



GÖNÜLLÜ DANIŞAN

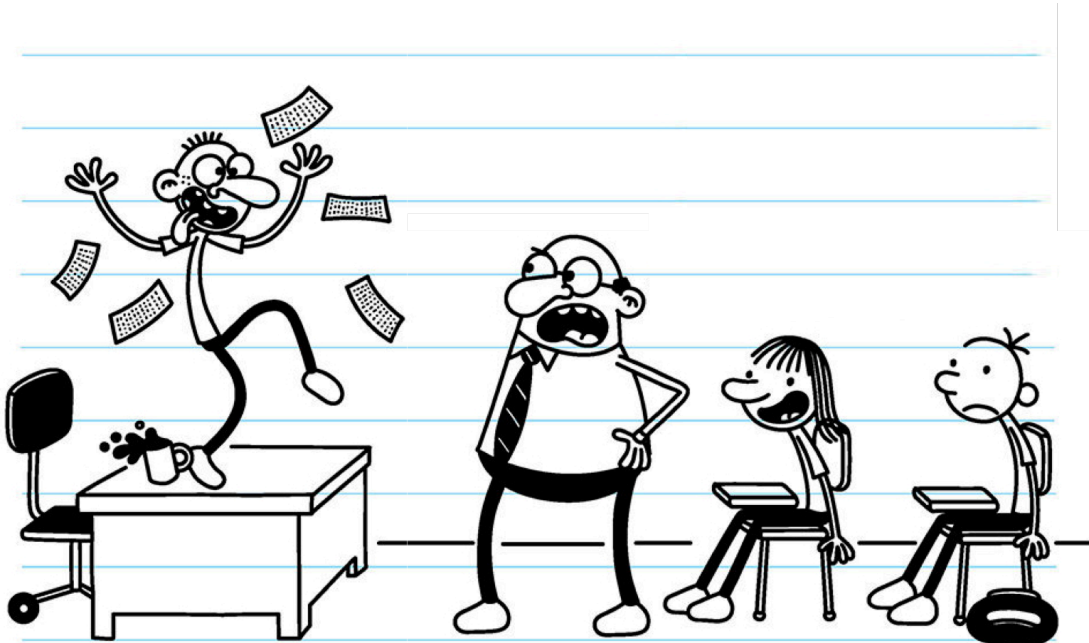
Okulumuza taşınmadan önceki yıl öğretmenlere seminer vermeye gelen bir psikolog “ben okul hayatım boyunca dikkat eksikliğine sahip olduğumu bilmiyordum, yıllar sonra ilaç kullanmaya başladım ve her şey o zaman anlamlı olmaya başladı, okul hayatım benim için kayıp yıllardan ibaretti, keşke daha önce ilaç kullansaydım” demiştir. Bu kadar önemli olan dikkat eksikliği konusunda ilk başvuru yeri Rehberliktir.

Dikkat eksikliği, kısaca “DEHB” olarak adlandırılan tanımın (dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu) kapsamına girmektedir. **DEHB**'in üç özelliği vardır. Bu üçünden biri, ikisi ya da hepsi kişide görülebilir.

Dürtüsellik: Aç olan birey dürtülerine hakim olamayıp, elinin yanacağını bile bile sobaya düşen kurabiyesini almak için elini sobaya sokar.

Dikkat eksikliği: Birey bir parmak hareketini bile takip edemez. İstese bile yapamaz. Dikkati kesikli bir biçimde etrafındaki nesne ve olaylara kayar. Esas olayı kaçıır. Sürekli bir yerlere çarpar.

Aşırı hareketlilik: İngilizcesi hiperaktivite olan ve öğretmenleri en çok zorlayan bu farklılıkta sanki iki üç saniye aralıklarla gizli bir görev veriliyormuş gibi birey hareket halindedir. Hiç durmaz. Fişini çekin esprisi böyle kişiler için yapılır.



Saç çekme, ayakta dolaşma, rastgele bir şeyler karıştırma, durdurulamaz konuşma isteği, ısrar vb. İstendik olmayan davranışlar bireyin sorunlu biri olarak etiketlenmesine neden olur. DEHB şüphesinde bulunan anne/baba, teyze, bakkal, nine, arkadaş, kardeş vs. ilk kişi bu durumu okul profesyonellerine mutlaka bildirmelidir. Okul içinde veya dışardan yardım alarak çözüm aramak bireyin etiketlenmemesi açısından gereklidir. Etiketini bir yere yapıştırdıktan sonra çıkarması zordur. Çıkarılsa bile izleri mutlaka kalır.



Alt ıslatma, bireyin hayatını alt üst eder. İkinci üçüncü sınıf vatandaş yapar. Artık kişi toplumdışı bir yaratıktır. Zaten en basit şeyi bile beceremeyip altına yapıyordur. Bu şekilde hisseden bireyin duygularını olumluya çevirmenin ilk şartı alt ıslatmayı sona erdirmektir. Bu da Rehberliğin konularından biridir. Bir kaç gün/hafta/ay içinde çözülebilen bir sorundur. Annelerin bu konuda Rehberliğe çokça teşekkür ettiği görülmüştür, zira her ne kadar en çok etkilenen kişi çocukmuş gibi görünse de stresi asıl yaşayan kişi annedir.



İçekapanıklık, az bir oranla davranış bozukluğu değildir. Bu özelliği taşıyan az sayıda kişi içtepiseldir. Dıştepisel birine bir iş verildiğinde hemen kavrar. Hemen yapar. Etrafındakiler onun zeki olduğunu düşünür. Oysa içtepisel birine bir iş verdiğimizde anında yapamaz. Etrafındakiler zaman kaybı için pişman olur. Tabii sonuçta verilen işi her zaman içtepisel olan birey daha iyi yapar. Dıştepisel olan kişi pek düşünmeden hareket ederken, içtepisel olan kişi yapacağı iş için plan yapmakla zaman harcar. Bu hazırlanma işi zaman kaybı olarak görülse de ortaya çıkan sonuç her zaman daha iyidir.

Tabii bireylerin çoğu öyle değildir. Gerçekten de içekapanıktır. Konuşma başlatmakta güçlük çekerler. Bunlar sınıfın en iyi öğrencileridir. Eğitimin istenmedik gizil özelliği onları sürekli pekiştirir. Aferin, ne uslu çocuk. Bu pekiştirmenin içekapanıklığı donma aşamasına getirmeden rehberlik konusu edilmesi çocuğu tanıyan herkesin görevidir.



Uyum bir zeka işidir. Zeki insan her ortama uyar. İnsanların tamamı zeki veya çok zeki olmadığına göre uyumsuzluklar mutlaka görülecektir. **Uyumsuzluk**ta rehberlik, zaman kaybetmeden ziyaret edilmeli. Nasıl ayağı olmayan biri, hayatın coşkusunu yaşamaktan geri kalmamalıysa, uyumsuz kişi de hayatı tüm neşesi ile yaşamalıdır. Buna en az herkes kadar hakkı vardır. Zeka düzeltilemeyen bir özelliktir, fakat zekaya herkes kadar sahip olmayan kişi için ya da zeka dışı bir nedenle yaşanan uyumsuzluk için uyumlaştırma çoğu zaman başarılabilir.



Rehberlikte ilk amaç bireyin kendini gerçekleştirebilme çabasını desteklemek iken, bireyin yaşadığı **güvensizlik**, kişi için rehberliğin amacının gerçekleşmesini engelleyebilir, çünkü güven ihtiyacı her bireyin temel ihtiyaçlarından biridir ve mutlaka doyurulmalıdır. Örneğin ilkökul çağını yaşayan çocuğa tokalaşmak üzere elini uzatan bir okul personeline karşı çocuk elini istemsizce uzatmıyorsa o zaman çocuğun güven problemi yaşadığı düşünülebilir. Birey annesinden kopamıyorsa, eşyalarından uzaklaşamıyorsa, her an tetikte ise ve buna benzer davranışlar sürekli yaşıyorsa o zaman rehberliğe başvurma zamanını geçirmemek gerekir. Güvene karşı güvensizlik gelecekteki pek çok problemin kaynağı haline gelebilir.



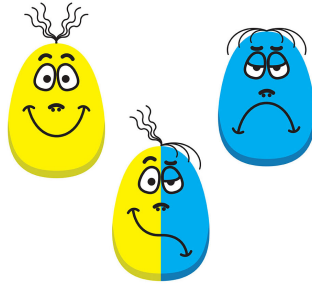
Azı karar, çoğu zarar. Hayattan beklentisi olmayan kişiler için olmayan bir şeydir kaygı. Karşıdan karşıya geçerken, patavatsız bir laf ederken, sorumluluklarını yerine getirirken kaygı yaşamadıkları için pek çok problemle karşılaşır. Bunun tam tersine **aşırı kaygı** yaşayanlar için de problemler her zaman vardır. Karşıdan karşıya geçemezler aşırı kaygıdan dolayı, susmayı tercih ederler sırf patavatsızlık yapmamak için, sorumluluklarını tam zamanında bir türlü yerine getiremezler yanlış bir davranışta bulunacakları için. Bunların bazıları mükemmeliyetçi kişilikle karıştırılır. Oysa temelde aşırı kaygı vardır. Kaygı hayatın tuzu biberidir. Olmadığında hayatın tadı tuzu kalmaz. Kaygı bireyi harekete geçiren güçtür. Azı, kişiyi pili bitmiş gibi gösterirken, çoğu ise tedirgin eder. Bu tedirginlik de herkese bulaşır.

Sı ana kadar savılan konular bireyin akıl sağlığı için çok çok önemliken velilerimizin bazı davranışlarından

Önemli bir konu. Hatta çocuğun okulda bulunma amacıdır diyebiliriz, fakat beden ve akıl sağlığının yokluğuna yeğlenmemelidir. Çocukta yapısal veya değil herhangi hastalık yoksa ve yine de ders başarısı akranları seviyesinde değilse rehberliğin kapısı pek ala bu konu için çalınabilir.



Aile ilişkilerinde sorun yaşamak çok olağandır. Bu sorunlar, iyi ya da kötü bir şekilde mutlaka çözülür. Rehberlikte amaç aile veya arkadaşlık ilişkilerinde herhangi bir nedenle sorun yaşayan bireyin çatışma çözümüne yardımcı olmaktır. Bazen çocuğun rehberliğe kendi isteği gelerek içeri sadece adım atması bu sorunun yarısını alır götürür. Çocuk bazen anlaşılmadığını düşünür. Karşısında onu anlayan bir profesyoneli görmesi ona olumlu örnek olur, böylece o da aynı davranışı sergileyerek kendi çatışma çözüm ilkelerini geliştirir. O yüzden "**çatışma**" da rehberliği ilgilendirir ve birey rehberliğe okulla ilişkisiz olduğunu düşündüğü ailevi sorunlar için gelebilir. Rehberlikten destek istemek sadece çocuk değil, anne/baba, teyze, hala, abi vb. çocuğun tüm ilişki kişileri için geçerlidir. Bazen çocuk sorun yaşamaz, anne sorun yaşar ve rehberliğe gelir. Olumlu dönütte fayda çocuğun yüzüne kesinlikle yansiyacaktır.



Okul personelinin okulda bulunma amacı sadece ve sadece çocuklardır. Eğer çocuk tuvalete girmekten, karanlıkta kalmaktan, böcek görmekten vb. şeylerden korkma; inatçılık, huzursuzluk, kendini tutamama, sürekli ağlama, kıskançlık vs. aklınıza ne gelirse bu konular ve yukarıda kırmızı ile belirtilmiş konuların herhangi biri için **gönüllü danışan** olursa o zaman rehberlik okulda daha sağlıklı yürüyecektir. Yoksa anne/babanın isteği ile gönülsüz danışan olmak çocuğa çok fazla fayda sağlamayacaktır. Çocuğun gönüllü danışan olması için onun gönlünü hazırlamak anne/babaya düşmektedir.

