

ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİ OLAN BİREYLER

e bülten



2020 ŞUBAT SAYISI

"Eğitimde feda edilebilecek hiçbir fert yoktur."

Gazi Mustafa Kemal ATATÜRK



ZİHİNSEL YETERSİZLİK NEDİR ?

Gelişimsel dönemler sırasında görülen, uyumsal davranışlarda kalıcı bozukluklarla ortaya çıkan genel zihin fonksiyonlarında ortalamanın anlamlı düzeyde altında olmak şeklinde tanımlanmaktadır.

Doğumdan önce embriyonun gelişiminde, doğum sırasında veya doğum sonrası gelişim sürecinde; çeşitli nedenlerle merkezi sinir sistemini etkileyerek bellek, motor, sosyal olgunluk gelişim ve fonksiyonlarında kalıcı olarak duraklama, gerileme sonucu yaşlılarından dörtte bir ya da daha düşük veya daha yüksek oranda gerilik oluşturan durum, zihinsel yetersizlik (zeka geriliği) olarak tanımlanmaktadır.



Zihinsel engel türleri; Angelman sendromu, Asperger sendromu, dikkat eksikliği ve hiperaktivite, disleksi, Down sendromu, fenilketonüri, Frajil-x sendromu, Heller sendromu, hidrosefali, hiperleksi, konuşma engelliler, otizm, Prader-Willi sendromu, spina bifida, Williams sendromudur.

Zihinsel Yetersizliğin Sebepleri Nelerdir?

Hafif derecede zihinsel engelli bireylerin pek çoğunda (tüm zihinsel engellilerin yaklaşık %90'ını oluşturur), belirgin bir biyolojik nedene rastlanmadığı için, nedenlerinin belirlenmesi çoğu zaman güç olmaktadır. Ancak orta ve ağır derecede zihinsel engelliliğe genellikle biyolojik etkenlerin neden olduğu saptanmıştır. Genel olarak bilinen nedenler üç ana başlık altında toplanabilir:

1. **Doğum Öncesi Oluşan Nedenler**
2. **Doğum Sırası Oluşan Nedenler**
3. **Doğum Sonrasında Oluşan Nedenler**

Doğum Öncesi Oluşan Nedenler

Annenin yaşı, beslenmesi, hamilelikte kullandığı ilaçlar, içki-sigara-uyuşturucu gibi alışkanlıkları, radyasyona maruz kalma, psikolojik sorunları, akraba evliliği, geçirdiği hastalıklar (özellikle hamilelikte), kazalar, travmalar, çocuk-anne arasındaki kan uyumsuzluğu, genetik olarak aileden geçen bazı özelliklerin taşınması gibi bazı nedenler sayılabilir.



Doğum Sırası Oluşan Nedenler

Erken-geç doğum, kordon dolanması, güç ve riskli doğum, doğum sırası kazalar (bebeği düşürme gibi), vakum-forseps gibi aletlerin özellikle uzman olmayan kişilerce kullanılması, doğumun hijyenik olmayan ortamlarda yapılması, doktor hataları gibi nedenler sayılabilir.

Doğum Sonrasında Oluşan Nedenler

Enfeksiyona maruz kalma, çocuğun geçirdiği ateşli hastalıklar, hastalıklarda yanlış ve geç müdahale, beslenme bozuklukları (yetersiz ve dengesiz beslenme), kazalar-travmalar, çok yetersiz çevre koşulları sayılabilir.



ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİN BELİRTİLERİ NELERDİR?

Konjenital Anomaliler var ise bunların fizik gelişimde de hemen fark edilecek (ör: Down Sendromu vb.) fiziksel alışılmadık özellikler gösterebilir. Ancak çoğu zeka geriliklerinde fiziksel gelişimde sorun yoktur. Zeka gelişimi takvim yaşına ve fizik gelişimine göre geri kalır. Çocuk o yaş düzeyinin yapması gereken bulgularını yapamaz. Zeka için en önemli bulgu dil gelişiminin geri kalmasıdır. Ör: 6-8 ayda tek kelimeler ve heceleri çıkartma. Ya da 18 ay da yaklaşık 50 kelimenin olması gibi gereken gelişimin geride kalması ; önemli bir bulgudur. Ya da yürümenin 15 aydan daha sonra-ya gecikmesi yine gelişimde sorun olduğunun belirtisi sayılabilir.



ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİN SINIFLANDIRILMASI

Zihinsel yetersizlik kendi başına özgün bir tanı olmakla birlikte aynı zamanda farklı hastalıklara eşlik eden bir tanı da olabilmektedir. Zihinsel yetersizlik bir psikiyatrik tanı olarak kullanılan teknik bir terimdir. Zekası normalin altında olan herkes zeka geriliği kategorisine girmez, örg. 70-79 IQ sınır zekadır. Normal zekanın altındadır. Ancak zihinsel yetersizlik kategorisine girmez.

Zihinsel yetersizlik belirtileri ve zihinsel yetersizlikten mustarip çocukların gösterdiği davranışlar zihinsel yetersizlik tiplerine göre farklılıklar göstermektedir. Bu sebeple zihinsel yetersizlik tiplerine göre ortaya çıkan belirtileri bilmek faydalıdır.

SINIFLANDIRMA

Psikolojik sınıflandırma	Eğitsel sınıflandırma
➤ Hafif Derecede Zihinsel Engelliler	➤ Eğitilebilir Zihinsel Engelliler
➤ Orta Derecede Zihinsel Engelliler	➤ Öğretilebilir Zihinsel Engelliler
➤ Ağır Derecede Zihinsel Engelliler	➤ Ağır ve Çok Ağır Derecede Zihinsel Engelliler
➤ Çok ağır Derecede Zihinsel Engelliler	➤

- ▶ 25-altı IQ Çok Ağır Düzeyde zihinsel yetersizlik
- ▶ 25-34 IQ Ağır Düzeyde zihinsel yetersizlik
- ▶ 35-50-55 IQ Orta Düzeyde zihinsel yetersizlik
- ▶ 50-55-69 IQ Hafif Düzeyde zihinsel yetersizlik
- ▶ 70-79 IQ Sınır zeka
- ▶ 80-89 IQ Donuk, Düşük normal zeka
- ▶ 90 ve üstü normal, parlak, üstün, dahi

TAM BAĞIMLI (25-ALTI IQ) ÇOK AĞIR DÜZEYDE ZİHİNSEL YETERSİZLİK BELİRTİLERİ VE ÖZELLİKLERİ

- ▶ Ömürleri boyunca bir yetişkine bağılıdır.
- ▶ Fiziksel sorun yaşama ihtimalleri diğer çocuklara oranla daha yüksektir.
- ▶ Kendilerine bakmakla ilgili", yeme. içme, tuvalet gibi faaliyetleri gerçekleştirmeleri çok zordur.
- ▶ Çok basit yönergeleri ve açıklamaları güçlkle anlayabilirler.
- ▶ Bir takım sesler çıkarsalar da konuşamazlar.
- ▶ Beyin zedelenmesi fazla olduğu için birden fazla engellilik durumları vardır. (epilepsi, görme, işitme gibi)

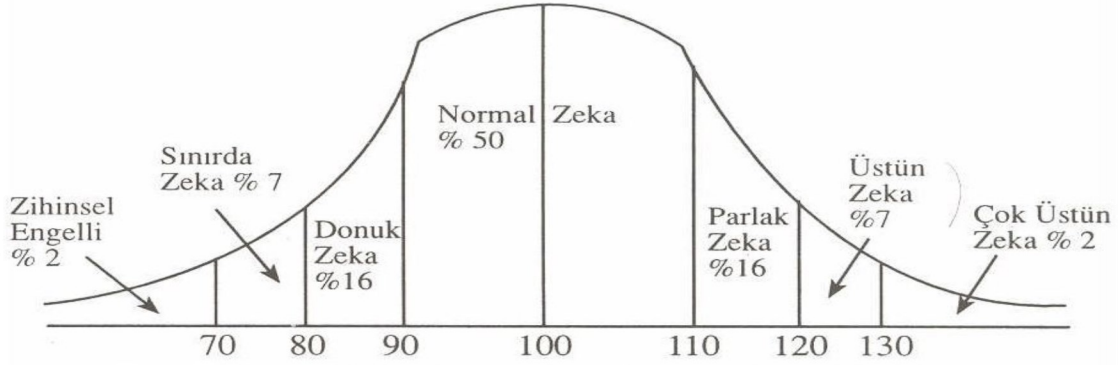
25-34 IQ AĞIR DÜZEYDE ZİHİNSEL YETERSİZLİK (BAĞIMLI) ÖZELLİKLERİ VE BELİRTİLERİ

- ▶ Zeka yaşları genel olarak 3-4 yaş çocuğunu anlayış ve kavrayış düzeyindedir. 5-6 yaşma kadar yürüme zorudur yada yetersizdir. 6 yaş civarında kendilerini basit düzeyde besleyebilirler.
- ▶ Hareket gelişimleri ve koordinasyonları (yürüme, oturma, kalkma, parmaklarını kullanma, takma-çıkarma vb.) yetersizdir.
- ▶ Öz bakım becerilerini kazanmaları zordur. Ancak basit düzeyde Öğrenebilirler.
- ▶ Basit günlük işleri yaşlarına bağlı olarak; ışığı açma-kapama. tv açma-kapama. bir şeyi bir yerden alıp bir yere koyma, ipe boncuk dizme vb. yapabilirler.
- ▶ Konuşmaları son derece yetersizdir. Genellikle tek kelime ile konuştular, eğitim ve ilerleyen yaşlarıyla birlikte 2-3 kelimelik basit ve sınırlı cümleler kurabilirler.

35-50-55 IQ ORTA DÜZEYDE ZİHİNSEL YETERSİZLİK BELİRTİLERİ

- ▶ Genel olarak 6-8 yaş çocuğu düzeyinde kavrayabilir ve öğrenebilirler.
- ▶ Akademik açıdan 2. sınıf düzeyine ulaşabilirler.
- ▶ 6 yaş civarında yürüyebilir, kendilerini besleyebilirler.
- ▶ Bu yaşlarda basit düzeyde tuvalet eğitimi almaları mümkün olabilir.
- ▶ Basit cümlelerle konuşabilirler.
- ▶ Bu yaşlarda hareket becerileri çok iyi değildir.
- ▶ 6-15 yaş arası akademik becerileri (okuma-yazma. sayılar, renkler, şekiller vb...) öğrenebilirler. Öz bakım becerileri daha da gelişir
- ▶ Tanıdıkları çevrede kendi başlarına hareket edebilirler. Ör: Evin yakınlarındaki bakkala gidip bir şeyler alabilirler.
- ▶ Yetişkinlik döneminde: basit işleri genellikle başlarında bulunan bir yetişkin ile birlikte yapabilirler. Ör: çivi çakma, tornavida kullanma, parça birleştirme, makrame yapma, gazete dağıtma vb..
- ▶ Bazı beceriler edinseler bile çoğunlukla bir yetişkinle birlikte yaşantılarını sürdürürler. Tüm zeka geriliklerinin % 10-15'i bu gruptadır.

Zekânın insanlar arasındaki dağılımı: Toplumdaki bireylerin zekâ düzeyleri çan eğrisine uygun şekilde dağılım gösterir. İnsanların sahip olduğu zekâ düzeyleri ortalama 100 olmak üzere, 90 ile 110 arasında değişme gösterir.



50-55-69 IQ HAFİF DÜZEYDE ZİHİNSEL YETERSİZLİK (EĞİTİLEBİR) BELİRTİLERİ VE ÖZELLİKLERİ

a) Bedensel ve hareket özellikleri:

- ▶ Hareket gelişimleri normale çok yakındır.
- ▶ Kendi günlük gereksinimlerini anlayabilir ve günlük yaşama ilişkin bir çok işi (yeme-içme, temizlik, giyinme, tuvalet gibi) yardımsız yapabilirler.
- ▶ El-göz koordinasyonunun (işbirliği) geç ve güç öğrenirler.
- ▶ Kedilerini korumayı normal yaşlıları kadar bilmezler. (Daha sık hasta olurlar)

b) Zihinsel Özellikleri

- ▶ Akademik kavramları geç ve güç öğrenirler. Fazla sabır ve tekrar gerektirir.
- ▶ Akademik olarak 3-5. sınıf düzeyinde eğitim alabilirler.
- ▶ Dikkat süreleri kısa ve dağınıktır. Devamlı izleme, teşvik ve değişiklik isterler. İlgileri kısa sürelidir. Çok ilginç buldukları çalışmalardan dahi kısa bir süre sonra bıka-bilirler.
- ▶ Soyut terim, tanını ve kavramları çok geç ve güç anlayıp kavrarlar. Somut şeyleri daha kolay kavrarlar.
- ▶ Zaman kavramları çok geç ve güç gelişir.
- ▶ Kazandıkları bilgi ve becerileri ancak kazandıkları şekliyle uygulayabilirler. Gördükleri ve duydukları şeyleri çabuk unuturlar. Bellekleri zayıftır. Algıları, kavramaları ve tepkileri basittir.

c) Sosyal Özellikleri:

- ▶ Kolay arkadaşlık kuramazlar. Kurdukları arkadaşlıklar daha çok yarar sağlamaya yöneliktir. İlişkilerde bencildirler.
- ▶ Kendilerinden yaşça küçüklerle ilişki kurmayı ve oynamayı tercih ederler.
- ▶ Akran gruplarında başkalarına tabi olma eğilimindedirler. Sorumluluk almaktan çekinirler.
- ▶ Oyun ve sosyal kurallara uymakta zorluk çekerler.
- ▶ Giydiklerim kendilerine yakıştırmakta zorlanırlar.
- ▶ Nezaket ve görgü kurallarına uymakta gerilik gösterirler. Sosyal ortamlara girdikçe bu becerileri gelişir.

d) Kişilik Özellikleri:

- ▶ Kendilerine güvenleri düşüktür. Genellikle başkalarına dayanmayı tercih ederler.
- ▶ Bağımsız hareket etmekten çekinirler.
- ▶ Sabırsızlardır. Ufak tefek engeller karşısında yılgınlık gösterirler. Kolayca cesaretleri kırılır. Ufak tefek engeller karşısında çözüm aramazlar, hemen yılgınlık gösterirler. Sorumluluk almaktan kaçınırlar.
- ▶ Birlikte oldukları kişilerin duygu ve düşüncelerine çok fazla ilgi göstermezler. Kendi kendilerine bir işe başlama arzusu çok fazla göstermezler. Duygu ve düşüncelerini tam ve doğru olarak ifade etmeleri zordur.
- ▶ Yeni durumlara uymada güçlük çekerler. Bu gibi durumlarda onları anlayan biline ihtiyaç duyarlar. Yakın gelecekle ilgili konulara ilgi duyarlar. Uzak gelecekle ilgilenmezler.

e) İş ve Çalışma Özellikleri:

- ▶ Pek çok iş yapabilir ve meslek sahibi olabilirler.
- ▶ Bir işi tümüyle öğrenmek için işin basit bölümlere ayrılması gerekir. Parçadan bütüne doğru ve çok yavaş öğrenirler.
- ▶ Kendilerine öğretilen işleri aynen yaparlar. Monoton işlerde iyidirler.(yük taşımak, kazmak, kırmak vb..)
- ▶ İş kurallarına sosyal kurallardan daha rahat uyarlar. Ani çıkan sorunlarda birinin yanında olmayı isterler. Bedenen çalışmaktan ve ortaya bir ürün çıkarmaktan hoşlanırlar. İşin uygulamalı olarak gösterilmesi ve tekrar edilmesi gerekir.
- ▶ Başarısızlık durumlarında güvenlerim hemen kaybederler. Bu yüzden yapabilecekleri işlere yönlendirilmeleri çok önemlidir.
- ▶ Zeka geriliklerinin **%80**'ni bu grup oluşturur.

ZİHİNSEL YETERSİZLİĞİ OLAN BİREYLERİN AİLELERİNE ÖNERİLER

1-Çocuğunuz Zihinsel engelli tanısı aldığıında duygu ve düşünceleriniz son derece karmaşık, inişli çıkışlı olabilir, kendinizi hayal kırıldığına uğramış, yalnız, çaresiz, bazen öfkeli hissedebilirsiniz. kabul edilemez bulabileceğiniz, kendinizi suçlamaya ve ya utanmanıza yol açabilecek bir takım düşünce ve duygular içinizden geçebilir. Kendinize ve çocuğunuza zaman tanıyın.

2-Öncelikle çocuğunuzun engeli, engelinin derecesi ve özellikleri hakkında güvendiğiniz ya da güveneabileceğiniz bir ya da bir kaç uzmandan olabildiğince net bilgi alınız. Bilgi aldığınız kişi ya da diğer kaynaklarla yetkin olması son derece kritiktir. Çünkü, aldığınız bilgi, size, geleceğe sağlıklı bir şekilde hazırlanma konusunda yardımcı olacaktır.

3-Engelli çocuğunuzun özel durumu gereği bir takım ek ihtiyaçları olabilir. Bu nedenle de ona daha fazla zaman ayırmanız gerekebilir. Bu bağlamda eşinize, diğer çocuklarınıza ve kendinize zaman ayırmanız aile içi ilişkiler, iletişim ve psikolojik sağlık açısından gereklidir.

4-Kendinize ayıracağınız vakitle elde edeceğiniz motivasyon öncelikle engelli çocuğunuza ve diğer aile üyelerine de olumlu yansıyacaktır. Çocuğunuzun ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra kendimize zaman ayırmaya da kendimizi alıştırmalıyız. Bu psikolojik bir gerekliliktir. Kendinize vakit ayırmanın diğer bir katkısı da engelli çocuğunuzun diğer insanlarla yaşamayı öğrenmesidir.

5-Engelli çocuğun diğer insanlarla yaşamayı öğrenmesi çocuğun gelişimi açısından da ailenin psikolojik sağlığı açısından da hem gereklilik hem zorunluluktur.

6-Aşın koruyucu kollayıcı olmayın, çocuğun kendi işlerini kendisinin yapması konusunda fırsat verin, fırsat yaratın, öğretici ve teşvik edici olun. Eğer acil bir durum yoksa, çocuğun yavaş yavaş da olsa yarım yamalak da olsa yapmasına izin verin.

7-Bir çok konuda başarısız sonuçlara belli bir süre katlanmak gerekmektedir. Çocuğun becerisi yavaş yavaş gelişecektir. Örneğin çocuk yemeği döke saça yerken yemek yeme becerisini geliştirecektir. Sabırsız davranıp çocuğun yerine yapmanız çocuğun becerilerinin kapasitesinin altında kalmasına neden olur.

8-Engelli çocukların normal gelişim gösteren çocuklara göre bir şeyleri öğrenme konusunda daha fazla fırsata ve teşvik edilmeye ihtiyaçları vardır. Genel tutumunuzun ihtiyaç yokken koruyucu kollayıcı olmaması, fırsat verici, öğretici ve teşvik edici olmasıdır.

9-Engelli çocuğunuza özel eğitim aldırın. Mümkünse, iyi bir okul ya da iyi bir eğitimciden eğitim almasını sağlayın. En azından çocuğunuzun durumunu yakından takip edin. Ara sıra sınıfına gidip yapılanları gözleyin.

Ayrıca, özel eğitim çocuğun kapasitesi doğrultusunda becerisini en üst seviyeye çıkarmak için yürütülen eğitim faaliyetidir. Tıbbi tedavi değildir.