kişisel bakımı sağlamak için gerekli olan becerileri içermektedir. Günlük yaşam becerileri, kişinin içinde yaşadığı toplumsal yerleşim alanında başarılı olması için gereklidir. Bu becerilerin büyük çoğunluğu kişinin kendini geçindirebilecek bir iş bulması için de gerekli becerilerdir. Ayrıca bu beceriler; okuma, matematik ve diğer disiplin alanlarında gerekli becerilerin kazandırılmasına yönelik olarak çeşitli etkinlik fırsatları sağlayabilmektedir.

Eğitimlerinin temel amacı, bağımsız yaşama becerilerini, kapasiteleri ölçüsünde geliştirmektir. Yaşam işlevlerini geliştirerek onları daha bağımsız kılmaktır. Bağımsız yaşam becerileri genel olarak, bireyin başkalarına bağımlı olmadan, yaşamını sürdürmesi için gerekli olan becerileri içerir. Bu bireylere toplum içinde kendi kendilerine yeterli olmalarını sağlayacak davranış ve becerileri kazandırmak gerekmektedir. Bu davranış ve beceriler; başarı için gerekli temel beceriler, uyum için gerekli beceriler, günlük yaşam becerileri, mesleğe hazırlık ve mesleki beceriler olarak sıralanan bağımsız yaşam beceri alanlarından oluşmaktadır.

Yetersizliği olan çocukların da toplumda başarılı olabilmeleri; günlük yaşam, mesleki ve sosyal becerilere sahip olmaları, topluma sıkıntı veren sığınma davranışlarının olmamasına bağlıdır.

5.2. Özel Gereksinimli Bireylere Kazandırılması Gereken Ev İçi Beceriler

Yetersizliği olan bireylere hangi becerilerin kazandırılacağıın belirlenmesi için öncelikle öğrencinin ev ve yakın çevresinin incelenmesi gereklidir. Öğrencinin ev içinde ve etkileşimde bulunduğu yakın çevresinde gereksinim duyduğu günlük yaşam becerilerinden, öğrencinin yapabildiklerine dayalı olarak kazandırılması uygun olanlar belirlenmelidir. Kazandırılacak ev içi beceriler şöyle sıralanabilir:

- **Yemek Hazırlama**
 - Limonata, ayran, çay gibi içecekleri hazırlama
 - Sandviç hazırlama
 - Çorba yapma-makarna pişirme
- **Yiyecek Depolama**
 - Alınanları yerleştirme
 - Artanları yerleştirme
- **Temizlik**
 - Toz alma
 - Ayna, tezgâh, yer silme
 - Lavabo ovma
 - Süpürme
 - Bulaşık yıkama
 - Küvet ovma
- **Giysi Yıkama**
 - Giysileri ayırma
 - Çamaşır makinesinde çamaşır yıkama
- **Ütü Yapma**
 - Mendil, t-shirt, pantolon ütüleme
- **Giysileri Tamir Etme**
 - Tek delikli, iki delikli, dört delikli düğme dikme
 - Sökük dikme
- **Görünüğu Düzeltme**
 - Saç yıkama

- Banyo yapma
 - Saç tarama
 - Saç kurutma makinesiyle saç kurutma
 - Traş olma
- **Telefon Etme**
- Acil durumda telefon etme
 - Sosyal içerikli telefon etme
- **Misafir Ağırılama**
- Konuk karşılama
 - Konuklarla konuşma
 - Yiyecek servisi yapma
- **Yatak Yapma**
- Yatak düzeltme
 - Yatak yapma
- **Giyinme**
- Uygun giysi seçimi
 - Giysi asma
 - Giysi katlama

5.3. Özel Gereksinimli Bireylerin Ev İçi Becerilere Katılmasını Etkileyen Etmenler

Özel gereksinimli bireylerin, çeşitli becerileri kazanmasını etkileyen etmenlerin başında engelin sebebi, türü ve düzeyi gelmektedir. Engelin sebebi, düzeyi ne olursa olsun kişilerin toplumsal yaşama dâhil edilmeleri en temel amaçtır. Engelin düzeyine ve şekline bağlı olarak değişik teknik ve zaman dilimlerinde bu becerileri kazandırmak olasıdır. Önemli olan bireyin, hangi beceriyi ne kadar düzeyde gerçekleştirebildiğini belirledikten sonra, sık tekrarlarla alışkanlık haline getirmektir. Bedensel özür nedeniyle gerçekleştirilmesi güçleşen davranışları belirlemek, kolaylaştırıcı yöntemler geliştirmek, çevresel düzenlemeler yapmak gerekir. Becerilerin kazanılması için bireyi sürekli uygulamaya teşvik etmek, yapabileceği düzeye ikna etmek, destekleyici araç-gereçlerle aşamaları kolaylaştırmak, beceri kazanma düzeyini ve zamanını etkileyecektir.

Günlük yaşamı devam ettirebilmek için gerekli olan becerilerin öğretiminde, çocuğun gelişim özellikleri ve bireysel yeterlilikleri ile öğretilecek becerinin özelliğine uygun bir öğretim yöntemi seçilmesine dikkat edilmelidir.

Normal çocuğun yaşamında erken yaşta başlayan öz bakım becerilerinin gelişimi, anne babalardan bağımsızlığın başlangıcını gösterir. Yetersizliği olan çocuklar için bu bağımsızlık, çevresel beklentiler kadar zihinsel, fiziksel ve davranışsal yetersizliklerin bu temel uyum becerilerini yavaşlatma, sınırlama ya da süresiz olarak ertelemesine rağmen eşit önemdedir.

Ev içi becerilerin kazandırılmasında yetersizliği olan bireyler düşünüldüğünde; yardımcı gereçlerin kullanılması ve birtakım uyarlamalar yapılarak uygulamaların sabırla, sık tekrarlar yapılarak kazandırılması mümkündür. Aşağıda örnek niteliğinde olması amacıyla yemek hazırlama becerilerinin kazandırılmasında kullanılabilir yardımcı araçlar ve uyarlamalar verilmiştir.

➤ **Yemek hazırlama becerisinin kazandırılmasında kullanılabilir yardımcı araç ve uyarlamalar:**

- Sıvı ve kuru yiyecek maddelerini ölçmek için kuru ölçü fincanları kullanılmalıdır.
- Görme yetersizliği olan bireylerle sıvıları ölçme çalışmalarında üzerinde kabartmalı çizgiler olan kaplar kullanılmalıdır.
- Metalden yapılmış ölçü kaşıklarının sapları yukarıya doğru eğilerek geniş ağızlı kaplardaki içeriğe daldırılmalıdır.
- Bir kaptan başka bir kaba yiyecek maddeleri dökülürken huni kullanılmalıdır.
- Un, şeker gibi yiyecek maddelerini koymak için geniş ağızlı kaplar kullanılmalıdır. Çünkü ölçü fincanı ya da kaşığı kaba daldırmak yiyecek maddesini dökerek boşaltmaktan daha kolay olacaktır.
- Resimli yemek tarifi kartları, yemek kitapları, kabartma yazılı tarifler ve kaydedilmiş sesli yemek tarifleri gibi yardımcı gereçler kullanılmalıdır.
- Tekerlekli sandalye kullanan bireylerin ocağın üzerinde bulunanları görebilmeleri için ocağın üstüne ayna yerleştirilmelidir.
- Dolap ve çekmecelerde neler olduğunun rahat anlaşılabilmesi için üstlerine; büyük puntolu harflerle, kabartma harflerle yazılmış ya da resimli sembollerle hazırlanmış etiketler yapıştırılmalıdır.
- Kullanılan araç gereçlerin yerlerinin değiştirmemeye özen gösterilmelidir.
- Raflarda az sayıda kap bulunmalıdır.
- Birbiriyle ilgili yiyecek maddeleri ya da mutfak gereçleri aynı dolap ya da raflarda muhafaza edilmelidir.
- Mutfaktaki temizlik maddeleri birbirleriyle aynı cins fakat yiyecek maddeleriyle farklı cins etiketlenmelidir. Mutfak malzemelerinden ayrı yerlerde muhafaza edilmelidir.
- Açık renk kaplardaki maddeleri koyu renklerdeki kaplara; koyu renk kaplardaki maddeleri açık renklerdeki kaplara boşaltmak kontrolü kolaylaştırır.
- Donmuş maddelerde etiket kullanılmayacağı için renkli lastiklerle belirlemek daha kolay olacaktır.

UYGULAMA FAALİYETİ

Özel gereksinimli bireylerde ev içi becerilerin geliştirilmesi ile ilgili bir sunum hazırlayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
<p>➤ Özel gereksinimli bireylerde ev içi becerileri geliştirmenin önemi ile ilgili olarak kaynak araştırması yapınız.</p>	<p>➤ Özel gereksinimli bireylerde ev içi becerileri geliştirmenin önemi ile ilgili kaynak araştırması yaparken kütüphanelerden ve internetten faydalanabilirsiniz.</p>
<p>➤ Özel gereksinimli bireylere kazandırılması gereken ev içi becerilerin neler olduğu hakkında bilgi edininiz.</p>	<p>➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.</p>
<p>➤ Özel gereksinimli bireylerin ev içi becerilere katılmasını etkileyen etmenleri araştırınız.</p>	<p>➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.</p>
<p>➤ Edindiğiniz bilgiler doğrultusunda özel gereksinimli bireylerde ev içi becerilerin geliştirilmesi ile ilgili bir sunum hazırlayınız.</p>	<p>➤ Yaratıcı ve esnek olmaya özen gösteriniz.</p>
<p>➤ Konu ile ilgili resim ve broşürler bulunuz. Bilgileri asetat, karlar ve karton vb. Kullanarak aktarma yoluyla sunumunuzu renklendiriniz.</p>	<p>➤ Temiz ve düzenli çalışınız.</p>
<p>➤ Hazırladığınız sunumu sınıfta arkadaşlarınıza sunarak paylaşınız.</p>	<p>➤ Sunum sırasında istekli ve açık olunuz.</p>

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylerde ev içi becerileri geliştirmenin önemi ile ilgili yanlış bir ifadedir?
 - A) Ev içinde ve ev dışında bağımsız olarak yaşamı sürdürebilmek ve kişisel bakımı sağlamak için gerekli olan becerileri içermektedir.
 - B) Kişinin içinde yaşadığı toplumsal yerleşim alanında başarılı olması için gereklidir.
 - C) Bu becerilerin büyük çoğunluğu, kişinin kendini geçindirebilecek bir iş bulması için gerekli becerilerdir.
 - D) Bu beceriler; okuma, matematik ve diğer disiplin alanlarında gerekli becerilerin kazandırılmasına yönelik olarak çeşitli etkinlik fırsatları sağlayabilmektedir.
 - E) Eğitimlerinin temel amacı, bağımsız yaşama becerilerini tüm normal bireyler kadar geliştirmektir.
2. “Bağımsız yaşam becerileri 5 şekilde bağımsız yaşam beceri alanlarından oluşmaktadır.” Aşağıdakilerden hangisi bu becerilerden **değildir**?
 - A) Başarı için gerekli temel beceriler
 - B) Akademik beceriler
 - C) Uyum için gerekli beceriler
 - D) Günlük yaşam becerileri
 - E) Mesleğe hazırlık ve mesleki beceriler
3. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylerin ev içi becerilere katılmasını etkileyen etmenler ile ilgili **yanlış bir ifadedir**?
 - A) Bu etmenlerin başında engelin sebebi, türü ve düzeyi gelmektedir.
 - B) Engelin sebebi, düzeyi ne olursa olsun kişilerin toplumsal yaşama dâhil edilmeleri en temel amaçtır.
 - C) Önemli olan kazanılan becerinin sık tekrarlarla alışkanlık haline getirilmesidir.
 - D) Bedensel özür nedeniyle gerçekleştirilmesi güçleşen davranışları belirlemek, kolaylaştırıcı yöntemler geliştirmek, çevresel düzenlemeler yapmak gerekir.
 - E) Becerilerin kazanılması için bireyi sürekli uygulamaya teşvik etmek bireyde baskı izlenimi yaratıp motivasyon düşürebilir.

4. Aşağıdakilerden hangisi özel gereksinimli bireylerin ev içi becerilere katılmasını etkileyen etmenler ile ilgili **yanlış bir ifadedir**?
- A) Uygulamaların sabırla sık tekrarlar yapılarak kazandırılması gerekmektedir.
 - B) Yardımcı gereçlerin kullanılması ve birtakım uyarlamalar yapılması gereklidir.
 - C) Normal çocuklarla özel gereksinimli çocukların bağımsız başarı becerilerini kazanmaları aynı dönemlerde gerçekleşmektedir.
 - D) Normal çocuğun öz bakım becerilerinin gelişimi, yetersizliği olan çocuklar için de eşit önemdedir.
 - E) Becerilerin öğretiminde, çocuğun gelişim özellikleri ve bireysel yeterliliklerine de dikkat edilmelidir
5. Aşağıdakilerden hangisi ev içi yaşam becerilerinden **değildir**?
- A) Yemek hazırlama
 - B) Market alışverişi
 - C) Temizlik
 - D) Görünüş düzeltme
 - E) Yiyecek depolama

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

ÖĞRENME FAALİYETİ-6

ÖĞRENME KAZANIMI

Özel gereksinimli bireylere ev içi / dışında bağımsız yaşam becerilerinin kazandırılmasında yardımcı olabileceksiniz.

ARAŞTIRMA

- Özel gereksinimli bireylerde ev içi / dışında bağımsız yaşam becerilerinin kazandırılmasının önemi hakkında konu ile ilgili kaynaklardan ve internetten bilgi edininiz. Elde ettiğiniz bilgileri raporlaştırarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Özel gereksinimli bireylere kazandırılması gereken ev içi / dışı becerilerin neler olduğunu araştırarak listeleyiniz ve sınıfta sununuz.
- Özel gereksinimli bireylere ev içi / dışı bağımsız yaşam becerilerinin kazandırılmasında dikkat edilecek noktalar ile ilgili olarak özel eğitim kurumlarından bilgi alınız. Bu konuyla ilgili bir pano hazırlayınız.

6. ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERE EV DIŞINDA BAĞIMSIZ YAŞAM BECERİLERİNİN KAZANDIRILMASI

6.1. Özel Gereksinimli Bireylere Ev Dışında Bağımsız Yaşam Becerilerinin Kazandırılmasının Önemi

İnsan hayatında toplumsal yaşama katılım ve uyumun önemli bir yeri vardır. Sosyal yönden tam bir iyilik hâli, sağlığın şartlarından biridir. Yani sosyal uyum; sağlıklı olmanın bir göstergesidir. Bireylere toplumsal kaynakları kullanma ile ilgili özel becerilerin kazandırılmasının yanı sıra, uygun toplumsal davranışların da kazandırılması gereklidir. Sosyal hayata katılım için toplumsal mekânların gerekli ve yeterli düzeyde kullanılabilir olması gerekir.

Yetersizliği olan bireylerin, toplumsal kaynakları kullanma becerilerini kazandırarak, onların da topluma kazandırılması son derece önem taşımaktadır. Bireylere toplumsal kaynakları kullanma ile ilgili özel becerileri kazandırmanın yanı sıra, uygun toplumsal davranışların da kazandırılarak, engelli olmayan yaşlılarıyla etkileşimde bulunmaları için fırsat yaratılmasına da önem verilmesi gerekmektedir. Günlük yaşam becerileri, kişinin içinde yaşadığı toplumsal yerleşim alanında başarılı olması için gereklidir.

Kişinin yaşamını sürdürebilmesi için iletişim becerilerinin kazandırılması da bir diğer önemli konudur. Kişi bireylerle tek tek ya da grup içinde yer alarak, toplumla iletişimini sağlar. Kişinin başkalarıyla (tanıdığı/tanımadığı) iletişim kurma düzeyi, tanışma kurallarına göre hareket edip etmediğı, grup aktivitelerine katılma düzeyi, grupta hangi yaş grubuyla daha iyi iletişim kurduğı gözlenmelidir. Bunlar dikkate alınarak; kendi yaşlılarıyla arkadaşlık kurma, yeni insanlarla tanışma becerisinin; paylaşma, yardımlaşma duygusunun, oyun oynama, beraber hoş vakit geçirme becerisinin geliştirilmesi gerekir. Anne, baba, kardeş, arkadaş gibi kavramların öğretilmesi ile kişilerle duygu paylaşımının geliştirilmesi gerekmektedir. Konuşma, anlama, ifade etme gibi becerilerde yetersizlikler varsa bu becerilerin özel eğitimlerle kazandırılması gerekir. Bu becerilerin olmaması durumunda toplumla iletişim kurmada zorluklar yaşanabilir.

6.2. Ev Dışında Yer Alan Bağımsız Yaşam Becerileri

- **Seyahat etme - Yakın çevre**
 - Sokakta yürüme
 - Karşıdan karşıya geçme
- **Şehir içi**
 - Otobüse binme
 - Kart kullanma
 - Uygun para seçme
 - Otobüs ismini okuma
- **Şehirlerarası**
 - Otobüs bileti satın alma
 - Otobüs seyahat
- **Alışveriş yapma - Bakkal**
 - İsteddiği sebze veya meyveyi ve miktarını söyleme
 - Para ödeme
- **Alışveriş yapma - Market**
 - Alışveriş arabasını alma
 - Alacağı ürünün bulunduğu reyonu bulma
 - Listedeki ürünü alıp arabaya koyma
 - Kasada sıraya girme

- Sırası gelince arabadaki malları kasa bandına koyma
 - Para ödeme
 - Para üstünü ve kasa fişini alma
 - Aldıklarını poşete koyma
- **Lokantada yemek yeme**
- Boş masaya oturma
 - Menüyü okuma ya da hangi yemeklerin olduğunu sorma
 - Garsona istediği yemeği söyleme
 - Uygun şekilde yemeği yeme
 - Yemeği bitince hesabı isteme
 - Para ödeme
- **Muayene olma**
- Doktorun sekreterine adını söyleme
 - Doktora rahatsızlığını ifade etme
 - Giysilerini çıkarma
 - Doktorun sorularına yanıt verme ve muayeneden sonra giysilerini giyme

6.3. Özel Gereksinimli Bireylere Ev Dışında Bağımsız Yaşam Becerilerinin Kazandırılmasında Dikkat Edilecek Noktalar

Yetersizliği olan bireylere, toplumsal becerileri kazandırarak onların topluma kazandırılması son derece önem taşımaktadır. Onlara akranlarıyla etkileşimde bulunma fırsatları yaratılması da bu becerilerin kazandırılmasının yanı sıra öğretimlerini de kolaylaştıracak önemli bir husustur.

Yetersizliği olan bireylere, bir yerden başka bir yere nasıl gidileceği öğretilerek bağımsızlıklarını artırmak mümkündür. Bireylere ulaşım araçlarından nasıl faydalanacaklarının bilgisi düzeylerine uygun şekilde verilmelidir. Her ulaşım aracının kendine özgü kullanım biçimi olduğu ve dikkat edilmesi gereken noktalar onlara kazandırılmalıdır. Bunların yanı sıra uygun ödeme şeklini ve yolcu davranışlarını sergileme gibi beceriler de bireylere öğretilmelidir.

Alışveriş yapma da bağımsızlığı artıran önemli becerilerdendir. Belli bir yerden alışveriş yapabilme becerisi kazandırıldıktan sonra, genel olarak alışveriş yapma becerisiyle ilgili olan; alınacakları saptama, alınacakları sınıflama, hangilerinin nereden alınacağına karar verme gibi ayrıntıların da kazandırılmasına ihtiyaç vardır. Ayrıca öğrencinin yetersizliğine bağlı olarak anlaşılmasının kolaylaşması açısından alışveriş listesi engel türüne göre çeşitli yöntemler kullanılarak hazırlanmalıdır.

Öğretimin yapılacağı merkezler, öğretici tarafından önceden incelenmiş ve planlamanın yapılmış olması gerekmektedir.

UYGULAMA FAALİYETİ

Özel gereksinimli bireylere ev içi / dışı bağımsız yaşam becerilerinin kazandırılması ile ilgili bir sunum hazırlayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Özel gereksinimli bireylere ev içi / dışında bağımsız yaşam becerilerinin kazandırılmasının önemi ile ilgili olarak kaynak araştırması yapınız.	➤ Özel gereksinimli bireylere ev içi / dışında bağımsız yaşam becerilerinin kazandırılmasının önemi ile ilgili kaynak araştırması yaparken kütüphanelerden ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Özel gereksinimli bireylere ev içi / dışında yer alan bağımsız yaşam becerilerinin neler olduğu hakkında bilgi edininiz.	➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Özel gereksinimli bireylere ev içi / dışında bağımsız yaşam becerilerinin kazandırılmasında dikkat edilecek noktaları araştırınız.	➤ Araştırmalarınızı yaparken bulduğunuz kaynaklarda, dergilerden, kitaplardan ve internetten faydalanabilirsiniz.
➤ Edindiğiniz bilgiler doğrultusunda özel gereksinimli bireylere ev içi / dışı bağımsız yaşam becerilerinin kazandırılması ile ilgili bir sunum hazırlayınız.	➤ Yaratıcı ve esnek olmaya özen gösteriniz.
➤ Konu ile ilgili resim ve broşürler bulunuz. Bilgileri asetat, karlar ve karton vb. Kullanarak aktarma yoluyla sunumunuzu renklendiriniz.	➤ Temiz ve düzenli çalışınız.
➤ Hazırladığınız sunumu sınıfta arkadaşlarınıza sunarak paylaşınız.	➤ Sunum sırasında istekli ve açık olunuz.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve boşlukları uygun şekilde doldurunuz.

1., kişinin içinde yaşadığı toplumsal yerleşim alanında başarılı olması için gereklidir.
2. Konuşma, anlama, ifade etme gibi becerilerde yetersizlikler varsa bu becerilerin kazandırılması gerekir.
3. Doktora rahatsızlığını ifade etme grubundaki ev dışı yaşam becerilerindedir.
4. Karşıdan karşıya geçme..... grubundaki ev dışında yer alan bağımsız yaşam becerileridir.
5. olan bireylere, bir yerden başka bir yere nasıl gidileceği öğretilerek bağımsızlıklarını artırmak mümkündür.

DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

MODÜL DEĞERLENDİRME

Bu modül kapsamında bağımsız yaşam becerileri ile ilgili aşağıda listelenen davranışlardan kazandığınız becerileri "Evet", kazanamadığınız becerileri "Hayır" kutucuğuna (X) işareti koyarak kendinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. Özel gereksinimli bireyler için el yıkama beceri analizine uygun olarak pandomim yaptınız mı?		
2. Özel gereksinimli bireylere yönelik diş temizliğini maket üzerinde uyguladınız mı?		
3. Özel gereksinimli bireyler için deri ve banyo temizliği kazandırma basamaklarını anlatan olay sıralama kartları hazırladınız mı?		
4. Özel gereksinimli bireyler için saç bakımı ve tıraş alışkanlığı kazandırılması ile ilgili sunum yaptınız mı?		
5. Özel gereksinimli bireylere yemek yeme becerilerini kazandırmakla ilgili olay sıralama kartları hazırladınız mı?		
6. Özel gereksinimli bireyler için giyinme beceri analizini maket üzerinde uyguladınız mı?		
7. Özel gereksinimli bireyler için soyunma beceri analizini maket üzerinde uygular.		
8. Özel gereksinimli bireyler için tuvalet kontrolünü kazandırma yöntemleri ile ilgili pano hazırladınız mı?		
9. Özel gereksinimli bireyler için tuvalet kontrolü kazanma basamaklarını gösteren sunum hazırladınız mı?		
10. Ev içi becerilerinin geliştirilmesi ile ilgili sunum hazırladınız mı?		
11. Özel gereksinimli bireylere ev içi / dışında bağımsız yaşam becerileri kazandırılmasıyla ilgili sunum hazırladınız mı?		
12. Ev içi / dışında yer alan bağımsız yaşam becerilerini liste haline getirdiniz mi?		
13. Özel gereksinimli bireylere bireye ev içi / dışında bağımsız yaşam becerileri kazandırılmasında dikkat edilecek noktalar ile ilgili pano hazırladınız mı?		

DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda “Hayır” şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız “Evet” ise bir sonraki modüle geçmek için öğretmeninize başvurunuz.

CEVAP ANAHTARLARI

ÖĞRENME FAALİYETİ-1'İN CEVAP ANAHTARI

1	C
2	A
3	B
4	A
5	C
6	E
7	B
8	B
9	B
10	A

ÖĞRENME FAALİYETİ-2'NİN CEVAP ANAHTARI

1	A
2	E
3	C
4	B
5	C
6	C
7	E
8	A
9	B
10	A

ÖĞRENME FAALİYETİ-3'ÜN CEVAP ANAHTARI

1	B
2	D
3	A
4	C
5	E

ÖĞRENME FAALİYETİ-4'ÜN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	C
3	A
4	B
5	A

ÖĞRENME FAALİYETİ-5'İN CEVAP ANAHTARI

1	C
2	B
3	E
4	C
5	B

ÖĞRENME FAALİYETİ-6'İN CEVAP ANAHTARI

1	Günlük Yaşam Becerileri
2	Özel Eğitimlerle
3	Muayene Olma
4	Seyahat Etme-Yakın Çevre
5	Yetersizliği

KAYNAKÇA

- **alternatifanne.com, (02/02/2016 16.00)**
- **beslenme.gov.tr, TC. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlık Kurumu**
- **cengiztopelanaokulu.meb.k12.tr, (02/02/2016 17.00)**
- **orgm.meb.gov.tr, Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü Yayınları, ORGM Toplumsal Uyum Becerileri**
- **ÖZALP Alanur, Çocuk Ruh Sağlığı, Epsilon Yayınevi, , 2005**
- **T.C.Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Müdürlüğü, Saha Personeli için Toplum Beslenme Programı Eğitim Materyali, Ankara, 1997**
- **VAROL Nihal, Beceri Öğretimi ve Özbakım Becerilerinin Kazandırılması, KÖK yayıncılık, Ankamat Matbaacılık, Ankara, 2014.**
- **www.cetinozbey.net, Özbakım Becerilerinin Önemi (30/01/2016 14.30)**
- **www.doktoramcam.com, (02/02/2016 16.30)**
- **YILDIRIM DOĞRU Sunay, Neslihan DURMUŞOĞLU SALTALI, Erken Çocukluk Döneminde Özel Eğitim, Maya Akademi, Ankara, 2011**