

EBEVEYNLERİN DE BAZEN KAFASI KARIŞIR

Özel Öğrenme Güçlüğü Ebeveyn Rehberi



Derleyen: Kl. Psk. Görkem Demirdöğler

EBEVEYNLERİN DE BAZEN KAFASI KARIŞIR

Özel Öğrenme Güçlüğü Ebeveyn Rehberi

Derleyen

Klinik Psikolog Görkem Demirdöğ

Yayına Hazırlayan

Alev Topal

"Bu yayın, Sivil Toplum için Destek Vakfı koordinasyonunda Merve Üretmen, KRM Yönetim Danışmanlık ve Turkey Mozaik Foundation işbirliğiyle hayata geçirilen Koruyucu Aile Fonu desteğiyle hazırlanmıştır. İçeriğinden yalnızca İstanbul Koruyucu Aile Derneği sorumlu olup, herhangi bir şekilde destekçi kurumların görüşlerini yansıtmamaktadır."



Destekleriyle

Ebeveynlerin de bazen kafası karışır!

“Çocuğum diğer yaşıtları kadar zeki, hatta bayaa zeki. Yine de...bazen öyle küçük, öyle basit şeyleri anlamıyor ki! Derslerinde yaptığı hatalar karşısında ağzım açık kalıyor. Defalarca ve defalarca anlatsak da sanki bir kulağından girip diğerinden çıkıyor, bildiği gibi yapmaya devam ediyor.”



ÖÖG Nedir?

Özel öğrenme güçlüğü (ÖÖG) okuma, yazma veya matematik alanında görülen öğrenme problemlerini içeren bir tanıdır. Araştırmalar ortalama her 10 çocuktan birinde özel öğrenme güçlüğü'nün en az bir tipinin görüldüğüne işaret etmektedir. Çocuğun yaşına ve gelişimine göre belirli konuları beklenenden yavaş ya da zor öğrenmesi olarak da tanımlayabileceğimiz ÖÖG bir zeka problemi değil, daha ziyade öğrenme biçimi farkıdır. Bu sebeple de öğrenmenin yoğunlaştığı ve tüm çocuklar için standartlaştırıldığı ilkökul döneminde daha çok fark edilmektedir.

ÖÖG nöro-gelişimsel bir sorundur. Ailedeki genetik yatkınlık sonucu olabileceği gibi nörogelişimde aksaklıklara yol açan gebelik dönemi sıkıntılarından da kaynaklanabilir.

Her ne kadar özel öğrenme güçlüğü tanısı ilkökulun ilk yıllarında okuma-yazma öğrenimi ile birlikte konulsa da, aslında bu sonradan edinilen bir özellik değildir. ÖÖG doğuştandır ve öğrenmedeki sorunlar erken çocukluk döneminden itibaren vardır. Konuşmaya başlamada gecikme, motor becerilerinde ve dil becerilerinde yaşitlarının gerisinde kalma, uzun-kısa / sağ-sol gibi kavramların, renklerin öğrenilmesinde zorluk, dikkat, sıralama, gruptama, yönerge takip etme gibi becerilerde eksiklikler ilk ipuçları olabilir.

	Erken Yaş Dönem (0-6 Yaş)	Okul Dönem (7-11 Yaş)	12 Yaş Sonrası Dönem
Dil Gelişimi	Konuşmada gecikme, Nesneleri ve eylemleri adlandırmada gecikme, Nesne ve eylem adlarını bulamama/ karıştırma, Bazı sesleri söylemede güçlük, Sözel ifade ve anlatımda yetersizlik	Okuma ve yazmada zorluklar, sesleri ve heceleri karıştırma, ters okuma, heceleme bozuklukları, okunaksız yazı, tersten yazılan harfler ve rakamlar, okuduğunu anlamada zorlanma, yeni sözcük öğrenmede güçlük	Düşünceyi sözel olarak ifadede zorlanma, okuma-yazma zorlukları (not tutmada zorluk, yazım hataları, yazılı anlatımda zorlanma, yavaş okuma, kötü elyazısı vs.), plan-kroki kullanmada zorluk
Temel Kavramlar	Renkleri, şekilleri, sayıları, harfleri öğrenememe/ gecikme,	Zaman, tarih, saat öğrenememe, yön tarif edememe,	

Zıt kavramların karıştırılması, ilişkili nesne ya da kelimeleri gruplayamama

adres bulamama, artma-azalma gibi kavramları öğrenmede zorluk, matematik sembollerin öğrenilmesinde zorluk, parmak hesabı yapamama, eşlemede zorluk, işlemleri anlamada zorluk, sembol anlamada güçlük

Bellek

Arkadaş, insan ve şehir adlarını unutma, şarkı vb ezberleyememe, oyun kurallarını unutma, arkadaşlık kurmada zorluk

Dikkat - Algı	Uyarana odaklanamama, dikkati sürdürmememe, anlatılanı takip edememe, basit yönergeleri takip edememe- DEHB eş zamanlı görülebilir	Okuduğunu anlamada, sözlü yönerge anlamada, problem çözmede ve ödev/proje hazırlamada zorluk	
Organi- zasyon	Eşyalarını kaybetme, kıyafetlerin giyme sırasını karıştırma, çoklu yönergeli işleri yapmada zorlanma, başlama-bitirmede zorlanma		Sık geç kalma, randevuları karıştırma gibi organizasyon bozuklukları, planlama gerektiren işlerde zorlanma
Motor Gelişim	Kalem tutamama, makas kullanamama, düğme ilikleyememe,		

ayakkabı
giyememe, ip
atlama, seksek
gibi oyunlarda
zorlanma

Duygusal
Sosyal
Alan

Duygu ifade
etmede ve
kontrol etmede
sorunlar, yaş
döneminden
geride oyunlara
ilgi duyma,
yaşlılarıyla
ilişkilerde
zorlanma, jest
ve mimikleri
anlamada
zorluk,
uyumsuz
duygular
gösterme, yaşa
uygun olmayan
davranışlar

Özel Öğrenme Güçlüğü Türleri

Özel öğrenme güçlüğü beynin bilgiyi alma, işleme, depolama, yanıtlama ve iletme yeteneğini etkileyen bir grup bozukluktur. En yaygın türleri arasında disleksi, disgrafi, diskalkuli, işitsel işleme bozukluğu ve sözel olmayan öğrenme bozukluğu bulunur.

1. Disleksi

Okuma ve ilgili dil tabanlı işleme becerilerini etkiler. Disleksili çocuklar okuma akıcılığı, kelimeleri çözme ve anlama konusunda zorluk çekebilirler.

2. Disgrafi

Yazma becerilerini etkiler. Bu durumda çocuklar imla, el yazısı ve düşüncelerini kağıt üzerinde düzenleme konusunda zorluk çekebilirler.

3. Diskalkuli

Bir çocuğun sayıları anlama ve matematiksel olguları öğrenme yeteneğini etkiler. Çocuklar sayı algısı, hesaplama ve problem çözme konusunda zorluk çekebilirler.

4. İşitsel İşleme Bozukluğu

Bir çocuğun özellikle gürültülü ortamlarda sesleri işlemesini ve yorumlamasını zorlaştırır. Bu, talimatları takip etmeyi, konuşulan dili anlamayı ve okumayı öğrenmeyi etkileyebilir.

5. Sözel Olmayan Öğrenme Bozuklukları

Çocuklar beden dili gibi sözsüz ipuçlarıyla ilgili sorun yaşarlar ve motor koordinasyon, görsel-mekansal beceriler ve sosyal etkileşim konusunda zorluk çekebilirler.

Özel öğrenme güçlüğünde yaşanan zorluk akademik başarı ile sınırlı değildir. Özel öğrenme güçlüğü olan çocuklar nesnelere isimlerini hatırlama, kavramları karıştırma, olayları hatırlama ve akıcı bir dille aktarma, oyunların kurallarını öğrenme, el becerileri, dikkati sürdürme ve denge gibi alanlarda da zorluklar yaşayabilirler.

Özellikle sözel olmayan öğrenme güçlüğünde başlarda sosyal ve duygusal sorunlar daha görünürdür. Bu duruma bağlı akademik zorluk çocuğun soyut düşünme ve kavramları öğrendiği 9-10 yaşlarında görülmeye başlar. Planlama, eyleme geçme ve sürdürme, kendini kontrol ve görevi tamamlama gibi yürütücü işlevler zayıftır. İnce motor becerilerde aksama, denge sorunları, görsel-uzamsal (mesafe boyut) algısı bozuklukları, erken konuşma geniş kelime haznesi, sosyal ilişkilerde zorlanma, sözel olmayan iletişim güçlüğü, uyum sorunları, kendini ifade güçlüğü en bilinen belirtileridir.

Tanı -Değerlendirme ve Eşlik Eden Durumlar

Zeka düzeyinde bir gerilik olmadığı durumda çocuklarda öğrenme güçlüğü 3 sebeple ortaya çıkar: DEHB, ÖÖG ve psikolojik sorunların yani travmalar, kaygı bozuklukları, depresyon gibi problemlerin sonucu olarak.

Özel öğrenme güçlüğü eğitimsel değerlendirmeler, psikolojik değerlendirmeler ve öğretmenler ile ebeveynler tarafından yapılan gözlemlerin bir kombinasyonu yoluyla teşhis edilir. Bu değerlendirmeler, belirli öğrenme zorluklarını belirlemeye ve etkili bir müdahale planının geliştirilmesine rehberlik etmeye yardımcı olur.

Uluslararası tanı ölçütlerinin listelendiği en yaygın kullanılan tanı kitabı DSM-V'e göre öğrenme zorlukları yaşayan bir çocuğa ÖÖG tanısı konması aşağıdaki kriterlere bağlıdır:

A. Gerekli girişimlerde bulunulmuş olmasına karşın en az altı ay süren aşağıdaki belirtilerden en az birinin varlığı ile belirli eğitsel becerileri öğrenme ve kullanma güçlükleri:

1. Sözcük okumanın yavaş ya da yavaş ve çok çaba gerektiriyor olması
2. Okunanın anlamını anlama güçlüğü
3. Harf harf söyleme yazma güçlükleri
4. Yazılı anlatım güçlükleri
5. Sayı algısı ya da hesaplama güçlükleri
6. Sayısal akıl yürütme problem çözme güçlükleri

B. Etkilenen okul becerileri kişisel olarak uygulanan geçerli başarı ölçümleri ve kapsamlı klinik değerlendirme ile doğrulandığı üzere, kişinin kronolojik yaşına göre beklenenin altındadır ve okul ya da işle ilgili başarıyı ya da günlük yaşam etkinliklerini ileri derecede bozar.

C. Öğrenme güçlükleri okul yıllarında başlar ancak etkilenen okul becerileriyle ilgili gerekler kişinin yeterlilik sınırını aşmadıkça tam olarak kendini göstermeyebilir.

D. Öğrenme güçlükleri, anlıksal yetiyitimleri, düzeltilmemiş görme ya da duyma sorunları, diğer ruhsal ve sinirsel bozukluklar, ruhsal toplumsal güçlükler, okulda kullanılan dili tam bilmeme ya da eğitsel yönergelerin yetersizliği ile daha iyi açıklanamaz

Tanı aile, sınıf öğretmeni, rehber öğretmen, psikolog/psikiyatrist eşliğinde konur. Bireysel destek eğitimine ek olarak sosyal beceri geliştirme eğitimleri önerilir

ÖÖG'de tanı konulması ilköğretim döneminde olduğundan eğer aile ve öğretmen ÖÖG hakkında bilgi sahibi değilse çocuğun tembel, çabasız olarak etiketlenme ya da bir süre akranları ile arasındaki fark açılana kadar farkedilmeme riski vardır. Bu durum çocuğun utanç duymasına, güvensiz hissetmesine, okuldan uzaklaşmasına, yaşlıları ile uyum sorunları yaşamasına sebep olabilir. Bu sebeple ÖÖG'nin tespitinde sınıf öğretmeni, rehber öğretmen ve aile işbirliği ile gözlem önemlidir. Öğrenme ile ilgili sorun tespit edildiğinde detaylı değerlendirme için bir psikiyatriste/ruh sağlığı uzmanına yönlendirme yapılmalıdır. Bu hem ÖÖG'nin diğer durumlardan ayrıştırılarak doğru tespiti hem de eşlik eden diğer sorunların belirlenmesi için kritiktir.

Psikiyatrik değerlendirmede sırası ile öğrenmeyi etkileyebilecek olası bir tıbbi (işitme, görme sorunu vb.), psikolojik (Travma, kaygı bozukluğu vb.), zihinsel (zeka geriliği vb.), eğitsel ve sosyal (eğitime erişim kısıtı gibi) elenir.

Diğer taraftan bazen ÖÖG'ye ikincil gelişen sebepler daha belirgindir ve bunları anlamaya çalışırken ÖÖG teşhis edilebilir. ÖÖG'ye bağlı olarak ortaya çıkabilecek sorunlar arasında kaygı bozuklukları, depresyon, okul fobisi, davranış sorunları, gece alt ıslatmalar, tik bozuklukları sayılabilir.

DEHB ve ÖÖG çoğu zaman bir arada görülür. Bunun temel sebebinin her iki durumun da benzer nörolojik yapılardan etkilenmesi olduğu düşünülmektedir.

Müdahale hem öğrenme güçlüğü yaşanan alanlara hem de eşlik eden diğer psikolojik sorun alanlarına yönelik olarak planlanır. Tanılama ne kadar erken yapılırsa öğrenme güçlüğünden kaynaklı ikincil sorunların gelişmesini engellemek o kadar mümkündür.

Eğitim Desteği ve Düzenlemeler

ÖÖG akademik olduğu kadar psikolojik olarak da çocukları olumsuz etkiler. Bu sebeple doğru tanılanması ve çocuğun etkili bir müdahale programı ile desteklenmesi önemlidir. ÖÖG'ye yönelik bir tıbbi müdahale, ilaç tedavisi yoktur. Müdahale bireysel eğitim programı ile yapılır. Bu programlar özel bir eğitim programının yanı sıra çocuğun yetenekleri doğrultusunda kendini geliştirebileceği sanatsal ve/ya sportif faaliyetleri, gerekli durumlarda psikoterapiyi içermelidir. ÖÖG'ye eşlik eden DEHB, kaygı bozuklukları vb tanıların varlığında ise ilaç tedavisi gerekli olabilir.

Bireysel eğitim programı çocuğun ihtiyacına göre, farklı yöntemler göz önüne alınarak multidisipliner bir perspektifle oluşturulur. Program özel eğitim merkezlerince oluşturulur ve özel eğitim uzmanlarınca uygulanır. Eşlik eden psikiyatrik durumların belirlenmesi ve bunlara yönelik tedavinin yürütülmesi için çocuk psikiyatristi, psikolog ve psikolojik danışmanın bulunduğu bir ekip çalışması gerekir.

Özel öğrenme güçlüğü olan çocuklar genellikle testlerde ekstra zaman, okuma yardımı ve onlara göre düzenlenmiş ödevler gibi belirli eğitimsel müdahalelerden ve düzenlemelerden faydalanırlar. Bu stratejiler okulda onları akranlarıyla eşitlemek ve çocukların bilgi ve becerilerini göstermelerine olanak sağlamak için tasarlanmıştır.

Özel öğrenme güçlüğü ne kadar sürer, tamamen düzelir mi?

ÖÖG'nin seyri her çocuk için farklıdır. Araştırmalar doğru eğitim ve müdahale programları ile desteklenen çocuğun ilerleyen yaşlarda ÖÖG belirtileri göstermediğini söylemektedir. Ancak hangi çocukta bu belirtilerin ne kadar sürede ve ne derece düzeleceğine dair net veri bulunmamaktadır. ÖÖG erken farkedilir ve bireysel eğitime erken başlanırsa çocuğun başarılı bir hayat sürme ihtimali artar.

Ebeveynleri tarafından motive edilen, sosyal destek alan ve farklı alanlarda başarıları teşvik edilen çocukların yetişkin olduklarında daha sağlıklı ve bağımsız bir hayat kurabildikleri görülmüştür.

Efsaneler ve Gerçekler

**“Özel öğrenme güçlüğü olan çocuklar tembeldir”
Cümlesi bir efsanedir.**



**Gerçeği; Özel öğrenme
güçlüğü destek ve
müdahale gerektiren
nörolojik bozukluklardır.**



**“Özel öğrenme güçlüğü
büyüyünce aşılabilir.”
Cümlesi bir efsanedir.**



**Gerçeği; Özel öğrenme
güçlüğü yaşam boyu süren
rahatsızlıklardır, ancak
doğru destekle çocuklar
zorluklarıyla başa çıkmayı
öğrenebilirler**



Ebeveyn Olarak Ben Neler Yapabilirim?

- **Yapılandırılmış Bir Ortam Oluşturun:** Çocuğunuzun okul çalışmalarına odaklanmasına yardımcı olmak için rutinler ve sessiz, düzenli bir çalışma alanı oluşturun.
- **Teknolojiyi Kullanın:** Öğrenmeyi desteklemek için metinden sese yazılımlar, sesli kitaplar ve matematik uygulamaları gibi birçok teknolojik araç kullanabilirsiniz.
- **Olumluyu Pekiştirin:** Çocuğunuzu, ne kadar küçük olursa olsun başarılarını kutlayın, onu cesaretlendirin. Böylece öz saygısını ve motivasyonunu desteklersiniz.
- **Çocuğunuzun Duygularını Anlayın:** Öğrenme güçlüğü çeken çocuklar hayal kırıklığı, düşük öz saygı ve kaygı yaşayabilir. Duygularını kabul etmek ve destek sunmak önemlidir.
- **Ebeveyn Olarak Stresi Yönetmeyi Öğrenin:** Öğrenme güçlüğü çeken bir çocuğa bakmak stresli olabilir. Gerektiğinde destek arayarak ve öz bakım uygulayarak kendi ruh sağlığınıza dikkat ettiğinizden emin olun.
- **Dayanıklılığı Hedefleyin:** Çocuğunuza sorun çözme becerileri ve gerektiğinde yardım isteme gibi başa çıkma stratejileri öğretin. Dayanıklılık, yaşamları boyunca zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olacaktır.

- **Diğer Ebeveynlerle Bağlantı Kurun:** Zorluklarınızı anlayan diğer ebeveynlerden duygusal destek ve pratik tavsiyeler alabilirsiniz
- **Öğretmenler ve Uzmanlarla Çalışın:** Öğrenme güçlüğü çeken çocuklarla çalışma konusunda uzmanlaşmış bir öğretmen ve/ya terapistten destek almak hem sizin yükünüzü azaltır hem de uzmanlar tarafından hazırlanan bir programa dahil olursunuz.
- **Sosyal Kaynakları Araştırın:** Öğrenme güçlüğü çeken çocuklara destek sunan atölyeler, eğitim programları ve sivil toplum örgütleri gibi yerel kaynakları arayın.
- **Çocuğunuz İçin Savunuculuk Yapın:** Çocuğunuzun en güçlü savunucusu olun. Hakları ve mevcut kaynaklar hakkında bilgi sahibi olun ve ihtiyaçlarının karşılanmadığını düşünüyorsanız konuşmaktan çekinmeyin.

Son Söz

Özel öğrenme güçlüğü çeken bir çocuğu desteklemek, sabır, anlayış ve özveri gerektiren bir yolculuktur. Her çocuğun farklı şekilde öğrendiğini ve doğru destekle çocuğunuzun gelişebileceğini unutmayın.

Kaynakça

- Fletcher, J.M., Lyon, G.R., Fuchs, L.S., & Barnes, M.A. (2018). Learning disabilities: From identification to intervention (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Grigorenko, E. L., Compton, D. L., Fuchs, L. S., Wagner, R.K., Willcutt, E. G., & Fletcher, J. M. (2020). Understanding, educating, and supporting children with specific learning disabilities: 50 years of science and practice. *American Psychologist*, 75(1), 37–51. <https://doi.org/10.1037/amp0000452>
- Karaca, O., Karaca, D.T., Çınar, S.N. (2024). Öğrenme Güçlüğü- Disleksi, Dikkat Eksikliği, Belirtiler, Nedenler, Tanı, Eğitim, Terapi. İstanbul: Psikonet Yayınları