

GÜNCEL

Ayık Bilgi Bülteni

Yıl 2 - Sayı 11

Eylül 2008

Merhaba,

Güncel Bülteni'nin ikinci yılındaki ilk sayısında, öğrenme güçlüklerinin çocukların psikolojik gelişimi üzerindeki olumsuz etkilerine yer verdik.

Güncel'in Önerdikleri bölümünü ise kendini okul çağındaki çocukların başarıya ulaşmalarına adanmış Amerika'nın en tanınmış eğitim uzmanı ve çocuk doktoru Dr. Mel Levine'e ait olan kitabın ve web sitesinin tanıtımına ayırdık. Başarılı ve verimli bir eğitim yılı geçirmemiz dileğiyle...

Öğrenme Güçlükleri ve Psikolojik Sorunlar



Psikolojik Danışmanlık Eğitim ve
Grup Çalışmaları Merkezi

www.guncedanismanlik.net
info@guncedanismanlik.net

T: 0216 3807685
T/F: 0216 3807802

Öğrenme güçlükleri denildiğinde aklımıza bireyin okuma, yazma, matematik, planlama-organizasyon ve hafıza alanlarında yaşadığı zorluklar gelir. Aslında yaşam boyu devam eden bu sorunun etkileri bunların çok ötesindedir. Öğrenme güçlükleri bireyin akademik hayatını etkilediği kadar ve hatta daha fazla psikolojik gelişimi de etkilemektedir. Öğrenme güçlüklerinin neden olduğu hayal kırıklığı, başarısızlık, utanç ve kızgınlık gibi duygular sonrasında kaygı bozuklukları, depresyon, özgüven kaybı ve davranış problemleri gibi psikolojik sorunlara neden olabilmektedir. Öğrenme gücüne eşlik eden bu duygusal problemler "ikincil sorunlar" olarak adlandırılırsalar da çocukların hayatında akademik başarısızlıktan çok daha yıkıcı etkiler bırakmaktadır. Öğrenme güçlüklerinin neden olduğu psikolojik sorunları açıklamaya yönelik bir çok teori bulunsa da bunlardan iki tanesi daha çok kabul görmektedir. İlk olarak öğrenme güçlüğü olan çocukların akademik hayatları boyunca pek çok kez "başarısızlık" yaşamaları, çabalarına rağmen çok az olumlu geri bildirim almaları ve çoğu zaman öğretmenleri ya da arkadaşları tarafından "tembel" olarak etiketlenmeleri, benlik algılarının ve özgüvenlerinin olumsuz olarak etkilenmesine neden olmaktadır. Kaliforniya Üniversitesi ve Iowa Üniversitesi tarafından yapılan araştırmalarda öğrenme güçlükleri yaşayan çocuklarının %70'i kendine güven alanında sorun yaşamaktadır. Öğrenme güçlüğü olan çocuklar zaman içinde, gösterdikleri çaba ile sonuçta elde ettikleri

başarı arasındaki tutarsızlık karşısında "öğrenilmiş çaresizlik" yaşayabilmektedirler. Ne kadar uğraşırlarsa uğraşırlar sonuçta başarısız olduklarına inandıkları için bir süre sonra denemekten vazgeçtikleri görülmektedir. Psikolojik sorunların oluşmasında kabul gören ikinci neden ise öğrenme güçlüğü yaşayan çocukların genellikle sosyal ilişkilerinde de zorluk yaşamalarıdır. Dr. Kavale ve Fomess tarafından yürütülen araştırma, öğrenme güçlüğü olan çocukların %75'nin arkadaş edinmekte ve arkadaşlığı sürdürmekte sorun yaşadığını göstermektedir. Araştırma sonuçlarına göre öğrenme güçlüğü yaşayan çocuklar arkadaşları tarafından daha az tercih edilmekte, yetişkinler tarafından olumsuz olarak eleştirilmektedirler. Sosyal olarak yaşadıkları ret edilme yüzünden bu çocukların kendilerine olan güven ve öz saygılarında azalma olduğu düşünülmektedir. Sosyal izolasyonun neden olduğu yalnızlık hissinin daha sonrasında depresyon ya da kaygı bozuklukları gibi psikolojik problemlere dönüştüğü belirtilmektedir. Aslında sosyal ve psikolojik sorunlar birbirleriyle yakından ilişkili olduğu için iki etken arasında neden-sonuç ilişkisini kurmak zordur. Psikolojik sorunlar, bireyin sosyal ilişkilerini ve becerilerini olumsuz olarak etkilediği için hangisinin neden hangisinin sonuç olduğunu belirlemek mümkün olmasa da öğrenme güçlüklerinin çocukların sadece akademik becerilerini etkilemediği, sosyal ve duygusal sorunları tetiklediği bilinmektedir.

Psikolojik Sorunların Uyarı İşaretleri

Harvard Medical School profesörlerinden Psikolog Robert Brooks, çocuklarda özgüven alanında yaşanan sorunların doğrudan ve dolaylı belirtileri olabileceğini belirtmektedir. Direkt belirtiler, kendine güvenin olmadığı gösteren açık ifade ve davranışlar, başarılı olacağına inanmamak ve karşılaştığı zorluklar karşısında baskı altında hissetmek olarak tanımlanmaktadır. Özgüven sorununun dolaylı belirtileri ise aşağıdaki davranış özellikleri olarak ortaya çıkabilmektedir.

Bırakmak- vazgeçmek; Özellikle yapılması gereken işler ve görevler zorlaştığında – zor görüldüğünde uğraşmamak, çalışmayı yarım bırakmak,
Kaçınmak; Başarısızlık yaşama ihtimali bulunan durumlardan kaçınmak, görev almamak,
Saldırganlık ve zorbalık; Kırılganlığı ve hayal kırıklığını gizlemenin en kolay yollarından biri olarak karşı tarafa saldırmak,
Yok saymak; Zorlukları ve başarısızlıkları görmezden gelerek yaşanan acıyı azaltmaya çalışmak,
Dürtüsellik; Zor ve sıkıcı gelen işi bir an önce tamamlayıp kurtulmak,
Dalga geçmek – "soytarlık yapmak"; Mizah yolu ile güvensizliği gizlemek ve başarısızlığın neden olduğu baskıdan kurtulmak,

Ara sıra baş etme yöntemi olarak bu davranışlarda bulunmak tabii ki psikolojik bir sorun olduğu ya da özgüven yetersizliği anlamına gelmemektedir. Ancak bunların birer alışkanlık haline gelmesi, çocuğun günlük hayatını - öğrenme, sosyal ilişkiler vb- olumsuz etkilemesi durumunda bu davranışların arkasındaki nedenler araştırılmalıdır.

Kaynak: www.greatschools.com, Linda Broatch, M.A.

Önemli bir araştırma: Öğrenme güçlüğü yaşayan çocuklarda depresyon

Depresyon, yetişkinler gibi çocukların da zaman zaman karşılaştıkları zorlu bir durum. Hepimiz bazı zamanlar üzgün hissetsek de, klinik depresyon birçok semptomun bir araya gelmesi ile ortaya çıkıyor. Öğrenme güçlüğü yaşayan çocukların yaşadıkları depresyon ise 1970'lerden bu yana birçok araştırmaya konu olmuş. İlk yapılan araştırmalarda, öğrenme güçlüğü yaşayan çocukların depresyon için daha büyük risk taşımasına 3 neden gösterilmiştir:

1. Öğrenme güçlüğü yaşayan çocukların depresyonun bir özelliği olan öz saygılarının daha düşük olması,
2. Depresif özellikler sergileyen çocukların öğrenme güçlüğünün bir belirtisi olan akademik başarısızlık göstermeleri,
3. Öğrenme güçlüğü veya depresyona sahip çocuklarda nörolojik bir sıkıntı olduğuna inanılması.

Ancak zaman ilerledikçe araştırmacılar düşük akademik başarı veya öz saygının sadece depresif veya öğrenme güçlüğü olan çocuklarda olmadığını, bunların diğer çocukları da etkilediğini fark etmişler. Ayrıca depresyon ve öğrenme güçlüğü arasındaki nörolojik bağlantının açıklanmasının da oldukça zor olduğu düşünülmüş. Sonuç olarak, depresyon ve öğrenme güçlüğü arasındaki ilişkiyi açıklamak için daha kapsamlı ve geçerli araştırmalara ihtiyaç duyulmuş.

John Maag'ın 1980 ve 1990 arasında yaptığı çalışmalarda öğrenme güçlüğü olan çocukların % 5 ila % 20'sinde depresyon semptomlarına rastlanmış. Ancak bu sonuçlar genel popülasyonun depresyonu ile öğrenme güçlüğü olan çocukların depresyonu arasında fark olup olmadığını belirtmediği için ek bir çalışma gerektirmiş. Gözden geçirilen 18 çalışmada ortaya çıkmış ki;

- Öğrenme güçlüğü olan çocuklarda öğrenme güçlüğü olmayan çocuklara oranla depresyon semptomlarının görülme sıklığı daha fazla, ancak aradaki fark çok büyük değil.
- Ağır depresyon riski göz önüne alındığında öğrenme güçlüğü olan çocukların aleyhine bir sonuç yok.
- Cinsiyet, yaş, etnisite gibi etkenler çocuğun yaşadığı depresyonu etkileyebilir.

Bütün bu sonuçlar ardında belirgin bulgular bırakmasa da öğrenme güçlüğü gösteren çocuklarda depresif belirtiler görülme riskinin daha yüksek olduğu araştırmacılar arasında kabul görmekte. Öğrenme güçlüğü yaşayan çocukların ebeveyn ve eğitimcilerinin depresyon riski ile ilgili akıllarında bulundurmaları gereken sorular ise şöyle:

- Çocuğun akademik durumunda ilerleme/gerileme var mı?
- Çocuk akranları ile iletişim halinde mi, yoksa çevreye karşı ilgisiz bir tutumu gözleniyor mu?
- Çocuk okulda mutlu veya üzgün mü?
- Çocuk okulda yorgun görünüyor mu, yeteri kadar enerjisi var mı?
- Çocuğun okula karşı tutumu nasıl?

Bu sorulara verilecek cevaplar uzman ve ailelere depresif belirtilerin gözlenmesinin gerekliliği konusunda ipuçları olabilir.

Kaynak: www.greatschools.com, John W. Maag, Ph. D.

GünceL'in Önerdikleri



www.allkindsofminds.org

Dr. Mel Levine tarafından kurulan enstitünün amacı öğrenme alanında sorun yaşayan her öğrencinin okulda ve hayatta başarılı olmasını sağlayacak programların geliştirilip uygulanmasıdır. Kuruluşa ait olan bu web sitesinde ise öğrenme sorunları yaşayan çocukların aileleri, eğitimciler ve uzmanlar için hem teorik hem de pratik bilgiler bulunmaktadır. Nörogelişimsel model ile öğrenme sürecinin ayrıntılı olarak nasıl gerçekleştiğini, hangi alanlarda, nasıl sorunlar yaşanabileceğini ve sorunlar için hangi uygulamaların kullanılabileceğini kapsamlı olarak anlatan web sitesi incelenmeye değer önem bir bilgi kaynağı.



"Her Çocuk Başarabilir"
Yazar Dr. Mel Levine
Yayınevi: Boyner Yayınları

Kendini okul çağındaki çocukların başarıya ulaşmalarına adanmış, Amerika'nın en tanınmış eğitim uzmanı ve çocuk doktoru Dr. Mel Levine, 30 yıllık deneyimlerine dayanarak, çocuğun entellektüel, duygusal ve fiziksel açıdan güçlü ve zayıf yönlerini tanımanın önemini vurguluyor. Buna göre stratejiler geliştirmenin, öğrenme isteğini kırmadan çocuğun başarılı olmasını sağlamakta nasıl iyi anahtar rol oynadığını göstererek, "öğrenmeyi öğrenmek" konusunda ailelerin ve eğitimcilerin ne yapması gerektiğini ve nasıl yapabileceklerini örnekler ve gerçek yaşamdan alıntılarla anlatıyor.