



GÖRME ENGELLİ ÇOCUKLARIN EBEVEYNLERİ İÇİN ÖNERİLER

Sevgili ebeveynler!

Bebeğinizin ciddi görme sorunları olduğunu öğrendiniz. Bu broşürde çocuğunuzun iyi gelişmesini sağlamak için yapmanız gerekenleri okuyacaksınız. Bu ipuçlarını bebeğinizin günlük yaşamında kullanmayı deneyin.

İPUÇU 1

ÇOCUĞUN ETRAFINDAKİ TÜM ORTAM ONUN
İÇİN GÜVENLİ OLMALIDIR

Bebeğinizi düşmelerden ve çarpmalardan nasıl koruyabileceğinizi düşünün. Hareket etme girişimleri yaralanma ve acı ile sonuçlanırsa hiçbir çocuk hareket etmek istemeyecektir ve görme engelli bir çocuk için bu kural, çevresinin yeterince farkında olmadığı için daha da önemlidir. Bebeğin uyanık olduğu saatlerin çoğunu geçirdiği yerin etrafında keskin köşeli mobilyalar olmamalıdır, ancak bu bir kanepe veya yatak da olamaz, çünkü bunların üzerinde hareket etmek bebeğin yuvarlanmasına ve düşmesine neden olabilir. Ayrıca çocuğun ulaşabileceği yerlerde onu yaralayabilecek nesneler (iğneler, toplu iğneler, cam nesneler, jiletler, makaslar ve bıçaklar) bulunmamalıdır.



İPUÇU 2

ÇOCUĞUN ETRAFINDAKİ ORTAM ONA
GÖRÜNEBİLİR OLMALIDIR

Yaşamın ilk yılındaki çocukların tamamen kör olması son derece nadirdir. Çocuğunuzun belirli nesneleri görebilmesi muhtemeldir. Bu, evde aşağıdaki yollarla kontrol edilebilir.

- Herhangi bir ışık kaynağını (loş bir fener veya ampul, parlayan bir oyuncak veya yanan bir mum) alın ve bebeğin göz hizasına 40-50 cm mesafeye yerleştirin ve ardından yavaşça ve yumuşak bir şekilde yatay ardından dikey olarak hareket ettirin. Bir çocuk bu ışık kaynağını görürse bakışlarını ona sabitleyecek ve onu takip etmeye çalışacaktır.



Bebeğinizin siyah ve beyaz şeritlerden oluşan görsel bir uyarıcıya sabitlenmiş bakışlarını izlemeyi deneyin. Farklı genişliklerde (3 cm'den 0,5 cm'ye kadar) siyah ve beyaz şeritler seçerek çocuğunuzun görüşünü inceleyebilirsiniz. Örneğin; çocuğunuza 3 cm genişliğinde siyah ve beyaz çizgilerden oluşan bir resim gösteriyorsunuz ve bebeğinizin resmi fark ettiğini ve takip ettiğini görüyorsunuz. Bu durumda, şeritlerin genişliğini 2,5-2 cm'ye düşürmeyi deneyebilirsiniz. Çocuk bu resmi de görürse şeritlerin genişliği daha da azaltılabilir. Bu şekilde çocuğunuzun görebileceği en küçük şerit genişliğini kendiniz belirleyebilirsiniz. Bu sonuç, çocuğunuz için nesneler ve oyuncaklar seçmeniz için gerekli olacaktır, yani tüm nesneler, giysiler, oyuncaklar, çocuğunuzun fark edebileceğinden daha az olmayan boyutta (çap) büyük kontrast renkli parçalara sahip olmalıdır. Yani çocuk bakışlarını sabitler ve 2 cm genişliğinde siyah ve beyaz çizgilerle çizimi izlerse tüm ortamdaki nesneler de en az 2 cm'lik kontrast detaylara sahip olmalıdır.



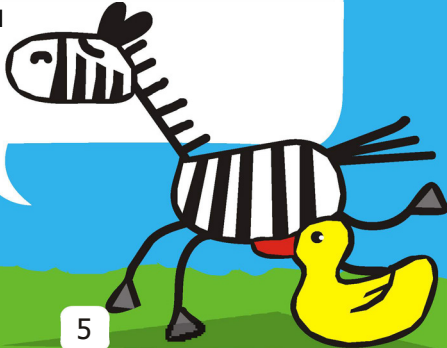
ÇOCUĞUN ÇEVRESİ GÖRSEL UYARICILARLA NASIL "DOYGUN" HÂLE GETİRİLİR?

Her şeyden önce bebeğin günlük yaşamda neyle çevrili olduğunu düşünün ve hatırlayın: Anne ve baba, diğer yetişkinler, bebek beşiği, biberon, havlu, çeşitli oyuncaklar, mobilyalar, evin duvarları vb. O zaman, yaratıcı becerilerinizi devreye sokun ve bebeğiniz için bir tasarımcı olun: Bebeğinizin kıyafetleri, giysileri ve yatak takımları görsel yeteneklerine uygun olabilir. Çizgili tişörtler olabilir, büyük bir ekose, bezelye veya "leopard" renkli giysiler, nevresimler, şapkalar, çoraplar, eldivenler olabilir; bebeğin biberonuna çizgili bir çorap konulabilir.

Duvarları ve mobilyaları büyük kontrast desenlerle de dekore edebilirsiniz. Çocuğunuza yeni oyuncaklar almadan önce onu görüp görmeyeceğini düşünmelisiniz. Uzmanlar parlak kontrastlı oyuncaklar almanızı tavsiye ediyor: Panda, zebra, çizgili kedi, leopar, kaplan, Dalmaçyalı köpek, penguen vb.



Büyümekte olan bir bebek için en önemli uyarıcılar, ona en yakın olan kişilerin yüzleridir: Anne ve baba. Şunu unutmayın; küçük çocuğunuzla yakın mesafeden konuşmaya ve sosyalleşmeye çalışın ki yüzlerinizi görebilsin. Annenin normalden daha parlak makyaj yapması buna yardımcı olabilir: Parlak dudaklar ve gözler bebeğin dikkatini çeker. Görme engelli çocuklar genellikle parlak nesnelere (Noel ağacı oyuncakları, folyo, cicili bicili) veya parlayan oyuncaklara dikkat ederler. Ayrıca çocuğun çevresini düzenlemek için de kullanılabilirler. Çevreyi çocuğun görebileceği görsel uyaranlarla zenginleştirmek, onun kalan görüşünün korunmasına ve çoğu durumda iyileştirilmesine yardımcı olacaktır. Bu, sözde fonksiyonel görsel uyarıdır, yani görsel uyarım için özel sınıflar düzenlemeden bir çocuk için doğal, normal koşullarda görmenin uyarılmasıdır.



İPUCU 3

ÇOCUĞUN ETRAFINDAKİ ORTAM İLGİNÇ OLMALIDIR

Hareket etme ve etrafımızdaki dünyayı öğrenme arzusu ancak ilginç bir ortamda ortaya çıkar. Bir çocuğun görme yetisi zayıfsa etrafındaki nesneleri diğer çocukların gördüğü gibi göremeyecektir, bu da diğer çocukların keşfettiği gibi onlara ulaşmak, tutmak, dokunmak ve keşfetmek için yeterli arzuya sahip olmayacağı anlamına gelir. Yetişkinler, görme engelli bir çocuğun çevresini keşfetmesi için ilginç hâle getirebilir:

- Nesneler ve oyuncaklar farklı dokularda olmalıdır (ahşap, plastik, farklı kumaş türleri, metal vb.).



- Nesneler ve oyuncaklar bebeğin ulaşabileceği mesafede (kol mesafesinde) olmalıdır, böylece onu alıp el yordamıyla veya kazara dokunarak inceleyebilir.

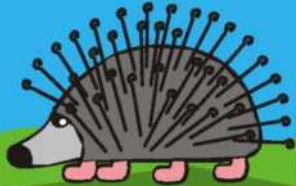


- Nesneler ve oyuncaklar mümkünse sesli, müzikli olmalıdır (çingiraklar, davullar, ksilofonlar, çocuk piyanoları ve diğer müzikli oyuncaklar).
- Nesneler ve oyuncaklar mümkün olduğunca çocuğunuzun görebileceği şekilde olmalıdır (yukarıya bakın).

İPUCU 3

ÇOCUĞUN ETRAFINDAKİ ORTAM ONUN İÇİN ÖNGÖRÜLEBİLİR OLMALIDIR

Muhtemelen çocuğunuzun yeni, yabancı bir ortama girdiğinde çok huzursuz ve endişeli olduğunu, yabancılar tarafından kucağa alındığında buna karşı çıktığını ve ağladığını fark etmişsinizdir. Kendinden emin davranışlarınız ve durumun öngörülebilirliği, korkusunu ve endişesini azaltmasına yardımcı olacaktır. Bu, bebeğin yakın gelecekte ne beklendiğine dair bir fikri olması ve yaklaşan hareket, oyun ve sosyalleşmenin onun için güvenli olacağı anlamına gelir.



- Bu amaç için gerekli olan;
- Sakin ve nazik bir şekilde çocuğa yaklaşan olayları basit ve net kelimelerle açıklayın (Örneğin; "Seninle birlikte ziyarete gideceğiz. Orada çocuklar olacak. Sen ve ben onlarla oynayacağız.").
- Bir süre kalmayı planladığınız yeni bir odaya girdiğinizde, bebeğinizle birlikte odanın içinde dolaşın, duvarları ve mobilyaları elleriyle yoklayın, onun için en tehlikeli yerleri işaret edin ("Bak, burada bir masa var. Burada dikkatli yürü, köşeye çarpabilirsin.").
- Çocuğunuza alışması için normal çocuklara göre biraz daha fazla zaman tanıyın. Yeni bir ortamdaki ilk birkaç dakikasında aşırı bağımsız ve cesur olmasını istemeyin.



• Etrafınızdakileri bebeğin alışması için biraz zamana ihtiyacı olduğu konusunda uyarın.

• Yeni insanlarla tanışırken, yetişkinlerin bebeğinizi hemen kucağına aldığı durumlardan kaçının. Önce bebeğinizin tanımadığı biriyle kısa mesafeden sosyalleşmeyi deneyin. Bebeğiniz sakinse, sadece kendisiyle konuşan kişinin sesini keşfetmesine değil, aynı zamanda ellerine, yüzüne ve kıyafetlerine dokunmasına da izin verin.

• Bu eylemler çocuğun yeni bir ortamda kendisini daha güvende hissetmesine yardımcı olur ve kendine olan güvenini ve bağımsızlığını geliştirir.



İPUCU 5 ÇOCUĞUN ÇEVREYİ OLUŞTURMADA EBEVEYNLERİN YARDIM

Sıradan bir çocuk, etrafındaki dünyaya hâkim olur ve çevresindeki yetişkinlerin ve çocukların eylemlerini gözlemleyerek yeni beceriler öğrenir.

Görme engelli bir çocuk bunu her zaman yapamaz. Ebeveynler, çocuğun bazı motor becerileri kazanmasına, nesneler ve oyuncaklarla hareket etme becerisinde ustalaşmasına yardımcı olabilir; çocuğa bu nesneyle ne yapacağını veya bu oyuncakla nasıl oynayacağını gösterin, basit bir konuşma eşliğinde

kullanın, kendi ellerinizin bebeğe bu eylemi yapmasına yardımcı olun. Çocuğun bunu kendi başına yapmayı öğrenmesi için bu tür birkaç girişimde bulunulması gerekebilir. Bebeğiniz yeni hareketleri öğrenirken siz de aynı yardımı yapabilirsiniz: Bu hareketi yapmasına yardımcı olun, nasıl yapılacağını ona gösterin.



Minsk şehri "19. Şehir
Çocuk Polikliniği" Erken
Müdahale Kaynak Merkezi,
rehabilitasyon doktoru
O.G. Avila