

ÇOCUĞUMLA BÜYÜMEK PSİKOEĞİTİM PROGRAMI RAPORU

Bu rapor; Eğitimde Görme Engelliler Derneği tarafından yürütülen "Çocuğumla Büyüme" başlıklı psikoeğitim programının çıkış noktasını, programı, alandaki etkisini ve sürdürülebilirliğini özetlemek için hazırlanmıştır.

Hazırlayanlar: Beyza YILDIRIM, Şeyma BÜYÜKURVAY

Düzenleyen: Pınar GÖCEN

Telefon ve Belgegeçer: 03124181412

Web: <https://www.eged.org>

E-posta: bilgi@eged.org

Eylül, 2022



İçindekiler

BAŞLARKEN	3
İHTİYAÇLAR NEYDİ	3
NEDEN PSİKOEĞİTİM	4
SÜREÇ NASILDI.....	4
KATILIMCILARDA NELER DEĞİŞTİ?	6
NASIL DEVAM EDECEĞİZ.....	7

BAŞLARKEN

Eğitimde, istihdamda, sağlıkta, ulaşımda; özetle hayatta özne olmak Eğitimde Görme Engelliler Derneği'nin (EGED) temelini oluşturmaktadır. 2009 yılında eğitim alanında karşılaştıkları sorunların çözümü için bir araya gelen görme engelli gençler, çalışmalarını daha sistemli ve planlı bir hale getirmek için 2013 yılında EGED'i kurmuştur. Böylece EGED başta görme engelliler olmak üzere engellilerin insan hak ve özgürlüklerine eşit eriştiği bir ülke için savunuculuk yoluna başlamıştır. Yolda ilerlerken bünyesindeki insanlar ile büyümekte, alandaki öz savunucuların artmasına ve engelliliğe hak temelli bakışın yayılmasına katkı sunmaktadır. EGED, her türlü ayrımcılığı reddeder ve engellilik ile kesişen diğer hak alanları ve bu alanlardaki örgütlerle temasa açıktır. EGED çalışmalarını katılım ve şeffaflık esasıyla yürütür. Dolayısıyla belli bir kurulun inisiyatifiyle değil, farklı spesifik konularda derinleşen çalışma komisyonları aracılığıyla antihiyerarşik bir yöntem izler. Bu yaklaşımla eğitim ve istihdam alanlarında karşılaşılan erişilebilirlik sorunları ve ayrımcı tutumlara karşı mücadele eder. Bu mücadeleler sırasında hak öznesi kişilerin inisiyatif almasının temel oluşundan hareketle engellilik ve çocukluk kesişimine de odaklanır. Buna göre destekleyici bir çevrede yetişen görme engelli çocuklar, bağımsız yaşam becerisi edinmek ve karşılaştığı sorunların çözümü için inisiyatif almakta güçlüdür. Oysa genellikle engellilik, "muhtaçlık ve bağımlılık" olarak algılanır. Dolayısıyla çocukların bağımsızlığı desteklenemez. Bu ise sorunların çözümünde inisiyatif alamayan engelli kitleleri ile çözülemeyen ve kapsamlı politikalar geliştirilemeyen sorunların etkileşimli olarak var oluşunu pekiştirir. Eğitim Komisyonu üyelerinin deneyimlerinden, alandaki gözlemlerinden ve EGED'e sahadan ulaşan dönütlerden anlaşıldığına göre; görme engelli çocuğu bulunan ebeveynler ise bu döngüyü kırarak temel bir role sahiptir. "Çocuğumla Büyüme Psikoeğitim Programı" da buradan doğmuştur. Programı geliştiren, yürüten ve organize eden ekip: Beyza Yıldırım (Psikolojik Danışman), Canan Çam Yücel (Okulöncesi öğretmeni), Çağla Pala (Sosyal Bilgiler öğretmeni), Firdevs Yıldırım (Psikolojik Danışma ve Rehberlik bölümü öğrencisi), Merve Ekiz (Psikolojik Danışman), Merve Orhan (Psikolojik Danışman), Oğuz Akkaya (Psikolojik Danışman), Pınar Göcen (Türkçe öğretmeni), Şeyma Büyükurvay (Psikolojik Danışman), Ziya Yalvaç (Psikolojik Danışman) kişilerinden oluşmaktadır.

İHTİYAÇLAR NEYDİ?

Engelli çocuğa sahip olmak, pek çok ebeveyn için beklenmediktir. Mevcut kültürel kodlar nedeniyle de "acizlik, zayıflık, bağımlılık" anlamlarına gelmektedir. Dolayısıyla çocuğu engelli doğan veya bir kaza nedeniyle sakatlanan ebeveynler sarsılır, çaresiz hisseder, umutsuzluk ve yalnızlık hissi yaşar. Engelliliğin beklenmedik olması ve mevcut kültürel kodların yanı sıra bu alanda bilimsel ve hak temelli bilgiye erişimin kısıtlı olması meseleyi daha da derinleştirir. Durum, görme engellilik söz konusu olduğunda da böyle işler. Deneyim veya gözlemler aracılığıyla karşılaşılabilen somut bazı çıkmazlar şu şekildedir: Görme engelli çocuğun çarpıp düşeceğinden o kadar korkulur ki çocuğun yürümeyi öğrenmesi gecikir. Çocuğun; hayatı dokunarak, dinleyerek öğrenebileceği atlanır ve kendisi için en temel işleri yapmayı öğrenmesi engellenir. Çocuğun yaşadığı her problem (uykusuzluk, iştahsızlık, agresiflik...) mutlaka görme engelliliğe bağlanır ve panik olunur. Çocuğun görme engelliler özel eğitim okuluna mı yoksa kaynaştırma yoluyla eğitime mi devam edeceği konusunda arada kalınır. Çocuk beyaz baston kullanmak ister ama ebeveynler güvenmekte zorlanırlar...

Yaşanan bu ve daha pek çok çıkmazın kaynağı; ebeveynlerin engelliliği algılayış biçimleri, hayatta “diğerlerinden farklı olmaya” dair bakışları, yalnızlık hisleri, bilgiye erişim kısıtlılığı olarak görülmektedir.

NEDEN PSİKOEĞİTİM?

Görme engelli bir çocuğun bağımsız yaşam becerilerini kazanmasında bebeklikten itibaren desteklendiği bir aile ortamının önemi yadsınamaz. Görme engelli çocuğa sahip ebeveynlerin, çocuğunu bağımsız yaşam konusunda destekleyebilmesi için de öncelikli olarak kendisinin konuyla ilgili bilgi ve becerilere sahip olmasının; ortak deneyimlere sahip diğer ebeveynlerle, uzmanlarla duygu ve deneyimlerini paylaşmasının rolü büyüktür. Bunların yanında, ebeveynin çocuğunu destekleyebilme konusunda edindiği bilgi-becerileri günlük yaşamda uygulayabilmesi için duygusal hazır bulunuşluğunun artması, psikolojik dayanıklılık noktasında güçlenmesi önemlidir.

Bu noktada; bilgi-beceri öğretiminin, duygu ve deneyim paylaşımının içten bir şekilde, terapötik ve profesyonel çerçevede yapılmasına imkân sağlayan psikoeğitim gruplarının oldukça etkili olduğu söylenebilir. Bütün bunlardan hareketle çalışmada yöntem olarak psikoeğitim programı seçilmiş, psikoeğitim grubu ise görme engelli çocuğu olan ebeveynlerden oluşturulmuştur. Psikoeğitim grupları, eğitimsel içerikli olup beceri geliştirmeyi hedefleyen ve başarılması gereken amaçların yer aldığı bir grup çeşidi olarak tanımlanmaktadır. Bu gruplar özellikle problemlerin ortaya çıkmasını önlemeye odaklanır. Bilgi verme ağırlıklıdır. Psikoeğitim gruplarında özellikle rol oynama, problem çözme, karar verme ve iletişim becerileri gibi “grup temelli eğitim ve gelişim stratejileri” kullanılır. Belirli beceriler öğretilmeye çalışılır ve problemleri önlemek için çaba sarf edilir. (Brown, 1998;2004; Akt. Güçray, Çekici, Çolakadioğlu; 2009)

Bütün bunların yanı sıra yalnızca bilgi-beceri öğretimini içermeyen, aynı zamanda grup üyelerinin gizlilik ilkesinin gözetildiği güvenli bir ilişki ve iletişim ortamı sağlamaktadır. Bu sayede grup üyelerinin duygularını paylaşabilecekleri, üyelerin birbirlerinden beslenerek yeni öğrenmelerle zenginleşebilecekleri açık bir grup dinamiği oluşturmaktadır.

SÜREÇ NASILDI?

Çocuğumla Büyüme Psikoeğitim Programı görme engelli psikolojik danışmanlar ve farklı branşlardan öğretmenler tarafından geliştirilmiştir ve yürütülmektedir. Program geliştirilirken görme engelli çocuğu olan ebeveynlerin ihtiyaçları; bu ihtiyaçlara cevap verebilecek, ele alınması gereken temalar belirlenmiştir. Belirlenen temayı en verimli ve etkileşimli ele almayı sağlayabilecek yöntem ve teknikler üzerine tartışılarak her oturum için etkinlikler geliştirilmiştir. Oturumlar ve süreç detaylandırılarak psikoeğitim kitapçığı hazırlanmıştır. Başta 6 oturum olarak tasarlanan program, 24.04.2021 tarihinde başlayan iki eş zamanlı ilk oturumlar dizisinden elde edilen deneyim ve gözlemler doğrultusunda 8 oturum olarak revize edilmiştir. Yeni eklenen oturumlar ve diğer oturumların içeriğine, bağımsız yaşam becerileri ve ayrımcılıkla baş etme alanları daha derinlemesine eklenmiştir. 15.02.2022 tarihinde ise eş zamanlı iki grupta program yeniden başlatılmıştır. Programlara toplam 120 ebeveyn tarafından başvuru yapılmıştır. Oturumlar, aktif katılım gösteren katılımcılarla sürdürülmüştür.

Her iki uygulama da iki ayrı grupta eşzamanlı ve çevrimiçi olarak yürütülmüştür. Gruplar, en az biri psikolojik danışman olan lider ve yardımcı liderlerin yürütücülüğünde gerçekleştirilmiştir. Oturumlara, o gün ele alınacak temayla ilişkili ısınma oyunları ile başlanmış ve program boyunca engellilikle ilgili kavramlar, iletişim, psikolojik dayanıklılık, kariyer, bağımsız yaşam,

ebeveyn tutumları gibi çocukların farklı gelişim dönemlerinde gündeme gelebilecek konular ele alınmıştır. Her oturumun temasıyla ilgili bilgilendirici kısa sunumlar hazırlanmış; rol oynama, metafor kullanımı, öyküleştirme, özdeğerlendirmeye yönelten derecelendirme soruları gibi yöntem ve tekniklerle grup etkileşimi sağlanarak oturumlar sürdürülmüştür.

Psikoeğitim gruplarında üyelerin kendilerini içten bir şekilde ifade edebilecekleri destekleyici bir ortamın varlığı oldukça önemlidir. Bundan hareketle grup üyeleriyle işbirliği içinde grup kuralları belirlenmiş, güvene dayalı bir grup dinamiğinin var olmasına çabalanmıştır. Program boyunca ele alınacak engellilikle tanışma, psikolojik dayanıklılık, iletişim, ebeveyn tutumları, kariyer gibi konular; önöğrenme ve hazır bulunuşluk gibi kriterlere göre değerlendirilerek programa yerleştirilmiştir. Konular ele alınırken her birinin engellilikle kesişen, engellilikle birlikte üzerine konuşulması gereken yanları olabileceği gibi bütün bunlardan bağımsız, yalnızca çocuk veya insan olmaktan kaynaklanan ortak yönlerin varlığı ana fikriyle hareket edilmiştir.

Buna göre, başlangıç olarak katılımcıların engellilikle tanışma deneyimleri ve ebeveynlerin hak temellilik, erişilebilirlik gibi kavramlarla karşılaşmaları; öz savunuculuk becerilerinin gelişmesi açısından öncelikli ihtiyaçlar arasında görülmüştür. Kavramsal aşinalığın yaşantıları anlamlandırmaya yardım edeceği düşünülmüştür.

Kişiler hayatları boyunca birçok zorlayıcı yaşam olayıyla karşı karşıya kalabilirler. Engellilik veya engelli bir çocuğa sahip olmak ise kişi için daha önce deneyimlenmemiş, tanıdık olmayan bir durum olduğunda zorlu bir yaşam olayı haline gelebilir. Zorlayıcı yaşam olaylarını bir tehdit veya kişiyi güçlendiren bir deneyim haline getiren şey ise psikolojik dayanıklılıktır. Bütün bunlar, engelli bir çocuğa sahip kişilerin destekleyici bir ebeveyn olabilmeleri için psikolojik dayanıklılıklarının güçlenmesinin önemini ortaya koymaktadır. Bundan hareketle programda psikolojik dayanıklılık konusunda kişinin yaşam boyunca birçok zorlayıcı olayla karşılaşabileceği, engelliliğin de bunlardan biri olduğu üzerinde durulmuştur. Engelliliğin olağan bir insan özelliği olduğu yönünde bir algıya sahip olmak, kişi için engelliliğin artık baş edilmesi gereken bir durum değil; engellilikle birlikte var olabilmeyi ve bu yanıyla da güçlendiren bir deneyime dönüşmesi anlamına gelebilir.

Sağlıklı bir ebeveyn-çocuk ilişkisinde doğru bir iletişimin gerekliliği yadsınamaz. Doğru iletişim ise dinleme, empati, geri bildirim, içten ve açık olma gibi birçok öğeyi barındıran bir süreci ifade eder. Bütün bunlar engelli olsun ya da olmasın, ebeveyn-çocuk ilişkisinde ortak konularken engelli bir çocuk söz konusu olduğunda engelliliğe dair konuşmak, çocuğun engellilik konusundaki sorularını cevaplamaktan kaçınmama gereğini doğurur. Programda iletişim konusu ele alınırken doğru iletişim yolları üzerine fikir yürütülmüş, buradan elde edilenlerle engellilik meselesi ele alınmıştır. Bu sayede, ebeveynlerin çocuklarıyla olan iletişimlerini gözden geçirmeleri ve bu değerlendirme sonucunda destekleyici ebeveyn rolünde olmak için neyi daha farklı yapabilecekleri üzerine konuşulmuştur.

Engelliliği kalıp yargılardan uzak, sadece engellilikle birlikte değil ama ondan bağımsız da ele alabilmek oldukça önemlidir. Bunu yapma gerekliliğinin doğduğu alanlardan biri ise kariyer gelişim sürecidir. Kariyer ve engellilik meselesi yan yana geldiğinde, çeşitli kalıp yargılar devreye girebilmekte ve meslek seçim sürecinde zorlayıcı bir etken olarak karşımıza çıkabilmektedir. Tam da bu nedenle ebeveynlerin çocuklarının ilgi, yetenek, değer ve beklentilerinden önce engelli oluşlarıyla ilgilenmeleri ebeveynlerde çocuğun geleceği konusunda kaygı ve çeşitli soru işaretlerini içinden çıkılmaz hale getirebilmektedir. Programda kariyer konusu ele alınırken meslek seçiminde engelliliği çocuğun güçlü veya zayıf bir yanı

olarak değerlendirmemek, kalıp yargılardan uzak bir şekilde seçim yapabilmek temalarına eğilinmiştir.

Engellilik söz konusu olduğunda üzerine en çok konuşulması gereken ve kazanılması amaçlanan temel noktanın “bağımsız yaşam” olduğu söylenebilir. Burada ebeveynler için “bağımsız yaşam”ın ne anlama geldiğı önemlidir. Örneğın bağımsız yaşamı hiçbir zaman hiç kimseden yardım almadan kişinin her şeyi tek başına yapması şeklinde tanımlayan birinin bağımsız yaşam becerilerinde yardımı doğru konumlandırması mümkün olmayabilir. Bu nedenle programda bağımsız yaşam konusu ele alınırken beyaz baston kullanımı, kişisel yaşam becerileri gibi konular ve ebeveynlerin çocuklarını ne şekilde destekleyebileceklerinin yanı sıra yardım gibi bağımsız yaşam konusunda yanlış bilinenler üzerinde durulması da önemsenmiştir. Bağımsız yaşamın ve yardımın engelli veya engelli olmayan herkes için ortak bir ihtiyaç, gündem olduğu, kişinin dilediğı zaman, kendi inisiyatifiyle hareket edebilmesi düşüncesinden yola çıkılması önemlidir.

Ebeveynlerin çocuklarını bağımsız yaşam ve diğer konularda destekleyebilmeleri için uygun tutumu benimsemiş olmaları yararlı olacaktır. Programda ebeveyn tutumları ele alınırken katılımcıların tutumlar hakkında bilgi sahibi olmaları, kendi tutumlarını değerlendirmeleri ve farklı olması gerekenler üzerine düşünmeleri amaçlanmıştır.

Çocuğumla Büyüme Psikoeğitim Programı, süreç sonunda katılımcılardan gelen geri bildirimlerle büyümeye, gelişmeye devam eden dinamik bir program olmayı amaçlamaktadır. Bu nedenle, süreç sonunda katılımcılarda değişenler, bundan sonra farklı yapmayı planladıkları, ekipten beklentileri gibi konular üzerine grup üyelerinden geri bildirimler alınması önemsenmektedir.

Çocuğumla Büyüme’i büyüten şeylerden biriye her oturumun ardından yürütücü ekibin bir araya gelerek uygulamadan elde edilenler, süreç, gözlemler, katılımcı geri bildirimleri konusunda deneyim paylaşımı yapılmasıdır. Bu paylaşımlarla ihtiyaç duyulan noktalarda program güncellenmiştir. Bu toplantılar, yürütücü ekibin gelişimine katkı sağlamış ve sonraki uygulamalar konusunda yol gösterici olmuştur.

KATILIMCILARDA NELER DEĞİŞTİ?

Bu bölümde amaçladığımız, Çocuğumla Büyüme Psikoeğitim Programı’nın katılımcılar açısından ne anlam ifade ettiğı ve nasıl katkıda bulunduğuna dair hem oturumlar sırasında ve sonrasında program yürütücülerinin gözlemleri hem de katılımcıların ifade ettikleri üzerinden bir özet sunmaktır. Buna göre 4 grupta da ortak olarak anlaşılan, görme engelli çocuğı olan başka ebeveynlerle bir arada olmak iyi geliyor, yalnızlık hissini alıyor. Farklı yaş gruplarından, şehirlerden, kültürlerden çocukların ebeveynleri olarak bir arada bulunmaksa kaygı düzeyini azaltan, model oluşturan bir anlam içeriyor. Model oluşturmak noktasında uygulayıcıların da görme engelli uzmanlar olması ve ebeveynlere yönelik bu programı sunması oldukça önemli görülüyor.

Oturumlar sırasında çocuğıyla engellilik konusunu açıkça konuşma, tek başına yemek yemesine izin verip ortam sağlama, tek başına alışverişe çıkmasını destekleme konularında somut değişimler doğdu. Bunlara yönelik atılan adımları sürdürmeye dair motivasyon katılımcılar tarafından dile getirildi. Ebeveynler bu konularda adım atarken en başta kendilerinin çekingen ve engelleyici bir kaygıya sahip oldukları, bunu toplumdaki engellilik algısından öğrenip sürdürdükleri yönünde farkındalık sahibi oldu. Öyle ki aile büyükleri

ebeveynlerin mutlaka çocuklarının her daim yanında olmasını öğütüyor ve bazen bunu iyi anne baba olmakla özdeşleştirebiliyor.

Ayrımcılığa odaklanan oturumda üyelere farklı bağlamlardan günlük pratikte karşılaşılabilecek ayrımcılık senaryoları verilmiş ve engelli birinin bu senaryolar karşısında nasıl davranacağı, neler düşüneceği ve nasıl hissedeceği yönündeki görüşleri alınmıştı. Her senaryoda gelen görüşlerin senaryodaki engelli kişinin daha güçlü, özgüvenli ve mücadeleci tutumda oluşu fark edildi. Bu sayede katılımcılar günlük hayatta, iş hayatında, eğitimde karşılaşılabilecek pratiklere dair bireysel ve çevresel mücadele mekanizmaları üzerine düşünme yönünde güçlendi.

Grup üyelerinin son oturumda vurguladığıysa; grup olarak iletişimde kalmaya devam etme ve EGED tarafından ebeveynlere yönelik çalışmaların artırılması isteği oldu. Birbirlerine sorular sorabilecekleri, gerektiğinde program yürütücülerinden destek alabilecekleri hissini iyi olduğu yönündeydi.

Psikoeğitim süreci görece yavaş ilerleyen, hemen tüketilebilen yoğun bilgi yığını içermeyen ve bağ kurmaya odaklanan bir süreç ancak ebeveynlerin duygusal yoğunlukları ve bilgiye erişim kısıtları nedeniyle bazı sorularına hızlıca cevap bulma ihtiyacı söz konusuydu. Bu özellikle yapılan son iki programda gözlemlendi. Bu nedenle oturumlar devam ederken bazı sorular cevaplanırken oturumun odağını aşan sorular için programdan bağımsız soru-cevap oturumu yapıldı. Bu oturumdaysa ebeveynlerin özellikle tek cevabı olan konulara ilişkin bilgi sahibi olmasına çalışıldı.

NASIL DEVAM EDECEĞİZ

Çocuğumla Büyüme, bahsedilen bütün kazanımları ile devamını önemseydiğimiz bir psikoeğitim programı. Bu noktada daha fazla ebeveynle ulaşmayı, bunu yaparken programı yerelde ve yüz yüze gerçekleştirmeye dair fırsatlar araştırmayı önemsiyoruz.

Bununla birlikte Çocuğumla Büyüme; her uygulamanın ardından gözlemlenen ihtiyaçlar, ebeveynlerden gelen talepler ile büyümeye, güncellenmeye devam eden, psikoeğitim dışında farklı yöntemler de kullandığımız dinamik bir süreç. Bu süreçte Bütün bunları yaparken ebeveynlerle iletişimde kalmak, sonrasına dair yapacaklarımıza birlikte karar vermek oldukça önemseydiğimiz bir konu oldu. Örneğin psikoeğitim oturumları sırasında katılımcıların gündeme getirdiği kimi konulara daha fazla zaman ayırmak, ebeveynlerden gelen soruları yanıtlamak amacıyla oturumların bitmesinin ardından bir soru cevap etkinliği düzenledik. Yine oturumlarda gündeme gelen kimi konuları daha detaylı ele almak ve her zaman ulaşılabilir kaynaklar oluşturmak için EGED Cast podcast kanalımızda Çocuğumla Büyüme serisine başladık. Çocuğumla Büyüme, bütün bu yanlarıyla ebeveynlerin ihtiyaç duydukları konularda başvurabilecekleri bir destek ağına dönüşüyor.

KAYNAKÇA

Güçray, S. S., Çekici, F., Çolakkadıoğlu, O. (2009). Psiko-eğitim gruplarının yapılandırılması ve genel ilkeleri. MERSİN ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM FAKÜLTESİ DERGİSİ, 5(1).