

OTİZM

Otizm yani diğer bir deyişle Yaygın Gelişimsel Bozukluk. Sosyal etkileşim sorunları, iletişim sorunları ve sınırlı/yinelenen ilgi ve davranışlarla kendini gösterir. Son yıllarda görülme sıklığı 1/88 dir. Aynı zamanda Erkek çocuklarda Kız çocuklarına oranla dört kat daha fazladır. Erken dönemde başlayan ve **yaşam boyu süren** sosyal ilişki, iletişim, davranışsal ve bilişsel gelişimde gecikme ve sapma olan, nöropsikiyatrik bir bozukluk olarak ta kabul edilmektedir.

Nöbet, istemsiz hareketler, bilinç yitimi vb. nörolojik sorunlar görülebilir.

Otizm tanılı bireylerin pek azında (%10) çok güçlü bellek, müzik yeteneği vb. üstün özellikler rastlanır.

OTİZMİN BELİRTİLERİ

a) Sosyal Etkileşim Sorunları:

Sözel olmayan davranışlarda yetersizlik

- Göz kontağı
- Jest mimik sınırlılık
- Sosyal ortam mesafesini ayarlayamamak
- Ses kullanımında sıra dışılık

Yaşa uygun akran ilişkileri geliştirememek

- Arkadaşlık ilişkisi kurmakta zorluk
- Akranlarıyla etkileşime girememe
- Özel ilgilere dayalı ilişki kurma
- Grup içinde etkileşimde zorlanma

Başkalarıyla ilgi / başarı paylaşımında sınırlılık

- Yalnız olmayı tercih etme
- Belli durumda dikkat çekme çabası göstermemek

Sosyal duygusal davranışta sınırlılık

- İlgi karşısında tepkisiz kalma
- Başkalarının yaptıklarına ilgisiz kalma
- Başkalarının duygularını anlamada yetersizlik (üzülen, ağlayan, kızan, sevinen vb.)

İletişim Sorunları:

- Dil gelişiminde gecikme

- Karşılıklı konuşmada zorluk
- Yineleyen dil kullanma (duyduklarını tekrarlama, kendisine anlam ifade eden sözcük tekrarı vb.)
- Gelişimsel düzeyine uygun olamayan oyun (hayali oyunlar, sembolik oyunlar kuramama, oyuncakları anlamsız kullanmak, sosyal oyunlara ilgisizlik)

c) Sınırlı / Tekrarlı İlgi ve Davranışlar:

- İlgi takıntıları (Bazı konulara ilgi duyarak başka konuları dışlamak)
- İlgi duyduğu konuların ince ayrıntılarını hatırlamak
- Belli etkinlikleri hep aynı sıra ile yapmak
- Günlük rutinlerde hep aynı davranış sıralaması yapmak ve bu rutin değişikliklerine aşırı tepki vermek
 - Sıra dışı el veya beden hareketleri
 - Nesne takıntıları (bazı nesnelere elinden düşürmemek, yanından ayırmamak)

OTİZMLİ BİREYLER İÇİN NELER YAPABİLİRİZ?

- Basit, kısa ve net yönergeler kullanın.
- Sıra düzeni değiştirmeyin.
- Soyut ifadelerden kaçının.
- Değişiklik durumlarında önceden onları bilgilendirin.
- İlgi alanlarını belirleyin ve öğrenme fırsatları yaratın.
- Yapabileceği etkinlikler hazırlayın.
- Görsel materyaller kullanın.
- Yardımları ve ipuçlarını azaltarak bağımsızlaştırma yapın.
- Pekiştireçlere fazla yer verin.

Tüm eğitimler, doktor raporları ve tecrübelerle bakacak olursak Otizm de **üç temel alan esas** alınmalıdır. **Eğitim, Beslenme ve Spor;**

Eğitim; Yoğun ve profesyonel kişiler tarafından yapılacak olan eğitim öğrencilerde büyük değişim ve başarıya vesile olacaktır. Öğretmenin/Eğitimcisinin dediklerini yapıyor ama bizi dinlemiyor diyorsanız, eğitimin tam anlamıyla gerçekleşmediği söylenebilir. Eğer olumlu bir davranış ya da beceri bireye kazandırılmışsa bunu genelleyebildiği (Tüm ortamlarda uygulayabildiği) zaman biz başarı kabul etmeliyiz. Değişikliklerden hoşlanmaz demişken eğitmeni değiştirilmeli mi? Evet, ama mevcut eğitimciden alabileceklerini

alabildiyse bunu diğer alanlara ya da kişilere de aktarabilmesi için eğitimci değişikliğine gidilmeli yalnızca bir kişiye bağlı kalmak da durumu kurtarmayacaktır yani genelleme boyutuna geçmeliyiz.

Cinsel eğitim konusuna değinecek olursak ergenlik dönemi öncesi ve ergenlik dönemi sürecinde çok dikkat etmeli ve gereken tedbirleri almalıyız. Aksi takdirde yoğun ve zor bir ergenlik dönemi bizi beklemektedir. Konu hakkında uzman kişilerle, ocuk Psikiyatrisi, zel Eğitim ğretmenleri, Rehber ğretmenler vb. birlikte çalışmalıyız.

Beslenme; Bu zamana kadar otizmle ilgili ne kadar doktor raporu ya da akademisyen görüşüne göre, her ne kadar Otizmin sebebi bilinmese de, beslenmeyle ilişkili olduğu kesin. Yani beslenme sebebi değildir belki ama mevcut olumsuzlukları tetiklemektedir. Örneğin, Otizimli bireylere 1 hafta hazır gıdalar verelim problem davranışlar artacak, hareketlilik artacak, komut alma azalacak vb. gibi durumlarla karşılaşırız ve otizmden kaynaklı olumsuz durumlar yoğunluk gösterecektir. Yine aynı bireye 1 hafta doğal gıdalar verilse, (Süt ve süt rnlerinde Keçi rnleri, unlu gıdalarda gluteinsiz un, organik domates-salatalık, kefir vb.) bağışıklığı güçlendirici faydalı besinler kullanıldığında yoğun davranış problemlerinde azalma gözlemlenecektir. Tabi bu durumlar küçük yaşta ki otizimli bireyler üzerinde daha etkili olacaktır.

Spor; Otizimli bireylerin eğitiminde olmazsa olmaz diye adlandırdığım üç temel esastan biri de spordur. Otizimli bireylerin hareketliliğinin azalmasına, komut almada ilerlemeler kaydetmede, sosyal iletişimde olumlu manada artışlar olmasında sporun ciddi etkileri olacaktır. Faydalı sporlar hangileridir diye bahsedecek olursak; Yüzme, Bisiklet, Masa Tenisi, At binme, Denge tahtası alışmaları, Koşu vb. şeklinde sportif alanlar sıralayabiliriz.

ağlar KARA

Özel Eğitim ğretmeni