

Özel gereksinimli çocukların taklit yeteneklerinin sınırlı olması ve gözlem yoluyla öğrenebilmelerinin yeterli olmaması öz bakım becerilerini öğrenmelerini güçleştirebilmektedir. Bu beceriler evde öğretilmediği takdirde okulda öğretilmek zorunda kalınmaktadır.



Özel eğitime gereksinimi olan çocuklara zamanında birçok günlük yaşam becerisi kazandırılabilir. Önemli olan doğru zamanda ve doğru yöntemle işe başlamaktır. Bunun için aile-okul işbirliği çok önemlidir. Günlük yaşam becerileri, çocuk için hayati önem taşır ve birçok açıdan fayda sağlar. Öncelikle çocuğun bağımsızlığını artırır. Temel öz bakım becerilerini kazanan birey, başkasına ihtiyaç duymadan bağımsız olarak hareket edebilir.

GÜNLÜK YAŞAM BECERİLERİ VE ÖZ BAKIM

Becerileri, öz bakım becerileri şeklinde adlandırmamızın amacı; bu becerilerin yaşamımız için gerekli olan temel beceriler olmasının yanında, bağımsız yaşayabilmek için gerekli olan beceriler de olmasındandır. Bizim tüm gün yaptığımız beceriler bize zor gelmese de bu becerileri tam ve yeterli olarak yapmada zorlanan ya da bunları hiç yapamayan kişileri düşündüğümüzde bu becerilerin ne kadar çok gerekli ve önemli olduğunu fark ederiz



"Tüm bunlar çocukların sosyal kabul düzeylerini arttırmak, daha bağımsız olmalarını sağlamak ve sizlere kolaylık sağlamak içindir. Lütfen çocuklar için iş birliği içinde olun ve rehberlik servisinden yardım alın. "

KAYAPA ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA OKULU REHBERLİK SERVİSİ



**ÖZEL EĞİTİMDE
YAŞAM BECERİLERİ
VE
ÖZ BAKIM**

GÜNLÜK YAŞAM BECERİLERİNDE BAĞIMSIZLAŞMANIN ÖNEMİ

Günlük yaşam becerilerini kazanmış çocuk, daha fazla sosyal kabul görür.

Kendi başına yemeğini yiyen, elini yüzünü yıkayan, tuvalet temizliğini yapan, giysilerini giyen çocuğun öz güveni artar. Bu da akademik başarısını, sosyal ilişkilerini, ruh sağlığını, iletişim becerilerini ve diğer gelişim alanlarını olumlu etkiler.



Bazı ebeveynler, çocuğunun öz bakım ihtiyaçlarını yıllarca kendileri yerine getirirler. Bunun iki sebebi vardır. Birincisi çocuğun yapamayacağına olan inanç, diğeri ise çocuğa becerinin nasıl kazandırılacağına ilişkin yeterli bilgi ve tecrübeye sahip olunamamasıdır.



Günlük Yaşam Becerilerinin Gelişmesi İçin Öğrenciye Kazandırılması Gereken Beceriler

Sofra Hazırlığı,
El Yıkama ve
Kişisel Hijyen,
Ağız Silme,
Giysileri Kirli
Sepetine Atma,
Ayakkabı Bağlama,
Yatağını
Düzenleme,
Işıkları Açma ve
Kapatma,
Diş Fırçalama,
Yüz Yıkama
Tuvalet Eğitimi ve
Temizlik

Temizlik
Malzemeleri
Tanıtımı,
Havlu Kullanımı,
Saç Tarama ve Saç
Bakımı
Ayak Temizliği ve
Çorap Değiştirme
Mendil Kullanma,
Çamaşır Katlama,
Bitki Bakım
Kimden nereden
nasıl yardım
alabileceğini
kazandırma

GÜNLÜK YAŞAM BECERİLERİ KAZANDIRILIRKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

Çocuklarımızı yetiştirirken onların da bir birey olmasına fırsat tanınmalıdır. Bu bağlamda Öz bakım ve günlük yaşam becerilerini kazandırmak kendisinin de bir birey olduğunu hissetmeye başlamasının ilk adımıdır



- Zamana yayılarak bu becerilerin kazandırılması gerekir.
- Aşırı müdahaleci olmaktan kaçınılmalıdır.
- Kesinlikle zorlama olmamalıdır.
- Çocuk bir beceriyi yapamadığında kızılmamalıdır.
- Çocuğa her fırsatta model olunmalıdır.
- Küçük ödüllendirmeler yapılmalı ancak maddi ödüllerden çok sosyal ve sembolik ödüllere yer verilmelidir.