



Küçükçekmece Rehberlik ve Araştırma Merkezi olarak amacımız bilimsel, etik ve ilkeli bir hizmet anlayışı ile "Her insan değerli ve özeldir." felsefesini ön planda tutarak, Psikolojik danışma, rehberlik, özel eğitim hizmetleriyle bireylerin gelişimlerini desteklemek; araştırma, geliştirme çalışmalarıyla meslek alanına katkı sağlayarak hizmet alanında öncü ve lider bir kurum olmaktır. 2002 yılında hizmete giren kurumumuz Özel Eğitim Hizmetleri Bölümü ve Psikolojik Danışma ve Rehberlik Hizmetleri Bölümü olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır. Müdürlüğümüz bünyesinde 2 müdür yardımcısı, 17 psikolojik danışman, 11 özel eğitim öğretmeni, 1 fizyoterapist, 2 memur ve 4 yardımcı personel görev almaktadır. Kurumumuz okul öncesinden ortaöğretime kadar tüm kademelerdeki yaklaşık 150.000 öğrenci ve İstanbul'un en kalabalık ilçelerinden olan 789.633 nüfuslu Küçükçekmece ilçesine hizmet vermektedir.

Küçükçekmece Rehberlik ve Araştırma Merkezi olarak 18 Ocak 2022 tarihinde kurumumuz bünyesinde bulunan Etkinlik Ve Seminer Komisyonu'nca psikolojik danışman/ rehber öğretmenlere yönelik hazırlanan "Vaka Paylaşımı" çalıştayı gerçekleştirdik. Çalıştay; anaokul, ilkokul, ortaokul ve lise rehberlik öğretmenlerimizin katılımıyla, okullarda sık yaşanan altı vaka konusunun belirlenerek, karşılaşılan problemlerde öğrenci, öğretmen ve velilere uygulanabilecek müdahale yöntemleri ve yöntemlerin etkililiği konularını kapsamaktadır. Çalışma gruplarının gün boyunca deneyimlediği ve paylaştığı vakaların sonuç öneriler çalıştay raporu sorumluluk bölgemizdeki okul ve kurumlara gönderilecek olup, sitemizde de paylaşılacaktır. "Vaka Paylaşımı" çalıştayının hazırlık aşamasından bugüne kadar emeği geçen çalışma arkadaşlarıma; İlçe Milli Eğitim Müdürlüğüne, İlçe Milli Eğitim Şube Müdürlüğüne, çalıştaya ev sahipliği yapan Sefaköy Kültür ve Sanat Merkezi ve Küçükçekmece Belediyesi personeline, Etkinlik Seminer Komisyonu üyelerimize, çalıştay gruplarına dahil olarak özverili çalışmaları, düşünce ve önerileriyle katkı sunan tüm rehber öğretmenlerimize teşekkür ederim.

VAKA PAYLAŞIMI ÇALIŞTAYI

Küçükçekmece Rehberlik ve Araştırma Merkezi'nin bünyesinde oluşturulan komisyonlardan biri olan Etkinlik ve Seminer Komisyonu'nun planladığı Vaka Paylaşımı konulu 3. Çalıştay 18 Ocak 2022 tarihinde Sefaköy Kültür Merkezi'nde gönüllü katılımcı olan psikolojik danışmanlarla gerçekleştirilmiştir.

Etkinlik ve seminer komisyonu üyeleri sene boyunca yapılacak seminer, eğitim ve etkinlikleri planlamada gönüllü olarak görev almaktadırlar. Her ay gerçekleştirilen ve mesleki gelişime katkı sağlayan seminerler, eğitimler, PDR Günleri ve 18 Ocak tarihinde gerçekleştirilen çalıştay bu komisyonun çalışmaları arasındadır.

Çalıştay; bireylerin ortak bir konu üzerinde çalışmalarını, düşüncelerini ve öğrenmelerini sağlayan uygulamalı bir bilimsel öğretim tekniği olarak tanımlanmaktadır. Bilim insanları ya da uzmanların bir konuda ön hazırlık yaparak katılım sağladıkları, alanla ilgili belli bir konuda inceleme, değerlendirme veya paylaşım amaçlı yapılan bir toplantıdır. İlçemizde üçüncü kez düzenlenen bu çalışmanın rehberlik alanında olması büyük önem arz etmektedir.

18 Ocak'ta gerçekleştirilen çalıştayın süreci, Etkinlik ve Seminer Komisyonu'nun çalıştay konusu ilçedeki psikolojik danışmanların ihtiyaçları doğrultusunda okullarda en çok gözlemlenen altı vaka konusunun belirlenmesiyle başlamıştır. Bu konular; akran zorbalığı, ergenlik döneminde gelişimsel özellikler ve kişisel sınırlar, klinik vakalar, okula uyum sorunları, teknoloji bağımlılığı ve zorlayıcı yaşam olayları olarak komisyonca belirlenmiştir. Daha sonra katılımcıları belirlemek amacıyla bir anket düzenlenerek katılımcıların altı konu başlığından tercih yapmaları istenmiş ve katılımcılar belirledikleri konu başlıklarına göre çalıştaya gelmeden gruplara bölünmüştür. Toplam 6 grup ile çalıştay gerçekleştirilmiştir. Her grupta alanda görülen ya da görülmesi olası vakalar konuşulmuş ve grup içinde paylaşılmıştır. Sabah oturumunda katılımcılar çalıştay vaka şablonuna konu başlıklarına uygun vakalarını yazmış ve grup içinde paylaşmışlardır. Vakalar grup içinde değerlendirilerek; karşılaşılan vakalar, uygulanan müdahale yöntemleri ve bu yöntemlerin etkililikleri tek tek konuşularak grup içi çalıştay sonuç raporu oluşturulmuştur. Öğleden sonraki oturumda her grup için oluşturulan sonuç ve öneriler raporu büyük gruba sunulmuştur. Uygulanan ya da uygulanması uygun görülen etkinlik ve oyunlar paylaşılmıştır. Her çalışma grubunda çalıştay boyunca paylaşılan vakalar ve sonuç öneriler formu komisyon üyeleri aracılığı ile raporlaştırılmış ve bu kitapçıkta birleştirilmiştir.

Bu kitapçığın rehberlik alanında çalışan tüm meslektaşlarımıza fayda sağlamasını temenni ederiz.

Etkinlik ve Seminer
Komisyonu Üyeleri

Sonuçlar

1. Akran zorbalığına her kademede rastlanmaktadır.
2. Hem zorba hem de mağdur genellikle risk grubuna dahil olan öğrencilerdir.
3. Akran zorbalığı mağdura ciddi zararlar vermektedir. Akademik başarı düşmesinden intihara kadar çeşitli sonuçları bulunmaktadır.
4. Akran zorbalığı konusunda veli tutumları ve ev ortamındaki yaşantılar oldukça önemlidir.
5. Öğrencilerin oynadıkları oyunlar, kullandıkları uygulamalar, kelimeler, jargonlar hakkında bilgi sahibi olunmalıdır.

Öneriler

1. Akran zorbalığına müdahale konusunda okulun tüm bileşenleri dahil edilerek aynı yöntem belirlenmeli ve aynı özenle uygulanmalıdır.
2. Çözüm konusunda veli iletişimi son derece önemli olduğu için velilerle iş birliği yapılmalıdır.
3. Psikolojik danışman yaptığı bireysel görüşmelerde hem mağdur hem de zorbanın düşüncelerini, duygularını ve beklentilerini ifade etmelerini desteklemelidir.
4. Mağdur için "hayır diyebilme" ve sınır koyma becerisi geliştirme çalışmaları yapılmalıdır.
5. Zorba için sınır bilinci oluşturma, öfke kontrolü, empati geliştirme ve çatışma çözme çalışmaları yapılmalıdır.
6. Öğrencilerle öz-denetim geliştirme çalışmaları yapılmalı ve çalışmalara veliler dahil edilmelidir.
7. Öğrencilerin sportif ve sanatsal faaliyetlere yönlendirilmeleri konusunda veliler bilgilendirilmelidir.
8. Velilere ve öğrencilere 'Bilinçli Medya Kullanımı' konusunda bilgilendirmeler yapılmalıdır.
9. Öğrencilerin kullandıkları kötü söz ve söylemlerin yerine alternatifler kelimeler oluşturulmalı ve bu konuda veliler bilinçlendirilmelidir.
10. Oyun terapisinden faydalanılabilir.

ERGENLİK DÖNEMİNDE GELİŞİMSEL ÖZELLİKLERİ VE KİŞİSEL SINIRLAR

2. Grup

Sonuçlar

1. Ailenin de sürece dahil edilmesi son derece önemlidir.
2. Psikolojik/ psikiyatrik destek bu süreci sağlıklı bir şekilde geçirmek adına önem taşımaktadır.
3. Öğrencileri sanatsal ve sportif etkinliklere yönlendirmenin olumlu etkileri mevcuttur.

Öneriler

1. Öğrencilerin aileleriyle görüşülmelidir. Görüşmeye gelmeyen ailelere telefon, broşür vb. yöntemlerle bilgilendirmeler yapılmalıdır.
2. Öğrenciler hakkında daha detaylı bilgi almak için ev ziyaretleri gerçekleştirilebilir.
3. Gerekli görülen durumlarda öğrenciler psikolojik/ psikiyatrik desteğe yönlendirilmelidir.
4. Öğrencilerle iletişim becerilerini geliştirme, kendini doğru ifade edebilme, kendini kabul ve sevme çalışmaları yapılmalıdır.
5. Öğrencilerin öfke kontrolü, kişisel sorumluluk kazanmaları, öz saygılarının gelişmelerine yönelik çalışmalar yapılmalıdır.
6. İzleme çalışmalarının yapılması sürece katkı sağlayabilir.

Sonuçlar

1. Psikolojik danışmanların mesleki gelişimlerinin artırılmasına yönelik terapi eğitimlerinin eksikliğini giderilmesi gerekmektedir,
2. Aile desteğinde yaşanan sıkıntıların giderilmesi gerekmektedir.
3. Öğrencilerde gelişebilecek depresyon ve yeme bozuklukları gibi psikopatolojik belirtileri engellenmesinde öz güven artırma ve beden algısına yönelik aile eğitimleri oldukça önemlidir.
4. Öğrencilerin tespiti ve psikolojik/psikiyatrik destek hizmetlerine ulaşmaları konusundaki problemlerin giderilmesi sağlanmalıdır.
5. Okullarda terapi uygulamalarında yaşanan zorlukların giderilmesine ihtiyaç duyulmaktadır.

Öneriler

1. Tüm psikolojik danışmanların Bilişsel Davranışçı Terapi, Çözüm Odaklı Terapi, Oyun Terapisi gibi eğitimleri almalarının kolaylaştırılması sağlanmalıdır.
2. Okul öncesi öğrencilerin ailelerine yönelik eğitimlerde erken dönem olumsuz yaşantıların yıkıcı etkilerini önlemek amacıyla seminerler zorunlu tutulmalıdır.
3. Psikolojik danışmanlar ve okullarla iş birliği kurulacak şekilde Sağlık Bakanlığı ya da RAM bünyesinde çocuk ve ergen psikiyatristi bulundurulabilir.
4. Okullarda sosyal hizmet uzmanlarının çalıştırılması ailenin ve çevrenin sosyoekonomik durumlarının tespitinde ve ilgili kurumlara yönlendirilmelerinde faydalı olacaktır.
5. Öğrencilerin tespiti konusunda sınıf ve branş öğretmenlerine psikiyatri uzmanları tarafından psikopatolojik belirtiler konusunda seminerler verilebilir.
6. Öğrencilerin ileri düzey ruh sağlığı hizmetlerine ulaşmalarını kolaylaştırma konusunda özel kliniklere ücret konusunda devlet desteği sağlanabilir.
7. Okul idari çalışanlarının rehberlik servisi çalışmaları, psikolojik belirtiler ve yaklaşımlar konusunda bilgilendirme çalışmaları yapılabilir.
8. Klinik Vakalar Çalıştayı yapılarak psikopatolojik konuların daha spesifik olarak incelenmesi sağlanabilir.
9. Rehberlik servislerinin fiziki koşullarının terapiye uygun şekilde düzenlenmesi sağlanabilir.

Sonuçlar

1. Pandemi süreci okula uyum sorunlarını tetiklemiştir.
2. Kaygılarını çocuğa yansıtan ebeveynlerin çocuklarında okula uyum sorunları görülmektedir.
3. Ebeveynlerin okulu çocuğun bırakılması gereken bir yer olarak düşünmesi, okul hakkında çocuğa sağlıklı bilgi sunulmamış olması, okul öncesi dönemde çocukların sosyal becerilerinin düşük olması okula uyum problemlerinin yaşanmasına neden olmaktadır.
4. Teknoloji kullanımının fazlalığı çocuğun evden kopmasını zorlaştırarak okula uyum sorunlarının yaşanmasında bir diğer nedendir.

Öneriler

1. Okul psikolojik danışmanları tarafından rehberlik servisleri çocuğa güvenli ortam olarak tanıtılmalıdır.
2. Çocuklarla özellikle zaman kavramı konusunda okulda bulunduğu süre için somutlaştırma çalışmaları yapılabilir.
3. Öğretmenler çocuklarla yüz yüze tanışmadan önce video aracılığıyla tanışma etkinliği yapabilir.
4. Çocuğun okula gelmekte çok zorlandığı dönemlerde mola verme yöntemi kullanılabilir.
5. Çocuğun sınıfa girmesi ödüllendirilmeli ve sınıf içi sorumluluklar verilmelidir.
6. Çocuğun okulda yaptığı etkinliklerin ebeveynlere hediye olarak gönderilmesi sağlanabilir.
7. Çocukta görülen kaygı, travma, teknoloji bağımlılığı gibi durumların tespiti ve tedavisi için psikiyatri yönlendirilmesi yapılmalıdır.
8. Aşırı kaygılı ve korumacı ebeveynlerle bireysel görüşmeler gerçekleştirilmelidir.
9. Önleyici rehberlik hizmetleri okul veli toplantısı yapılarak okul ve okula uyum süreçleri konusunda bilgi verilmelidir.
10. Akran arabuluculuğu yönteminden faydalanılarak çocukların akranlarıyla rehberlik çalışmaları kapsamında kaliteli vakit geçirmeleri sağlanmalıdır.

Sonuçlar

1. Gelişen çağımızda teknoloji kullanımının artmasıyla beraber teknoloji bağımlılığı da artmıştır.
2. Pandemi sürecinde teknoloji bağımlılığı artarak devam etmektedir.
3. Uzaktan eğitim sürecinde öğrencilerin ders aralarında oyun oynaması, oyun bağımlılığı ve ekran bağımlılığını artırmıştır.
4. Artan bağımlılıklar aile içi iletişimi azaltmıştır.
5. Okula devamsızlık sorunlarıyla öğrencilerin akademik başarıları düşmüştür.
6. Teknoloji bağımlılığı nedeniyle öğrencilerde davranış problemlerinin, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluklarının görülme sıklığında artış görülmüştür.
7. Teknoloji bağımlılığı fiziksel sorunları da beraberinde getirmiştir. Uyku sorunları, beslenme sorunları nedeniyle obezitenin, görme bozuklukları ve eklem ağrılarının vb. arttığı görülmüştür.
8. Teknoloji kullanımının fazlalığı nedeniyle küçük yaş gruplarında kavram kargaşalarının yaşandığı gözlenmiştir.
9. Teknolojiyle fazla vakit geçiren öğrencilerin sosyalleşmedeki sorunları nedeniyle arkadaşlık ilişkileri kurma konusunda problemler ortaya çıkmıştır.

Öneriler

1. Öğrencilerin sosyal, sportif ve sanatsal faaliyetlere yönlendirilmesi sağlanmalıdır.
2. Aile içi iletişim, aile paylaşımları artırılmalı, aile kuralları oluşturulmalıdır.
3. Öğrencilerin ilgi ve yeteneklerini keşfetmeye yönelik çalışmalar yapılmalı ve sorumluluk bilincinin geliştirilmesi sağlanmalıdır.
4. Öğrencilerin olumsuz davranışlarından çok olumlu davranışlarına dikkat yöneltilmelidir.
5. Çocuklara teknoloji kullanım sözleşmesi imzalatılmalı, çocuğa teknolojiyi sınırlı ve bilinçli kullanma öğretilmelidir.
6. Okullarda teknoloji bağımlılığına yönelik test ve ölçekler uygulanmalı, sonuçlarına göre çalışmalar yapılmalıdır.
7. Uyumadan önce en az yarım saat teknolojik aletler ortamdaki uzaklaştırılmalıdır.
8. Öğrencilere ders programları yapılmalı, zaman yönetimi konusunda yardımcı olunmalıdır.

Sonuçlar

BOŞANMA

1. Boşanmanın ardından çocuğun yanında sık sık boşanmayla ilgili konuşmalar devam etmektedir.
2. Çocuklar ebeveynlerinin boşanmasından kendilerini sorumlu görebilmektedir.

YAS

1. Yas sürecindeki bireyler yardım istemekte ve kendini açmada zorlanırlar.
2. Çocuklar ölümü soyut olarak anlamakta zorlanırlar.

Öneriler

BOŞANMA

1. Boşanma kesinleşince çocuğa açıklanmalı ve bu açıklamayı anne-baba birlikte yapmalıdır.
2. Boşanma sonrası hayatlarında olacak değişiklikler hakkında açıklama yapılmalıdır.
3. Bu süreçte anne, baba ve çocuğun rolleri belirlenmelidir.
4. Çocuğun sürece dair, kendine yönelik yanlış inanç ve tutumları çalışılmalıdır.
5. Ebeveynler birbirlerini kötülememeli, çocuğun ebeveynlerinden birinin tarafını tutması istenmemelidir.
6. Kurallar ortak olarak konulmalı, anne-baba arasında tutarsızlık olmamalıdır.

YAS

1. Çocuğa güven ortamı oluşturulmalı, kabul edici bir yaklaşım gösterilmelidir.
2. Çocuğun sevdiği, güvendiği kişi tarafından ölüm haberi verilmelidir.
3. Ölüm somut örneklerle basit olarak anlatılmalıdır. Çocuğun sorular sormasına izin verilmelidir.
4. Çocuğun cenazeye katılmasına izin verilmelidir.
5. Yas tepkilerinin neler olabileceğine dair bilgilendirmeler yapılmalıdır.
6. Çocuğun kayıptan sonra ortaya çıkan duygularını fark etmesine yardımcı olunmalı, yasa ortak olanlarla duygu paylaşımları yapılmasına fırsat verilmelidir.
7. Kaybedilen kişinin ardından çocuğun yaşam rutinlerine devam etmesi sağlanmalıdır.