

Etkinlik No. 1.1.

MODÜL

Psikolojik Destek Sağlama

Konu

Ailelerin yaşadığı duygusal süreç (şok, inkar, öfkelenme, keder, kabullenme)

Etkinlik Başlığı

Kabullenmeye Giden Yol

Eğitim Hedefi

Amaç; ebeveynlerin, çocuklarının engelli olacağını öğrendikleri süreçte yaşadıkları duygusal evreleri (inkâr, öfke, pazarlık, depresyon, kabullenme) tanımlarını, bu duyguların doğal ve evrensel olduğunu fark etmelerini sağlamak; grup paylaşımı yoluyla öz farkındalık ve psikolojik dayanıklılık kazandırmak.

Hedef Kitle

Engelli çocukların ebeveynlerine yönelik gayri resmi danışmanlar

Süre (dakika)

60 dakika

Mekan

Sınıf

Katılımcı Sayısı

5-10 katılımcı

Yöntem

Grup çalışması

Sanatsal ifade (çizim ve metafor kullanımı)

Paylaşım ve farkındalık turu

Anlatım

Araçlar

Renkli kalemler, pastel boya

A4 veya karton kâğıtlar

Tahta veya pano (görsel sunum için)

Sessiz, rahat bir oturma alanı

Hafif fon müziği (duygusal yoğunluğu destekleyen, sözü olmayan)

Etkinlik Açıklaması

Etkinlik içeriğinde katılımcıların;

- Engelli çocuğa sahip olma sürecinde yaşanan temel duygusal evreleri fark etmeleri ve duygularını tanımlayabilmeleri
- Benzer deneyimlere sahip ailelerle empati kurabilmeleri,
- Kabul sürecinin çocuğun benlik gelişimi üzerindeki önemini kavrayabilmeleri,
- Duygularını paylaşarak rahatlama hissi kazanabilmeleri beklenmektedir.

Katılımcılardan kâğıtlara bir daire çizmeleri istenir ve bu dairenin etrafına duygusal olarak kaç parçaya bölündüklerini düşünüyorlarsa o kadar sayıda daire çizmeleri istenir. Her dairenin içine hissedilen duygularını yazmaları istenir. Ana dairenin etrafına çizilen dairelerin, duygunun yüküne göre ana daireye yakın ya da uzak olması gerektiği vurgulanır. Ardından katılımcıların hissettikleri duygulardaki olaylar hakkında konuşulur ve ortak duygular tahtaya yazılarak grubun toplu duygu listesi oluşturulur. Eğitimci bu süreçte; duygusal evreleri (inkâr, öfke, pazarlık, depresyon, kabullenme) görsellerle açıklar. Her aşamaya ilişkin kısa örnekler sunulur. Bu evrede katılımcılardan anlatılan duygusal evreleri kendi duygusal evreleriyle eşleştirmeleri beklenir (15 dakika)

Katılımcılara “*Engelli çocuğunuzla geçirdiğiniz hayatı bir yürüyüş süreci olarak değerlendirin. Bu süreçte yürüdüğünüz yolu nasıl tanımlarsınız? (Patika, engebeli, dağlık, sahil yolu, ormanlık*

alan, virajlı, aydınlık, karanlık vb.) yönergesi verilir ve katılımcıların bu süreçte yer alan tanımlamalarını ifade etmeleri beklenir. Eğitmenin bu süreçte katılımcıların paylaşımlarını diğer grup üyelerinin yargılamadan sadece dinlemeleri noktasında vurgulamaları söz konusudur. Bununla birlikte eğitmen tüm bu bahsedilen duyguların geçici ve anlamlı olduğunu ifade eder (15 dakika).

Katılımcılar danışan, ve informal danışman olarak gruplara ayrılırlar. Verilen örnek olayın danışan tarafından ve informal danışmanın da ona destek veren kişi olarak canlandırılması sağlanır. Bu aşamada eğitmen; empatik bir yaklaşım sergilenebilmesi için ilk informal danışman rolünü alır ve “*seni anlıyorum, bu oldukça zor olmalı, senin yaşadıklarının oldukça benzerini ben de yaşadım*” gibi cümlelerle rol model olur (Örnek olay: Çocuğu yeni tanı alan anne sürekli ağlamakta ve kimseyle iletişim kurmamakta...). Canlandırmalar sonrasında;

- Danışman rolünde hangi ifadeler işe yaradı?
- Neler zorlayıcıydı?
- Hangi duygular öne çıktı? Soruları sorulur (15 dakika)

Katılımcıların ikiyeşerli grup olarak karşı karşıya geçmeleri sağlanır. Herkes, başka bir ebeveyne destek olurken kullanabileceği bir destek cümlesi söyler ve etkinlik sonlandırılır (15 dakika).

Özet – Öz Değerlendirme

1. Bu modülü tamamladığımda ne öğrendim? Engelli çocukların ebeveynlerini destekleme konusunda hangi yeni içgörülerini kazandım?
2. Bir akran danışmanı olarak rolümde bu modülden neler çıkarıp yanımda taşıyacağım?
3. Bu durum, şu anda ve gelecekte ebeveynleri destekleme şeklimi nasıl etkileyebilir?
4. Öğrendiklerime dayanarak yarın uygulamaya yönelik atabileceğim pratik bir adım nedir?

Etkinlik No. 1.2.

MODÜL:

Psikolojik Destek Sağlama

Konu

Destek Sistemleri-Rehberlik ve Bilgi Paylaşımı: Kaynaklara erişim, bilgi verirken karşı tarafın ihtiyaçlarını göz önünde bulundurmak

Etkinlik Başlığı

Benim Hikayemden Senin Hikayene

Eğitim Hedefi

Amaç; ebeveynlerin, engelli çocuğa sahip diğer ebeveynlere destek verirken; bilgilendirici ve rehberlik edici olma becerilerini geliştirmeleri, informal danışmanlık sürecinde etkili iletişim kurabilmeleri, doğru kaynaklara ulaşım yollarını öğrenmelerini sağlamaktır.

Hedef Kitle

Engelli çocukların ebeveynlerine yönelik gayri resmi danışmanlar

Süre (dakika)

60 dakika

Mekan

Sınıf

Katılımcı sayısı

5-10 katılımcı

Yöntem

Rol Oynama (Canlandırma)
Örnek Olay İncelemesi (Vaka Analizi)
Beyin Fırtınası ve Görselleştirme
Yansıtıcı Düşünme

Araçlar

Senaryo Kartları
Büyük Boy Kağıt
Yazım Gereçleri
Yapışkanlı Not Kağıtları (Post-it)

Etkinlik Açıklaması

Katılımcılara farklı engelli ebeveyn profillerini içeren kısa senaryolar dağıtılır. Katılımcıların senaryolardaki engelli çocuk ebeveynlerini canlandırmaları ve danışanın bu süreçteki yönlendirmelerini dikkatle dinlemeleri istenir.

Senaryo 1. Ayşe Hanım, 5 yaşındaki görme engelli kızıyla ilgileniyor. Eşi ile ayrı yaşıyor. “Her şeyi tek başıma yapmak zorundayım, çok çaresiz hissediyorum” diyor. Bu noktada eğitimcinin Ayşe hanımı sosyal destek sistemlerine yönlendirilme (ebeveyn destek grupları, belediye sosyal hizmetleri, okul rehberlik birimi) rollerini üstlenmesi ve bu süreçte yalnız olmadığını hissettirmek temelli bir duygusal destek sağlaması yönünde rol model olması söz konusudur.

Senaryo 2. Ali Bey, mental yetersizliği olan çocuğuyla ilgili eğitim süreçlerinde yalnız hissettiğini, çevresinde benzer ailelerin olmadığını söylüyor. Bu noktada eğitimcinin benzer durumlar yaşayan ailelerle bağ kurma, dayanışma ağlarına dahil olma ile ilgili yönlendirmeler yapması, yereldeki özel gereksinimli çocuk aile topluluklarını tanıtmaları, akran desteğinin önemini anlatması söz konusudur.

Senaryo 3. Merve Hanım, özel gereksinimli çocuğu için erken müdahale hizmeti almak istiyor ama nereden başlayacağını bilmiyor. Bu noktada eğitimcinin kamu ve yerel hizmetler hakkında bilgi (Rehberlik Araştırma Merkezi, Aile ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü, belediye destekleri) hakkında bilgi aktarımı yapması söz konusudur.

Senaryo 4. Fiziksel engeli olan bir çocuğa sahip Ayla hanım; özel eğitim ücretlerinin yüksekliği nedeniyle çocuğunu özel merkezlere gönderemediğini, ücretsiz yararlanabileceği başka kurumlar olup olmadığını soruyor. Bu noktada eğitimcinin ücretsiz veya destekli hizmetler hakkında bilgi vermesi söz konusudur.

Senaryo 5. Otizm tanısı almış bir çocuğun annesi olan Ayça hanım; sosyal medyada farklı uzmanların çelişkili açıklamalarını izlediği için kafasının oldukça karışmış olduğunu ifade ediyor. Nereden güvenli bilgi edinebileceğini soruyor. Bu noktada eğitimcinin; bilgi okuryazarlığı, güvenilir kaynakları ayırt etme becerisi. Bu içerikte yer alan güvenilir siteler, hakkında rehberlik etmesi söz konusudur.

Senaryo canlandırılmaları sonrasında; Büyük bir kağıda ağaç ve dalları çizilir her bir dala katılımcıların engelli çocuklara yönelik destek mekanizmalarının yer aldığı farklı kaynak türlerini yazmaları istenir (Bilgi kaynakları, sosyal destek kaynakları ve duygusal destek kaynakları)

Özet – Öz Değerlendirme

1. Bu modülü tamamladığımda ne öğrendim? Engelli çocukların ebeveynlerini destekleme konusunda hangi yeni içgörülerini kazandım?
2. Bir akran danışmanı olarak rolümde bu modülden neler çıkarıp yanımda taşıyacağım?
3. Bu durum, şu anda ve gelecekte ebeveynleri destekleme şeklimi nasıl etkileyebilir?
4. Öğrendiklerime dayanarak yarın uygulamaya yönelik atabileceğim pratik bir adım nedir?