**ZİHİNSEL YETERSİZLİK**

Zihinsel işlevler bakımından farklılık gösteren kavramsal, sosyal ve pratik uyumsal becerilerde eksiklikleri ve sınırlılıkları olan bireylerdir.

**Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizlik**

Zihinsel işlevler bakımından farklılık gösteren; kavramsal, sosyal ve pratik uyumsal

becerilerde eksiklikleri ve sınırlılıkları olan bireylerdir. Yapılan tanılama ve zeka testi

sonucunda 50-69 puan arasında çıkan bireylerdir.

**Nasıl Fark Edilir?**

• Geç ve güç öğrenirler.

• Dikkatleri kısa süreli ve dağınıktır. İlgi alanları dardır.

• Kısa süreli belleklerinde problem vardır. Kısa süreli bellekten uzun süreli belleğe

geçiş yapamazlar, zorlanırlar.

• Akademik başarıları normal gelişim gösteren bireylerden gerilik gösterirler.

• Kişisel, sosyal özelliklerinde ve davranışlarında bazı problemler gösterebilirler.

• Dil ve konuşma bozuklukları yaygındır.

• İş edinmede ve bu işi sürdürmede problemleri vardır.

• Unutkandırlar.

• Güdülenme eksikliği vardır.

• Başarısızlık daha çok okumada, okuduğunu anlama ve anlatmadadır.

• Genelleme yapamazlar.

• Öğrendiklerini çabuk unuturlar.

• Genellikle kendilerinden yaşça küçük çocuklarla iletişim kurarlar.

• Rutin ve karmaşık olmayan işlerde başarılıdırlar.

• Bir hastalık olarak tanımlanamaz, tedavisi yoktur, süreklidir.

• Yeni ortamlara girmekten hoşlanmazlar.

• Sağlık problemleri vardır. Daha sık hasta olurlar.

• Temizlik yönünden gereken titizliği gösteremezler.

• Grupta lidere uyarlar.

• Sosyal faaliyetlere karşı ilgisizdirler.

• Sorumluluk almaktan kaçınırlar.

• Parçadan bütüne doğru daha kolay öğrenirler.

• Soyut kavramları anlamakta güçlük çektiklerinden zaman kavramını ve sayısal kavramları

çok geç ve güç öğrenirler.

• İki şey arasındaki benzerlik ve farklılığı kolay ayıramazlar.

• Kelime dağarcıkları yaşıtlarına göre normalin altındadır.

• Kendilerine güvenleri azdır.

• Kurallara uymakta güçlük çekerler.

• Karışık becerileri yapmakta zorlanırlar.

• Arkadaşlık kurmakta ve sürdürmekte zorlanırlar.

• Oyun başlatamazlar ve sürdüremezler.

• Genellikle okul çağında fark edilirler.

**Öğretmene Öneriler**

• Gelişim alanları dikkate alınarak bireysel eğitim programları hazırlanmalıdır.

• Eğitim materyali hazırlanırken somut kavramlardan yararlanılmalıdır.

• Öğretmen-veli işbirliği sağlanmalıdır.

• Öğrenci en ön sıraya, öğretmen kürsüsünün dibindeki sıraya oturtulmalıdır.

• Somut ve görsel materyaller kullanılmalıdır.

• Dikkat süreleri kısa olduğundan kavramlar küçük bölümlere halinde işlenmelidir.

• Parçadan bütüne yöntemi denenebilir.

• Olumsuz ifadelerden çok olumlu ifadeler kullanılmalıdır.

• Telefona cevap verme, telefon etme, mektup yazma, postaya verme gibi etkinlikler

öğretilmelidir.

• Eve gelen elektrik, su, telefon gibi faturaları okuması ve bu durumlarda ne yapılması

gerektiği kavratılmalıdır.

• Gazete okuma alışkanlığı kazandırılmalıdır. Bu yapılmadığında, günlük yaşamda

kullanmadığı için zamanla okuma alışkanlığını kaybedebilir.

• Güven sarsıcı söz ve davranışlardan kaçınılmalıdır.

• Akademik beceriler bireysel eğitim yoluyla daha çabuk kazandırılır.

• Akademik becerilerin yanı sıra telefon-adres-para hesabı gibi yaşama ait bilgi ve

becerilerin geliştirilmesine önem verilmelidir.

• Kapasitesi üzerinde bilgi beklenmemelidir.

• Öğrenmeleri ‘yaparak öğrenmeye’ dayalı planlanmalıdır.

• Çocuğa, dilin ses kurallarını ve yapısını öğretmeye çalışmak zaman israfından başka

hiçbir şeye yaramayacağı için bunları öğretilmesinden vazgeçilmelidir. Bunun yerine

okuduğunu anlama çalışmalarına ağırlık verilmelidir.

• Verilecek ödevler açık-sınırlı-kısa ve basit olmalıdır.

• Öğretilen kavram ve beceriler sık sık tekrar yapılmalıdır.

• Ödüllerle davranışlar pekiştirilmelidir.

• Yapabileceği ödevler verilmelidir.

• Olumsuz davranışlar görülmemelidir.

• En ufak çalışması ödüllendirilmelidir.

• Sınıf içinde diğer arkadaşları tarafından kabulü sağlanmalıdır.

• Yaşantıya dayalı deneyimler sunulmalıdır.

**Anne-Babaya Öneriler**

• Çocuk olduğu gibi kabul edilmelidir.

• Çocuğu suçlayarak utanç duyulmamalıdır.

• Çocuğun kendi odası olmalıdır.

• Odasında çalışacağı materyaller olmalıdır.

• Ev içindeki kurallar çocuk ile beraber belirlenmelidir.

• Okulda çalışılan beceri ve kavramlar evde tekrarlanmalıdır.

• Çocuğa güvenip yapacakları için cesaretlendirilmelidir.

• Anne-baba olarak çocuğa örnek olunmalıdır.

• Çocuk, her türlü sosyal ortama aile ile birlikte girmelidir.

• Televizyon ve bilgisayar mümkün olduğunca az kullandırılmalıdır.

• Arkadaşları ve yaşıtları ile geçireceği zamanlar, ortam ve etkinlikler planlanmalıdır.

• Etkinlikler, çocuğun seviyesine göre belirlenmelidir.

• Diğer çocuklar ve kardeşleri ile kıyaslanmamalıdır.

• Ev içinde basit becerileri içeren görevler verilmelidir.

• Babanın mutlaka çocuğu ile birlikte vakit geçirmesi gerekmektedir.

• Kişisel bakımını yapmasına, eşyalarını ve odasını düzeltmesine fırsat tanınmalıdır.

• Çocuğun gelişimini engelleyecek aşırı korumacı tutumdan vazgeçilmelidir.

• Öğretmenleri ile sürekli irtibat halinde olunmalıdır.

**Orta Düzeyde Zihinsel Yetersizlik**

Zeka testi sonucunda zeka seviyesi 35-49 puan arasında

tespit edilen bireylerdir. Zihinsel işlevler ile kavramsal, sosyal

ve pratik uyum becerilerindeki sınırlılık nedeniyle temel

akademik, günlük yaşam ve iş becerilerinin kazanılmasında

özel eğitim ile destek eğitim hizmetlerine yoğun şekilde ihtiyaç

duyan birey olarak tanımlanmaktadır.

**Nasıl Fark Edilir?**

• Dikkat süreleri ve ilgileri sınırlıdır.

• Sosyal kurallara uymakta çektikleri güçlük, ev ve okul yaşantılarında problem oluşturabilir.

• Sözel yönlendirmeleri anlama, kavrama ve genelleme yapabilme becerilerinde yetersizlik

görülmektedir.

• Zihinsel engelin yanı sıra hiperaktivite veya durgunluk, genel becerisizlik gibi özel

likler taşıyabilirler.

• Büyük ve küçük kas gelişimdeki gerilikten dolayı beden eğitimi hareketlerinde, ritmik

gösterilerde, top atma ve tutmalarda, kalem tutma ve el becerisi gerektiren faaliyetleri

yapmada normal yaşıtlarına göre gerilik ve yavaşlık gösterirler. Dolayısıyla zihinsel

engeli yanında davranış ve uyum bozukluğu ile karşımıza çıkabilirler.

• Akademik kavramları geç ve güç öğrenirler.

• Soyut kavramları, terimleri ve tanımları çok geç ve güç anlarlar.

• Kısa süreli bellekleri zayıftır.

• Genellikle konuşmaya geç başlarlar.

• Kazandıkları bilgileri transfer etmekte zorlanırlar.

• Zaman kavramı geç ve güç gelişir.

• Sosyal ilişkilerinde grupta daima başkalarına tabii olma eğilimindedirler.

• Yakın çevredekilerle kolay dostluk kuramazlar. Kurdukları dostlukları uzun süre

devam ettiremezler. Kolayca küser, dostlukları bozarlar ve yalnızlığı tercih etme eğilimindedirler.

• Sorumluluk almaktan çekinirler.

**Öğretmene Öneriler**

• Gelişim alanları dikkate alınarak bireysel eğitim programları hazırlanmalıdır.

• Çocuğu sınıf seviyesine yaklaştırmak için ders sırasında ve dersten sonra özel çalışmalar

planlanmalıdır.

• Çocuğa normalin altında ve üstünde aşırı ilgi göstermeden diğer öğrencilerin onu

kabul etmesi sağlanmalıdır.

• Sınıfta zihinsel yetersizliği olan çocuğun “Ben diğerlerinden farklıyım” duygusuna

kapılmasına yol açmayacak şekilde ortam oluşturulmalıdır.

• Normal arkadaşları ile rekabete zorlanmamalıdır. Başaramayacağı etkinliklere yöneltilmemelidir.

Derslerde performansından fazlası ondan beklememelidir.

• Çocuğun duygusal ve toplumsal yaşamında gösterdiği başarılı uyumlar daima teşvik

edilmelidir.

• Çocuğun sınıfta ve okulda bazı basit sorumluluklar almasına izin verilmelidir. Yazı

tahtasını silmek, kapı ve pencereleri açıp kapamak, bir masayı yerine çekmek, sınıfın

temizliği ile ilgilenmek, bazı ders araçlarını getirip götürmek onun okulda yapabileceği

işlerdendir. Bu işler yoluyla onun iyi ve yararlı birtakım alışkanlıklar kazanmasına yardım

edilebilir. Anne ve baba ile de temasa geçerek çocukta düzen, temizlik, işbirliği,

sorumluluk duygusu gibi niteliklerin gelişmesine yardım edilebilir.

• Orta düzeyde zihinsel yetersizliği olan çocuğun yaşamını basit işler ile kazanabileceği

hatırdan çıkarılmamalı, çocuğun eğitiminde sağlık, beden eğitimi, oyunlar ve iş

eğitimine önem verilmelidir.

• Çocuğa, dilin ses kurallarını ve yapısını öğretmeye çalışmak zaman israfından başka

hiçbir şeye yaramayacağı için bunların öğretilmesinden vazgeçilmelidir. Bunun yerine

okuduğunu anlama çalışmalarına ağırlık verilmelidir.

• Matematik dersinde sayma, ölçme, para bozdurma ve basit işlemler üzerinde durulmalıdır.

• Sosyal Bilgiler dersinde, içinde bulunduğu toplum, temel alınmalıdır.

• Fen Bilgisi dersinde, çocuğun günlük yaşamına etkisi olan en basit bilgiler verilmelidir.

• Okulda kaldığı sürece çocuğa öğretilenlerde daima ihtiyaçları dikkate alınmalıdır.

Öğretilenler ısrarla tekrar edilmelidir.

• Çocuğa okulda kazandırılacak bütün bilgi ve beceriler öğretmen tarafından verilecektir.

Bazı boşlukların çocuk tarafından kendi çabası ile telafi edebileceği düşünülmemelidir.

Bu bilgi ve beceriler çok yavaş bir tempo ile öğretilmelidir. Çeşitli yollardan

tekrar tekrar sınırlı bilgi ve basit becerilerin pekiştirilmesine gidilmelidir.

• Sabır ve anlayışla yaklaşılmalıdır.

• Çocuğa öğretilecek bir şeyi tam öğretmeden, kesinlikle başka bir şey öğretilmemelidir.

Çok fazla bilgi ve beceri öğretilmeye çalışılırken, hiç bir şey öğretilmez ve dolayısıyla

zaman boşa harcanmış olur.

• Anlatım ve beceri dersleri, genellikle seviye grupları içinde öğretilmeye çalışılmalıdır.

• Değerlendirirken kendi zekâ sınırı içinde ne yapabileceği göz önünde tutulmalıdır.

• Basit ilk yardım ve sağlık bilgileri öğretilmelidir.

• Günlük yaşamda çok gerekli olan parayı tanıma, kullanma, alış veriş yapma gibi

eylemleri öğrenmesine yardımcı olunmalıdır.

• Giyinip soyunma, temizlik, saç tarama, tırnak kesme vb. kendisinin yapabileceği

işler konusunda aile ile işbirliği yapılmalıdır.

• Temizlik araç ve gereçleri tanıtılmalı, kullanmayı öğretmeli, evde pekiştirilmesi sağlanmalıdır.

**Anne-Babaya Öneriler**

• Çocuğun gelişim dönemi özelliklerindeki farklılıklar gözlemlendiğinde bir sağlık

kuruluşuna başvurmak gerekir. Buradaki görevli personelin önerilerine uymak, düzenli

bir beslenmeyi sağlamak ve çocuğu olduğu gibi kabul etmek gerekir.

• Çocuk aşırı düzeyde korunursa güvensizlik; aşırı düzeyde ihmal edilirse davranış ve

kişilik problemleri olur. Çocuğa sürekli olarak “sen onu yapamazsın, şunu beceremezsin”

uyarıları yerine, yapabileceği işleri yaptırmak, yapabilecekleri için teşvik etmek, başarılarından

dolayı övmek daha yerinde bir davranış olur.

• Çocuğu gizlemek, utanç duyulan bir kimse olarak görmek ya da sık sık onu suçlamak,

onun bu özrünü kabul etmemek gibi hareketler son derece yanlıştır.

• Böyle çocuklar kaza ve hastalıklarda normal çocuklar kadar kendilerini koruyamazlar.

Onun için sık sık hastalanırlar, sık sık kazalara uğrayabilirler.

• Ana-babalar dikkatli olmalı, koruyucu tedbirler almalıdır.

• Bu çocuklarda kas gelişimini sağlamak amacı ile el becerilerine çok yer vermek

gerekir. Örneğin; makasla kâğıt ve karton kesmek, oyuncak çekiçle çivi çakmak, bahçe

çapalamak, kil ve renkli çamur gibi maddelerle çeşitli cisimler yapma çalışmaları çok

yararlı olur. Bu tür çalışmalara bol bol fırsat verilmelidir.

• Çocuğa soyunma, giyinme, yutkunma, yeme, içme gibi alışkanlıkların kazandırılmasına

mümkün olduğu kadar erken yaşta başlanmalıdır.

• Bu çocuklar genellikle ve çoğunlukla sıkılgan, içe dönük olurlar. Arkadaş edinmede

güçlük çekerler. Onlara arkadaş sağlamada yardımcı olmak amacıyla sık sık çocuk

parkına götürülmeli; hatta anne babalar çocuklarını çarşıya, pazara, alışveriş ve sosyal

ortamlara beraberinde götürmelidirler.

• Çocuğa konuşma, düşündüklerini ve gördüklerini anlatma, şarkı ve şiir söyleme

gibi etkinlikleri yapabilme imkânı hazırlanmalıdır.

**Ağır Düzeyde Zihinsel Yetersizlik**

Zeka testi sonucuna göre 20-35 puan arasında olup bireyin öz

bakım becerilerinin öğretimi dahil olmak üzere yaşam boyu süren,

yaşamın her alanında tutarlı ve daha yoğun özel eğitim ile destek

hizmete ihtiyacı olan bireyler olarak tanımlanmaktadır.

**Nasıl Fark Edilir?**

• Geç ve güç öğrenirler.

• Çabuk unuturlar.

• Dikkatleri çok kısa ve dağınıktır.

• Bir konuyu uzun bir sürede algılarlar.

• Tepkilerini basit bir şekilde ifade ederler.

• Öğrendikleri beceri ve kavramları genelleyemezler.

• Soyut kavramları anlayamazlar.

• Somut kavramları öğrenebilirler.

• Oyunlarda yaşça kendilerinden küçüklerle oynamayı tercih ederler.

• Her işte birine bağımlıdırlar.

• Arkadaşlık kurmada zorluk çekerler.

• Bir işi, oyunu uzun süre devam ettiremezler.

• Kendilerine güvenleri çok azdır.

• Kurallara uymada zorluk çekerler.

• Basit becerileri, kavramları öğrenebilirler.

• Basit tepkileri ve kuralları anlarlar.

• Uzun ve karmaşık cümleler kuramazlar.

• İsteklerini beden diliyle ya da basit tek ya da iki kelime ile anlatırlar.

• Konuşma becerileri görülmeyebilir.

• Zihinsel yetersizliğinin yanında işitme, görme gibi başka yetersizlikler de görülebilir.

**Öğretmene Öneriler**

• Kısa, basit ve anlaşılır biçimde konuşulmalıdır.

• Yavaş ve tane tane konuşulmalıdır.

• Ders somut materyallerle işlenmelidir.

• Bireysel özellikler dikkat edilerek ders anlatılmalıdır.

• İlk önce öz bakım becerilerinin öğretimi yapılmalıdır.

• Başarılı çalışmalar ödüllendirilmelidir.

• Ders esnasında verilen ödüller doğru ve istenen tepkilerin hemen ardından verilmelidir.

• Ödüller çocuğun gelişim özelliklerine göre seçilmelidir.

• Seçilen ödüller öğrencinin dikkatini çekmelidir.

• Ödül verilirken az az verilmeli ve hemen doyum sağlanmamalıdır.

• Seçilen materyaller gelişim seviyelerine uygun olarak seçilmelidir.

• Sınıf düzeni öğrencilerin özelliklerine göre ayarlanmalıdır.

• Öğrencilerin dikkatini dağıtacak uyaranlar sınıf ortamından kaldırılmalıdır.

• Aile-öğretmen işbirliği sağlanmalıdır.

• Öğretilen beceri ve kavramlar sık tekrarlanmalıdır.

• Olumsuz davranışlar yerine olumlu davranışlar öğretilmelidir.

• Sınıfta çalışılan beceri ve kavramlar hakkında aileye bilgi verilmeli ve evde de aile

tarafından tekrar edilmesi sağlanılmalıdır.

**Anne-Babaya Öneriler**

• Çocuk olduğu gibi kabul edilmelidir.

• Çocuğu suçlayarak utanç duyulmamalıdır.

• Çocuğun bireysel farklılıkları görmeye çalışılmalıdır.

• Evde kendi odası, yatağı, dolabı olmalıdır.

• Basit ev işlerine yardım etmesi sağlanmalıdır.

• Evde oyun oynayabileceği bir yer ayarlanmalıdır.

• Çocuğun parmak kaslarını geliştirecek ipe boncuk dizme, halka takma çıkarma gibi

oyunlar oynamasına fırsat sağlanmalıdır.

• Ev ortamında ona zarar verecek eşyalar ortadan kaldırılmalıdır.

• Çocuğa olumlu davranışlar öğretirken ona örnek olunmalıdır.

• Aile fertlerine ve çevredeki yakınlara çalışılan beceriler hakkında bilgi verilmelidir.

• Olumsuz davranışları azaltırken aile fertlerine ve çevredeki kişilere bilgi verilmelidir.

• Becerileri öğretirken ev ortamı düzenlenmelidir.

• Olumsuz ifadelerden çok olumlu ifadeler kullanılmalıdır.

• Öğretmenle irtibat içinde olunmalıdır.

• Okulda çalışılan beceri ve kavramlar evde tekrar edilmelidir.

• Çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkileyen aşırı koruyucu tutumlar sergilenmemelidir.

• Evde çocuğun kişisel bakımını yapması, kendi eşyalarını giyip-çıkarması, toplaması,

yemeğini yemesi gibi işler yapmasına imkan verilmelidir.

• Çocuğun sosyal ortama katılması için çocuk; oyun bahçelerine, parklara, gezilere

götürülmelidir.

• Yaşıtları ile oynaması için arkadaşları ile konuşarak uygun ortam yaratılmalıdır.

• Erken yaşta tuvalet eğitimine başlanmalıdır.

• Tuvalet eğitimi verirken ortam renkli duvar kağıtları, oyuncaklar, tuvalete rahat

oturması için aparatlar, kendi havlusu gibi çocuğa özel malzemeler ile düzenlenmelidir.

• Kişisel temizliğini yapması için kendisine ait eşyalar alınmalı ve koyduğunuz yeri

ona gösterilmelidir.