

Bilişsel Davranışçı Oyun Terapisi

Teknikler ve Uygulamalar

Sultanberk HALMATOV

PEGEM AKADEMİ

Bilişsel Davranışçı Oyun Terapisi

Teknikler ve Uygulamalar

Sultanberk Halmatov

PEGEM AKADEMİ

Dr. Sultanberk HALMATOV

BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI OYUN TERAPİSİ - Teknikler ve Uygulamalar

ISBN 978-605-037-021-8
DOI 10.14527/9786050370218

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2019, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Bu kitap T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayınevi**dir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** ve **Pegemindeks.net** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere http://pegem.net adresinden ulaşılabilmektedir.

1. Baskı: Ekim 2019, Ankara

Yayın-Proje: Özge Yüksek
Dizgi-Grafik Tasarım: Ayşe Nur Yıldırım
Kapak Tasarım: Pegem Akademi

Baskı: Vadi Grup Basım A.Ş.
İvedik Organize Sanayi 28. Cadde 2284 Sokak No:105
Yenimahalle/ANKARA
(0312 394 55 91)

Yayıncı Sertifika No: 36306
Matbaa Sertifika No: 26687

İletişim

Karanfil 2 Sokak No: 45 Kızılay / ANKARA
Yayınevi: 0312 430 67 50 - 430 67 51
Dağıtım: 0312 434 54 24 - 434 54 08
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: pegem@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

ÖN SÖZ

Birleşmiş Milletlerin çocuk hakları sözleşmesinde her çocuğun oynama hakkının olduğu özellikle vurgulanmıştır. Oyun çocuklar için vazgeçilmezdir. Oyunun çocuk gelişimi üzerindeki etkisi asırlardır bilinmekte ve günümüzde çocuk ruh sağlığı ve eğitimi alanında yaygın bir şekilde kullanılmaktadır. Çocuk dünyası yetişkin dünyasından farklıdır. Çocuk için oyun hayatın ta kendisidir. Bir yetişkin için "ekmek kavgası" ne kadar ciddi ise çocuklar için de oyun o derece ciddidir. Bu anlamda oyun, yetişkin yaşamının "minyatürüdür". Bir yetişkinin bir çocuğa destek ve yardımcı olabilmesi için öncelikle dünyaya çocuğun gözüyle bakabilmesi gerekir. Bir yetişkinin bir çocuğa, "Korkacak ne var?", "Bu çok basit" demesi o yetişkinin çocuk dünyasından anlamadığı anlamına gelebilir bazen. Çocuğun "dünyasına" girebilmek başta anne baba olmak üzere çocuklar ile çalışan tüm uzman ve eğitimciler için çok önemlidir. Çocuklar oyun oynayarak hayatı öğrenirler. Çocuklar için vazgeçilmez olan oyunun gücünden yararlanarak çocuk ile daha derin bir iletişim kurulabilir. Oyundan faydalanarak çocuğun tüm gelişim alanları desteklenebilir. Oyun çocuğun ders başarısını arttırabilir. Oyun çocuğun ruh sağlığını olumlu etkileyebilir. Oyun bazı durumlarda "TEK ÇARE" olabilir...

Bu kitap tamamen kendi profesyonel hayatımda kullandığım tecrübelerimin paylaşımıdır. Kitap, oyun terapisi üzerine aldığım ve almaya devam ettiğim eğitimlerden (En iyi hocalardan!) öğrendiklerimi, oyun terapisine gönül vermiş uzmanlarla paylaşmak için yazılmıştır. Bu kitapta oyun terapisinin tarihsel gelişimi ve türleri hakkında bilgilere kısaca değineceğim. Eğer bu konular hakkında daha detaylı bilgi almak istiyorsanız, daha önce yazdığım "Oyun Terapisinde Pratik Teknikler" adındaki kitabımdan veya benzeri kitap ve makalelerden faydalanabilirsiniz. Bu kitapta okulöncesi ve ilkokul çağındaki çocukların ruh sağlığını ve eğitimini desteklemek amaçlı geliştirilen oyun ve tekniklere ve yetişkinler ile çalışmalarda kullanılabilecek etkinliklere yer verilmiştir. Okuyan herkese faydalı olması dileğiyle...

Not: Bana her konuda destek olan ve rahat çalışabilmem için tüm şartları hazırlayan eşim Medera'ya, onlara ayıracağım zamanı çalışarak geçirdiğim halde beni "Dünyanın en iyi babası" olarak gören ve beni koşulsuz seven oğlum Babur Yuşa ve kızım Zeynep'e sonsuz teşekkür ederim. Ayrıca; Fatma Kolukısa Usluer'e, Serpil Karadoğan'a, ve Doç. Dr. Ahmet Demir'e desteklerinden dolayı çok teşekkür ederim. Emeğinize sağlık!

Dr. Sultanberk HALMATOV
Ekim 2019

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ iii
OYUN NEDİR? 1
Oyun Çeşitleri 2
Oyunun Terapötik Gücü 3
OYUN ANALİZİ 3
Çocuğun Oyun Düzeyini Belirleme (3–7 Yaş) 5
Çocuk Değerlendirme Oyunları 6
Hayali Oyunu Gözlemleme 11
Çocuk Oyunları Analizi Göstergeleri 11
Hayali Oyunların Gelişim Düzeyleri 18
OYUN YOLU ile ÇOCUK DEĞERLENDİRME TEKNİKLERİ 20
Hayvan Ailesi Çiz Testi 20
Süpermen ile Görüşme 21
Çocuk ile Röportaj 24
"Ne Yapardın?" Çocuk ile Görüşme Tekniği 26
"Ağaç" Testi 26
"Eğer Sihirbaz Olsaydın" Değerlendirme Oyunu 29
"Uzaya Yolculuk" Değerlendirme Oyunu 30
"Güneş, Yağmur, Bulut" Değerlendirme Oyunu 30
"Doğum Günü" Değerlendirme Oyunu 31
"Benim Yerim" Değerlendirme Oyunu 33
"Ödül Töreni" Değerlendirme Oyunu 33
"Benim Artı ve Eksilerim" Değerlendirme Oyunu 34
"Merdiven" Değerlendirme Oyunu 34
"İyi Kalpliler Evi" Değerlendirme Oyunu 35
"Kendini Çiz" Resim Testi 35
"De Greef Denemesi" Değerlendirme Tekniği 38
"Yerini Seç" Değerlendirme Oyunu 40
Oyun Terapisine Giriş 41
Oyun Terapi Uzmanı Kimdir ve Nasıl Olmalıdır? 42
Oyun Terapi Odası 43
Oyun Terapisinde Bulunması Gereken Malzemeler 43
Oyuncaklar 43
Oyun Terapisi Uygulaması 44
Davranışçı Yaklaşım Teknikleri 45
Karşıt Koşullanma 47

Sistematik Duyarsızlaştırma 47
Karşı Karşıya Getirme (Maruz Bırakma) 47
Davranışçı Yaklaşım Temelli Oyun Terapisi 47
Bilişsel Terapi Teknikleri 48
Bilişsel-Davranışçı Oyun Terapisi Teknikleri 50
Model Alarak Öğrenme Tekniği Kullanımı 50
Sistematik Duyarsızlaştırma Tekniği Kullanımı 50
Taşırma Tekniği Kullanımı 51
Biçimlendirme Tekniği Kullanımı 51
Gevşeme Eğitimi Kullanımı 52
Atılganlık Eğitimi Kullanımı 52
Kendi Davranışlarını Kontrol Etme Tekniği 52
Aşamalı Görevler Oluşturma Tekniği 52
Yönlendirilmiş Keşif Tekniği 53
BİLİŞSEL-DAVRANIŞÇI OYUN TERAPİSİ 53
İlk Görüşme 53
I. ETAP (ORYANTASYON ETABI) 55
Çocuğu Tanımaya Yönelik Oyunlar 59
Çocuğa Ortamı Tanıtmaya Yönelik Oyunlar 60
Geliştirici Oyunlar 60
Yardımcı Oyuncak Seçimi 61
Ritüel Oyunu Seçimi 62
Oryantasyon Etabı İçin Bir Seans Programı Örneği 63
II. ETAP (TERAPÖTİK OYUNLAR ETABI) 63
Yüzleştirme Aşaması 63
Duygusal Farkındalık Kazandırma Oyunları 64
Duygu Oyunları 64
Depreştirme Oyunları 65
İyi ve Kötü Kediler Oyunu 65
Yüzleştirme Oyunları 67
Oynanacak Oyun İçin Oyuncak Seçimi 69
Yüzleştirmede Karikatür Çizimi Kullanımı 70
Yüzleştirmede Hikâye Anlatımı 72
Yüzleştirme Aşaması İçin Seans Örneği 74
MÜDAHALE OYUNLARI (TERAPÖTİK OYUNLAR) 74
Terapötik Oyun Geliştirme 75
Model Alarak Öğrenme Tekniğine Göre Oyun Geliştirme 75
Sistematik Duyarsızlaştırma Tekniğine Göre Oyun Geliştirme 76

Taşırma Tekniği Kullanarak Oyun Geliştirme ... 76
Yönlendirilmiş Keşif Tekniği Kullanarak Oyun Geliştirme ... 77
Aşamalı Görevler Oluşturma Tekniği Kullanarak Oyun Geliştirme ... 78
Müdahale Aşaması İçin Seans Örneği ... 78
III. ETAP (OLUMLU BENLİK ALGISI KAZANDIRMA ETABI) ... 79
Kendi Davranışlarını Kontrol Etme Tekniği Kullanarak Oyun Geliştirme ... 80
Öz Saygı Kazandırma Oyunları ... 82
IV. ETAP (KONTROL VE SONLANDIRMA ETABI) ... 82
Grup Oluşturma ... 82
Ortam Oluşturma ... 83
Kontrol Aşamasında Oynanacak Oyunlar ... 83
Kışkırtıcı (Provokatif) Oyunlar ... 83
Sonlandırma ... 84
PROBLEME YÖNELİK OYUNLAR ... 84
DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU ... 85
Hareketli Oyunlar ... 86
Masa Başı Oyunlar ... 92
Dikkat Geliştirici Oyunlar ... 94
KORKU PROBLEMİNE YÖNELİK OYUNLAR ... 98
Korku ile Çalışmada Sistematik Duyarsızlaştırma Tekniği Kullanımı ... 102
Çocuk ile Korku Üzerine Konuşurken Vurgulanması Gerekenler ... 102
KARANLIK KORKUSU ... 106
SALDIRGANLIK PROBLEMİNE YÖNELİK OYUNLAR ... 107
OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU ... 115
Otizmli Çocuklarda Oyun Gelişimi ... 118
Duyu Oyunları ... 121
Duyu Oyunlarına Örnekler ... 122
Köpük Baloncuk Oyuncakları ... 126
Işık ve Gölge Oyunları ... 127
Buz ile Oyunlar ... 128
Ses Oyunları ... 131
Fiziksel Temaslı ve Dokunsal Oyunlar ... 134
Otizmli Çocuklar ile Çalışmada Resim Etkinliklerinden Yararlanmak ... 136
Çocuk ile Birlikte Resim Yapma Aktivitesi Etapları ... 138
ÇOCUKLARDA YEMEK SEÇME PROBLEMİ ... 144
YETİŞKİNLER İÇİN PSİKOLOJİK OYUNLAR ... 158
KAYNAKLAR ... 174

OYUN NEDİR?

Oyunun insanlık tarihi kadar eski olduğu yönünde görüşler vardır. Oyunun bilimsel olarak ele alınması da oldukça eskilere dayanır. Kaynaklar, Aristo, Plato gibi Antik Yunan düşünürlerinin, çocuk oyunları ile ilgili görüşlerinin olduğunu göstermektedir. Plato çocukların gelişimlerini dönemlere ayırmış ve özellikle 3–6 yaş çocukları için oyunun önemine değinmiştir. Aristo da çocuğun gelişimini dönemsel olarak ele almıştır ve çocuk eğitiminde oyun ve fiziksel alıştırmaların öneminden bahsetmiştir.

Antik Yunan'dan günümüze kadar, çocuk oyunlarına olan ilgi artarak gelmiştir. İlk dönemlerde oyunun ne olduğu merak konusu iken ve çalışmalar bu yönde ilerlemişken, modern zamanda ise oyunun insan hayatındaki önemi ve etkisi merak konusu olmuştur. Günümüze kadar oyun hakkında yapılan çalışmalar ışığında oyunu çok farklı açılardan tanımlamak mümkündür (Vygotski, 1966., Singer, 1973., Elkolin, 1978.,Komarova, 1992., Sevinç, 2004., Kasatkina, 2010.)

Oyun; çocuğun yaşamının merkezinde yer alır ve çocuk için vazgeçilmezdir. Çocuk oyun oynayarak kendi kendini eğitir. Çocuklar oyunlar ile öğrenir, oyunlar ile olgunlaşırlar. Bu açıdan bakınca oyunu eğitim aracı olarak tanımlamak da mümkündür. Gelişimin bir parçası olan oyun, aynı zamanda gelişimin bir göstergesidir de. Çocuğun fiziksel, zihinsel, sosyal ve kişilik gelişimi için önemli bir ihtiyaçtır. Çocuklar oyunlar oynayarak gelişirler, öğrenirler ve yetişkin hayatına hazırlanırlar (O'Connor, 1991., Lendert, 1994., Panfilova, 1999., Fopel, 2004., Bogina, 2010., Schaefer, 2013., Smirnova, Riabkova, 2013., Panfilova, 2006., Halmatov, 2016.)

Freud'a göre çocuklar gerçek yaşamda kabul edilmeyen saldırganlık, cinsellik gibi duygu ve davranışları oyun yolu ile dışa vurmaktadırlar. Freud, oyunun yeni şeyler öğrenme, beceri kazanma üzerinde olumlu etkilerinin olduğundan da bahsetmiştir(Elkonin, 1999).

Erikson (1963) çocukların gelişimine paralel olarak, oyunlarının da karmaşıklaştığından söz etmiştir. Ona göre oyun, çocuğun psikososyal gelişiminin bir yansımasıdır ve çocuğun benlik gelişiminde çok etkilidir.

Vygotsky (1930)'e göre oyun yeni şeylerin keşfidir. Oyun, çocukların içsel çatışma ve çelişkilerinin bir sonucudur. Çocuklar oyunlarında, gerçek yaşam deneyimlerinden hatırladıkları unsurları, yaşanmış olaylardaki ilişkileri kullanırlar.

Piaget (1969)'ye göre oyun, çocuğun deneyimlerini, bilgilerini ve anlayışını birleştiriyor. Çocuklar oyun oynayarak, bilinen şemalarını küçük değişikliklerle tekrar uygulanmasını sağlayarak mevcut becerilerini pekiştirirler. Ayrıca oyun çocuğa güven ve ustalık duygusu yani ego devamlılığı hissi verir (Mihaylenko, Korotkova, 1990).

Oyun Çeşitleri

Oyunun her bir çeşidi kendi çapında çocuğun gelişimini etkiler. Gelişim çağındaki bir çocuk bu oyun çeşitlerinin hepsini oynamalıdır. Her çeşit oyun çocuğun farklı gelişim alanını desteklediğinden, bu oyunların herhangi biri çocuk tarafından hiç (yeterince) oynanmazsa, duygusal veya fiziksel gelişimi açısından bazı "şeyler" eksik kalacaktır. Genel olarak oyunu üç alt grupta toplamak mümkündür. Bunlar; hareketli oyunlar, masa başı oyunlar ve sözel oyunlardır.

Hareketli oyunlara; ebeleme, yakar top, yerden yüksek gibi oyunlar örnek verilebilir. Bu gibi oyunlar yalnız oynanan oyunlar değildir. Kolektif oyunların ortak yönü, bir kuralın ve belirli bir sıralamanın olmasıdır. Hareketli oyunlar için daha geniş alanlara ihtiyaç vardır.

Masa başı oyunlar ise yine belli kuralları olan ve oynamak için özel malzemelere ihtiyaç duyulan oyunlardır. Masa başı oyunlar için geniş bir alana ihtiyaç yoktur. Evde masada, zeminde oynanabilir. Satranç, domino, eşini bul kartları, tavla gibi oyunlar masa başı oyunlara örnek olarak verilebilir.

Sözel Oyunlar ise fazla hareket gerektirmeyen, daha çok sözel içerikli oyunlardır. Parmak oyunları, tekerleme söylemeler, bilmeceler, şarkılı oyunlar sözel oyunlara örnek verilebilir. Bu tür oyunlar için de geniş bir alana ihtiyaç olmayabilir. Daha çok oturarak oynanan sözel oyunlar, yorulmuş veya fazla hareket etmemesi gereken çocuklar için daha uygundur.

Çocuk oyunları yapılarına göre de iki grupta sınıflandırılabilir. Bunlar kurallı oyunlar ve hayali oyunlardır.

Kurallı oyunlar; en az iki kişi ile oynanan ve belirli kuralları olan oyunlardır. Kurallı oyunların içeriği ve sıralı bir şekilde yapılması gereken davranışları vardır. Bu tür oyunlar bir iki basit kuralı olan oyunlar olabileceği gibi kesin ve sistematik kuralları olan karmaşık oyunlar da olabilir. Oyun süresince oyunun kuralları ihlal edilirse oyuncu oyundan elenir veya sırasını kaybeder. Kurallı oyunlarda oyunun esas amacı kuralları bozmamaktır. Oyunu eğlenceli ve heyecanlı kılan da kurallara uymak veya uymamaktır (Mihaylenko, Korotkova, 1990).

Hayali oyunlar ise, çocuğun hayal gücü ile oynanan oyunlardır. Hayali oyunlar, "mış" gibi yapılan oyunlardır. Yani herhangi bir nesne veya olguya, başka bir nesne veya olgu gibi davranılmasıdır. Hayali oyunlar özellikle küçük yaştaki (okul öncesi) çocukların en sık oynadıkları oyun türüdür. Hayali oyunlar çocukların hayal güçleri ile zenginleşir. Oyun terapisinde yukarıda değinilen tüm oyun türlerinden yararlanılmakla birlikte en çok kullanılan oyunlar hayali oyunlardır (Vygotski, 1966., Singer, 1973., Elkolin, 1978.,Komarova, 1992., Sevinç, 2004., Kasatkina, 2010.)

Oyunun Terapötik Gücü

Kendini ifade etme: Çocuklar belli yaşlarda duygu ve düşüncelerini ifade etme konusunda yetersizdirler. Gelişimsel sınırlılıklar, kelime dağarcıklarının yetersiz olması, soyut düşünme becerilerindeki sınırlılıklar, çocukların iletişim becerilerini kısıtlamaktadır. Bu açıdan bakıldığında oyun, çocuklar için düşünce ve duygularını "dışa vurmayı" kolaylaştıran en etkin araçtır.

Bilinçdışına erişim: Çocuklar, oyuncaklar, oyunlar ve diğer malzemeler aracılığıyla, bilinçdışı arzu ve dürtülerini bilinç düzeyine getirebilmektedirler. Yansıtma, yer değiştirme ve sembolizasyon savunma mekanizmaları ile bilinçdışı malzemeleri eyleme dönüştürebilirler.

Doğrudan ve dolaylı öğrenim: Çocuklar, yeni bilgi ve becerileri oyun yolu ile daha kolay öğrenebilmektedirler. Ayrıca psikolojik ve davranım bozuklukları olan çocuklar, oyun yolu ile tedavi edildiğinde baskı ve kaygı yaşamadan probleminin üstesinden gelebilmektedirler.

Duygusal boşalma: Çocuklar, herhangi bir sebepten dolayı içe atılan "gerilim kalıntılarını", oyun yolu ile daha kolay dışa vurabilirler. Çocuklar stres ve travma yaşatan yaşam deneyimlerini oyun aracılığıyla yeniden canlandırarak, onlarla baş etmeyi öğrenebilirler.

Stres aşılama: Gelecekte olması beklenen stres verici olay ve yaşantılar oyun yolu ile canlandırılarak stres azaltılabilmektedir. Okula başlama, doktora veya dişçiye gitme, taşınma gibi çocuklar için kaygı uyandıracak yaşantılar oyun yolu ile "prova" edilerek, çocuğun yeni duruma uyumunu kolaylaştırılabilir.

Empati: Canlandırma veya evcilik oyunları sayesinde çocuklar farklı karakterlere bürünebilmektedirler. Çocuklar oyunda canlandırdıkları karakterleri sadece oynamakla kalmaz aynı zamanda olaylara onların bakış açısından bakmayı da öğrenirler. Böylece çocukların empati yetenekleri gelişebilir.

Yeterlilik ve özdenetim: Çocuklar gerçekte yapamayacakları, başaramayacakları ama hep arzuladıkları yetkinlikleri oyun yolu ile elde edebilirler. Bu şeklide çocukların saygınlıkları ve yeterlilik duyguları artabilir. Diğer çocuklar ile oynanan kurallı oyunlar sayesinde de çocuklar, dürtülerini kontrol edebilmeyi öğrenirler (Vygotski, 1966., Singer, 1973., Elkolin, 1978.,Komarova, 1992., Kasatkina, 2010.)

OYUN ANALİZİ

Çocuk demek oyun demek. Çocuk dünyasında vazgeçilmez yeri olan oyun, çocuğun yaşam biçimini oluşturur. Çocuğun oynadığı oyunu gözlemleyerek çocuk hakkında birçok önemli bilgiler almak mümkündür. Çocuğun oyun sırasındaki tutumu onun gelişiminin bir yansımasıdır. Çocuğun oynadığı oyunları ve bu oyunlardaki pozisyonunu inceleyerek, çocuğun geleceği hakkında da bir miktar

tahmin yürütmek mümkündür. Amerika ve Batı'da, Freud, Erikson, Piaget, Klein ve Vygotski, Leontev, Elkonin, Davydov gibi Rus uzmanlar, çocuk oyunlarını araştırmışlar ve birbirinden farklı sonuçlar ve görüşler ortaya koymuşlardır. Tüm bu uzmanların ortak görüşleri ise, oyunun çocuk yaşamı için önemidir. Oyunun çocuğun gelişiminde, öğrenmesinde ve sosyalleşmesinde önemi büyüktür. Bu anlamda çocuğun oyunu incelenmesi gereken önemli bir olgudur.

Oyunu incelemek ve oyunun analizini yapmak çocuk hakkında birçok bilgi vermekle birlikte aynı zamanda oyunu doğru değerlendirme konusunda da yarar sağlar. Rus uzmanlar, Komarova, (1992), Elkonin, (1999) ve Kalinina (2003) oyunu inceleyerek aşağıdaki bilgileri elde etmenin mümkün olduğunu ileri sürmüşlerdir.

- Çocuğun oyun etkinliklerinin gelişim düzeyine uygunluğunu bilimsel olarak değerlendirebilme,
- Çocuğun ihtiyacına göre oyun planı hazırlayabilme,
- Oyunun etkinliği ve kalitesini denetleyebilme,
- Çocuğun genel gelişimi, kişisel özellikleri, akademik düzeylerini belirleme.

Piaget (1951), çocuk oyunlarını;

1. İşlevsel Oyun
2. Yapı - İnşa Oyunları
3. Dramatik Oyunlar
4. Kurallı Oyunlar olmak üzere 4 aşamadan geliştiğini ileri sürmüştür (Sevinç 2004).

Elkonin (1936), okulöncesi çocukların oyun etkinliklerini inceleyerek, çocukta oyun sürecinin bazı aşamalardan geçerek geliştiğini ileri sürmüştür. Bu aşamalar şunlardır;

1. Duyusal-Motor Dönemi Oyunları
2. Dramatik Oyunlar
3. Canlandırma-Rol Yapma Oyunları (Evcilik)
4. Kurallı Oyunlar

Bebeklik döneminde çocuklar oyuncakları (nesneleri) incelemeye başlarlar. Eline geçen bir oyuncağı (nesneyi), eline alarak, ağzına alarak, yere atarak tanımaya çalışır. Oyuncağın çıkarttığı sesler, dokunduğundaki hisler veya ağızda bıraktığı tatlar çocuk için birer pekiştireç niteliğindedir. Bu dönemde tekrarlanan hareketler ön plandadır. Çocuk aynı sesleri çıkarıp aynı hareketi (örneğin, elindeki

oyuncağı yere vurma hareketi) tekrar tekrar yapabilir. Bu tür oyunlarda çocukların fiziksel gelişimi, dil gelişimi, el göz koordinasyonu gibi özellikleri gelişir. Aynı zamanda çocuk bu oyunları oynayarak dünyayı tanımaya ve uyum sağlamaya çalışır (Vygotski, 1966., Elkolin, 1978.,Komarova, 1992.)

Yapı-İnşa oyunlarında ilk planlamalar başlar. Oyuncaklar artık rastgele atılmaz. Oyunun bir amacı vardır. Legolar, küpler, bloklar nesneler çocuğun oyununda daha fazla yer tutmaya başlar ve bu nesnelerden kuleler yapılır. Çocuk bu dönemde nesneler arası bağlar kurmaya, hareketlerini kontrol etmeye ve planlamaya başlar. Önceleri rastgele yapılan çalışmalar daha sonraları, çocuğun zihninde geliştirdiği kavramları bu oyunla somut olarak ortaya koymasıyla gelişir.

Dramatik oyunlarda çocuklar hayatı "kopyalamaya" başlarlar. Çocukların oyunlarının içeriğini günlük hayattan kesitler oluşturmaya başlar. Bundan önceki dönemde tek başına oynayan çocuk artık başka çocuklar ile oynamayı daha zevkli bulur. "Mış" gibi oyunlarda "mış" gibi eşyalar çoğalır. Hayali oyunlarda çocuk farklı rollere bürünür. Okul öncesi dönemi çocuklarının en çok oynadıkları oyundur dramatik oyunlar.

Kurallı oyunlar daha çok somut işlemler dönemi olan ilköğretim yıllarında görülür. En az iki kişi ile oynanan ve belirli bir kuralları olan oyunlardır. Kurallı oyunların içeriği ve sıralı bir şekilde yapılması gereken davranışları vardır. Bu tür oyunlar bir iki basit kuralı olan oyunlar olabileceği gibi kesin ve sistematik bir kuralları olan karmaşık oyunlar da olabilir. Oyun süresince oyunun kuralları ihlal edilirse oyuncu oyundan elenir veya sırasını kaybeder. Kurallı oyunlarda oyunun esas amacı kuralları bozmamaktır. Oyunu eğlenceli ve heyecanlı kılan da kurallara uymak veya uymamaktır ((Vygotski, 1966., Elkolin, 1978., Mihaylenko, Korotkova, 1990., Komarova, 1992.)

Literatür incelendiğinde oyun aktivitelerini değerlendiren birçok çalışmaya ulaşmak mümkündür. Aşağıda İvankova, Griniavichene, Komarova, Penevoi ve Saar gibi uzmanların çalışmalarından yararlanarak okul öncesi dönem (3–7 Yaş) çocuklarının oyunlarının değerlendirme kriterleri oluşturulmuştur.

Çocuğun Oyun Düzeyini Belirleme (3–7 Yaş)

Çocuk oyununu analiz etmenin en etkili yolu çocuğu oynadığı sırada gözlemlemektir. Özellikle farklı zamanlarda farklı çocuk gruplarıyla oynadığını gözlemlemek çok daha etkilidir. Ama bazı zamanlarda çocuğu doğal ortamında gözlemlemek mümkün olmayabilir. Böyle durumlarda çocuğa sistematik gözlem tekniği uygulanır. Bunun için çocuk oyun odasına alınarak, belli oyunlar oynayarak bazı yönergeler verilir. Aşağıda gözlem yapılamadığı durumlarda uygulana-

cak oyun tekniklerine ve çocuk ile görüşme sırasında sorulması gereken sorulara yer verilmiştir. Çocuğa soruları sorarken, kâğıda bakmadan sormak için uzmanın aşağıdaki soruları ezberlemesi önerilir. Sorular çocuğa bireysel olarak sorulmalı ve etrafta görüşmeyi etkileyecek uyarıcıların (anne-baba, televizyon, başka çocuklar vs.) olmamasına dikkat edilmelidir.

Sorular

1. Oyun oynamayı sever misin? En çok nerede oynamak istersin? Neden?
2. Ne tür oyunlar oynarsın? En çok sevdiğin oyun nedir? Neden? Eğer imkânın olsaydı en çok hangi oyunu oynamak isterdin?
3. Oyun oynarken neler yaparsın? Oyun oynarken en çok ne yapmayı seversin? Oyun oynarken ne yapmak isterdin?
4. Oyunda en çok ne veya kim olmak istersin? En çok kim olmak isterdin?
5. Hangi oyuncakların var? En çok sevdiğin oyuncağın hangisi? Neden? Onunla nasıl oynuyorsun? Hangi oyunda onunla oynuyorsun? Başka hangi oyuncağının olmasını isterdin? Neden?

Yukarıdaki çocuk ile ilgili sorular çocuğun anne babasına da eğer imkân varsa çocuğun öğretmenine de sorulmalıdır.

Çocuk Değerlendirme Oyunları

Çocuk oyun odasına alındıktan sonra çocukla bazı oyunlar oynanır. Bu oyunlar, çocuğun bazı özelliklerini değerlendiren oyunlar olup uzman önceden hazırlanmalıdır. Aşağıdaki oyunlar sırasıyla oynanır. Uzman, oyun sırasında hem oyunu yönlendirmeli hem gereken verileri not almalıdır. Yalnız not alınırken çocuğun oyununu bozmamaya çalışılmalıdır. Eğer çocuk gözlemlendiğini fark ederse doğal davranmayabilir.

Çocuğun Oyunda Rol Üstlenme Düzeyini Belirlemek

Materyaller

"Kreşte", "Aile", "Hastanede" oyunları için gerekli olan çeşitli oyuncaklar gerekmektedir. Aile seti, hastane oyuncakları, okul oyuncakları vs. Oyunlar sırasıyla oynanacağı için oyun sırasında sadece oynanan oyunun malzemeleri olmasına dikkat edilmelidir.

Uygulama

Çocuk uygun ortama alındıktan sonra, çocuk ile 3 farklı bölümden oluşan deneysel oyun oynanır.

1. Bölüm

Oyunlar: "Tek başına" oynama, "yetişkin" ile oynama ve "akran grubuyla" oynama. Bu oyunlar birbiri ile ilişkili durumlardan oluşmaktadır.

Durum 1: Uzman, çocuklara "Kreşte" (anaokulunda) oyunu oynamayı önerir. Oyunda herkes kendi rolündedir. Uzman öğretmen, çocuklar ise çocuk rolündeler. Uzman oyunun yönetimini çocuklara verir. Oyunda neler olacağına çocuk(lar) karar verir. Gerektiğinde , "Ne yapılmalı?" diyerek çocuklara ipucu vermeye çalışır.

Durum 2: İlk oyun bittikten sonra uzman oyunu tekrar oynatır. Ama bu sefer uzman "çocuk" olur, çocuk ise "öğretmen" olur. Oyun "öğretmen" olan çocuğun kontrolündedir.

Durum 3: Bu sefer uzman yine "öğretmen" olur. Çocuklar ise bir arkadaşının rolünü oynar. Kimin kimi oynayacağını uzman söyleyebileceği gibi çocuklar kendileri de seçebilir.

2. Bölüm

Bu bölümde çocukların oyun sırasındaki "etkinliğine" bakılacaktır. Oyunun konusu çocukların iyi bildikleri gündelik yaşamdan parçalar olmalıdır. "Hastanede", "Aile" ve "Okulda" oyunları oynanabilir. Oyunda uzman bilerek bazı şeyleri "ters" yaparak çocukların tepkisini kontrol eder. Oyundaki görevlerin ne kadar üstlenildiğine bakılır. Uzman oyun sırasında oyun görevlerini "ters" yapar. Örneğin; önce diş fırçalar sonra yemek yer veya yemekten önce dondurma yer vs.

3. Bölüm

Bu bölümde uzman tarafından oyunun içeriği değiştirilmeye çalışılır. Çocuklara birbirinden zıt olan görevler verilerek onların tepkilerine bakılır. 2 farklı durum oynanabilir.

Durum 1: Uzman, çocuklara "Tren" oyunu oynatır. Çocuklardan biri bilet satıcısı, biri tren sürücüsü, biri polis vs. olur. Çocuklar rollerini üstlendikten sonra yapacakları görevler değişir. Örneğin, polis bilet satar, sürücü polis olur, bilet satıcısı sürücü. Böylelikle çocukların beklenmedik role ne kadar uyum sağlayabildikleri gözlemlenir.

Durum 2: Yakalamaca oyunu oynanacağı söylenir. Oyunlar "Tilki ve tavşan", "Kedi ve fare". Çocuklara roller verilir. Çocuklar rollerini üstlendikten sonra oyun tersine döndürülür. Yani tavşan tilkiyi, fare kediyi yakalamaya çalışır.

Yorum

1. Bölümde çocuğun oyun yönetimi, oyundaki rol üstlenmesi ve rol tercihlerine dikkat edilir. Çocuğun oyun sırasındaki yetişkin ile olan iletişiminde en çok neyi vurguladığına, yaşıtları ile olan iletişiminde nelere dikkat ettiğine bakılır. Çocuğun oyun yönetimi, yetişkin ve akran algısı, sosyal beklentilere bakış açısı gibi özellikleri hakkında bilgi alınır.
2. Bölümde, oyun içindeki düzen ve davranışsal mantığın çocuk tarafından nasıl algılandığına bakılır. Alışılmış davranış "akışının" dışına çıkma, sosyal davranış ihlali gibi durumlardaki çocuğun tepkisine bakılır. Çocuğun iç kontrolü, oyun yönetimi ve çatışma çözme becerisi de bu bölümde gözlemlenir.

Birinci ve ikinci bölümde çocuğun oyun gelişimi belirlenir. Çocuğun "Hayali Oyun" gelişimi düzeyi belirlenir. Üçüncü bölümde ise çocuğun üstlendiği rol ile olan "bütünleşme" düzeyi, rol değişimindeki uyum hızı, uyum becerisi ve gerçek davranışlardaki (oyun olmayan, gündelik hayattaki) mantığı anlama becerisi belirlenir (Romanova, 1982., İvankova, 2002., Kalinina, 2003.)

Çocuğun Oyun Gelişimi Tablosu

Bileşenler	2-3 Yaş	3-4 Yaş	4-5 Yaş	5-7 Yaş
Oyun fikri	Çocuğun oyuna başlaması rastlantısaldır. Ön hazırlık söz konusu değildir. Ne oynanacağı duruma göre değişkendir. İlgi çeken oyuncak (veya herhangi bir nesne) oyun başlatıcı olabilir. Diğer çocuklar oyun tetikleyici rolündedirler. Belirlenmiş bir amaç yoktur. Amaç oyun akışı sırasında oluşur (bebeği doyurmak, köpeği gezdirmek). Bu dönemde amaçlı oyunlar sadece "inşaat" oyunlarında olur (Legoları üst üste dizmek). Daha sonra herhangi bir oyuncak ile oynanan oyunlarda amaç oluşmaya başlar. 3 yaşın sonlarına doğru çocuklarda "oyuna hazırlık yapma" davranışı başlar. Bu dönemde oyun içeriği (konusu) grup dinamiği ile oluşur.	Çocuklar kendileri bireysel olarak oyun amaçları belirlemeye başlarlar. Çocuğun oluşturduğu oyun görevleri diğer çocuklara yöneliktir. Bu dönemde oyuna uyum sık sık sekteye uğrar. Çocuklar kendi aralarında oyunu "yürütme" konusunda çatışma yaşarlar. Bu dönemde yetişkinin oyuna sözel müdahalesi sık ve gereklidir.	Bu dönemde oyun önceden planlanır. Farklı fikirler arasında çatışmalar yaşanabilir. ("Ben şoför olacağım", "hayır ben olacağım" vs.) Oyunun konusunun ne olacağı önceki oyundaki çocuğun performansına bağlıdır. Baskın karakterli çocuklar çoğunlukla oyunun konusunu belirlerler.	Çocuklar, ne oynayacakları konusunda birlikte fikir yürütürler. Birbirlerinin isteklerini önemserler ve ortak bir karara varmaya çalışırlar. Oyun fikri nettir. Ne oynanacağı bellidir ama yeniliklere açık ve duruma göre geliştirilebilir durumdadır. Bu dönemde oyunların içeriği zengindir. Oyun becerisi gelişmiş ve oyun planlıdır. Çocuklar oyun başlamadan önce birlikte plan kurmuşlardır. Ama oyunun gidişatına göre plan değişebilir ve yenilikler eklenebilir.
Oyunun içeriği	Bu dönemde oyunun içeriği bir oyuncağa (nesneye) göredir. Oyunu belirleyen oyuncaktır. 3 yaş dönemi çocukları bir nesneye hükmedebileceklerini öğrenirler. Ve bu dönemdeki oyunları da nesneyle "uğraşmak"tan ibarettir. Oyuncak aracılığıyla başkalarıyla etkileşim kurarlar.	Bu dönemde canlandırma-yansıtma oyunlarından (oyuncak arabayı gerçek olduğunu hayal ederek oynama) rol yapma oyununa doğru geçiş başlar. Çocuklar sadece oyuncaklarla oynamakla kalmaz insan ilişkilerini de oyunlarında canlandırmaya başlarlar (öğretmencilik, evcilik vs.)	Bu dönemde oyunun konusu daha çok günlük hayatla ilgilidir. Çocuklar yetişkinlerin yaptıklarını oyunlaştırmaya başlarlar. Oyuncak veya diğer oyun materyalleri, bu dönemde ön planda değildir.	Oyun içeriği gündelik hayatın her alanından konulardır. İçerik oldukça zengindir. Yetişkin dünyası oyun konusunun temelini oluşturur.
Oyunun kurgusu	Oyunun kurgusu günlük ev hayatı ile ilgilidir. Yemek yemek, uyumak, diş fırçalamak vs. gibi. Oyunun kurgusu kısıtlı ve değişken değildir. 3 yaş civarındaki çocukların oyunlarında bilindik (günlük) olaylar yer alır ve aynı hareketler çok kez tekrarlanır.	Oyun konusu daha çok gündelik hayat ile ilgilidir. Çok bilinen masallar da yavaş yavaş oyunda yerini almaya başlar.	Oyun kurgusu dağınık ve çeşitlidir. Gündelik hayat ile masal karışımı hikâyeler oyunu zenginleştirir.	Bu dönemde oyunun kurgusu çocukların ortak kararıdır. Çocuklar işbirliği ile oyunun konusunu belirlerler ve oyun sürecince geliştirmeye devam ederler. Ne oynadıklarının farkındadırlar ve oynadıkları konuyu daha da derinleştirmek için ellerinden geleni yaparlar. Masallar, hikâyeler, filmler, çizgilimler, toplumsal olaylar oyun kurgusunun temelini oluşturur.

Bileşenler	2-3 Yaş	3-4 Yaş	4-5 Yaş	5-7 Yaş
Oyundaki görevini yerine getirme ve etkileşim durumu	3 yaş sonlarına doğru bazı çocuklar üstlendiği rolü dile getirmeye başlarlar (ben kediyim, ben anneyim). "Mış" gibi yapabilmek evcilik oyunu için önemlidir. Çocuklar bu yaş aralığında oyuncakları ile "konuşmaya" başlarlar. Bu daha sonraki dönemlerde akranları ile evcilik oynayabilmesi için alt yapı niteliğini taşır. Önce oyuncak ile oynayan çocuk belli bir süre sonra tek akranıyla oynamaya başlar. Daha sonra grupla.	Bu dönemde çocuklar rol üstlenirler. Ama hala hangi rolü oynadıklarını dile getirme tam olarak gelişmemiştir. Çocuklar bu yaşlarda rol yapma oyunlarını çok severek oynarlar ve üstlendikleri rolün duygu yansımasını da göstermeye başlarlar. Bu dönemdeki rol görevleri parça parçadır. Yani üstlendiği rolün eylemlerinin bir mantıksal sıralaması yoktur. Buna paralel olarak rolün konuşmasında da bir diyalog söz konusu değildir. Kısa replikler halinde konuşmalar kullanılır. Bu dönemdeki çocuklar akran gruplarıyla oynamaktan büyük keyif alırlar. İlk başlarda bu "birliktelik" kısa sürebilir. Zamanla birlikte oynama süresi uzar.	Bu dönemde çocuklar üstlendikleri rolün özelliklerini oldukça başarılı bir şekilde yansıtırlar. Role uygun mimikler, jestler, ses tonlaması yapmaya çalışırlar. Oyun sırasında konuşmalar artmıştır. Bu konuşmalar üstlendiği rolün "ağzındandır". Oyun arkadaşının "rolü" ile konuşmalar bir diyalog halini almaya başlar ve konuşmaların süresi de uzamıştır. Bu dönemdeki çoğu çocuk çatışmadan birlikte oynayabilecek karakterdeki çocukları tercih ederler.	Bu dönemde üstlendiği rolün özelliklerini çok iyi yansıtırlar. Rolün görevi oldukça fazla ve çeşitlidir. Çocuk rolün yapması gereken davranışları başarılı bir şekilde yapar ve bu davranışlar birbirleri ile bir mantık çerçevesinde bağlıdırlar. Görevler aynı zamanda çeşitlidirler. Bu dönemde konuşma, oyunun en önemli aracıdır. Rol diyalogları oldukça uzun ve amaçlıdır. Aynı oyunda 7–10 farklı rol alabilirler.
Oyundaki eşyalar (oyuncaklar) ve oyun eylemleri	3 yaşın sonlarına doğru çocuklar "mış" gibi oyunları oynamaya başlıyorlar. Ama "mış" gibi yapmayı kendileri değil yetişkinin yönlendirmesiyle yaparlar. Oyunlarında belli başlı eşyaları "mış" gibi kullanmaya başlarlar. Ve bunu yaparlarken de diğerlerine anlatmaya çalışırlar (köpeği besliyorum, araba sürüyorum). Olmayan (hayali) eşyalarla oynamanın başlangıcı bu yaşlarda başlar. Bazı eşyalar başka eşyaların yerini almaya başlar (vekil eşyalar). Örneğin, koltuk araba, uçak vs. olabilir. Bu yaşlarda çocuklar oyun oynarlarken hepsi aynı veya benzer hareketler yaparlar. Zamanla oyunda ortaklaşma başlar. Yani çocuklar beraber oynamayı öğrenmeye başlarlar. 3 yaş sonlarına doğru ise çocuklar grup halinde oynamaktan hoşlanmaya başlarlar.	Bu dönemde gündelik hayat çocukların oyun konusunun en başında gelir. Yaşadıklarını oyunda yeniden canlandırarak pekiştirmeye çalışırlar. Oyunlarında vekil oyuncakların sayısı gittikçe artmaya başlar. 4 yaşın ortalarına doğru çocuklar oyuncaklarının farklı yönlerini keşfetmeye, oyuncaklarından yeni oyunlar üretmeye başlarlar. Oyun aletlerini (oyuncak, herhangi bir nesne) seçmede daha seçici olmaya başlarlar. Kısıtlı konulu oyuncaklar (örneğin kumandalı araba) artık onlara sıkıcı gelmeye başlar. Hayal güçlerini kullanarak yeni yeni "oyuncaklar" (atıklardan olabilir) bulmaya başlarlar.	Bu dönemde çocuklar vekil eşya (mış gibi yapılan oyuncaklar) bulma konusunda yetişkinden yardım almadan kendileri bulurlar. Bir eşyayı "başka bir şeymiş" gibi yapmakta oldukça ustalaşmışlardır. Oyun aletleri (oyuncak veya herhangi bir nesne) ile oynama becerileri oldukça gelişmiştir.	Bu dönemde oyunlarda oldukça fazla konuşma vardır. Aynı şekilde oyundaki oyuncak (eşya) sayısı da oldukça fazladır. Çocuklar her türlü eşyadan kendilerine "oyuncak" yapabilirler. Hazır oyuncaklar veya eşyalar dışında bu dönem çocukları kendi yaptığı (el işi) oyuncaklarıyla da oynarlar.

Bileşenler	2-3 Yaş	3-4 Yaş	4-5 Yaş	5-7 Yaş
Oyun kuralları	Kural yoktur. Yapılan eylem ön plandadır. Yani çocuk yaptığı hareketten zevk alıyorsa kural odur.	Bu dönemde kural oyunda yanlış hareket yapmamaktır. Yani çocuklar oynadıkları oyun gereği yapması gereken eylemlerin sıralamasına önem veriler. (örneğin, ayakkabı giydikten sonra çorap giyemezsin. Önce çorap giymelisin vs.)	Bu dönemde kural diğer çocuğun rolünü iyi yapıp yapmadığıdır. "Sen şoförsün, şoförler öyle yapmaz, sen kedisin kediler havlamaz vs.)	Bu dönem çocukları kuralın beraber oynamak için gerekli olduğunu bilirler. Beraber oyun oynanacaksa kural gereklidir.

Hayali Oyunu Gözlemleme

Çocuğun oyun sırasındaki tutumunu belirlemenin en iyi ve etkili yolu gözlemdir. Uzman çocuğun oyununu gözlemlerken oyuna müdahale etmeden, çocuğun oyun alanını işgal etmeden, çocuğa gözlemlendiği hissi yaşatmadan gerekli notları almalıdır. Eğer, çocuk oyun sırasında uzman tarafından merak edilen davranışta bulunmadıysa, uzman oyunu bozmayacak şekilde "ustalıkla" oyunu kendi istediği yöne çevirebilmelidir.

Çocuğu yakından tanıyan yetişkinlerle görüşmeler yaparak çocuğun oyun oynama tutumu hakkında sorular sorulabilir. Çocuğun öğretmeni, anne-babası çocuğun oyun tutumu hakkında birtakım bilgilere sahiptirler.

Komarova (1992), oyunu çocuk eğitiminde veya tedavisinde kullanmak için öncelikle oyunu tanımak gerektiğinden bahsetmiştir ve çocuk oyunlarını farklı açıdan değerlendirerek belirli standartlaştırılmış göstergeler geliştirmiştir. Bu değerlendirme sayesinde çocuğu daha yakından tanıma ve çocuğa gereken desteği doğru verme imkânı oluşmaktadır. Bu metot oyun terapistlerinin işini kolaylaştıracağı gibi, eğitimciler için de çocuğu tanıma aracı olarak kullanılabilir. Aşağıda Rus uzman Komarova tarafından geliştirilmiş oyun analizi tekniği verilmiştir.

Bu teknik çocukların "hayali oyun" (evcilik) dönemindeki oynama düzeylerine bakarak onların gelişim düzeylerini belirlemek için kullanılır. Değerlendirme sonucunda çocuğun oynama düzeyi üç farklı grupta değerlendirilir. Bunlar; üst düzey, orta düzey ve alt düzey oynama becerileridir. Bu düzeylere bakarak çocuğun hangi düzeyde olduğu belirlenir ve gerekirse çocuğa destek amaçlı bireysel oyun etkinlikleri yapılır (Romanova, 1982., İvankova, 2002., Kalinina, 2003.)

Çocuk Oyunları Analizi Göstergeleri

Bu gösterge hazırlanırken, İvankova, Griniavichene, Komarova, Penevoi ve Saar gibi uzmanların daha önce yaptıkları çalışmalarından yararlanılmıştır. Oyun

analizinin daha anlaşılır ve kapsamlı olması için göstergeler 4 farklı gruba ayrılmıştır. Her bir grup, çocuğun farklı yönünü değerlendirmek amaçlıdır. Bu gruplar aşağıdaki gibidir:

I. Oyunun konusu

II. Çocuğun oynama becerisi

III. Oyundaki etkileşim düzeyi

IV. Çocuğun oyundaki bağımsızlık (özgüven) düzeyi

Aşağıda bu göstergelerle ilgili gözlem listesi verilmiştir. Uzman çocuğu gözlemleyerek listedeki her durumu artı (+), eksi (–) ve artı-eksi (+/–) olarak işaretler. Artı işareti çocuğun bağımsız olarak oynayabilme düzeyini belirler. Eksi işareti ise çocuğun bağımsız olarak oynama becerisinin yetersiz olduğu anlamına gelir. Artı-eksi ise çocuğun bağımsız oynayabilmesi için biraz yetişkinin yardımına ihtiyaç duyduğu anlamına gelir. Artı ne kadar çok ise çocuğun oyun oynama düzeyi daha ileridedir. Bunun aksine eksi ne kadar çok ise çocuğun oyun oynama düzeyi yetersizdir.

I. Oyunun Konusu

Oyunun içeriğini değerlendirmek için uzmanın aşağıdaki sorulara cevap araması gerekmektedir.

Hangi oyunu oynama fikri nasıl ortaya çıktı?

(–) Oyun içeriği yetişkin tarafından belirlendi

(+) Oyun içeriğini çocuk kendisi belirledi

Oyun konusunu belirlemek için çocuğun oyunları belli bir süre izlenmelidir. Mümkünse farklı ortamlarda ve farklı çocuk grupları ile oyunlar gözlenmelidir. Ayrıca öğretmen ve anne-babadan da yardım alınmalıdır. Çocuk tek tip oyun oynamayı mı seviyor, yoksa çocuğun oyun konusu değişken mi? Her gün rutin olarak oynadığı oyun var mı?

Bazı çocuklar oyuna başlamada veya oyuna katılmada sorun yaşayabilirler. Çocuğun oyun oynadığı sıradaki bağımsızlığını (oynama becerisi), onu oyun sırasında gözlemleyerek değerlendirmek mümkündür. Eğer gerekirse, çocuğu oynamaya teşvik ederek gözlem yapılmalıdır. Uzman, çocuğa oyun sırasında görevler vererek çocuğun oynama becerisini test edebilir. Çocuğu oyuna teşvik etmek için dolaylı yol izlemek daha doğru olacaktır. Yani çocuğa direk, "Sen neden oynamıyorsun?" demek yerine "Sanki köpek acıkmış gibi duruyor. Onu beslemeye ne dersin?" denebilir. Eğer çocuk hâlâ oyuna "girmemişse" uzman ikinci kez onu teşvik

etmeye çalışır. "Sanki köpek sıkılmış gibi onu gezdirmeye ne dersin?" Eğer çocuk ikinci defa da oyuna "girmemişse" o zaman dolaylı yoldan değil doğrudan yönerge verilir. Örneğin; "Şu köpeği besler misin?" veya "Şu köpeği gezdirir misin?" gibi.

1. Oyun içindeki çeşitlilik

Bu sorunun cevabını daha iyi bilmek için aynı çocuğun oyunu en az 2 kere gözlemlenmelidir.

- Çocukların oynadıkları oyun tek bir konu üzerinde olabileceği gibi "oyun içinde oyun" da olabilir. Mesela "öğretmencilik" ile "ava gitme" oyunu iç içe olabilir.

(+) Oyun içeriği zengin

(–) Oyun içeriği yüzeysel. Hep aynı oyun tekrar tekrar oynanıyor

2. Oyunda çocuk kaç farklı rol üstleniyor?

- Evcilik oyunlarında çocuklar üstlendikleri rolü oynarlar. Çocuk üstlendiği rolü ne kadar "oynayabiliyor"? Örneğin; anne rolünü oynayan kız çocuğu bebeğini, uyutmalı, beslemeli, gezdirmeli vs. Eline aldığı kuklayı sadece sallaması "yetersiz" olarak kabul edilir. Bazı oyunlarda aynı çocuk farklı rolleri üstlenebilir. Örneğin; aynı çocuk hem şoför, hem polis veya avcı olabilir.

Oyundaki çocuğun görevleri rakamlar ile gösterilir. Çocuğun oyundaki her bir farklı görevi hesaplanır. Oyunda tekrarlanan her aynı görev ayrı ayrı sayılmaz. Örneğin; çocuk oyun süresince 3 kere bulaşıkları yıkamış olsa da 1 görev olarak kabul edilir.

3. Oyundaki görev çeşitliliği

- • Oyunun içinde oyuncuların yerine getirdikleri görev çeşitliliğine bakılır. Oyuncunun yerine getirdiği görev sayısı oyunun "kalitesini" gösterir. Örneğin; okul servisi şoförü sadece çocukları okula mı taşıyor yoksa arabasını tamir ediyor, yıkıyor mu?

(+) Oyundaki görevler zengin

(–) Oyundaki görevler tekdüze

4. Çocuğun oyundaki görevleri yerine getirebilme düzeyi

- Çocuk oyun sırasında ne kadar özgüvenli davranabiliyor? Oyundaki sorumluluklarını tek başına yerine getirebiliyor mu? Yoksa çekingen mi kalıyor? Eğer çocuk oynamakta "zorlanıyorsa", uzman onu teşvik edebilir. Örneğin; "Acaba köpek acıkmış mıdır?" "Bebeğin uykusu gelmiş midir?"

gibi yönlendirici sözler, çocuğa oynama cesareti verebilir. Bazı çocuklar oynama konusunda hevesli ve girişkenken bazıları ise çekingen olabilir.

(–) Oyundaki görevler çocuğa yetişkin tarafından verildi

(+) Yetişkin oyunda müdahalede bulunmadı

(–/+) Yetişkin dolaylı olarak çocuğa oyunda yapacakları konusunda küçük destekte bulundu.

(+) Çocuk yetişkinin desteğine ihtiyaç duymadı

(+) Çocuk oyunda bağımsızdı ve tüm görevlerini kendisi yaptı

(–) Çocuk tek başına oyun görevlerini yerine getiremiyor

Buraya kadar oyun içeriği hakkında değerlendirme yapılmıştır. Yukarıdaki soruların cevabı oyun içeriğinin zenginliği ve çocuğun etkinlik düzeyi hakkında ipuçları verir.

II. Çocuğun Oynama Becerisi

Çocuğun oyundaki görevlerini yerine getirme konusundaki düzeyi, onun oynama becerisini gösterir. Aşağıdaki soruların cevabı çocuğun oynama becerisi hakkında ipuçları verir.

1. Oyundaki oyuncak kullanımının düzeyi nasıl?

- Çocuklar çok küçük yaşlarından itibaren oyuncaklar ile oynamayı öğrenirler. Elindeki oyuncağın "hakkını" vermek çocuğun oynama yeteneğinin bir göstergesidir. Çocuk oynadığı oyuncağı, amacına uygun bir şekilde ve tüm ayrıntılarını kullanarak oynayabileceği gibi çok yüzeysel de oynayabilir.

(+) Oyuncakları amaçlarına göre ve doğru oynuyor

(–) Oyuncak ile yüzeysel oynuyor

2. Oyunda "Varmış" Gibi Yapabilme Düzeyi

Çocuk oyunlarında oyun eylemleri "gerçek" veya "mış gibi yapma" olarak gruplanabilir. Var olan oyuncak ile oynamak ile "olmayan" oyuncak ile oynamak birbirinden farklıdır. "Al şu parayla bakkaldan ekmek al" diye çocuğa uzatılan boş eldeki "parayı" görebilen ve göremeyen çocuklar vardır. Bazı çocuklar "parayı" alır ve bakkaldan o "parayla" ekmek alır. Bazı çocuklar sadece bakabilir. Oyundaki "dönüşen eşya" (vekil oyuncak) sayısı da oyunun "derinliği" hakkında ipucu verir. Dönüşen eşya derken kastedilen ise bir eşyanın başka bir eşyaya dönüşebilmesidir.

Örneğin, kumun tuz, şeker, un olması veya ağaç yaprağının para, ağaç dalının at olması gibi. Vekil oyuncakların oyunda kullanılmaya başlanması çocuğun genel gelişimi için oldukça önemlidir. Uzman için vekil oyuncaklar ile oynayabilen çocukla çalışmak daha etkili ve daha kapsamlı olabilir. Çünkü vekil oyuncakları kullanabilme, çocuğun zekâsı ve olgunluğunun da bir göstergesi olabilir.

(+) "mış" gibi oynayabiliyor

(–) "mış" gibi oynayamıyor

(+/–) Yetişkin yönlendirince "mış" gibi oynuyor

3. Oyundaki Vekil Oyuncak Çeşitliliği

- Oyundaki vekil oyuncak sayısı ne kadar? Vekil oyuncağı oyuna kim kattı? Çocuklar kendileri katabilecekleri gibi bir yetişkin de müdahale etmiş olabilir.

(+) Oyunda vekil oyuncak yeterli düzeyde var

(–) Oyunda vekil oyuncak yok

4. Oyundaki Vekil Oyuncakların Kullanılma Düzeyi

- Vekil oyuncakları kim daha çok kullanıyor? Aynı çocuk kaç farklı vekil oyuncağı kullanabiliyor?

(+) Oyunda vekil oyuncakları iyi ve yeterli kullanıyor

(–) Oyunda vekil oyuncaklar ile oynayamıyor

5. Çocuk Oyunda Rol Alabiliyor mu?

Olumlu bir şekilde desteklenen çocuklar üç yaş civarında rol yapma oyunlarına başlayabilirler. "Mış" gibi yapabilme becerisi çocuğun "evcilik" oynama dönemine geçişine işarettir. Bir çocuğun bu döneme geçip geçmediği bazen anlaşılmayabilir. Örneğin, elinde direksiyon oyuncak ile oynayan bir çocuğun "şoför" rolünü ne kadar benimsediği önemli.

(+) Çocuk oyunda rol alıyor

(–) Oyunda rol alamıyor

6. Oyundaki Görev Çeşitliliği

Oyunun içinde oyuncuların yerine getirdikleri görev çeşitliliğine bakılır. Oyuncunun yerine getirdiği görev sayısı oyunun "kalitesini" gösterir. Örneğin; şoför olan çocuk sadece direksiyonu çevirip ileri geri gidiyorsa oynadığı oyunun yüzeysel olduğu söylenebilir. Eğer şoför olan çocuk direksiyon çevirmenin dışında

arabasını tamir etmek, yıkamak gibi "görevleri" de yerine getiriyorsa çocuk oynamada daha başarılıdır.

(+) Oyun içinde çocuğun görevi çeşitli

(–) Oyun içinde çocuğun görevi yetersiz

7. Çocuğun Üstlendiği Rolü İfade Etme Biçimi

- Çocuklar oyunda üstlendiği rolü ifade ederlerken farklı tutumlar sergilerler. Oynadığı roldeki kahramanın genel tutumu nasıl? Mimikleri, jestleri, konuşması nasıl? Örneğin; oyunda öğretmen olan çocuk nasıl bir "öğretmen" oldu? Hoşgörülü mü? Kızgın ve öfkeli mi? Güler yüzlü mü?

(+) Çocuğun oyundaki tutumu olumlu

(–) Çocuğun oyundaki tutumu olumsuz

8. Oyundaki Çocuğun Konuşması

- Oyun sırasında çocuk üstlendiği rolü hiç konuşmadan da oynayabileceği gibi, üstlendiği kahramanın ağzından konuşarak da oyunu zenginleştirebilir. Örneğin; tezgâhtar olan bir çocuk hiç sesini çıkarmayan bir tezgâhtar olarak da o rolü oynayabilir. Başka bir çocuk ise tezgâhtar rolünü oynarken "malını" satmak için bir tezgâhtar gibi bağırabilir.

(+) Çocuk oyunda üstlendiği rolün konuşmasını yeterince yapıyor

(–) Çocuk oyunda çok konuşmuyor

(+/–) Yetişkin yardımıyla konuşuyor

9. Oyundaki Konuşmaları Kim Yönetiyor?

- Oyun sırasında bazı çocuklar diyaloğu başlatamayabilirler. Çocukların bazıları ise sadece kendi üstlendiği rolün konuşmasını değil arkadaşının konuşmasını da yönlendirebilir. Örneğin; "şimdi sen böyle de, tamam mı?" gibi. Oyundaki konuşmaları başlatabilen, yönlendirebilen bir çocuk oyun oynamada daha başarılıdır.

(+) Çocuk

(+/–) Yetişkin yardım ediyor

(–) Çocuk katılmıyor

Yukarıdaki soruların cevabı çocuğun oyun sırasındaki girişkenliği, enerjisi, liderlik yönü, problem çözme yeteneği, olgunluğu hakkında ipuçları verir.

III. Oyun Sırasındaki Etkileşim Düzeyi

Çocuk oyun sırasında yapması gerekenleri kendisi tek başına yapabilir veya oyun arkadaşları ya da yetişkin biri ile yapar. Oyun sırasında çocuklar, oyun arkadaşları, oyuncakları veya yetişkinler ile etkileşim halindedirler. Çocuğun etkileşim düzeyini belirlemek için uzmanın aşağıdaki sorulara cevap araması gerekmektedir.

1. Oyun sırasında çocuk diğerleri ile etkileşime giriyor mu?

- Uzman, gözlemlediği oyunun içindeki etkileşime dikkat etmelidir. Oyun sırasında bir etkileşim var mı? Çocuklar beraber mi oynuyorlar yoksa herkes kendi halinde mi (paralel oyun)? Etkileşim varsa, diğer çocuklarla mı, oyuncaklarla mı yoksa yetişkinle mi?
- Çocuk kiminle daha çok etkileşim halinde? Kim kimi yönlendiriyor? Oyunda kimin ne yapması gerektiğine kim karar veriyor? Çocuk mu, yetişkin mi?
- Oyun sırasında gerektiğinde diğer çocuklara yönerge verebilen, gerektiğinde de arkadaşlarının verdiği yönergeleri kabul edip ona göre davranabilen bir çocuk oyunda en başarılı çocuktur. Bazı çocuklar oyun sırasında hep başkalarını yönlendirmek ister. Ama kendisi başkalarının isteklerini yapmak istemez. Bazı çocuklar ise hiçbir talepte bulunmaz, sadece başka çocuğun yönergesine uyar. Bu da oyunda çatışma çıkmasına sebep olur.
- Oyun sırasındaki etkileşimin süresi ne kadar? Kısa mı sürüyor yoksa uzun süre devam ediyor mu?

(+) Çocuk oyun sırasında kendi isteği veya yetişkinin isteği ile yetişkin ile iletişim halinde

(+) Çocuk akranları ile olumlu iletişim halinde

(–) Çocuk yetişkin ile iletişim kurmuyor

(–) Çocuk akranlarıyla iletişim kurmuyor

IV. Çocuğun Oyundaki Bağımsızlık (Özgüven) Düzeyi

Çocuğun oyun içerisindeki "oynayabilme" becerisi çocuğun gelişimi için önemli bir göstergedir. Olgun çocuklar tek başlarına oynayabildikleri gibi diğer çocuklarla da uyum içinde oynayabilirler. Bu tip çocuklar oyunu başlatabilen, oyunu yönetebilen çocuklardır. Ama bunu yaparken de diğer çocuklar üzerinde baskı uygulamazlar. Çocuğun bağımsızlık düzeyini belirlemek için, yukarıdaki diğer aşamalardaki çocuğun durumunun geneline bakılır. Her aşamadaki çocuğun

olumlu tutumları, onun bağımsızlığının göstergesidir. Oyunun başlaması, oyunun devam etmesi, oyunun sonlanması sırasındaki çocuğun genel olumlu tutumları önemlidir.

(+) Kendi oyununu kuruyor ve yetişkine yönergeler veriyor

(+) Çocuk oyun sırasında arkadaşlarına yönergeler veriyor

(+) Çocuk yetişkinin yönergelerine uyuyor

(+) Çocuk akranlarının yönergelerine uyuyor

(-) Çocuk oyun kurmakta pasif

(-) Çocuk oyun kurallarına uymuyor

(-) Çocuk yetişkini dinlemiyor

(-) Çocuk arkadaşları ile çatışma halinde

Hayali Oyunların Gelişim Düzeyleri

Bilindiği gibi çocuğun yaşı ile paralel olarak çocuğun oyununun içeriği de gelişir. Çocuklar büyürken oynadıkları oyunlar da basit oyunlardan kurallı oyunlara doğru ilerler. Oyun kavramını araştıran uzmanlar, Hayali Oyunun (Evcilik) gelişim sürecinin üç aşamadan geçtiğini ileri sürmüşlerdir. Bunlar; 1)Hayali oyuna hazırlık dönemi, 2)Hayali oyunun başlangıç dönemi ve 3)Gelişmiş hayali oyun dönemi. Hayali oyunun gelişimindeki bu her aşamanın da kendi içinde düzeyleri vardır. Çocuğun bireysel farklılığına göre her çocukta bu gelişim farklılık gösterebilir (Romanova, 1982., İvankova, 2002., Kalinina, 2003.)

Hayali Oyun Gelişim Düzeyleri Tablosu

Oyun Göstergesi	Düzey	Düzey	Düzey	Düzey
	2 Yaş	3 Yaş	4 Yaş	5-7 Yaş
Oyun içeriğinin temeli	Belli bir nesne (oyuncak) ile karşısındaki ile etkileşimde bulunma. "Al ver", "Getir götür" oyunları.	Oyundaki oyuncak (nesne) gerçeğe uygun bir şekilde kullanılır. Oyundaki görevler basit eylemlerdir. (Oyuncak tabak ve kaşıktan yemek yemek)	Oyun içerisindeki görevler belirlenmeye başlar. Oyun sırasında spontane olarak çıkan oyun görevleri çocuk tarafından üstlenilir. Oyun görevlerinde oyun arkadaşları ile etkileşim (karşılıklı) başlangıcı söz konusudur.	Oyun içerisindeki görevleri diğerlerine yöneliktir. Oyun tamamen etkileşim durumdadır.
Oyundaki rolün karakteristik özelliği	Oyunda üstlendiği bir rol vardır. Ama bu rol sözel olarak ifade edilmez. Eylem ön plandadır. Yani rolü belirleyen, oyunda kim olduğu değil ne gibi davranışlar sergilediği ile ilgilidir. Örneğin, "Ben atacağım sen getirirsin" demez. O atar ve bekler. Bu durumda onun rolü "atma"dır. Oyunda çocuk "çocuktur". Henüz "bürünme" söz konusu değildir.	Oyunda üstlendiği rolün ne olduğunu dile getirir. Oyundaki görev ve eylemler belli ve üstlendiği role uygun basit davranışlar söz konusudur. Oyundaki görevler parça parçadır. Yani görevlerin mantıklı bir sıralaması yoktur.	Üstlendiği rol nettir. Oyunda hangi rolü üstleneceğini oyuna başlamadan önce söyleyebilir. Oyun içerisindeki konuşmalar oyun ile ilgilidir. Zaman zaman "rol" ile "gerçek" arası çelişme olabilir. "Oyun" ve "gerçek" arasındaki sınır ihlali yaşanabilir. Örneğin, çocuk oyun oynarken, oyun arkadaşının oyundaki rolüne yönelik konuşma yaparken, zaman zaman "gerçek" kimliğine de yönelebilmektedir.	Roller oyundan önce belirlenmiştir. Oyunda hangi rolü üstlendiğini bilir ve dile getirir. Oyundaki görevler bir bütünlük ifade eder ve birbiri ile ilgilidir. Oyundaki konuşmalar üstlendikleri rol üzerindendir. Örneğin; "anne" olan anne gibi, "öğretmen" olan öğretmen gibi konuşur ve konuşmalar oyun senaryosu kapsamındadır.
Oyunda üstlenilmiş görevlerin özellikleri	Tekdüze eylemler söz konusudur. Aynı davranış çok kez tekrarlanır.	Oyundaki görevler gerçeğe uygundur. Görev sayısı olarak artmıştır. Tek düze davranıştan sıralamalı ve birbiri ile alakalı davranışa geçiş söz konusudur.	Davranışı belirleyen etken üstlenilen roldür. Üstlendiği role yönelik eylemler çeşitli ve zengindir.	Eylemler gerçek hayata uygun mantık ve sıralamadadır. Oyundaki rol davranışları açık, net ve çeşitlidir. Oyundaki kahramanların görevleri birbiri ile alakalıdır ve görev etkileşimi söz konusudur.
Oyundaki kural algısı	Oyunda belli bir kural yoktur. Oyundaki görevin bağlayıcı özelliği yoktur. Görevin bırakılması diğer çocukları etkilemez.	Oyundaki eylemlerin sıralanmasının bozulması istenmedik bir durumdur. Yine de görevin bırakılması diğer çocukları etkilemez. Oyunda belirgin bir kural yoktur. Kuralı belirleyen çocuğun isteğidir. İstediği olmadığında çatışma çıkabilir.	Oyundaki mantık dışı eylemler dikkat çeker. "O böyle değil, bu böyle olmaz" gibi itirazlar söz konusudur. "Doğru davranış" oyundaki kuralların çerçevesini oluşturmaktayken, oyundaki kurallar tam olarak net değildir. Bu yüzden kurallara uyulacak davranışlar kesinleşmiş değildir. İstek ve arzular kurallardan daha baskın olabilir. Kural ihlali daha çok dışarıdan fark edilir. (yani çocuk oyun sırasında kuralların dışına çıktığını fark etmeyebilir.)	Kurallar belli ve kesindir. Arzu ve istekler kuralın karşısında zayıftır. Yani çocuk kuralın karşısında arzularını bastırmalıdır. Oyun mantığına uymayan davranışlar tepki alır.

OYUN YOLU İLE ÇOCUK DEĞERLENDİRME TEKNİKLERİ

Oyun yolu ile çocuk değerlendirme tekniklerine "Oyun Terapisinde Pratik Teknikler" kitabında genişçe yer verilmiş olup çeşitli teknik ve testler mevcuttur. Çocuk korkuları, çocuğun benlik algısı, çocuğun aile algısı, çocuğun kaygı düzeyi hakkında bilgi almak için adı geçen kitap veya bezeri kitaplardan yararlanabilirsiniz. Aşağıda çocuk hakkında bilgi almak için kullanılan farklı test ve oyunlara yer verilmiştir.

Hayvan Ailesi Çiz Testi

Bu test çocuğun aile algısını değerlendirmek amaçlı uygulanır. Bu test bize çocuğun ailesindeki bireyleri nasıl algıladığı hakkında ipucu verir. Bu testte çocuk, çizdiği resme, aile bireylerinin aile içerisindeki rolü, aralarındaki duygusal yakınlığı, aile içindeki çatışmaları yansıtabilir. Bu test anne-babaya da uygulanabilir. Özellikle yetişkinlere uygulandığında diğer aile çiz testlerinden daha etkili sonuçlar alınabilir. Test 4 yaş üstü çocuklara uygulanabilir.

Test için gereken materyaller: A4 formatında kâğıt ve kurşun kalem. İsteğe göre renkli kuru boya da verilebilir.

Uygulama: Kâğıt çocuğun önüne yatay bir şekilde konulur ve çocuktan resim çizmesi istenir.

Yönerge: "Farklı hayvanlardan oluşan hayali bir aile resmi çizmeni istiyorum", "Öyle bir aile çiz ki ailedeki her bir aile üyesi farklı hayvan şeklinde olsun" denir. Çocuk kendi ailesini mi yoksa herhangi bir hayali aile mi çizmesi gerektiğini sorabilir. Bu durumda çocuktan hayali bir hayvan ailesi çizmesi istenir. Yetişkinlere uygularken resim yeteneği olmadığı için çizmek istemeyen bireyler olabilir. Bu gibi durumda kesinlikle resmin benzeyip benzemediğine bakılmayacağı vurgulanmalıdır. Bireyden, elinden geldiği kadar resim çizmesi ve çizdiği resmin üzerine hangi hayvan olduğu ve o hayvanın aile üyelerinden kim olduğu (anne, baba, kardeş vs.) yazılması istenir. Resim bittikten sonra uzman, bireyden resimdekilerin kim olduklarını tekrar sorarak netleştirir. Resim çizen çocuk ise ve yazma bilmiyorsa, uzman resim bittikten sonra hangi hayvanın kim olduğunu çocuğa sorarak gerekli notları almalıdır. Uzman, resim hakkında soru sorarken "annen", "baban" veya "kardeşin" gibi aile bireylerini işaret eden sorulardan kaçınmalıdır. Çizilen "hayvan ailesi resmi" hayali olduğundan dolayı çizen bireyin ailesi ile uyuşmayabilir. Yani ailedeki birey sayısı ile çizdiği hayvan ailesinin aile üyeleri aynı olmayabilir. Burada önemli olan bu değildir. Burada önemli olan aile bireylerinin hangi hayvan ile özdeştirildiğidir.

Genellikle aile bireyleri içerisinde önem vermediği kişileri sinek, kurtçuk gibi böcek şeklinde çizerler. Yılan, kurbağa, timsah, kertenkele gibi sürüngen hayvanlar ise duygusal uzaklığa ve olumsuz duyguya işaret eder. Aslan, leopar, kurt gibi vahşi hayvanlar ise gücün ve otoritenin sembolü olarak kabul edilir. Eğer çizilen vahşi hayvanın dişleri ve tırnakları özellikle vurgulanmış ise saldırganlıktan söz etmek mümkündür. Eğer çocuk anne ve baba hayvanı fil, su aygırı gibi büyük hayvan olarak çizmiş ise anne baba tarafından aşırı korunan ve baskı hisseden biri olabilir. Nadir rastlanan egzotik hayvanlar ise gösterişi seven birine işaret eder. Çocuklar sevdiği ve kendine yakın gördükleri kişileri köpek, kedi, tavşan gibi evcil hayvanlar ile özdeştirirler. Çocuk tarafından çizilen resimlerde, çizilen hayvan ailesindeki "çocuk hayvanın" ne olarak çizildiği önemlidir. Kirpi inatçılığı, solucan değersizliği, kaplan, aslan gibi vahşi hayvanlar saldırganlığı sembolize eder (Ponomarenko, 1999., Venger, 2003.,Teylor, 2005., Kudrina, 2009.)

Süpermen İle Görüşme

Bu yöntem oyun yolu ile çocuğun iç dünyası hakkında bilgi almak için uygulanır. Çocuğun ifade edemediği korku ve kaygıları, istek ve arzuları, baş etmekte zorlandığı yaşam olayları, kafasını karıştıran sorular gibi bilgiler bu oyun yolu ile alınabilir. Rol yapma oyunu şeklinde projektif bir tekniktir. 4–8 yaş arasındaki çocuklara bireysel uygulanır. İlk önce çocukla güvenli bir iletişim kurulmalıdır. Çocuk uygun bir yere alındıktan sonra çocuğa gazeteciliğin ne olduğunu bilip bilmediği sorulur. Gazetecilerin yaptığı görüşme hakkında çocuğa bilgi verilir.

"Gazeteciler ünlü insanlara merak ettikleri sorular sorarak onlar hakkında bilgi almaya çalışır. Şimdi seninle oyun oynayalım. Oyunumuz şöyle; sen sihirli güçleri olan bir Süpermen'sin. Yapamadığın hiçbir şey yoktur. İstediğin her şeye dönüşebiliyorsun. İstersen yetişkin, istersen bebek, istersen kız, erkek, yaşlı biri olabilirsin. İstersen herhangi birini veya kendini, istediğin hayvan veya eşyaya dönüştürebilirsin. Anladın mı?" (Kız çocuklar Süpermen olmak istemeyebilir. Bu gibi durumlarda çocuğun istediği herhangi bir sihirli gücü olan kahraman seçilebilir. Seçilen kahraman bir masalın veya çizgi filmin kahramanı olmak zorunda değil. Hayali bir kahraman da yaratılabilir.)

Çocuğun yönergeyi anlayıp anlamadığı kontrol edilir. Eğer çocuk anlamadıysa bir kez daha anlatır. Çocuk yönergeyi anladıktan sonra mikrofon (oyuncak) hazırlanır ve röportaja başlanır. Uzman sorular sorar ve "Süpermenin" verdiği cevaplar not alınır. Direnç oluşmaması ve dikkat dağılmaması için ses ve görüntü kaydı yapılması önerilmez. "Süpermenin" verdiği her cevaptan sonra "Neden?" sorusu sorulur ve verdiği cevap not edilir. Uzman sadece cevaplara değil çocuğun tutumuna da dikkat etmelidir. Çocuğun hazırcevaplığı, girişkenliği, akıl yürütme-

si, utangaç veya çekingenliğinin ne durumda olduğuna da bakılır. Ayrıca çocuğun hangi soruya nasıl cevap verdiği, hangi soruya cevap verirken duraksadığı veya cevap vermediği, ses tonu, göz teması vs gibi ipuçlarına da dikkat edilir. Bu oyun çocuk hakkında bilgi almanın dışında bir terapötik ilişki niteliğini de taşır.

Uygulama

Uzman: Merhaba Süpermen. Öncelikle bizi kırmayıp programımıza katıldığınız için size çok teşekkür ederiz. Hayranlarınız sizinle ilgili birçok şeyi merak ediyor. İsterseniz size hayranlarınızın merak ettiği soruları sormak istiyorum. Başlayabilir miyim?

1. Soru

Sihirli uçan halınız ile bir masal dünyasına giderseniz, hangi masal dünyasına giderdiniz? Neden?

a) Gittiğiniz o masalda hangi kahraman olurdunuz? Neden?

b) Hangi kahraman olmak istemezdiniz? Neden?

c) Gittiğiniz bu masal dünyasında hangi kahramanı veya masaldaki hangi olayı değiştirmek isterdiniz? Neden?

(Çocuk cevap verdikten sonra, Çok teşekkür ederim. İzin verirseniz şimdi sonraki soruya geçeceğim")

2. Soru

Şimdiki sorum aileniz ile ilgili;

a) Sihirli gücünüzü kullanarak evinizde neleri yok etmek veya değiştirmek isterdiniz? Neden?

b) Sihirli gücünüzü kullanarak anneniz için neler yapardınız? Neden?

c) Sihirli gücünüzü kullanarak babanız için neler yapardınız? Neden?

d) Sihirli gücünüzü kullanarak kardeşleriniz için neler yapardınız? Neden?

"Teşekkür ederim. Şimdi sonraki soruya geçmek istiyorum". (Sorular değiştirilebilir)

3. Soru

Sihirli gücünüz ile okula gittiğinizi düşünün.

a) Okulunuzdaki neleri değiştirmek veya tamamen yok etmek isterdiniz? Neden?

b) Hangi öğretmeniniz için ne (öğretmenler tek tek sorulabilir) yapmak isterdiniz? Neden?

c) Hangi sınıf arkadaşınız için (sınıf arkadaşları tek tek sorulabilir) neler yapmak isterdiniz? Neden?

4. Soru

Sokakta diğer çocuklar ile oynuyorsunuz. Sihirli gücünüzü kullanarak neleri yok etmek veya değiştirmek isterdiniz? Neden?

5. Soru

a) Sihirli gücünüzü kullanarak kendiniz için neler yapmak isterdiniz? Neden?

b) Kendinizde neleri değiştirmek isterdiniz? Neden?

c) Hangi hayvana dönüşmek isterdiniz? Neden?

d) Canlı, cansız fark etmez, nelere veya neye (eşya) dönüşmek isterdiniz?

e) Canlı, cansız fark etmez, neye veya nelere kesinlikle dönüşmek istemezdiniz? Neden?

6. Soru

Şimdi soracağım hayvanlardan hangilerine dönüşmek isterdiniz, hangilerine kesinlikle dönüşmek istemezdiniz?

a) Kedi? Neden?

b) Aslan? Neden?

c) Kuzu? Neden?

d) Yılan? Neden?

e) Kartal? Neden?

f) Fare? Neden?

g) Maymun? Neden?

h) Kaplan? Neden?

i) Tavşan? Neden?

j) Köpek? Neden?

k) Kuş? Neden?

7. Soru

Sihirli gücünüzü kullanarak istediğiniz gibi değişebilirsiniz. İsterseniz bebek, yetişkin, yaşlı olabilirsiziniz.

a) Hangi yaşa dönüşmek isterdiniz? Bebek mi, yetişkin mi? Yaşlı mı? Veya şimdiki yaşınızda kalmak mı istersiniz? Neden?

b) Neden ..... olmak istemiyorsunuz? (olmak istemediği yaş için ayrı ayrı sorulur)

c) Kız (Erkek) olmak ister miydiniz? Neden?

Tüm sorulara çok güzel cevap verdiniz. Programımıza katıldığınız için bir kez daha teşekkür ederim.

Çocuğa oyunun bittiği ve tekrar kendi haline dönüştüğü söylenir. "Şimdi sana kendin olarak birkaç soru sormak istiyorum. Sorabilir miyim?"

1. Soru

a) Adını seviyor musun? Neden? (Sevmiyorsa da neden?)

b) Farklı bir adın olsun ister miydin? Neden?

2. Soru

a) Gerçekleşmesini istediğin üç dileğin nelerdir? Neden?

b) Sence çocuklar en çok nelerden korkarlar? Neden?

c) Sence çocuklar hangi durumlarda çok mutlu olurlar? Neden?

d) Sence çocuklar en çok nelere üzülürler?

Yorumlama

Çocuklar onlara direkt sorulan sorulara cevap vermek istemeyebilirler. Bu şekilde oyunlaştırarak veya soruyu genelleştirerek ("sen" yerine "çocuklar" gibi) sorulan sorulara daha kolay cevap verirler. Çocukların bu sorulara verdikleri cevaplar çoğunlukla kendi iç dünyası ile alakalıdır. Bu şekilde çocuk için önem arz eden "şeyler" hakkında bilgi alınabilir. Çocuğun verdiği her bir cevap ve çocuğun cevap verirken sergilediği tutumu dikkatle analiz edilmelidir (Romanova, 1982., İvankova, 2002., Kalinina, 2003.)

Çocuk ile Röportaj

Amaç: Çocuğun aile algısı hakkında bilgi almak. Bu oyun sayesinde aile bireyleri arasındaki duygusal bağın düzeyi, çocuğun aile içerisinde kendini nasıl algıladığı ile ilgili bilgiler alınabilir.

Uygulama: Çocuğa gazetecilik ve röportajın ne olduğu ile ilgili bilgiler verilir. Çocuk anladıktan sonra uzman, çocuğa bir gazeteci olarak soru sormak istediğini söyler. Çocuk kabul ettikten sonra aşağıdaki sorular sorulur ve not alınır. Oyun çocuk ile bireysel oynanır ve video ses kayıt yapılmamalıdır.

1. Soru

"Evinizde kimler ile oturuyorsun?"

Çocuk genellikle ona en yakın olan kişiyi ilk olarak söyleyecektir. İlk söylediği kişi çocuk için en önemli kişidir. Çocuğun o kişi ile duygusal bağı daha güçlüdür. En son söylediği kişi ise çocuk için duygusal bağ anlamında en sonda olan kişidir.

2. Soru

"Arkadaşlarınla evcilik oynasaydın oyunda kim olmak isterdin? Anne mi, baba mı yoksa kendin mi?"

Okul öncesi çocuklar genellikle kendi cinsiyetinden olan velisi olmak isteyecektir. Eğer çocuk karşı cinsten velisi olmak ister ise çocuğun o velisine kendini daha yakın hissettiği ve kendisini onunla özdeştirdiği söylenebilir.

3. Soru

"Eğer evde yalnız isen ilk önce kimin gelmesini beklerdin? Anneni mi? Babanı mı?"

İlk gelmesini beklediği velisi duygusal anlamda en yakın olan ve en çok güvendiği kişidir.

4. Soru

"Eğer okulda veya başka bir yerde bir sorunun olursa, örneğin birileri seni üzerse, her zaman annen ile paylaşır mısın? Yoksa bazen kimseye bir şey demez misin?" (Aynı soru baba için de tekrarlanır.)

Çocuğun anne babası ile ne düzeyde güvenli bağ kurduğu hakkında ipucu verir.

5. Soru

"Tüm anne babalar bazen kızabilirler. Senin annen kızdığında ne yapar? Baban kızdığında ne yapar? Anneni kızdırdığında nasıl ceza verir? Baban nasıl ceza verir?"

6. Soru

"Büyüdüğün zaman çocuğun olunca ona nasıl bakacaksın? Tıpkı annenin ve babanın sana baktıkları gibi mi? Yoksa farklı bir şekilde mi? Nasıl?"

Genel olarak çocuklar anne baba olduklarında çocuklarına kendi anne babası gibi bakmak isteyeceklerini söylerler. Eğer anne babası gibi olmak istemiyorsa nedeni sorulmalıdır.

7. Soru

"Büyüdüğün zaman annenin (babanın) işi gibi işin olsun ister misin?"

Anne veya babası ile aynı mesleğinin olmasını istemek onları bir model olarak görmesine işaret eder.

"Ne Yapardın?" Çocuk İle Görüşme Tekniği

Amaç: Çocuğun yakınları ile olan ilişkisi ve iletişimi hakkında bilgi almak.

Uygulama: Çocuktan günlük hayatta karşılaşabileceği 6 farklı olay hakkında görüşü istenir. Olaylar çocuğu ikilemde bırakan olaylardır.

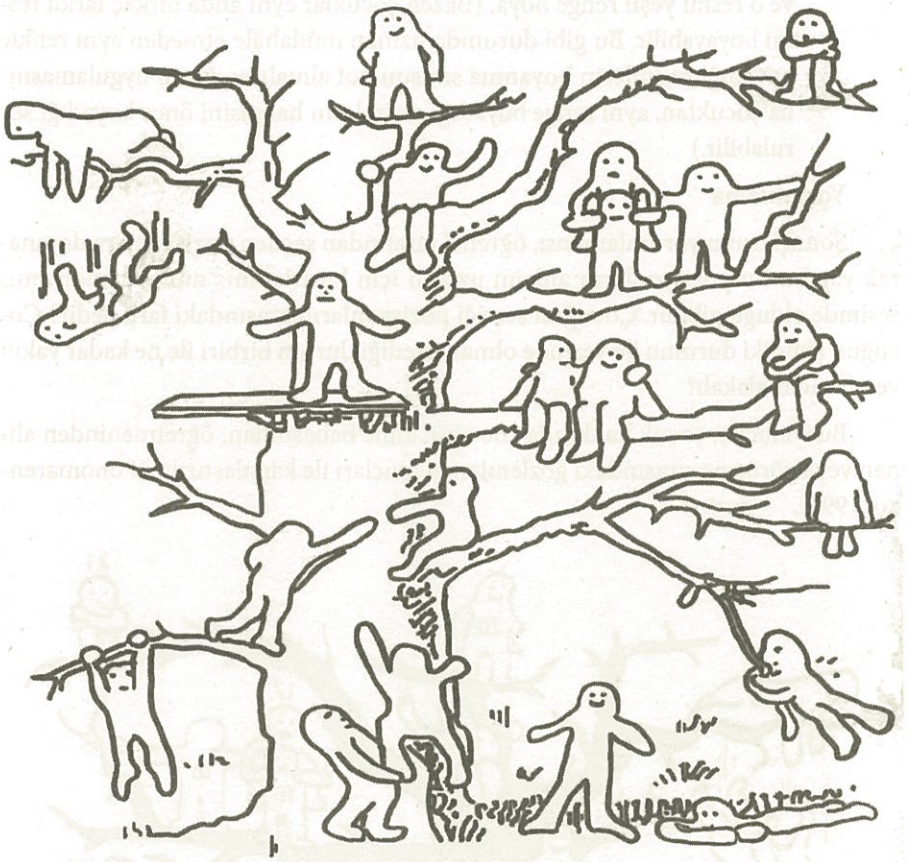
1. Güzel bir film için iki biletin olduğunu düşün. Kiminle gitmek isterdin?
2. Ailecek çok eğleneceğiniz bir yere gittiğinizi düşün. Ama evde biri kalmak zorunda. Kim kalsın isterdin?
3. Evde legolar ile bir şey yapmaya çalışıyorsun. Bir konuda yardıma ihtiyacın var. Kimi çağırırsın?
4. Güzel bir film için....biletin var. (Bilet sayısı aile sayısından bir eksik olacak). Biriniz evde kalmak zorunda. Kim kalacak?
5. Issız bir adada kalsaydın yanında kim olsun isterdin? Neden?
6. Çok eğlenceli bir oyun oynayacaksınız. Ama oyun oynamak için bir kişi fazla. Kim oynamayacak? Neden?

"Ağaç" Testi

Lapmen tarafından geliştirilmiştir. Uygulanması oldukça kolay ve çocuklar için eğlencelidir. Bu teknik sayesinde oldukça kısa sürede çocukların duygu durumu, kaygı ve korkuları, benlik algısı, azmi, girişkenliği hakkında bilgi almak mümkündür.

Uygulama

Çocuğa A4 kâğıt formatında önceden hazırlanmış testin materyali ve renkli kalemler verilir. Bu materyal bir ağaç ve ağacın üzerinde duran çocukların resmidir. Grup uygulamasında her bir çocuğa ayrı ayrı resim verilmelidir. Çocuklara verilen resim kesinlikle numaralandırılmış olmamalı. Çocuktan sayfaya adını soyadını yazması istenmemeli. Bu şekilde çocuğun daha rahat hareket etmesi sağlanır. Grup uygulamalarında uzman, testi çocuktan alırken karışmaması için testin kime ait olduğunu belirten işaret koyabilir.



Yönerge

"Bu resme dikkatlice bak. Resimde bir ağaç ve o ağacın dallarında ve etrafında birçok çocuk resimleri var. Resimdeki her bir çocuk farklı şekillerde duruyorlar ve her birinin morali birbirinden farklı. Kimi üzgün, kimi kızgın, kimi mutlu, kimisi ise korkmuş. Ağacın neresinde durduklarına da bak. Ağacın üst taraflarında duranlar birçok farklı yetenekleri olan ve derslerinde de başarılı olan çocuklardır. Ağacın aşağı kısmındaki çocuklar ise daha az yetenekli ve derslerinde de daha az başarılıdır. Anladın mı?"

Çocuk durumu iyice anladıktan sonra;

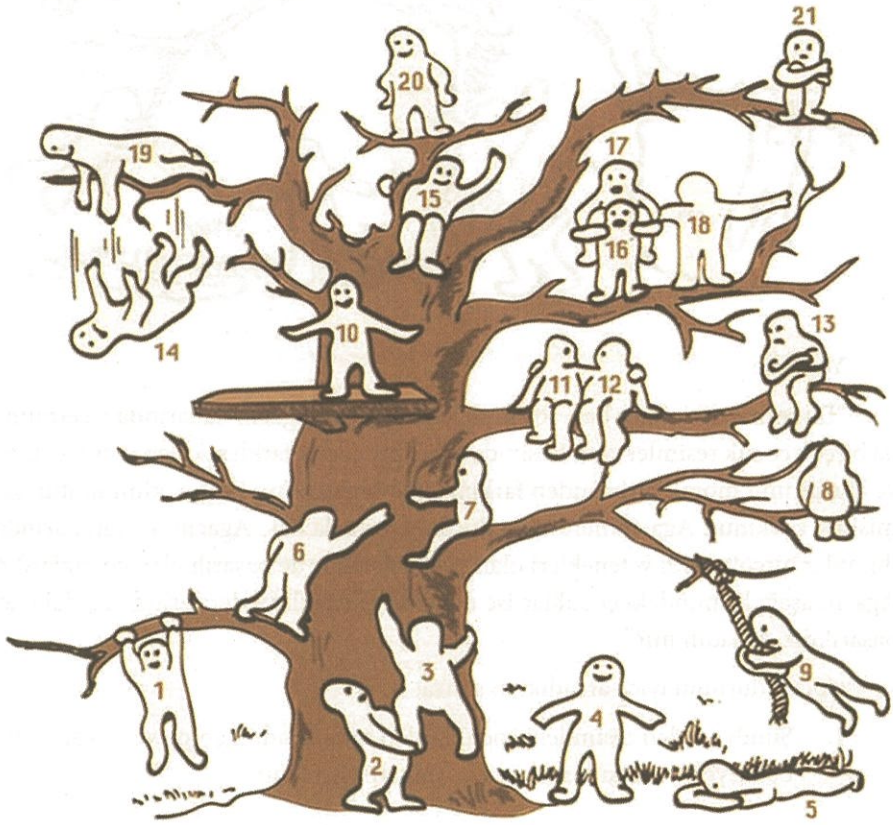
1. Şimdi senden resimdeki çocuklardan sana kendini anımsatan, yani sana benzeyen çocuğu **kırmızıya** boyamanı istiyorum.

2. Şimdi resimdeki çocuklardan hangisinin yerinde olmak istediğine bak ve o resmi **yeşil** renge boya. (Bazen çocuklar aynı anda birkaç farklı resmi boyayabilir. Bu gibi durumda uzman müdahale etmeden aynı renkte boyadığı resimlerin boyanma sırasını not almalıdır. Grup uygulamasında çocuktan, aynı renge boyadığı resimlerin hangisini önce boyadığı sorulabilir.)

Yorumlama

Sonuçlarının yorumlanması, öğrenci tarafından seçilen pozisyonlara dayanarak yapılır. Bu pozisyonların anlamı uzman için hazırlanmış numaralandırılmış resimde olduğu gibidir. Çocuğun seçtiği pozisyonların arasındaki fark nedir? Çocuğun şimdiki durumu ile yerinde olmak istediği durum birbiri ile ne kadar yakın ve ne kadar alakalı?

Bu sonuçlar, çocuk hakkında çocuğun anne babasından, öğretmeninden alınan veya görüşme sırasındaki gözlemlenen ipuçları ile karşılaştırılır (Ponomarenko, 1999).



Ağaç Testi Yorum Tablosu

İnsan figürlerinin pozisyon No:	Yorum (özellik)
1, 3, 6, 7	Engellerin üstesinden gelme girişimi, çaba.
2, 11, 12, 18, 19	Sosyallik, destek olma, arkadaşlık, yakın olma
4	Çaba göstermeme (zorlukların üstesinden gelmeden başarıya ulaşma arzusu)
5	Yorgunluk, genel halsizlik, enerji düşüklüğü, utangaçlık
9	Eğlenmek, vurdumduymazlık
13, 21	Dışlanma, yalnızlık hissi, kaygı
8	İlgi kaybı, içe kapanma
10, 15	Huzur, rahat, normal uyum, denge
16	Başkalarının sorumlulukları almaktan yorulma, fedakarlık
17	Hep ilgi odağı olmak isteme
14	Kriz durumu. Kaybetme
20	Başarılı olmaya odaklanmış, lider olmak isteyen, yüksek benlik algısı

"Eğer Sihirbaz Olsaydın" Değerlendirme Oyunu

Yönerge: Eğer sihirli bir değneğin olsaydı ve en çok istediğin üç şeyi yapabilseydin neler yapardın?

Kime?	Dilek	Dilek	Dilek
Kendine			
Annene			
Babana			
Kardeşine			
Öğretmenine			

"Uzaya Yolculuk" Değerlendirme Oyunu

Yönerge: Bir uzay gemisi ile uzaya gideceğinizi hayal et. Bu uzay gemisinin kaptanı sensin ve seninle birlikte uzaya gidecek kişilerin kim olacağına sen karar verirsin. Şimdi bir düşün ve uzaya kiminle gideceğini bana söyle.

	Kişi	Kişi	Kişi
Ailenden			
Arkadaşlarından			
Öğretmenlerinden			

"Güneş, Yağmur, Bulut" Değerlendirme Oyunu

Yönerge: "Bu oyunda güneş, bulut ve yağmur farklı anlamlara geliyor. Güneş "çok iyi", bulut "orta", yağmur ise "kötü" anlamındadır. Aşağıdaki kutucuklara güneş, bulut, yağmurdan istediğini çizebilirsin". Tablo çocuğun sosyal çevresine uygun bir şekilde değiştirilebilir. Örneğin; öğretmenler tablosu, arkadaşlar tablosu, aile tablosu vs. gibi. Her ayrı tabloda öğretmenlerin veya arkadaşların isimleri ayrı ayrı yazılır.

Kiminle	Hava nasıl? Resmini çiz.
Babamlayken	
Annemleyken	

Kardeşimleyken	
Arkadaşımlayken	

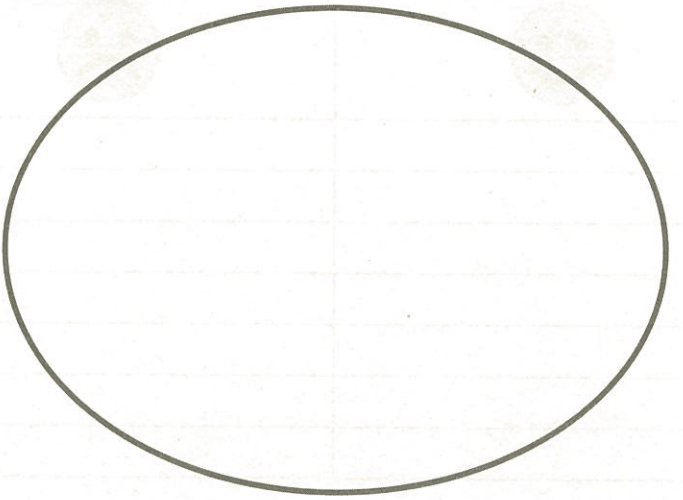
"Doğum Günü" Değerlendirme Oyunu

Yönerge: "Çevrendeki kişilerin doğum günüymüş. Sen kime ne hediye alırdın? Aşağıdaki kutulara önce kim olduğunu yaz daha sonra yanına alacağın hediyenin resmini çiz"

Kimin doğum günü olsun? Adını yaz.	Hediye ne olsun? Kutuya resmini çiz.

"Benim Yerim" Değerlendirme Oyunu

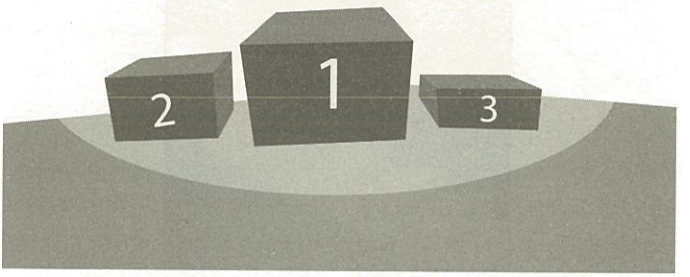
Yönerge: "Daire resminin neresinde durmak istersen oraya nokta resmi çiz. İstediğin yere çizebilirsin. Dairenin içine, dairenin dışına fark etmez. İyice bir bak ve dairenin neresinde durmak istersen oraya nokta koy. Anneni nereye koymak isterdin? Babanı nereye koymak isterdin? Yönerge değişebilir.



Yorum: Bu uygulama çocuğun benlik algısıyla ilgili bazı ipuçları verir. Kimi nereye yerleştirdi? Kimi kimin yanına? Kimi dairenin neresine yerleştirdi? İçine kapanık çocuklar çoğunlukla kendilerini merkezi bir yere koymak istemezler.

"Ödül Töreni" Değerlendirme Oyunu

Yönerge: "En iyi arkadaş ödül töreni olursa arkadaşlarından birinci, ikinci ve üçüncü kimler olurdu? En yardımsever ödül töreni olursa birinci, ikinci ve üçüncü kimler olurdu? En anlayışlı öğretmen yarışması olursa birinci, ikinci ve üçüncü kimler olurdu? vs. Şimdi onları ödül merdivenine yerleştir."



"Benim Artı ve Eksilerim" Değerlendirme Oyunu

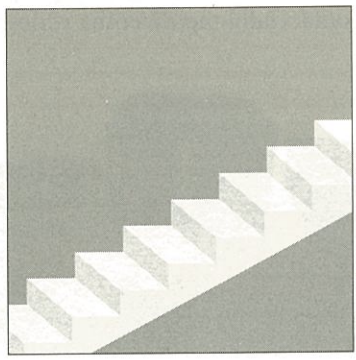
Yönerge: "Aşağıdaki tabloda güler yüz ve üzgün yüz resimleri var. Güler yüzün altına kendinin olumlu yönünü (fiziksel olarak, karakter olarak kendinde beğendiğin yönlerini), üzgün yüzün altına da beğenmediğin özelliklerini yazmanı istiyorum". Aynı tablo çocuğun yakınları için ayrı ayrı da yapılabilir.

"Merdiven" Değerlendirme Oyunu

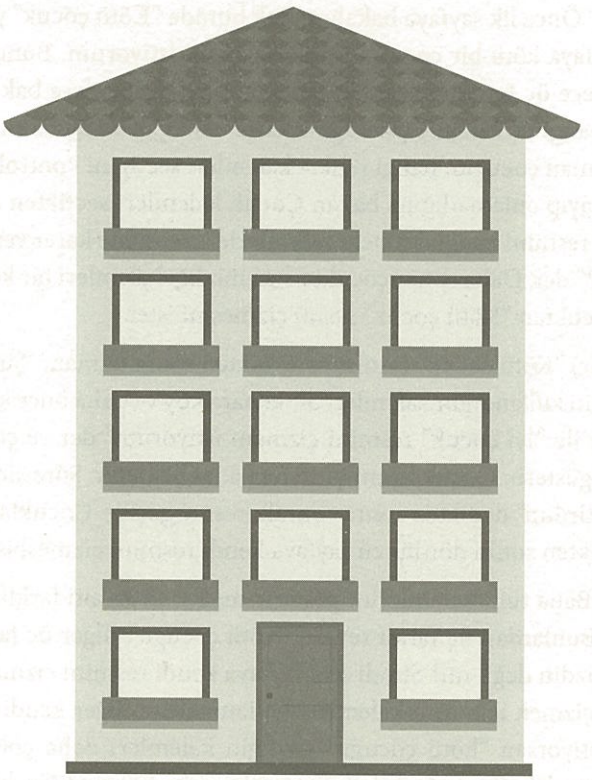
Yönerge: "Bu merdiven "iyi kalplilik" merdiveni. En alt merdiven de "iyi kalpli" olmayanlar durur. Merdiven yükseldikçe iyi kalpli olanlar durur. En üst merdivende de en iyi kalpliler durur. Şimdi bir düşün ve arkadaşlarını (aileni, öğretmenlerini vs.) bu merdivene yerleştir. Sana göre kim hangi merdivende olmalı."

Merdiven çocuk hakkında merak edilen duruma göre değişebilir. Çalışkanlar merdiveni, başarılılar merdiveni, en iyi arkadaşlar merdiveni, en iyi öğretmenler merdiveni vs.



"İyi Kalpliler Evi" Değerlendirme Oyunu

Yönerge: "Bu ev iyi kalpliler evi. En üst katta en iyi kalpli insanlar yaşar. En altta ise daha az iyi kalpli olanlar yaşarmış. Şimdi senden ailendekileri bu eve yerleştirmeni istiyorum. Bunun için her bir pencereye birinin resmini çizebilirsin. Unutma en üst tarafta en iyi kalpliler, en alt tarafta ise daha az iyi kalpli olanlar olacak." Ev resmi değişebilir. Örneğin: "başarılılar evi", "mutlular evi", "çalışkanlar evi" vs.



"Kendini Çiz" Resim Testi

"Kendini çiz" projektif resim testi 5–7 yaş arası çocukların benlik algılarını ve özdeğer düzeylerini belirlemek amaçlı Prihojan (2007) tarafından geliştirilmiştir.

Materyaller: Mavi, kırmızı, sarı, yeşil, siyah ve kahverengi olmak üzere 6 farklı renkli kalem. Tam ortasından ikiye katlanmış A4 kâğıdı. A4 kâğıdı kitapçık şeklinde katlandıktan sonra ilk sayfası (kapak) boş bırakılır. Kapak kısmına uygulama bittikten sonra çocuğun adı, soyadı, yaşı gibi bilgileri yazılır. İkinci sayfanın

üst tarafına "Kötü çocuk", üçüncü sayfanın üst tarafına "İyi çocuk" ve son (dördüncü) sayfanın üst tarafına ise "Ben" yazılır.

Uygulama: Test grup ve bireysel olarak uygulanabilir. Grup halinde uygulanırken çocukların birbirlerinden etkilenmelerini önlemek için uygun mesafede oturtmak gereklidir. Grup uygulamasında, ilk resmi tüm çocuklar bitirince sonraki resme geçmeleri gerekmektedir. Böylelikle tüm çocukların aynı anda aynı resmi çizmeleri sağlanmalıdır.

Yönerge: "Önce ilk sayfaya bakalım. Bak burada "Kötü çocuk" yazıyor. Şimdi senden bu sayfaya kötü bir çocuk resmini çizmeni istiyorum. Bunun için şu kalemlerden sadece üç tanesini seçmen gerekir. Şimdi kalemlere bak ve "Kötü çocuk" resmini hangi üç kalemle çizeceğine karar ver." Çocuk üç farklı renkte kalem seçmelidir. Uzman çocuğun hangi renkte kalemleri seçtiğini kontrol ederek çocuğun doğru anlayıp anlamadığına bakar. Çocuk kalemleri seçtikten sonra uzman, ""Kötü çocuk" resmini hangi renkteki kalemlerle çizeceğine karar verdin mi? Bana gösterir misin?" der. Daha sonra çocuktan seçmediği kalemleri bir kenara koymasını ister ve çocuktan "Kötü çocuk" resmi çizmesini ister.

Çocuk (lar) "Kötü çocuk" resmini bitirdikten sonra uzman, "Şimdi "Kötü çocuk" çizmek için kullandığın kalemleri bir kenara koy ve daha önce kullanmadığın diğer kalemler ile "İyi çocuk" resmini çizmeni istiyorum" der ve çocuğa "İyi çocuk" sayfasını gösterir. Çocuk resmi bitirene kadar beklenir. Süre sınırlaması yoktur. Çocuk "bitirdim" dedikten sonra sonraki resme geçilir. Çocuktan, "İyi çocuk" resmini bitirdikten sonra dördüncü sayfaya kendi resmini çizmesi istenir.

Uzman, "Bana tüm kalemlerini gösterir misin? Evet, altı farklı renkte kalem var değil mi? Bunlardan üç farklı renkle "Kötü çocuğu", diğer üç farklı renkle de "İyi çocuğu" çizdin değil mi? Şimdi son sayfaya kendi resmini çizmeni istiyorum. Ama kendini çizmek için tüm kalemleri kullanmalısın. Eğer kendini kötü çocuk gibi çizmek istiyorsan "kötü çocuğu" çizdiğin kalemleri daha çok kullan. Eğer kendini "İyi çocuk" gibi çizmek istiyorsan "İyi çocuğu" çizdiğin kalemleri daha çok kullan. Ama kendi resmini çizerken tüm kalemleri kullan" diye tekrarlanır. Daha sonra çocuğun yönergeyi anlayıp anlamadığı çocuğa sorular sorularak kontrol edilir. Çocuğun yönergeyi anladığından emin olduktan sonra çocuktan kendi resmini çizmesi istenir.

Çocuk resim çizerken uzman dikkatlice çocuğu gözlemler. Bu sırada gerekmediği müddetçe çocuğa müdahale etmez. Eğer çocuk yönergeye uymuyorsa uzman çocuğa kuralları hatırlatır. Çocuğun resim çizdiği sıradaki tutumları, mimikleri, jestleri, sorduğu sorular not edilir (Panfilova, 1999., Kudrina, 2009.Prihojan, 2000., Prihojan, 2002.)

Çocuk tüm resimleri bitirdikten sonra uzman, çocuğa aşağıdaki gibi sorular sorar:

1. En çok hangi resmi çizmek hoşuna gitti? Neden?
2. En çok hangi resmi çizmek hoşuna gitmedi? Neden?
3. Sence bu çocuk neden kötü? (Kötü çocuk resmini göstererek sorulur)
4. Kötü çocuk hakkında neler söylersin?
5. Sence bu çocuk neden iyi? (İyi çocuk resmini göstererek sorulur)
6. İyi çocuk hakkında neler söylemek istersin?
7. Hangi çocuk daha çok hoşuna gitti? Neden?
8. Hangisi ile arkadaş olmak isterdin? Neden? (Eğer çocuk arkadaş olarak kötü çocuğu seçmiş ise bunun sebebi daha detaylı araştırılmalıdır)
9. Kendini çizdiğin resim hakkında ne düşünüyorsun?
10. Eğer bu resim konuşsaydı kendi hakkında neler anlatırdı?
11. Bu çocuk (kendi resmini göstererek) kendindeki hani özelliğini daha çok seviyor?
12. Bu çocuk kendinde neleri değiştirmek ister sence?
13. Bu çocuk en çok ne yapmayı seviyor?
14. Bu çocuğun en iyi yaptığı şey nedir?
15. Bu çocuğun çok yapmak isteyip de hiç yapamadığı şey nedir?
16. Bu çocuk o yapamadığı şeyi öğrenebilir mi sence?
17. Bunun için ne yapmalı?

Yukarıdaki sorular örnek niteliğindedir. Uzman, çocuk ile ilgili merak ettiği soruları duruma göre değiştirebilir. Burada önemli olan, çocuğa soru sorulurken, çocuğun kendisine yönelik değil, resimdeki çocuğa yönelik soru sorulmasıdır.

Yorumlama

Yorumlamada insan figürleri üç farklı düzeyde analiz edilir.

Birinci düzey: Sinir sistemi sorunları hakkında bilgi veren ipuçlarına bakılır. Resimdeki insan figürü eğik ise (85 derecenin altında), çizgiler kesik kesik ise, çizgilerde titreşim görüntüsü varsa, çizgiler birbirinden kopuk ise yani çizgilerde birleşme yoksa ve en önemlisi insan figürünün organları birbiri ile alakasız ise o zaman çocukta beyin anomali durumu söz konusu olabilir. Böyle durumlarda resim yorumlama daha dikkatli ve derinlemesine olmalıdır.

İkinci düzey: İkinci düzeyde çizilen insan figürlerinin çocuğun yaş normlarına uygun olup olmadığına bakılır. Normlara genellikle insan figüründeki olması gereken detaylar açısından bakılır. Örneğin; kafa, gövde, ayaklar, kollar var mı? Diğer detayların durumu nasıl? vs. Eğer resim, çocuğun yaş grubundan beklenenin çok altında ise bunun sebebinin ne olduğu merak edilmelidir. Bazı detayların olmayışının sebebi organik sebepler de olabileceği gibi psikolojik veya duygusal sebepler de olabilir. Örneğin eller çizilmemişse, bu bir gelişim geriliği olabileceği gibi çocuğun iletişim probleminin de göstergesi olabilir. Bu bakımdan resimdeki çizilmemiş "eksik organ" yorumlanırken oldukça dikkatli olunmalıdır. Üçüncü düzey yoruma geçmeden önce; çocukta sinir sistemi rahatsızlığı var mı? Çocukta gelişim geriliği var mı? gibi sorular netleştirilmelidir. Eğer çocukta bu tür problemler var ise o zaman üçüncü düzey yorumlamada daha da dikkatli olunmalıdır.

Üçüncü düzey: "Kendini çiz" testinin yorumlamasının genel şeması aşağıdaki gibidir.

1. Öncelikle çocuğun kendini çizdiği "Ben" resmi değerlendirilir. Resimdeki tüm detaylar gözden geçirilir. Resim ne kadar özenli çizildi? Nerelerde silgi kullanıldı? Düzeltmeler yapıldı mı? Boyutu nasıl? Kendi resmi yanına ne gibi eklentiler çizildi? vs.
2. Kendi resmine eklenen çiçek, balon, evcil hayvan gibi detaylar, her türlü süslemeler olumlu olarak yorumlanır. Bu durumda çocuğun kendisi hakkında olumlu duygulara sahip olduğu düşünülür. Eğer çizilen resim yarım yamalak, belirsiz ve özenilmemiş ise olumsuza yorumlanır. Resme bir hareket eklenmiş ise, örneğin; futbol oynayan, ip atlayan, ağaca veya dağa tırmanan, okula giden vs. gibi, bu durum hareketliliğe, hayal gücüne ve yaratıcılığa yorumlanır.
3. Resmin boyutu, sayfadaki yeri, çizgilerin ince veya kalın olma durumu. Bu belirtilerin yorumları diğer projektif resim testlerinin yorumlarına göre yapılabilir.
4. Kendi resmi ile "iyi çocuk" veya "kötü çocuk" resmi arasındaki benzerliklere veya farklılıklara bakılır. İyi veya kötü çocuk ile kendi resmi arasındaki renk benzerliği nasıl? Hangi renkler daha fazla kullanılmış? Kendi resmi ile iyi ve kötü çocuk resmi arasındaki boyut farkı nasıl? Ne gibi ayrıntı farkı var? Kendi resmi ile diğer iki resim arasında ne gibi genel benzerlikler var?

"De Greef Denemesi" Değerlendirme Tekniği

İlkokul çocuklarının benlik algısını değerlendirmek için Fransız uzman De Greef tarafından geliştirilmiştir. Oldukça basit ama etkili bir tekniktir (Biryukevich, 2001).

Materyaller: Kâğıt, kalem.

Uygulama: A4 formatındaki kâğıda yan yana çizilmiş üç tane daire resmi çizilir. Dairelerin birbirinin aynısı olması gerekmektedir. Çocuğa daireler gösterilerek; "Bak burada üç daire var. Birinci daire senin öğretmenin olsun, ikinci daire sensin, üçüncü daire ise senin sınıf arkadaşın (sınıf arkadaşının adı söylenir) olsun. Tamam mı?" çocuğun yönergeyi anladığından emin olmak için tekrarlaması istenebilir. Çocuk anladıktan sonra; "Her bir daireden aşağı doğru bir çizgi çizilmesi gerekir. Şimdi senden, her bir daireden aşağı doğru bir çizgi çizmeni isteyeceğim. Ama kural şu, aranızda en akıllı kim ise onun çizgisi daha uzun olmalıdır. Yani aranızdaki en akıllı olanın çizgisi en uzun, en az akıllı olanın çizgisi ise en kısa olmalıdır." Çocuğa kalem verilir ve çizgileri çizmesi beklenir. Çocuk çizgiyi çizdikten sonra nedeni sorulur.

Değerlendirme

De Greef'e göre zihinsel geriliği olan çocuklar en uzun çizgiyi "kendisi" olan daireye çizmektedirler. Yaşının olgunluğunu taşımayan çocuklar da en uzun çizgiyi "kendi" dairesine çizerler. Normal şartlarda 1. sınıf öğrencileri en uzun çizgiyi öğretmenlerine çizmesi gerektiğini bilirler. Öğretmeni temsil eden daire en uzun çizgiye sahip olmalıdır. Yaşının olgunluğuna sahip olan çocuklar en uzun çizgiyi öğretmenine çizerken, orta ve kısa çizgi konusunda ikilem yaşarlar. Bu durumda uygulayıcı bu iki çocuğun başarı düzeylerini bilmelidir. Eğer çocuk gerçekten diğer çocuktan başarılıysa kendine orta uzunlukta çizgi çizmesi beklenir. Uygulama sonrasında çocuğa verdiği karar hakkında sorular sorulmalıdır.

1. sınıf çocukları çoğunlukla ikinci uzun çizgiyi kendilerine çizmektedirler. Özellikle sınıfta başarılı olan öğrenciler kendilerine oldukça uzun çizgi çizerler. Kendilerini sınıfın en iyisi olarak belirtmek, 1. sınıf çocuklarının gelişim dönemleri açısından beklenen bir davranıştır. Ders başarısı düşük olan öğrenciler de (1. sınıf) kendilerine uzun çizgi çizebilirler. Bu çocukların sınıftaki diğer çocuklar tarafından alay edilme korkusu vardır. Bu yüzden uzmana kendi durumunu göstermek istemeyebilir.

3 ve 4. sınıf öğrencilerinde ise kendine uzun çizgi çizme konusu olgunluk belirtisidir. Öğretmene uzun çizgi çizdikten sonra, 4. sınıf öğrencisi her ne kadar kendisi diğer arkadaşından çok daha başarılı olsa da kendisi ve arkadaşına aynı uzunlukta çizgi çizebilir. Bu yaştaki çocuklar kendilerini övmenin toplum tarafından hoş karşılanmadığını bilirler. Bazen, öğretmenine uzun çizgi çizdikten sonra "kendine" ve "arkadaşına" çizmek istemeyebilir. "Bunu ben bilemem öğretmene sorun" diyebilir. Eğer çocuk 4. sınıfta olduğu halde en uzun çizgiyi öğretmenine veya arkadaşına değil de kendine çiziyorsa bu durum zekâ veya olgunluk proble-

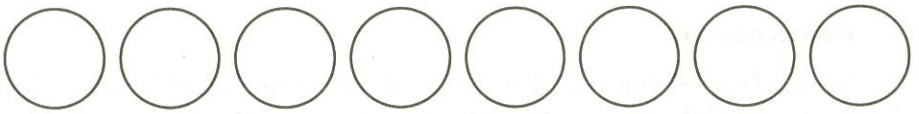
mini akla getirir (Ponomarenko, 1999. Panfilova, 1999., Kudrina, 2009.Prihojan, 2000., Prihojan, 2002.)

"Yerini Seç" Değerlendirme Oyunu

Zaharova (1999), tarafından geliştirilen bu test çocuğun benlik algısını ve özdeğer düzeyini belirlemek amaçlı kullanılır. Çocuğa farklı şekiller gösterilerek gösterilen şekillerde kendi nereye koyacağı sorulur.

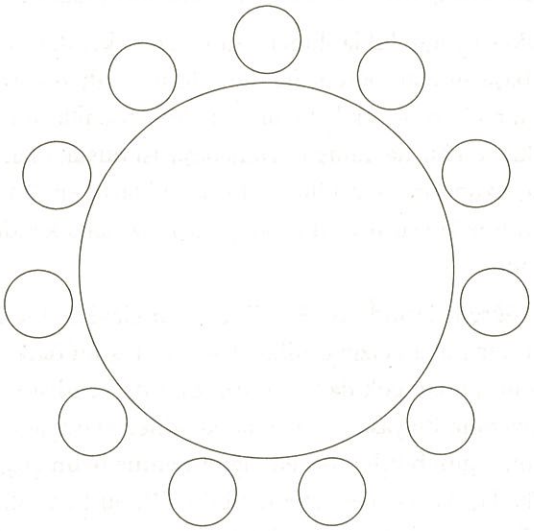
1. Teknik

Yönerge: Aşağıdaki daireleri birer insan olarak hayal et. İnsanlar sıra halinde duruyorlar. Onların arasında sen de olsaydın aşağıdakilerin hangisi sen olurdun?



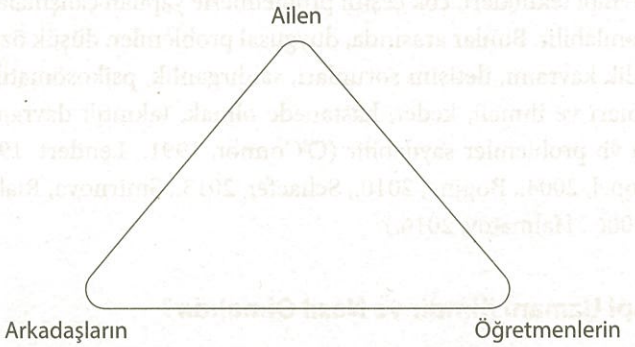
2. Teknik

Yönerge: Burada birkaç daire resmi var. Ortadaki büyük dairenin sen olduğunu düşün. Büyük dairenin etrafındaki küçük dairelerin ise ailen (arkadaşların, öğretmenlerin olarak da uygulanabilir) olduğunu düşün. Şimdi iyice bir bak ve bana söyle hangi daire kim olsun? Sen söyle ben dairelerin üstüne isimlerini yazarım." Eğer çocuk yazabiliyorsa kendisi yazabilir.



3. Teknik

Yönerge: Resimdeki üçgenin her bir ucuna senin çevrendeki kişiler yazılmış. Üçgenin bir ucunda ailen, bir ucunda öğretmenlerin ve diğer ucunda ise arkadaşların bulunmaktadır. Resme bak ve bu üçgenin neresinde durmak istiyorsan oraya bir nokta koy.



4. Teknik

Yönerge: Daire resmine bak. Eğer bir nokta olsaydın dairenin neresinde olurdun?

OYUN TERAPİSİNE GİRİŞ

Oyunu psikoterapide ilk kullanan uzman Freud olarak bilinir. Freud çocuklar ile çalışırken oyunu bir terapi tekniği olarak değil, yardımcı bir araç olarak kullanmıştır. Oyunu temel psikoterapi aracı olarak kullanan ilk isim ise Klein'dir. Günümüzde ise oyun terapisinin onlarca yaklaşımları mevcuttur. Bu yaklaşımlar bazı yönleri ile birbirinden oldukça farklı olsalar da uygulama amaçları aynıdır.

Oyun terapisinin temel amacı; çocukların duygularını ifade etmelerine oyun yolu ile yardımcı olmaktır. Oyun terapisinde, çocuklar günlük yaşamda karşılaştıkları kaygı, korku, çatışma, travma gibi zorlu yaşam deneyimleri ile baş etmelerinde oyun yolu ile desteklenir. Oyun terapisi aynı zamanda çocuğun gelişimini ve akademik başarısını da desteklemede etkilidir. Oyun terapisinin işlevini aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür:

- Çocuğa tanı koymada yardımcı olur
- Çocuğun psikolojik anlamda rahatlamasına yardım eder
- Çocuğun benlik gelişimini olumlu yönde etkiler
- Çocuğa duygularını tanımasını ve onlar ile baş etmesini öğretir

- Çocuk ile iletişimi kolaylaştırır
- Çocuğun gelişimini destekler
- Çocuktaki davranış sorunlarını ortadan kaldırmada etkilidir
- Çocuğun yaratıcılığını geliştirir

Oyun terapi teknikleri, çok çeşitli problemlerle yapılan çalışmalarda etkili bir şekilde kullanılabilir. Bunlar arasında; duygusal problemler, düşük özgüven ve bozulmuş benlik kavramı, iletişim sorunları, saldırganlık, psikosomatik hastalıklar, çocuk istismarı ve ihmali, keder, hastanede olmak, takıntılı davranışlar, öğrenme güçlüğü vb problemler sayılabilir (O'Connor, 1991., Lendert, 1994., Panfilova, 1999., Fopel, 2004., Bogina, 2010., Schaefer, 2013., Smirnova, Riabkova, 2013., Panfilova, 2006., Halmatov, 2016.)

Oyun Terapi Uzmanı Kimdir ve Nasıl Olmalıdır?

Türkiye'de bir standardı olmamakla birlikte oyun terapi eğitimleri yaygın bir şekilde verilmektedir. Birkaç saatlik eğitim alan birçok uzman, kendine "oyun terapisti" unvanı ile oyun terapi uygulamaları yapmakta, hatta eğitici olarak eğitim vermektedirler. Bu durum oyun terapi alanı için hem iyi hem kötüdür. Kötü olan tarafı kalitenin düşmesi iken iyi olan tarafı ise Türkiye'de oyun terapisine ilginin artmasıdır.

Peki, oyun terapi uzmanı kime denir? İyi bir oyun terapi uzmanı nasıl olmalıdır?

Oyun terapisi aslında sanat terapisinin dallarından biridir. Bu anlamda oyun terapi uzmanı, psikoloji alanında eğitim almış ve sanat terapi üzerine uzmanlaşmış kişidir. Uzman, çocuk psikolojisi ve çocukların gelişim dönemleri hakkında bilgi birikimine sahip olmalıdır. İyi bir oyun terapi uzmanı olmak için gerekli eğitimleri almak yeterli değildir. İyi bir oyun terapi uzmanı olabilmek için eğitim almanın dışında birçok farklı özelliğe sahip olmak gerekmektedir.

Oyun terapi uzmanı öncelikle çocukları sevmelidir. Sevecen, sabırlı, sakin ve hoşgörülü olmalıdır. Yaratıcılık oyun terapisi için çok önemlidir. Çocuğun karşısında gerektiğinde çocuk gibi davranabilmek, gerektiğinde hayvan taklitleri yapabilmek için, biraz da olsa artistik özelliklere de sahip olmak gerekir. Oyun terapisi masa uygulaması olmadığı için oyun terapi uzmanı "esnek" olmalıdır. Çocuklarla çalışırken objektif olmalıdır. Duygularını kontrol edebilen ve olaylara profesyonel bakabilen biri olmalıdır. Söz konusu çocuk olduğu için her türlü "sürprizlere" ve yeniliklere hazır olmalıdır. En önemlisi çocuklar oyun terapi uzmanının yanında kendilerini rahat ve mutlu hissetmelidirler.

Oyun Terapi Odası

Oyun terapisi odasının bir standardı olmamakla birlikte asgari düzeyde olması gereken bazı unsurlar vardır. Öncelikle oyun oynayacak bir alanın olması şart. Her ne kadar oyunların çoğu için küçük bir alana ihtiyaç duyulsa da bazı durumlarda, özellikle hareketli çocuklar ile hareketli oyunlar oynayabilmek için yeterince genişlikte alana ihtiyaç olacaktır. Eğer imkân var ise biri küçük biri büyük olmak üzere en az iki odadan oluşmalı. Eğer tek bir oda ise o oda yine iki alana bölünmelidir. Çünkü bazı oyunlar için masaya ihtiyaç varken, bazı oyunlar için de yerde uzanmak veya yuvarlanmak gerekebilir. Bu anlamda odanın birine veya tek odanın bir kısmına halı serilmelidir. Odanın çocuğa zarar verebilecek tehlikeli eşyalardan arındırılmış, iyi aydınlatılmış ve uygun ısıda olmasına dikkat edilmelidir. Ayrıca bireysel görüşmeler için uygun bir ortamın olması da önemlidir. Ayrıca içerisinde tuvalet ve lavabosu da olmalıdır. Yukarıda sayılanlar oyun terapi uygulaması için olması gereken asgari şarttır.

Oyun terapisinin daha etkili olması için ise daha fazla alana ihtiyaç duyulabilir. Örneğin, grupla çalışmak için büyük odaya, kum terapi için, rahatlatıcı (relaks) oyunlar için ayrı ayrı odalara, bazı çocuklar ile çalışmak için ses izolasyonu yapılmış odaya, aile görüşmesi ve beklemesi için ayrı bir odaya ihtiyaç duyulabilir (O'Connor, 1991., Lendert, 1994., Panfilova, 1999., Fopel, 2004., Bogina, 2010., Schaefer, 2013., Smirnova, Riabkova, 2013., Panfilova, 2006., Halmatov, 2016.)

Oyun Terapisinde Bulunması Gereken Malzemeler

Oyun terapisi için oyuncaklar başta olmak üzere birçok farklı materyallere ihtiyaç duyulur. Bu materyallerin de belli standardı yoktur. Ama materyal seçiminde çocuk sağlığına zarar vermeyecek, belli bir standartta (CE damgası olan) olmasına dikkat edilmesi gerekmektedir. Oyun terapi odasında çocuğun sanat ve yaratıcılık becerisini destekleyen malzemeler, çocukların duygularını yansıtabileceği, çocuğun yaşına uygun ve ilgi çekici oyuncak türleri olmalıdır. Oyun terapisinde kullanılan malzemelerden bazıları şunlardır:

- Kâğıt, el işi kâğıdı, kalem, renkli kalemler, boya çeşitleri, yapıştırıcı, makas, gibi kırtasiye malzemeleri
- Yazı tahtası, tahta kalemi, silgi

Oyuncaklar

(Oyuncak seçiminde bütün yaş gruplarını dikkate almalıyız. Boyut olarak büyük, orta, küçük boyutta olmalılar)

- İnsan ve hayvan aile figürleri seti
- Özellikle küçük yaş grupları için; geliştirici oyuncaklar;
- Duygu gelişimi, duyma gelişimi, dil gelişimi, motor gelişimini destekleyen oyuncaklar...(Legolar, mozaikler vs. gibi)
- Maskeler, kuklalar
- Metafor kuklaları
- Her boyutta toplar (ihtiyacımız olmadığı sürece topları ortada bulundurmamalıyız.)
- Cinsiyet gelişimini destekleyen oyuncaklar
- Gerçek hayatı yansıtan oyuncaklar (Ev, araba, aile, kamyon, uçak vs. gibi)
- Çocuğun öfke ve saldırganlık dürtüsünü yansıtacak oyuncaklar (asker, oyuncak silah, bıçak, kılıç, çekiç, tabanca, vahşi hayvan figürleri vs. gibi)
- Oyun hamuru, kil, çakıl taşları, deniz kabukları, pamuk
- Günlük hayatta kullanılan eşyaların oyuncakları (telefon, ütü, yemek takımı, buzdolabı vs. gibi.)
- Masa başı oyunlar (satranç, domino, dama vs. gibi)
- Küpler, Legolar (farklı boyut ve biçimlerde)
- Tematik oyuncaklar (doktor, berber, usta, astronot. vs)
- Çeşitli müzik aletleri vs.

OYUN TERAPİSİ UYGULAMASI

Oyun terapisinde birbirinden farklı uygulama ve yaklaşımdan söz etmek mümkündür. En yaygın olarak uygulanan teknikler Non-Direktif (Yönlendirilmeyen) oyun terapisi ve Bilişsel-davranışçı oyun terapisidir.

Yönlendirilmeyen (Non-Direktif) oyun terapisinde çocuğun oyunu spontanedir. Çocuk oynarken müdahale edilmez. Uzman gözlemci durumundadır. Çocuğun oyunu gözlemlenerek çocuğun yaşadığı problemler, çocuğun kişilik özellikleri hakkında bilgi alınmaya çalışılır. Non-direktif oyun terapisinde beklenen sonuç, çocuğun oyun oynayarak var olan saplantı ve zorlantılarını olumlu alanlara yönlendirmesidir.

Bilişsel-davranışçı oyun terapisinde ise uzman, çocuğun oyununu belli düzeyler ile farklı alanlara yönlendirebilir. Bu teknikte oyunu yöneten çocuk değil uzmandır. Oynanan oyunlar belli amaçlara göre yapılandırılmış ve hedefe yöne-

liktir. Bu teknikle, çocuğa problem davranışının farkına varması ve bu davranışın yerine, işlevsel bir davranış kazandırılmaya çalışılır (O'Connor, 1991., Lendert, 1994., Panfilova, 1999., Fopel, 2004., Bogina, 2010., Schaefer, 2013., Smirnova, Riabkova, 2013., Panfilova, 2006., Halmatov, 2016.)

Çocuklar ile çalışmak için en uygun ve en etkili terapi tekniği Bilişsel Davranışçı Terapi Tekniğidir. Özellikle okulöncesi dönemi çocuklar ile çalışmada hiçbir teknik Bilişsel Davranışçı Terapi tekniği kadar etkili değildir. Bu tekniğin en belirgin özelliği duygu, düşünce ve davranış arasındaki uyumu sağlamasıdır. Bu yaklaşıma göre insanın bilişsel yapısı (düşünce), duyguları ve davranışları sıkı bir etkileşim halindedir. Öyle ki düşüncedeki değişim duygu ve davranışı, davranıştaki değişim de duygu ve düşünceyi etkiler. Bu mantıkla bakıldığında düşüncenin değişimi davranışı, davranışın değişimi de düşünceyi değiştirir. Diğer yandan "düşünce" sınırsız ve uçsuz bucaksızdır. Bu anlamda "düşünen" bir varlık olan insan her zaman düşüncesini kontrol edemez. O halde kontrol edilemeyen olumsuz bir düşünce olumsuz bir davranışa yol açabilir. Bu olumsuz düşünce olumlu düşünceye dönüştürülürse davranış da olumluya dönüşür.

Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Yaklaşımının işleyiş şeklini aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür;

1. Bireyi bunalıma sokan (engelleyen) olumsuz bir düşünceyi (Ki bu düşünceler otomatiktir. Yani kontrol dışıdır. Aniden çıkar) belirlemek
2. Bu otomatik negatif düşüncenin bireyde ne gibi sorunlara yol açtığını belirlemek
3. Bireydeki bu "işe yaramayan" düşünce ve inancı ortadan kaldırmak
4. Bireyde yeni düşünce biçimi (daha "kullanışlı" ve daha "mantıklı") oluşturmasına yardımcı olmak

Bilişsel-Davranışçı Oyun Terapi Tekniği 'de yukarıdaki işleyiş mantığına dayalı geliştirilmiş oyun terapi tekniklerinden biridir. Psikolojideki Davranışçı Yaklaşım ile Bilişsel Yaklaşımının yöntemlerinin birleşiminden oluşmaktadır.

Davranışçı Yaklaşım Teknikleri

Davranışçı Kuramın kurucusu John Watson olarak bilinir. En çok bilinen Davranışçı Kuramcılar Skinner, Bandura, Pavlov'tur (Knell, 1998., Lendert, Houmer, 2001., Back, 2001.,Shevchenko, 2003., Beck, 2004., Soygüt, 2012., Topses, 2012., Şahin, 2015.)Bu yaklaşımı benimseyenlerin en önemli özelliklerinden biri, davranışı duygudan daha ön plana çıkarmalarıdır. İddia şu; bir davranışı öğrenmek için "akıllı olmak" gerekmez. Yani öğrenilen her yeni davranış bilişsel yete-

nek gerektirmez. Örneğin; insan dışındaki birçok canlı sergiledikleri davranışın bilişsel düzeyi ile ilgilenmez. Bu canlılarda yeni öğreneceği davranışı belirleyen "şey" o davranışın "gerekliliği" değil, davranışı sergiledikten sonra karşılaşacağı "durumdur". Bu durum "hoş" veya "nahoşluktur". Davranış sergilendikten sonra "hoş" durumla karşılaşırsa o davranışın tekrarlanma olasılığı artacaktır. Davranıştan sonra "nahoş" durum söz konusu ise sergilenen o davranışın tekrarlanma olasılığı düşecektir. Bu durumda öğrenmeyi belirleyen etken zihinsel (bilişsel) bir durumdan çok ödül ve ceza olmaktadır. Bilinci (aklı) olmayan bir canlı (mesela fare) tüm davranışlarını uyarıcı-tepki (U-T) yoluyla öğrenir. Davranışçılar insan davranışını da bu şekilde olumlu yönde değiştirilebileceğini ileri sürerler.

Davranışçı Kuramın en çok bilinen kavramları; klasik koşullanma, edimsel koşullanma ve sosyal öğrenme kuramlarıdır (Abramova, 1993., Altıntaş., Gültekin, 2014).

Pavlov'un Klasik Koşullanma Kuramında organizmaya iki uyaran birlikte verilir. Koşulsuz uyaran (doğal) ile nötr (etkisiz) uyaranın eşleştirilmesi (birlikte sunulması) sonucu koşulsuz uyarana gösterilen tepkinin nötr uyarana da göstermeye başlanacağı iddiası klasik koşullanmanın temelini oluşturur.

Erikson'un edimsel koşullanmasında ise davranış ve pekiştireç kullanılır. Burada istendik bir davranış sergilendiğinde o davranış pekiştirilir. Anne-babaların çocuk eğitiminde en çok kullandıkları yöntemdir. İstenen davranış pekiştirilir, istenmeyen davranış pekiştirilmez veya cezalandırılır.

Bandura'nın sosyal öğrenme kuramında ise aslolan bireyin başkalarını gözlemleyerek öğrenmesidir. Öğrenmenin etkililiği, öğrenenin modelden gözlemlediği davranışı taklit edebilme kabiliyetidir. Model alarak öğrenme olarak da bilinen bu kuramda insan birçok davranışını başkalarına bakarak öğrenir.

Davranışçı Yaklaşımın yöntemleri temel alınarak Wolpe (1958) tarafından sistematik duyarsızlaştırma tekniği geliştirilmiştir. Sistematik duyarsızlaştırma tekniği çocuklarla çalışmada oldukça etkili bir tekniktir. Özellikle korku ve kaygı problemi olan çocuklarla çalışırken sistematik duyarsızlaştırma tekniği kullanılarak geliştirilmiş oyunlar kullanılır. Bu tekniğin altında yatan mantık şudur;

1. İki zıt duygu bir arada bulunamaz ilkesi. Örneğin; sakinlik ve kaygı. Kaygılı olan insan aynı anda sakin olamaz. Ya kaygı ağır basar ya da sakinlik. Veya neşe ve hüzün. Neşeli biri hüzünlü olamaz. O halde kaygıya yol açan uyarıcının yerine neşeye yol açan uyarıcı vurgulanarak pekiştirilerek kaygının etkisi azaltılabilir. Davranışçı yaklaşımda bu duruma "karşıt koşullanma" denir.

2. Sürekli ilerleme ilkesi. Kaygıyı tetikleyen uyarıcının etkisinin en zayıftan en etkili olana kadar arttırılmasıdır. Davranışçı yaklaşımda bu durum "sistematik duyarsızlaşma" ile açıklanabilir.

Karşıt Koşullanma

Karşıt koşullanmada, olumsuz bir tepkiye neden olan koşullu uyarıcının, olumlu bir tepkiye neden olan bir uyarıcıyla bağlantı kurulması sonucu olumsuz tepkinin tersine çevrilmesi söz konusudur.

Sistematik Duyarsızlaştırma

Sistematik duyarsızlaştırmada çocuğa korku uyandıran uyarıcı zayıf etkisi olandan aşırı etkisi olana doğru sırayla verilir. Çocuğa adım adım korku uyandıran uyarıcıya alışması öğretilir. Önce çocuktan o durumu hayal etmesi istenir. Eğer çocuk hayal edemeyecek durumda (yaşta) ise o zaman uyarıcı görselleştirilebilir. Örneğin; korku problemi olan çocuğa önce korktuğu şey ile ilgili hikâye anlatılır, daha sonra oyuncaklar üzerinde canlandırılır. Sonraki aşamada oyuncak yerine çocuk kendisi oyuna katılır. Son olarak da gerçek durum ile yüzleştirilir.

Karşı Karşıya Getirme (Maruz Bırakma)

Organizmanın korku duyduğu bir uyarıcıyla bir süre aynı ortamda kalması sağlanır. Böylece korku tepkisi ortadan kaldırılmaya çalışılır. Oyun terapisinde özellikle son seanslarda uygulanan oyunlar maruz bırakma tekniği içeriklidir.

Yukarıdaki teknikler Bilişsel-Davranışçı Oyun Terapi uygulamaları sırasında sıkça başvurulan teknikler olarak kabul edilir. Bilişsel-Davranışçı Oyun Terapi uygulamaları sırasında, Edimsel Koşullanma Yaklaşımındaki pekiştirme teknikleri ve Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramındaki model alarak öğrenme teknikleri de oyun şeklinde sık sık kullanılır.

Davranışçı Yaklaşım Temelli Oyun Terapisi

Davranışçı Yaklaşım Temelli Oyun Terapisinin amacı çocuktaki istenmeyen davranışı değiştirmektir. Bu amaçla Davranışçı Yaklaşım teknikleri oyunlaştırarak kullanılır. Bunun için çeşitli oyuncaklar, kırtasiye malzemeleri ve çeşitli pekiştireçler materyal olarak kullanılır. Oyun, uzman için çocuk ile çalışmadaki araçtır.

Korku ve kaygı problemi olan çocuklarda özellikle sistematik duyarsızlaştırma tekniği kullanılır. Bu bağlamda terapide kullanılan (geliştirilen) oyunlar etki açısından bir sıralama halinde oynanır. Örneğin, kaygı problemi olan çocuk ile önce masabaşı oyunlar oynanarak başlanır, seans ilerledikçe hareketli oyunlara

doğru ilerlenir. Hiperaktif çocuklarda ise tam tersi yol izlenir. Hareketli oyunlardan başlanan ilk seanslar gittikçe daha sakin oyunlara doğru ilerler. Korku problemi olan çocuklarda ise sistematik duyarsızlaştırma uygulandıktan sonra maruz bırakma teknikleri oyunlaştırılarak uygulanır. Maruz bırakma teknikleri ise özellikle son seanslarda "kontrol" amaçlı olarak kullanılır. Model alarak öğrenme teknikleri kullanırken, oyuncaklar kullanarak çocuğa alternatif davranışlar gösterilmeye çalışılır.

Yeni davranış kazandırılırken pekiştirme tekniği oldukça sık kullanılır. Bunun için oynanan oyunlarda puan biriktirme (fiş, jeton, gülen yüz, artı işareti vs. gibi) teknikleri kullanılır. Puan biriktirme oyunlarına davranış biçimlendirme sırasında da sıkça başvurulur. Çocuğu istendik davranışa götürmek için benzer davranışlar ödüllendirilir.

Davranışçı oyun terapisi özellikle davranış problemleri söz konusu olduğunda uygulamaya daha elverişlidir. Bu tekniği uygulamak için problemin net ve belirlenmiş olması gerekmektedir. Duygusal temelli sorunlarda Davranışçı Oyun Terapi tekniği sadece yardımcı bir teknik olarak kullanılabilir. Davranışçı Oyun Terapi tekniğinde aile ile iş birliği önem arz eder. Pekiştirilen tutumun evde de devam etmesi veya doğru rol model olma konusunda aileden yardım alınır. Bu anlamda ailedeki dinamikleri belirlemek için aile görüşmesi çok önemlidir.

Davranışçı yaklaşım temelli oyunlarda uzmanın rolü, çocuğun "problem" davranışını "kabul edilir" düzeye doğru biçimlendirmesidir. Bu durumda uzman oyunlarda aktif ve yönlendirici rolündedir. Uzman, oyun sırasında çocuğun olumlu davranışlarını pekiştirerek, yeni ve "doğru" davranışın pekişmesini sağlar.

Davranışçı yaklaşım oyun terapi tekniğinde maruz bırakma oyunları, pekiştirme işleminden sonra uygulanır. Pekiştirilerek değiştirilen "yeni" davranışın gerçek hayatta işe yarayıp yaramadığını test etmek amaçlı maruz bırakma oyunları oynanır. Örneğin, karanlık korkusu olan bir çocuk ile son seanslarda karanlık ortamda oyunlar oynanırken, kaygılı çocuklarda çocuğun kaygısını depreştirecek (yarışma oyunları) oyunlar oynanır. Maruz bırakma oyunları sırasında çocuğun baş etme düzeyi gözlemlenir ve gerektiği kadar değişim söz konusu ise seanslar sonlandırılır.

Bilişsel Terapi Teknikleri

Bilişsel terapi, 1960'ların sonunda Aaron Temkin Beck tarafından geliştirilmiştir. Bu modele göre bireyin duyguları ve davranışları, yaşadığı olaylara ilişkin algılarının bir sonucudur (Knell, 1998., Lendert, Houmer, 2001., Back, 2001.,Shevchenko, 2003., Beck, 2004., Soygüt, 2012., Topses, 2012., Şahin, 2015.)

Her bireyin olaylara bakış açısı kendine özgüdür. Bu anlamda yaşanan olay farklı kişilerde aynı sonuca varmaz. Çünkü herhangi bir olaya (uyarıcıya) verilen tepki o olaya göre değil, bireyin olayı nasıl algıladığı ile alakalıdır. Bilişsel terapideki kavramların biri otomatik düşüncedir. Otomatik düşünceler, belirli bir duruma karşı anlık olarak "kendiliğinden" ortaya çıktığı düşünülen düşüncelerdir. Birey otomatik düşüncelerinin çoğu zaman farkında değildir. Ancak bu düşünceler kendiliğinden de ortaya çıkmazlar. Otomatik düşüncelerin temelinde bireyin o olaylara ilişkin tutumları ve inançları yatmaktadır. (Abramova, 1993., Altıntaş., Gültekin, 2014). Bilişsel terapide iki tür inançtan söz edilir: temel inançlar ve ara inançlar. Temel inançlar genellemelerden oluşur ve değiştirilmesinin zor olduğu düşünülmektedir. Ara inançlar ise varsayımlar ve tutumları içermektedir ve değişime daha açıktırlar. Bilişsel terapiye göre psikolojik sorunlara, bireylerin kendilerine özgü bilişsel problemleri neden olmaktadır. Bu bilişsel hataların başlıcalarını aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür;

- Olumluyu göz ardı etme
- Etiketleme yapma
- Ya hep ya hiç şeklinde düşünme
- Felaketleştirme
- Duygusal çıkarım yapma
- Aşırı genelleme
- Zihin okuma
- -meli -malı cümlelerinin kullanılması
- Kişiselleştirme
- Zihinsel olarak seçici odaklanma
- Büyütme-Küçümseme

Bilişsel terapide terapist, hastaya çarpık düşünce ve inançları belirlemeyi, değerlendirmeyi ve değiştirmeyi öğretir. Bilişsel terapide sıklıkla kullanılan başlıca teknikler aşağıdaki gibidir (Knell, 1998., Lendert, Houmer, 2001., Back, 2001.,Shevchenko, 2003., Beck, 2004., Soygüt, 2012., Topses, 2012., Şahin, 2015.)

- Sorgulama (Sokrates sorgulama)
- Yönlendirilmiş Keşif
- Düşünceleri Kaydetme
- Davranışsal Deney
- Aktivite Çizelgesi Yapma
- Aşamalı Görevler Oluşturma

- Atılganlık Eğitimi
- Zihinde Canlandırma (imajinasyon)
- Ev Ödevleri.

Bilişsel- Davranışçı Oyun Terapisi Teknikleri

Bilişsel-Davranışçı Oyun Terapisi 1990'larda başlayan bir yaklaşımdır. Temelini Bilişsel-Davranışçı Terapiden alan Bilişsel-Davranışçı Oyun Terapisinde de düşünce, duygu ve davranış ilişkisi üzerinde durulur. Bu yaklaşıma göre bireyin düşünce sisteminde gerçekleşen değişimler, duygusal ve davranışsal değişimlere yol açar. Çocuklarla çalışırken bu teknik oyunlaştırılarak, çocuğa oyun yolu ile alternatif davranışların olduğu gösterilir. Çocuk ile çalışma sırasında çocuğun "doğru" olduğuna inandığı ve başka seçeneğinin olmadığını düşündüğü ve çocuğun çevreye uyumunu güçleştiren "yanlış inançları" belirlenir. Daha sonra oyun yolu ile çocuğun düşüncelerinin işlevselliği sorgulanır ve çocuğa yeni "çıkış yolu" kazandırılır. Terapi sırasında davranışçı ve bilişsel yaklaşım yöntemlerine uygun oyunlar seçilir veya yeni oyunlar geliştirilir. Çocuğun durumuna göre oyun geliştirme sırasında da davranışçı ve bilişsel yöntem teknikleri kullanılmalıdır. Aşağıda davranışçı ve bilişsel yaklaşım tekniklerinin oyun terapisinde ne zaman ve nasıl kullanılacağı hakkında kısaca bilgiler verilmiştir.

Model Alarak Öğrenme Tekniği Kullanımı

Model alarak öğrenme tekniği kullanılarak oyuncaklar veya hikâyeler üzerinden çocuğun kendisine "kuş bakışı" bakması sağlanır. Oyunlar çocuğun problemine yönelik geliştirilir. Oyun geliştirilirken çocuğun yaşı (genel olarak gelişim düzeyi) dikkate alınır. Oynanan veya geliştirilen oyun çocuğun yaşına, bazı durumlarda cinsiyetine ve olgunluk düzeyine uygun ve problemine yönelik olmak zorundadır. Çocuğa yeni bir "bakış açısı" kazandırarak, davranış repertuarına yeni bir sosyal davranış eklenilir. Çocuk, seans sırasında kendisiyle aynı problemi olan bir oyuncağın veya bir hikâye kahramanının problemini nasıl çözdüğüne tanık olacaktır.

Sistematik Duyarsızlaştırma Tekniği Kullanımı

Bu teknik özellikle çocukların kaygı ve korku problemleri ile çalışırken oldukça etkilidir. Amaç çocuğun korku ve kaygı düzeyini azaltmak ve yeni baş etme davranışları kazandırmaktır. Yetişkinler ile çalışılırken çoğunlukla canlandırma tekniği kullanılır. Bireye sıkıntı yaşatan uyarıcıya benzer uyarıcılarla baş etme becerisi kazandırılarak, hafif etkili uyarıcıdan "hedef" uyarıcıya doğru adım adım ilerlenir. Aynı mantık çocuklar ile çalışılırken de kullanılır. Aradaki fark ise bura-

da oyunların kullanılmasıdır. Oynanacak oyunlara çocuğun problemine benzer probleme sahip olan bir oyuncak hayvanla başlanır. Sonraki aşamalarda oyuncak çocuk kullanılır. Ve son olarak da rol yapma oyunu ile çocuğun kendisi oyuna katılır. Başka bir yöntem ise oyunun "etki ayarı". Bu yöntemde oynanacak oyun basitten karmaşığa doğru gider. Örneğin; karanlık korkusu olan çocukla, önce gözleri kapatılarak "körebe" oynanır. Daha sonra "saklambaç" oynanır. Zamanla oyun karanlık ortama doğru ilerler. Her aşamada çocuğun "cesur" davranışı pekiştirilir.

Oyun oynama konusunda sınırlılıkları olan çocuklarda, çocuklara resim yaptırılabilir. Resim yaptırmak da sistematik duyarsızlaştırma tekniği içerir. Çocuğa korktuğu şeyin resmini yaptırmak, çocuğu korkusuyla yüzleştirmektir aslında. Çocuk bir taraftan korkusunun resmini çizerken bir yandan da korkusunu "sıradanlaştırabilir". Bazı durumlarda sadece hikâye anlatılabilir. Çocuk dinlediği hikâyede kendine benzer birini "bulacaktır". Hikâyedeki kahramanın problemi, çocuğa kendi problemini anımsatacaktır. Bu da çocukta problemi yaşayanın sadece kendisi olmadığı duygusunu verir. Hikâye kahramanının problemin karşısındaki tutumu çocuğa umut verir. Benzer problemi olan başka bir çocuğun o problemi nasıl çözdüğünü görmek çocuğa alternatif çıkış yolları gösterir.

Uzman küçük adımlar ile çocuğa problemi ile yüzleşmesini ve problemi ile nasıl baş etmesi gerektiğini gösterir. Yeni kazanımlar, yeni beceriler edinen çocuk bu becerilerini pekiştirerek "kalıcı" hale getirir.

Taşırma Tekniği Kullanımı

Taşırma yöntemi istenmeyen davranışın ortadan kaldırılması için kullanılan bir yöntemdir. Bu yöntemde organizma için pekiştireç niteliği taşıyan uyarıcı, organizma bıkana kadar aralıksız bir şekilde verilir. Pekiştirece doyan organizma için pekiştireç artık önemini kaybetmiştir. Bıktırma yöntemi psikomotor davranışlar için kullanılan bir yöntemdir. Oyun terapisinde özellikle hareketli ve saldırgan çocuklar ile çalışırken kullanılır. Bu tür oyunlarda sınırlama çok önemlidir. Örneğin; saldırgan çocuk belli bir sınır içerisinde yorulana kadar "karate" yapabilir.

Biçimlendirme Tekniği Kullanımı

Çocuğun öğrenmesi istenilen bir davranışı kazandırabilmek için, davranışın daha basit davranış basamaklarına bölünerek öğretilmesidir. Korku ve özgüven problemi olan çocuklarla çalışırken kullanılabilir. Çocuğa kazandırılmak istenen davranışa adım adım pekiştirilerek gidilir. Oyunlar basitten karmaşığa veya kolaydan zora doğu ilerlerken her aşamada çocuk ödüllendirilir. Biçimlendirme sayesinde istenen davranışa en yakın davranış pekiştirilerek, organizma istenen davranışa yaklaştırılır.

Gevşeme Eğitimi Kullanımı

Fiziksel ve zihinsel gevşeme egzersizleri oyunlaştırılarak çocuklar ile çalışmada kullanılabilir. Çocuğa maruz kaldığı stres verici uyarıcılarla baş edebilmesi öğretilir. Amaç çocuğun zihinsel ve fiziksel olarak rahatlamasıdır. Kaygı ve korku problemi olan çocuklarla çalışırken etkilidir. Özellikle seans bitimine doğru oynanan oyunlar bu teknik kullanılarak oluşturulabilir. Böylece çocuk daha rahat ve daha sakin bir şekilde evine gitmiş olur.

Atılganlık Eğitimi Kullanımı

Atılganlık eğitim programları, kendine güveni olmayan, benlik kavramı olumsuz yönde etkilenmiş, içine kapanık ve çekingen çocuklar ile çalışırken kullanılan tekniktir. Atılganlık eğitimi ile çocuklara nerede, nasıl davranması gerektiği öğretilir. Duygu ve düşüncelerini dile getirebilme, kaygı ve heyecanını kontrol edebilme becerileri kazandırılmaya çalışılır. Çocuğa rol yapma oyunları ile çekingen, saldırgan ve atılgan davranışların farkını göstererek bu davranışları ayırt etmesi öğretilir. Bu teknik her türlü problemi olan çocuklarla çalışırken son seanslarda uygulanabilir. Böylece çocuk daha sonraki hayatında kullanabileceği uygun sosyal beceriler kazanmış olur.

Kendi Davranışlarını Kontrol Etme Tekniği

Çocuğu problemi ile yüzleştirmek ve söz konusu problem davranışını kontrol edebilmesinde aktif rol üstlenmesi sağlanır. Bu oyun tekniğinde davranış kartları oldukça etkilidir. (Çocukları Okula Psikolojik Olarak Hazırlama kitabında bulabilirsiniz.) Bu tarz oyunlarda çocuk, davranış kartlarını yöneten pozisyondadır. Çocuk elinde davranış kartları (kibar ol, sessiz ol, dikkatli ol, ses tonunu alçalt, mesafeni koru anlamına gelen davranış kartları) ile bekler, diğer çocuklar (grup yoksa uzmanın oyuncaklar ile oynadığı senaryo) içeriğinde hedef çocuğun problem davranışı olan oyun oynarlar. Hedef çocuk oyundaki kendine benzeyen kahramana elindeki kartları göstererek "uygun" davranışları gösterir.

Aşamalı Görevler Oluşturma Tekniği

Çocuğun davranışları veya tutumları aşamalı olarak kolaydan zora veya basitten karmaşığa doğru değiştirilmeye çalışılır. Çocuğa kazandırılmak istenen hedef davranışlara aşamalı olarak uygulaması daha kolay davranışlardan başlanır. Davranışçı yaklaşımdaki biçimlendirme tekniğine benzer olan bu teknik özgüven problemi, kaygı problemi olan çocuklar ile çalışmada oldukça etkili olabilir.

Yönlendirilmiş Keşif Tekniği

Çocuğa nasihat vermek veya yönlendirmek yerine, yaptığı hatalı davranışın veya tutunduğu tutumun sonucunun nereye varacağını göstermek için kullanılır. Ayrıca farklı senaryo oyunları kullanılarak, alternatif tepki ve tutumların farklı sonuca ulaşabileceği ve bu sonuçların bazılarının işe yaramadığı, bazılarının ise daha işlevsel ve toplum tarafından da kabul görülen olduğu gösterilir.

BİLİŞSEL-DAVRANIŞÇI OYUN TERAPİSİ

İlk Görüşme

Oyun terapisine başlamadan önce çocuk değerlendirilir. Değerlendirme sırasında uzman çeşitli görüşme teknikleri, testler veya oyun teknikleri kullanarak çocuğu (objektif olarak) tanımaya çalışır. Çocuğun uzmana hangi sebeple geldiği (getirildiği) göz önünde bulundurularak anne baba ile görüşme yapılır. Bazen uzman, çocuğun getirilme sebebinden çok daha önemli "sorunlar" görebilir. Değerlendirme sonrasında anne baba ile görüşülür ve değerlendirme sonucu onlarla paylaşılır. Uygun görüldüğünde oyun terapisine başlanır. Çocuk ile oyun terapisi uygulamaları devam ederken bir yandan da anne-baba ile de çalışmalar yürütülmelidir. Anne babanın desteği olmadan çocuktaki sorunların çözülmesi mümkün değildir. Bu bakımdan anne-baba ile ön görüşme sırasında ileriki aşamada neler olacağı ve onların neler yapmaları gerektiği konuşulur. Bu konuşma sırasında çocuğa oyun terapisi uygulanacağı ve uygulama sürecinde iş birliği yapılacağı konusunda anlaşmaya varılır.

Bilişsel davranışçı oyun terapide seansların yapısı hemen hemen birbirinin aynısıdır. Terapi süreci sorun odaklı, aktif ve hedef yönelimlidir. Çocuklarda da işbirliğine dayalı araştırma, yönlendirilmiş keşif gibi yetişkinlerde uygulanan teknikler oyunlaştırılarak kullanılır. Ev ödevleri, öğrenilen becerilerin gerçek hayatta kullanılmalarını sağlamada önemli rol oynar. Genellikle çocuklar terapiye kendi istekleriyle gelmezler. Terapiye neden geldiklerini de bilmedikleri için genellikle terapi sürecinden hoşlanmazlar. Eğer çocuk aile ya da okulun baskısıyla terapiye devam ediyorsa bu süreci ceza olarak algılayabilir. Bundan dolayı başlangıçta gönülsüz ve öfkeli olabilir. Çocuklar otorite figürü olarak gördükleri bir yabancıyla psikolojik sorunları üzerine konuşmayı kaygı verici bulabilirler. Bu anlamda çocuk ile ilk görüşme dikkat gerektirir. Çocuk ile güvenli bir ilişki kurmak hem çocuk hem uzman adına önemlidir.

Çocuğa uygun program geliştirmek için çocuğu doğru tanımak ve değerlendirmek gereklidir. Tedavi sırasında kullanılacak teknikleri seçerken çocuğun yaşı

ve zihinsel gelişim düzeyi göz önünde bulundurulmalı ve müdahale çocuğun anlayabileceği şekilde uyarlanmalıdır. Çocuğun dikkat süresi, belirsizliğe toleransı, dürtüsellik düzeyi, dil gelişimi, farklı bakış açılarını anlama, muhakeme ve soyutlama yeteneği gibi bilişsel ve sosyal gelişimsel özelliği de hesaba katılmalıdır. Zihinsel ve sözel yetenekleri çok gelişmemiş küçük çocuklar "kendine yönerge verme" gibi basit bilişsel tekniklerden daha iyi yararlanırken, "kanıt inceleme" gibi daha mantıksal analize dayanan bilişsel tekniklerden hemen sıkılabilirler.

Çocuğu doğru tanımak ve ona uygun program geliştirmek önemlidir fakat daha da önemlisi uzmanın bu programı uygulayabilecek tecrübe ve beceriye sahip olmasıdır. Çocuklar ile oynayabilmek bazı durumlarda "yetişkin" biri için "komik" duruma düşmek olarak algılanabilir. Bu anlamda uzman öncelikle çocuklar ile çalışmayı seven biri olmalıdır. Yeri geldiğinde atlamak, zıplamak, yeri geldiğine çömelmek ve emeklemek gerekebilir. Ayrıca uzman konuşma hızını ve ses tonunu çocuğun durumuna ve oynanan oyunun akışına uygun olarak değiştirebilmelidir. Çocuk hızlı konuştuğunda, terapistin de benzer biçimde karşılık vermesi ya da çocuk yavaşladığında terapistin de acele etmemesi aradaki ilişkinin güçlendirilmesi için önem taşımaktadır. Sözel yetenekleri çok gelişmemiş çocuklarla görüşme yaparken resim çizme, kuklalarla oyun oynama, oyuncaklarla oynama, karşılıklı hikâye anlatma gibi eğlenceli aktiviteler kullanılması önemlidir. Çocuğun eğlenirken, bir yandan da duygularını adlandırma, aklından geçen düşünceleri bulma, duygu ve düşüncelerini birbirinden ayırma, düşünceyi sorgulama gibi pek çok yeni beceriyi öğrenmesini sağlar. Etkinlik süresince çocuğun terapötik çalışmaya ilgisinin canlı kalabilmesini sağlar ve odaklanabilmesini kolaylaştırır. Çocukların duyguları ile temas kurabilmesine ve bu duyguları davranışlarına yansıtabilmesine olanak sağlar. Oyunlar ve eğlenceli aktiviteler, çocuğun süreçten keyif almasını sağlayarak terapi motivasyonunu artırır.

Oyun terapisi duruma göre bireysel ve grup halinde uygulanır. Çoğunlukla bireysel başlayan oyun terapisi grupla sonuçlanabilir. Grup oyun terapisinin önemi, çocuğun başka çocuklar ile bir arada olması ve yeni kazandığı becerilerini grup içinde uygulayabilme imkânının olmasıdır. Ayrıca grup içerisinde "hedef" çocuk daha iyi gözlemlenebilir. Oyun terapisinde çocuk kesinlikle oynamaya zorlanmaz. Eğer çocuk oynamak istemiyorsa oyun terapisi uygulanmaz. Uzman çocuğu oyuna teşvik edici davranışlarda bulunarak çocuğu oyuna katabilir. Oyun terapisinin süresi çocuğun yaşına ve durumuna göre değişebilir. Bireysel uygulamalarda bir seans 45 dakika iken grup uygulamalarında bu süre grubun durumuna göre 2 saat kadar sürebilir.

Grup çalışması çocuk ile görüşmenin son seanslarına doğru olmalıdır. Fakat çocuk gruba alınmadan önce gruba hazır olup olmadığına bakılmalıdır. Çocu-

ğun sosyal yeterlilik durumu gözden geçirilmelidir. Çocukta sosyal ortama girme konusunda çekingenlik görülüyorsa çocuk ile belli bir süre daha bireysel olarak çalışılmalıdır. Aşırı hareketli çocuklar da gruba uyum sağlamakta zorlanabilirler. Çocuğu gruba katarken yaş yakınlığı ve problem benzerliğine dikkat edilmesi gerekmektedir. Aynı grupta olabilecek çocukların yaş yakınlığı; 4–7 yaş (en fazla 4 çocuk), 7–10 yaş (en fazla 6 çocuk), 11–13 yaş (en fazla 8 çocuk), ve 14–16 yaş (en fazla 8 çocuk), olabilir.

Rus uzman Zaharova oyun terapi aşamalarını 4 etaba ayırmıştır. Bu etapların her birinin farklı amaçları vardır. Her etapta uygulanan teknikler, oynanan oyunlar ve kullanılan materyaller bakımından birbirinden farklıdır. Her etapta etabın amacına bağlı olarak da uzmanın tutumu da değişir. Örneğin, ilk etaplarda uzmanın ses tonu daha sakin ve daha yumuşak iken, son etaplarda uzman oyun sırasında ses tonunu biraz daha yükselterek oyunun temposunu artırmak için çocuğu teşvik edebilir. Zaharova tarafından oyun terapisindeki dört etap aşağıdaki gibidir.

1. Etap
   Oryantasyon Etabı (görüşme, uyum)
2. Etap
   Müdahale Oyunları (depreştirici ve terapötik oyunlar)
3. Etap
   Benlik Kazandırma (Pekiştirme)
4. Etap
   Kontrol

I. ETAP (ORYANTASYON ETABI)

Birinci etap oryantasyon etabıdır. Oryantasyon etabı 1 veya 2 seanstan oluşur. Seans süresi 45 dakika 1 saat aralığında olabilir. Hedef edilen sonuca ulaşmak için uzmanın çocuğa, çocuğun da uzmana alışması gerekmektedir. Buna terapötik iletişim kurma denir. Terapötik ilişki, uzmanın ilk görüşmeden itibaren çocuk ile kurduğu etkili bir ilişkidir. Eğer olumlu ilişki kurulursa uygulamanın başarılı olma olasılığı artacaktır. Uzman, terapötik iletişim kurmak için kullanılan becerilerde tecrübeli olmalıdır. Aşağıda terapötik ilişki kurma becerilerinin oyun terapisinde nasıl kullanılabileceği kısaca anlatılmıştır (Corey, 2015.,Voltan Acar, 2015.)

Yapılama: Uzman, çocuğa oyun odasında neler yapacakları konusunda bilgiler verir. Bundan sonra her hafta, belli bir süre, çocukla birlikte bu odada farklı oyunlar oynayacaklarını ve oynayacakları oyunların ne olacağına ortak karar ve-

receklerini, daha sonraki günlerde bazı oyunların bazı kuralları olacağını ve bu kurallara çocuğun uyması gerektiğini" belirtir.

Yakından ilgilenme: Uzman, çocuğun kendini daha iyi hissetmesi için ona karşı nazik ve anlayışlı olmalıdır. Çocuğa ortamın güvenli olduğu, onunla oynayacak olan "kişinin" güvenli olduğu hissi verilmelidir. Uzman olabildiğince doğal ve rahat olmalıdır. Çocuğun sorularına sabırla ve nazikçe cevaplar vermesi, çocuğu destekleyen, teşvik eden davranışlarda bulunması gerekmektedir.

Konuşmaya açık davet: Uzman, çocukta dirence neden olabilecek soruları sormaktan kaçınmalıdır. Çocuğa uygun soru sormak için açık uçlu sorular kullanılmalıdır. Eğer çocuk konuşmak istemiyorsa zorlamamak gerekir. Çocuklara sorular sorulurken direk çocuğa sormak yerine bir oyuncağa veya çocuğun çizdiği bir resme yönelik "En" sorular da sorulabilir. En sorular basitten karmaşığa veya kolaydan zora olmalıdır. İlk sorular çocuğun cevap vermekte zorlanmayacağı "sıradan" sorular olmalıdır. Örneğin; "Sence bu çocuk (resimdeki veya oyuncak çocuğu göstererek) en çok hangi yemeği seviyordur?" . Çocuk rahatladıktan sonra daha "derinlemesine" sorular sorulabilir. Örneğin: "Sence bu çocuğun (resimdeki veya oyuncak çocuğu göstererek) en çok korktuğu şey nedir?" gibi. Senaryo oyunları kullanarak, soruyu, oyun senaryosundaki hayvanın üzerinden sormak da çocuklar açısından cevaplaması daha kolay olur. Örneğin: "Tavşancık okuldayken annesini hatırlamış. Sence tavşancık neler hissediyordur? Veya sence tavşancığın aklından neler geçiyordur?" vs. gibi.

Asgari Düzeyde Teşvik: Uzmanın daha az konuşarak çocuğun konuşmasını teşvik etme durumudur. Uzman çocuğun konuşmasını can kulağıyla dinlediğini kafa sallayarak, gülümseyerek çocuğa fark ettirir. Yüz ifadesini konuya göre değiştirerek, mimik ve jestler kullanarak da çocuk konuşmaya teşvik edilebilir.

Duyguların Yansıtılması: Çocuklar çoğu zaman duygularını ifade etme ve tanımada sorunlar yaşayabilirler. Uzman, çocuğa duygularını tanıması ve fark etmesinde yardımcı olmalıdır. Çocuğun duygularını ifade ediş tarzı gözlemlenir. Hangi durumda hangi duygunun gösterildiği ve bu duygunun diğer duygulardan ne gibi farkları olduğu üzerinde durulur. Duygu çalışması daha sonraki etap olan II. Etapta daha detaylı anlatılacaktır.

İçeriğin Yansıtılması: Uzman oyun sırasında çocuk tarafından ifade edilen duygu ve düşünceleri tekrar ederek çocuğu doğru anladığını fark ettirmelidir. Burada çocuğun her ifadesini tekrar etmekten çok, çocuğun ifadelerine benzer cümleler kurmak daha etkili olacaktır. Örneğin; Çocuk, "Tavşan yavrusu annesini özlemiş.", Uzman, "Demek ki tavşan yavrusu annesini görmediği zamanlarda özlüyor."

Kişiselleştirme: İyi bir uzman çocuk ile empati kurabilen uzmandır. Çocuğun duygu ve düşüncelerini anlayabilmek ve ona yardım edebilmek için çocuk ile doğru empati kurmak gerekmektedir. Uzman, çocuğun anlattıklarını doğru anladığını ve onun yanında olduğunu hissettirmek için çocuğun anlattıklarına eklemeler yapmalıdır. Kişiselleştirme üç aşamalı yapılır. Anlamın kişiselleştirilmesi, problemin kişiselleştirilmesi ve amacın kişiselleştirilmesi.

a. Anlamın kişiselleştirilmesi: Uzman çocuğun ifade ettiği düşünce ve duyguları, çocuğun hislerine tercüman olacak şekilde tekrarlar. Örneğin; "Tavşan yavrusu annesini özlemiş. Çünkü annesi ile daha fazla zaman geçirmek istiyor."

b. *Problemin kişiselleştirilmesi:* Uzman, çocuğa problemini fark etmesi ve anlaması konusunda yardım etmelidir. Çocuklar bazı durumlarda bazı davranışlarının nelere yol açtığı konusunda bilgiye sahip olmayabilirler. Çocuğa sorunun ne olduğu ve neden kaynaklandığını "göstermek" gereklidir. Böyle durumlarda sorunun kişiselleştirilmesi kullanılır. Örneğin; "Annesi ona kızdığı için tavşan kendisini kötü hissediyordu. Annesi ona kızmıştı çünkü tavşan odasını hiç toplamıyordu ve çok dağınıktı."

c. *Amacın kişiselleştirilmesi:* Anlam ve problem kişiselleştirildikten sonra amacın kişiselleştirilmesi yapılır. Burada uzman, çocuğa onun aslında yanlış yapmak istemediğini, sadece doğru davranışı yapamadığını vurgular. Örnek; "Tavşan dağınık olduğu için çok üzülüyordu çünkü dağınık olmak istemiyordu."

Özetleme: Özetlemede uzman, çocuğa oynadıkları oyunun içeriğini, neler olduğunu, neler yaptığını özetler. Burada önemli olan şey, özetleme yapılırken sadece oyunun içeriğinin değil, aynı zamanda oyunda geçen duygu ve düşüncelerin de özetlenmesidir. Örneğin; "Bugünkü oyunumuz tavşan yavrusu hakkındaydı değil mi? Bu oyunda neler gördük? Tavşan neler yaptı?" vs. gibi. Özetleme, bir önceki görüşmede neler olduğunu çocuğa hatırlatmak için sonraki görüşmenin başında da yapılmalıdır.

Paylaştırma: Paylaştırma becerisi daha çok grup oyunlarında uzman tarafından başlatılır. Buradaki amaç çocukların duygu ve düşüncelerinin grup içinde paylaşılmasıdır. Böylelikle çocuklar kendisinde olan aynı problemin başka çocuklarda da olduğunu öğrenirler.

Bağlama: Uzman her görüşmede farklı oyunlar oynayabilir. Ama tüm oyunların birbiri ile alakalı olması gerektiğini bilmelidir. Bunun için oyun terapi sürecini iyi takip etmeli ve her yeni görüşmede daha önceki oturumlarda oynanan oyunlara değinerek iki oyun arasında bağ kurmalıdır. Ayrıca benzer oyunlarda verilen

tepkiler de benzer olmalıdır. Uzmanın daha önceki oyunlarda bir olaya verdiği tepki, sonraki oyunlarda yaşandığı durumda verdiği tepkiyle aynı olmalıdır.

Sessizlik: Oyun sırasında zaman zaman ani sessizlikler oluşabilir. Sessizlik, çocuğun aklından geçenleri düşünmesi veya bazı duygularının farkına varmasını sağlaması açısından önemlidir. Böyle durumlarda uzman sessizliğin ne anlama geldiğini sorarak çocuğu yeniden konuya döndürebilir.

Müdahale Etme: Grup oyunlarında çocuklardan biri diğerlerini kızdıracak veya üzecek şekilde davranabilir. Böyle durumlarda uzmanın bu duruma müdahale etmesi ve bu durumu kontrol altında tutması gerekmektedir. Bireysel oyunlarda da çocuk planlanan oyundan çıkarak dikkatini dağıtan başka oyuncak ve oyunlara dalabilir. Bu gibi durumlarda uzman çocuğa müdahale ederek planlanan oyuna odaklanmasını sağlamalıdır.

Çocuklar ile güvenli ilişki kurma düzeyi çocuğun bireysel farklılığına bağlı olarak çocuktan çocuğa değişebilir. Çocuğun kişilik özellikleri, çocuğun uzmana bakışı, ortamın durumu, uzmanın tutumu gibi birçok etken ilk görüşmeyi etkiler. Her halükarda uzman, sevecen, doğal ve güler yüzlü olmalıdır. Bazen sadece sakin ve doğal olmak, çocukla samimi bir sohbet etmek yeterli olabilir. Çocuğu sorularla boğmak, çocuğa gerektiğinden fazla samimi davranmak ilk görüşmede sakıncalı olabilir. Bazı durumlarda çocuğu belli bir süre serbest bırakmak da işe yarayabilir. Çocuğa oyun odasında istediği gibi dolaşabileceği ve istediği oyuncakla oynayabileceği söylenebilir. Bu şekilde çocuk bir baskı hissetmeden yeni ortama ve uzmana kendiliğinden uyum sağlayabilir. Daha sonra uzman, çocuğa ilginç bir oyuncak göstererek beraber oyun oynamayı teklif edebilir.

Selamlaşmak, hal hatır sormak, fazla soru sormamak, emir vermemek, ses tonunu yükseltmemek, aşırı samimi olmamak gibi durumlar da ilk görüşmede dikkat edilmesi gereken durumlardır.

Oryantasyon etabında çocuk ile olumlu duygusal iletişim kurmak ne kadar önemli ise çocuğun oyun ortamına uyum sağlaması da o derece önemlidir. Beden her zaman uyuma yöneliktir. Başka bir deyişle, organizma yabancı bir ortama girdiğinde o ortama "uyum" göstermek ister. Organizma yeni ortama uyum sağlamadığı müddetçe potansiyeli tam olarak kullanabilir duruma gelemez. Özellikle kaygı düzeyi yüksek olan çocuklar ile çalışırken bu gerçek göz önünde bulundurulmalıdır. Çocuğa oyun ortamının her bir köşesini tanıtmak, orada neler yapılacağı hakkında bilgi vermek onun kendini daha iyi ve daha güvende hissetmesine yardımcı olacaktır. Birinci etap "oryantasyon" etabı olarak adlandırılır ve adından da anlaşılacağı gibi bu etabın amacı çocuk ile uyum sağlamaktır. Bu etapta; 1) çocuk ile olumlu bir duygusal bağ kurmak, 2) çocuğa oyun odasını tanıtmak, 3) çocuğa uyulması gereken kuralları öğretmek amaçlanır. Çocuğa güvenli bir ortam

sağlamak ve çocuğun kendini güvende hissetmesini sağlamak da bu etabın görevlerinden biridir.

Oryantasyon etabında ne gibi oyunlar oynanabilir? Bu soruya verilecek cevap oldukça uzun olabilir. Ama "Oryantasyon etabında ne gibi oyunlar oynanamaz?" sorusuna cevap vermek daha kolay ve daha kısadır. Oryantasyon etabında çocuğu kaygılandıracak, telaşlandıracak, utandıracak, korkutacak oyunlar kesinlikle oynanmamalıdır. Yani oryantasyon etabında yarışma oyunları, puanlı oyunlar, kurallı oyunlar gibi kazananı-kaybedeni olan oyunlar oynanmamalı. Bu etapta oynanabilir oyunları üç başlık altında toplayabiliriz.

- Çocuğu tanımaya yönelik oyunlar
- Çocuğa ortamı tanıtmaya yönelik oyunlar
- Geliştirici oyunlar

Çocuğu Tanımaya Yönelik Oyunlar

- ***Seviyorum Sevmiyorum Oyunu***

Hem bireysel hem de grup uygulamalarında oynanabilecek eğlenceli bir oyundur. Oyun, çocuklara bireysel farklılıklarını görmelerine yardımcı olur. Bu oyunu oynatarak uzman da çocuk hakkında bir takım bilgilere sahip olur. Özellikle kısa sürede çocuğu veya grubu tanımak için de işe yarayabilir. Oyundaki mantık ise yetişkin görüşmelerinde uygulanan derecelendirme sorularının oyun versiyonudur. Bazı yetişkin çalışmalarında 0 en az 10 en çok olmak üzere bireyin kendi durumunu puanlanması istenir. Oyunda uzman ile çocuk birbirine herhangi bir şeyi ne kadar sevip sevmediğini elleri ile gösterir. Çok sevdiği şeyler için kollar iki tarafa açılarak, hiç sevmediği şeyler için avuçlar birbirine yapıştırılarak gösterilir. Eller çok açılırsa çok seviliyor, orta açılırsa orta, az açılırsa az seviliyordur. Sorular, oyunlar, yiyecekler, kıyafetler üzerine olabilir. Burada önemli olan soruların "can sıkıcı" türden olmamasına dikkat etmektir. Örneğin; "Elma yemek?", "Futbol oynamak", "Parka gitmek" vs. gibi. Özetle; cevaplar doğrultusunda, birbirimizden ne kadar farklıyız sorusunun cevabını görüyoruz. Bireysel farklılıklarımız, bizim çok sevdiğimiz şeyleri bazılarının sevmediğini gösterebilir.

Bu oyunu aile içerisinde oynamak da oldukça "keşfedici" ve keyif verici olabilir. Her gün yemek yapan annesinin yemek yapmayı "sevmediğini" gören çocuk şaşırabilir. Veya babasının da sabah erkenden kalkmayı "sevmediğini" görmesi çocuğa ilginç gelebilir. Bu oyun sayesinde çocuğun nelerden hoşlandığı nelerden hoşlanmadığı belirlenir. Oyun terapisinde çocuğun severek oynadığı oyun ve oyunu sevmediği halde bizi kırmak istemediği için oynadığı oyun olabilir. Bu yüzden oyun seçerken çocuğun severek oynadığı oyunu seçmek için de bu oyun oynanabilir.

Çocuğa Ortamı Tanıtmaya Yönelik Oyunlar

• ***Sihirli Gözlük Oyunu***

Bu oyun için farklı renklerde ve farklı biçimlerde gözlüklere ihtiyaç vardır. Gözlükler önceden kartondan, renkli şönillerden veya el işi kâğıtlarından hazırlanabileceği gibi o anda çocuk ile birlikte de hazırlanabilir. Gözlükler üçgen, dikdörtgen, kare, daire şeklinde ve farklı renklerde hazırlanmalıdır. Uzman, "Şimdi seninle bir oyun oynayacağız. Oyunumuzun ismi "Sihirli gözlük". Bak bende çok farklı gözlükler var. (Eğer gözlükler önceden hazırlanmış değilse, "Gel seninle gözlük yapalım" diyerek çocuk ile birlikte gözlük yapılır daha sonra oyuna geçilir). Bu gözlükler sihirli. Bak eğer bu gözlüğü takarsan (üçgen gözlük) bu odada üçgene benzeyen ne varsa görürsün. Çocuğa üçgen gözlük takılır ve "Şimdi odada dolaşarak odada bulunan üçgene benzeyen ne varsa görmeye çalışalım" denir. Çocuğun odada dolaşarak gördüğü her üçgen için uzman çocuğu alkışlayarak oyuna teşvik eder. Çocuğa sırasıyla kare gözlük, daire gözlük, dikdörtgen gözlük takılır. Bu şekilde sadece geometrik şekiller değil odadaki farklı renkteki eşyalar da "keşfedilir". Örneğin, kırmızı gözlük odadaki kırmızı renkteki eşyaları, mavi gözlük odadaki mavi renkli eşyaları "görür".

• ***Hazine Avcısı Oyunu***

Uzman, "Şimdi seninle bir oyun oynayacağız. Oyunumuzun ismi "Hazine Avcısı". Sen hazinenin ne olduğunu biliyor musun?" diye sorar. Çocuğa hazine ve hazine avcıları ile ilgili kısaca bilgi verilir. Daha sonra çocuk ile birlikte odanın krokisi çizilir. Kroki çizildikten sonra uzman odanın herhangi bir yerine bir ödül saklar kroki üzerinde işaretler. O sırada arkası dönük olan çocuğa ödülün saklı olduğu yer işaretlenmiş kroki verilir ve çocuktan "hazineyi" bulması istenir. Bu şekilde oyun birkaç kez tekrarlanır. Bu oyun sayesinde çocuk odanın her tarafında dolaşmış ve her yerini görmüş olur.

Geliştirici Oyunlar

• ***Duyu Oyunları***

1. Dokunma

Erken çocukluk dönemindeki çocuklar çevreyi en çok dokunarak tanımaya çalışırlar. Bu dönemde çocukların duyu merkezi parmaklarının uçlarıdır. Parmak uçlarındaki sinir uçları cisimlerin sert, yumuşak, sivri yahut kesici olup olmadığını algılar. Parmakları kullanarak oynanan oyunlarda gözlerin kapalı olması gerekmektedir. Eğer gözlerini kapatmak çocuk için kaygı verici ise oyun sırasında

gözlerini kapatmak yerine başka tarafa bakması istenebilir. Gözleri kapalı olan çocuk bir keseye konulmuş farklı nesnelerden birini seçerek onu algılamaya çalışır. Dokunsal oyunlar sadece eller ile oynanan oyunlar değildir. Ayakları kullanarak oynanan oyunlar da oluşturulabilir. Farklı hisler uyandıran zemine basan çocuk hislerini anlatmaya çalışır.

2. Koklama

Koku alma duyusu en önemli duyulardan biridir. Koku algısı beynin duygu, hafıza ve yaratıcılığı etkileyen kısmında yer alır. İnsanda koku duyusu, günlük duyguların büyük bir bölümünü etkiler ve hafızada önemli bir rol oynar. Bazı çocuklar kokulara çok hassas olurlar. Özellikle yeme problemi yaşayan çocuklarda koku çalışması işe yarayabilir. Çocuklara farklı kokular deneterek bu duyuları geliştirilebilir.

• ***Örnek Oyun "Nesneyi Tanı"***

Çocuğun gözleri kapatılır. Eline çocuğa çok aşina olmayan bir nesne konulur ve çocuğa bu nesnenin ne olduğu sorulur. Çocuk koklayabilir, dokunabilir, tadına bakabilir vs. uzman çocuğa nesne hakkında sorular sorar. Ağır mı hafif mi? Yumuşak mı sert mi? Çocuk nesneyi avucuyla hissetmeye çalışır ve hissettiklerini yorumlar. Daha sonra gözleri açılır ve tahmininin ne oranda gerçeğe benzediğine bakılır.

3. İşitsel

Çocukların gözleri kapatılarak etrafta kaç farklı ses duyduklarını saymaları istenebilir. Ses çıkartan oyuncaklar kullanılarak ses duyusu geliştirilebilir. Sesleri ayırt edebilmek özellikle gelişim geriliği olan çocuklarda önemlidir.

Yardımcı Oyuncak Seçimi

Birinci etapta daha sonraki tüm etaplarda kullanmak amacıyla "yardımcı oyuncak" seçilir. Yardımcı oyuncak ses çıkaran oyuncak olmalıdır. Bunun nedeni, oyun sırasında oyunun başlama ve bitiminde oyuncağın sesinden yararlanmaktır. Bu oyuncak oyun geçişleri sırasında çocuğu yönlendirmek amaçlı kullanılır. Aynı zamanda oyunun başlaması, bitmesi de oyuncak sesi ile işaret edilir. Oyun sırasında çocuğun oyun kurallarını bozduğu durumlarda da oyuncak aracılığıyla çocuk uyarılır. Örneğin, oyunu başlatmak için bir, oyunu bitirmek için iki kez ses çıkartılabilir. Oyun kuralları ihlal edildiğinde ise üç kez oyuncaktan ses çıkartılır. Uzman tüm bu kuralları çocuğa uygun bir dille anlatmalı ve çocuğun anladığından emin olmalıdır. Uzman, yardımcı oyuncağı çocuğa öğrettiği kurallar çerçevesinde ve grup uygulamalarında objektif bir şekilde kullanmalıdır. Yardımcı oyuncak

seçilirken dikkat edilmesi gereken bazı hususlar vardır. Öncelikle seçilecek olan oyuncak korkutucu bir şey olmamalıdır. Oyuncak sevimli, yumuşak olmalı ve rahatsız edici bir görüntüde olmamalıdır. Oyuncağın çıkardığı ses itici, rahatsız edici olmamalıdır. Düdük veya benzeri oyuncak olmayan ses çıkaran aletler kullanılmalıdır. Yardımcı oyuncağın boyutu da önemlidir. Bireysel çalışmalarda yardımcı oyuncağın 10 cm civarında olması yeterlidir. Grup çalışmalarında ise uzaktan tüm grup üyeleri görebilsin diye yardımcı oyuncak daha büyük seçilmelidir (20 cm).

Ritüel Oyunu Seçimi

Aydınlıktan karanlığa geçme, sessiz ortamdan gürültülü bir ortama geçme, soğuk bir yerden sıcak bir yere geçme gibi durumlarda olduğu gibi organizma bir durumdan diğerine geçerken kısa da olsa bir uyum süreci geçirir. Örneğin oldukça hareketli geçen bir beden eğitimi dersinin hemen ardından işlenen matematik dersinde öğrenciler derse odaklanmakta güçlük çekebilirler. Böyle bir durumda beden eğitimi dersi ile matematik dersi arasına daha rahatlatıcı olan resim dersi konulabilir. Böyle uygulama çocukları yorucu olan beden eğitimi dersinden zor olan matematik dersine geçmek zorunda bırakmaz. Bu örnekte resim dersi, öğrenciler için, beden eğitimi ve matematik gibi zorlayıcı olan iki ders arasında geçişi kolaylaştıran bir "araçtır".

Oyun terapi sırasında da terapinin başlayacağını ve biteceğini çocuğa "hatırlatan" oyuna ihtiyaç vardır. Bu oyun ritüel oyunudur. İki farklı ritüel oyunu vardır. Bunlar, "Başlama ritüel oyunu" ve "Bitirme ritüel oyunu" oyunlarıdır. Başlama ritüel oyunu her seansın başında oynanırken bitirme ritüel oyunu ise seansı bitirmeden önce oynanan oyundur.

Başlama ritüel oyunu; Bu oyun oynandığında çocuk oyun terapisine giriş yapılacağını anlayacak ve "içsel" olarak hazırlanacaktır. Başlama ritüel oyunu ilk seanstan son seansa kadar her seansın başında oynanacak olan aynı oyun olacağı için seçimi dikkatlice yapılmalıdır. Ritüel oyunu seçimi çocuk ile birlikte yapılmalıdır. Çocuğa, her buluştuklarında diğer oyunlara geçmeden önce oynayacakları bir oyunu beraber seçmeleri gerektiği anlatılır. Bu şekilde çocuğun severek oynayacağı bir oyun seçilebilir. Ritüel oyunları çocuğun istediği herhangi bir oyun olabileceği gibi genellikle konsantrasyon oyunlarından veya duyulara yönelik oyunlardan seçilir. Bazı durumlarda ritüel oyunu olarak serbest zaman oyunu da kullanılabilir. Çocuğa belli bir süre (5 dk.), etraftaki nesnelere ve oyuncaklara dokunma, istediği şekilde hareket etme, özgürce oyuncaklarla oynama izni verilebilir. Başlama ritüel oyunu hareketli oyunlardan da seçilebilir.

Bitirme ritüel oyunu; Bu oyun oynandığında çocuk oyun terapisinin az sonra biteceğini ve evine döneceğini anlayacak ve "içsel" olarak buna hazırlanacaktır.

Başlama ritüel oyunundan farklı olarak bitirme ritüel oyunu her seansta değişebilir. Başlama ritüeli hareket oyunlarına dayalı olurken bitirme ritüeli (sonlandırma oyunu) daha çok rahatlama oyunları üzerine olmalıdır. Rahatlama oyunları gevşeme egzersizleri temel alınarak geliştirilen oyunlardır. Bu oyunlar çocuğun bedensel ve zihinsel rahatlamasına yardımcı olan oyunlardır.

Oryantasyon Etabı İçin Bir Seans Programı Örneği

Süre; 45 dakika–1 saat arası

1. Sohbet
2. Ritüel oyun seçimi
3. Çocuğa ortamı tanıtmaya yönelik oyun

   Sihirli gözlük oyunu (Odadaki farklı renkleri bul, odadaki geometrik şekilleri bul, odada kaç ses var say)
4. Bitirme ritüeli oyunu

   "Ormandaki ağaçlar" oyunu

   Veya

   "Kardelen" oyunu

II. ETAP (TERAPÖTİK OYUNLAR ETABI)

Oyun terapisinin ikinci etabı terapötik oyunlar etabıdır. Bu etap çocuğun durumuna göre 8 veya 10 seanstan oluşur. İkinci etabın amaçları çocuğun problemini depreştirerek çocuğu problemi ile yüzleştirmek, probleminin farkına varmasını sağlamak ve probleme yönelik müdahalede bulunmaktır. Oryantasyon etabında uzman daha çok çocuğa göre kendini ayarlamaya çalışmıştı. Uzmanın tutumu daha çok çocuk merkezliydi. İkinci etapta ise özellikle müdahale oyunları sırasında uzman daha aktif ve yönlendirici tutum sergilemelidir. İkinci etap iki aşamadan oluşur. İkinci etabın ilk iki veya üç seansı çocuğu problemi ile *yüzleştirme* aşamasıdır. Sonraki seanslar ise *müdahale* aşamasıdır.

Yüzleştirme Aşaması

Yüzleştirme aşamasında çocuğun sorununu depreştirmek, çocuğa sorununu fark ettirmek ve netleştirmek amaçlanır. Bu seanslarda çocuk buraya neden getirildiğini, ne gibi "sıkıntılarının" olduğunu anlamalıdır. İlk etapta daha çok çocuğa göre kendini ayarlayan uzman, bu etapta daha aktif ve oyuna yön veren rol üstlenir. İlk etabın aksine uzman bu etapta oyunu çocuğun sorununa doğru yönlendi-

rir. İkinci etabın ilk aşamasındaki mantık, çocuğun problemini engellemek değil, problemin bilinç düzeyine gelmesini sağlamaktır. Bu aşamada seçilen oyunlar duygulara yönelik olmalıdır. Çocukla hem kendi hem de başkalarının duygularını tanımaya yönelik oyunlar oynanır. Çocuk kendiyle ilgili farkındalığı kazandıktan sonra da çocuğun, sosyal çevrenin kendisinden neler beklediğini anlaması sağlanır.

Duygusal Farkındalık Kazandırma Oyunları

Çocuklar yaşları gereği ne hissettiklerini tam olarak ayırt edemeyebilirler. İkinci etabın amaçlarından biri de çocukların ihtiyaçlarını, arzularını depreştirmek ve ortaya çıkarmaktır. Bu etapta çocuğa hissettiği duygunun kızgınlık mı, öfke mi, korku mu, kaygı mı, mutluluk mu olduğu fark ettirilir. Duygularını tam olarak tanımayan çocuk onunla nasıl baş etmesi gerektiğini bilemez. Bu anlamda çocukla oynanan duygu oyunları ikinci etapta önem arz etmektedir.

Duygu Oyunları

Duygu oyunların amacı çocuğa duygu farkındalığı kazandırmaktır. Bunun için önceden hazırlanan duygu kartları ve hayvanların resimleri olan kartlar kullanılabilir. Zaman olarak kısıtlılık yok ise duygu kartları çocuk ile birlikte de yapılabilir. Belli başlı duyguların (emojiler de kullanılabilir) yüz ifadeleri çizilerek kart haline dönüştürülür. Daha sonra hem duygu hem hayvan kartları ters çevrilir ve çocuktan bir hayvan bir duygu kartı seçmesi istenir. Çocuk seçtiği hayvan kartındaki hayvanın sesini seçtiği duygu kartındaki duyguya uygun şekilde taklit eder.

Üzgün kedi okula gidiyor, mutlu ördek şarkı söylüyor, kızgın köpek yemek yiyor, şaşkın maymun yolda yürüyor vs. gibi taklit oyunları oynanabilir. Oyunlar her çocuk için farklı olabilir. Çocuğun genel durumuna göre hangi oyun oynanacağı belirlenebilir. Çünkü oyunların bir standardı yoktur.

I. Duygu Kulesi Oyunu

Duygu kulesi oyunu için oyun küplerine ihtiyaç vardır. Küpler uzman ve çocuğa eşit olarak dağıtılır ve küplerden kule yapılır. Yalnız kule yapılırken konulan her küpte küpü koyan kişi sevdiği veya sevmediği şeyleri dile getirmek zorundadır. Her bir duyguya ayrı ayrı kuleler yapılabilir. Örneğin sevdiğim şeylerin kulesi, sevmediğim şeylerin kulesi, korktuğum şeylerin kulesi, özlediğim şeylerin kulesi vs. gibi. Sevdiğim şeylerin kulesi şu şekilde oynanabilir; Önce oyunun kuralı çocuğa anlatılır ve uzman ilk küpü koyarken sevdiği bir şeyi söyler. Örneğin, "Çalışmayı çok seviyorum", sıra çocuğa gelir çocuk da bir küpü alır ve sevdiği bir şeyi söyleyerek uzmanın koyduğu küpün üstüne kendi küpünü koyar. Böylece kule yükselir.

Depreştirme Oyunları

Depreştirme oyunları, çocuğu problemi ile yüzleştirme mantığına dayalıdır. "İki uçlu oyunlar" bu aşamada en sık oynanan oyunlar olmalıdır.

İki uçlu oyunlar; Bu tarz oyunlarda bir davranışın veya duygunun iki ucu vurgulanır. Örneğin; hızlı-yavaş, mutlu-mutsuz, iyi-kötü, saldırgan-dost canlısı, sakin-coşkulu vs. gibi. İki uçlu oyunlar her zaman 3 kere tekrarlanmalı ve olumlu olan ile sonlandırılmalıdır. Örneğin, kötüden başlayan oyun iyide bitirilmelidir. Aynı oyunun iki farklı versiyonu oynatıldıktan sonra çocuğa bu iki farklı tepkinin arasındaki farklar anlatılır ve çocuktan hangisini oynarken ne hissettiği sorulur.

Hangi oyunun oynanacağı çocuğun durumuna göre belirlenir. Örneğin, saldırgan problemi olan çocuk ile saldırgan davranmak ile "normal", sessiz ve utangaç çocuklara ise utangaç olmak ile "normal" davranmak arasındaki fark gösterilmeye çalışılır. Aşağıda bu tür oyunlara bazı örnekler verilmiştir.

İyi ve Kötü Kediler Oyunu

Oyunun amacı:

Çocuktaki genel saldırganlık dürtülerini azaltarak, çocuktaki fiziksel ve duygusal gerilimi dışa vurmasına yardımcı olmaktır. Oyun aynı zamanda çocuğun empati yeteneğini de destekleyecektir.

Etkileri:

Kendini ifade etme, bilinçdışına erişim, doğrudan ve dolaylı öğrenim, duygusal boşalma, stres aşılama, empati, yeterlilik ve özdenetim.

Yönerge:

Grup ve bireysel olarak uygulanabilir. Oyun için bir tane çember (hulahop) gereklidir. Uzman çocuğa "Bak bu bir sihirli çember. Bu çemberin içine girenler kediye dönüşürler. Bazen çok iyi bir kediye bazen de çok kötü bir kediye dönüşürler. Şimdi ben yardımcı oyuncağımla bir kere ses çıkarttığım zaman çemberin içine gireceksin ve çok ama çok kötü bir kedi olacaksın. Cırmalayacaksın, zıplayacaksın, miyavlayacaksın ama tüm bunları yaparken çemberden dışarı çıkmayacaksın" dedikten sonra uzman bir kez alkışlayacak. Çocuk kötü kedi taklidi yaparken diğer çocuklar "daha fazla, daha fazla" diye bağırarak çocuğu etkilemeye çalışacaklar. Grup halinde uygularken diğer çocuklar hepsi bir ağızdan "daha da kötü, daha da kötü ol. Daha kötü, daha da kötü ol" diye bağıracaklar. Bireysel uygulamada ise uzman aynı şeyleri diyerek çocuğa tüm gücü ile "kötü" olmasını isteyecektir. Çocuk elinden gelen en kötü kediyi canlandırdıktan sonra uzman "durdurma" alkışını (veya oyuncaktan ses, düdük çalarak da olabilir) yaptıktan sonra çocuk çemberden çıkacak.

Grup halinde uygulandığında sıra ile tüm çocuklar çembere girmelidirler. Çocuklar tek tek çembere girdikten sonra çember kaldırılır. Çocuklar çiftlere ayrılır ve her çift bir adım mesafede yüz yüze dururlar. "Gonk" sesi ile birlikte tüm çocuklar "kötü kedi" olurlar. Uzman "daha fazla, daha da kötü" diye onları yönlendirecektir. Oyun sırasında çocukların birbirlerine dokunmaları yasaklanarak, birbirlerine zarar vermeleri önlenmelidir. Daha sonraki aşamada çiftlerin sadece biri "kötü kedi" olacak diğeri ise onu sakinleştirmeye çalışacak. Son olarak da tüm çocuklar tekrar "iyi kediye" dönüştürülerek oyun sonlandırılacaktır (Panfilova, 2013).

Oyun bittikten sonra uzman, kötü kedi olunca neler hissettiklerini, iyi kedi olunca neler hissettiklerini, iyi kedi olmanın nasıl bir şey olduğunu, kötü kedi olmanın nasıl bir şey olduğunu, kötü olmak ve iyi olmak arasındaki farkın ne olduğunu sorar.

Top-Tıp Oyunu

Uzman, "Çocuklar şimdi sizler ile bir oyun oynayacağız. Oyunumuzun adı "Top-tıp oyunu". Ben "top" dediğim zaman sizler top gibi zıplamaya başlarsınız. Zıplarken bağırmak, birbirinize zarar vermeden yaramazlık yapmak serbesttir. Ama ben "tıp" dediğimde de, tıpkı bir heykel gibi yerinizde donup kalacaksınız". Uzman "top" dedikten sonra 2–3 dakika bekler ve daha sonra "tıp" der. Oyun üç kere tekrarlanır.

Arslan-Tavşan Oyunu

Çocuklar daire şeklinde dururlar. Uzman çocuklara ormandaki hayvanlar hakkında bilgiler verir. Arslanın ormanın kralı olduğu ve hiçbir şeyden korkmadığı, tavşanın ise ormandaki hayvanlar içerisinde en korkaklarından olduğu vurgulanır. Daha sonra oyun yönergesi anlatılır. Uzman, "Çocuklar ben ses vererek oyunu başlattığımda hepiniz arslana dönüşürsünüz ve arslan gibi kükrer, arslan gibi dolaşırsınız. Kafanız dik, omuzlarınız dik ve gururlusunuz. Ben ikinci kez ses verdiğimde tavşana dönüşeceksiniz ve korkudan tir tir titreyeceksiniz" oyunu üç kere tekrarlar ve son kez arslan taklidi yaptırarak oyun sonlandırılır. Daha sonra uzman çocuklardan geri bildirim alır. Hangisi olmak daha çok hoşlarına gitti ve neden?

Sebzelerle Kızarım- Çiçeklerle Severim Oyunu

Çocuklar iki gruba ayrılırlar. İki grup birbirlerine bakacak şekilde sıraya geçerler. Aralarında bir adım kadar mesafe olmalıdır. Uzmanın işareti ile birbirleri ile sözel kavgaya başlarlar. Fakat kavgada sarf edilen sözler kesinlikle kötü keli-

meler olmayacaktır. Çocuklar kötü kelimeler yerine birbirlerine sebze isimleri ile kızacaklardır. Buradaki kural çocuklar birbirleri ile sözel kavga ederken kollarını arkalarında tutmaları ve sadece sebzenin isminin söylenmesidir. Örneğin; patates, soğan, kabak, salatalık vs. gibi. Bunun dışında kesinlikle başka kelimeler kullanılmayacaktır. Örneğin; "Sen patatessin", "sen soğansın" gibi ifadeler kullanılmamalıdır.

Uzman ikinci kez işaret verdiğinde çocuklar birbirlerini çiçek isimleri ile seveceklerdir. Örneğin, "gül", "papatya", "lale" vs. gibi. Çocuklar çiçekler ile birbirlerini severken kollar serbesttir. İsterse arkadaşının omuzlarına, kafasına dokunarak sevgisini ifade edebilir. Ayrıca sebzelerle kızmada yasak olan "sen" kelimesi burada kullanılabilir. Örneğin; "sen gülsün", "sen papatyasın" vs. gibi. Oyun üç kere tekrarlanır ve çocuklara karşılıklı olarak son kez çiçekler ile sevgi gösterisi yaptırarak oyun sonlandırılır. Daha sonra uzman çocuklardan geri bildirim alır. Hangisi daha çok hoşlarına gitti ve neden?

Yüzleştirme Oyunları

Yüzleştirme oyunlarında amaç çocuğa probleminin farkına varmasını sağlamaktır. Bu aşamada uzmanın mesleki bilgisi ve yaratıcı özelliği önemlidir. Uzman çocuğu rencitmeden(rencide etmeden/incitmeden???), çocuktaki tüm dirençleri "aşarak" çocuğa yardıma ihtiyacı olduğunu hissettirmelidir. Çocuk hayatında bir şeylerin "yolunda gitmediğini" ve bundan dolayı bir takım sıkıntılarının olduğunu ve bu sıkıntılardan kurtulmak istediğini kabul etmelidir. Örneğin, korkusu olan çocuk, yaşıtlarından daha fazla korkularının olduğunun, kaygılı çocuk, kaygılarının gerektiğinden daha fazla olduğunun, saldırgan çocuk, saldırgan davrandığı için başkaları tarafından dışlandığının, içine kapanık çocuk, utangaç olduğundan dolayı sosyal ortamda birtakım sıkıntılar yaşadığının farkına varmalı ve bundan sonraki hayatında evde, okulda, sosyal ortamlarda "daha başarılı" olmak istemelidir. Peki, bunu nasıl yapacağız?

Burada uzmanın yaratıcılığı ve mesleki yeterliliği önem arz eder. Uzman, çocuğun problemine göre oyun geliştirmeyi, hikâye "uydurmayı" ve karikatür çizmeyi becerebilmelidir. Çünkü bu süreçte oynanacak oyunların bir standardı yoktur. Bu aşamada oynanacak oyun, çizilecek karikatür veya anlatılacak hikâye çocuğun problemine, yaşına, cinsiyetine uygun bir şekilde geliştirilmiş canlandırma (rol yapma) oyunu tarzında olmalıdır.

Senaryo Hazırlama

Oynanacak oyunun senaryosunun önceden hazırlanması uygulama aşamasında karşılaşılabilecek soru ve sorunlara hazırlıklı olma açısından önemlidir. Uz-

man çalışacağı çocuğu önceden tanımış olduğu için onun hassas yönlerini biliyor olmalıdır. Bu anlamda senaryo hazırlanırken çocuğun genel durumu göz önünde tutulmalıdır. Oyun olarak oynanacak olan senaryo çocuğun günlük hayatından bir kesit olmalıdır. Bu kesit sade ve anlaşılır, kısa bir durum veya hikâye olmalıdır. Oynanacak oyunun amacı çocuğa kendi problemine benzeyen bir problemi izlettirmektir. Çocuk oyundaki bir oyuncak hayvanın veya bir oyuncak çocuğun yaşadıkları şeylerden kendi "problemlerini" görmelidir. Çocuğa uygun bir oyun senaryosu hazırlarken dikkat edilmesi gereken bazı noktaları aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür;

1. Çocuğun yaşı

Oyun senaryosu geliştirirken çocuğun yaşı dikkate alınmalıdır. Oyunda kullanılacak oyuncaklar, oyunda "yaşanacak" olaylar çocuğun yaşına uygun olmalıdır.

2. Çocuğun cinsiyeti

Çocuğun cinsiyetine uygun senaryo geliştirilmesi, çocuğun cinsiyetine uygun oyuncaklar seçilmesi oynanacak oyunun etkili olmasında önemlidir.

3. Çocuğun aile yapısı

Çocuk için oyun geliştirilirken çocuğun aile yapısına da dikkat edilmelidir. Ailede kaç çocuk var? Anne-baba beraber mi? Boşanmış aile mi? Anne-baba sağ mı? Ailede çekirdek aileden başka birileri de var mı? Ailenin ekonomik durumu nasıl? Yaşadığı ortam nasıl? Tüm bu soruların cevabı uzman tarafından bilinmelidir. Oyun sırasında çocuk için endişe verici "karakterleri" kullanmamak, çocuğun aile yapısına ters düşen "olayları" oynamamak gerekmektedir. Örneğin: babasını kaybetmiş çocuk için geliştirilecek oyunda "babanın" olması, hiç kardeşi olmayan bir çocuk için geliştirilen oyunda "kahramanın" kardeşlerinin olması çocuk için uygun olmayabilir.

4. Çocuğun fiziksel özellikleri

Bazı çocuklar bazı fiziksel özelliklerinden dolayı sıkıntı yaşıyor olabilirler. Gözlük kullanmak, kepçe kulak olmak, kısa boylu veya kilolu olmak, fiziksel bir engelinin olması vs. gibi. Uzman oyun geliştirirken çocuğun bu konudaki hassasiyetini de göz önünde bulundurmalıdır.

5. Çocuğun okulundaki durumu

Çocuğun okula gidip gitmediği, gittiği okulun durumu, sınıfı, ders başarısı durumu, varsa okulda yaşadığı önemli olaylar vs. gibi bilgiler de oyun sırasında dikkate alınmalıdır.

Oynanacak Oyun İçin Oyuncak Seçimi

Oyun terapisinde ne gibi oyuncaklar kullanılması gerektiği konusuna daha önce değinilmişti. Oyuncaklarla oyun geliştirmede insan figürleri veya hayvan figürleri kullanılabilir. Birkaç farklı insan ve hayvan oyuncak aile setinin olması çocuğa seçenek sunmak açısından önemlidir. Eğer çocuk hassas bir yapıya sahip ise oyun oynamak için hayvan figürleri kullanmak daha doğru olacaktır. Oyun içerisinde yaşanan "olayların" bir insanın değil bir hayvanın başına gelmiş olması kaygı düzeyi yüksek olan bir çocuk için daha az endişe verici olabilir. Probleme göre oyun geliştirmede kullanılacak oyuncak çocuğa sorulabilir.

Uzman, insan ve hayvan figürlerinden oluşan birkaç farklı oyuncağı çocuğun önüne koyduktan sonra; "Şimdi sana bir oyuncak kullanarak bir hikâye anlatacağım. Oyunumuzun kahramanı hangi oyuncak olsun?" diye sorabilir. Çocuk hangi oyuncağı seçerse uzman o oyuncak ile oynayabilir. Bazı durumlarda çocuk oyuncak seçiminde çekingen kalabilir. Bu durumda uzman oyuncakları tek tek göstererek "Bu olsun mu?" diye sorabilir. Eğer çocuk hayvan figürünü seçmiş ise oyundaki tüm kahramanlar hayvan figürlerinden oluşmalıdır. Eğer çocuk insan figürünü seçerse oyunda kullanılacak diğer oyuncaklar da insan figürleri olmalıdır.

Oyuncaklar seçildikten sonra uzman çocuğun görebileceği bir yerde daha önce hazırladığı senaryosunu oyuncaklarla oynayacaktır. Oyunun sonunda uzman çocuğa önce oyundaki kahramanlar ile ilgili daha sonra çocuğun kendisi ile ilgili sorular sorarak çocuktan geri bildirim isteyecektir.

Örnek: 5 yaşındaki korku problemi olan bir kız çocuğu için hazırlanmış yüzleştirme oyun senaryosu.

Uzman: "Şimdi sana bir oyun göstermek istiyorum. Ama bu oyun için bir kahramana ihtiyacımız olacak. Bak burada bir insan ailesi, tavşan ailesi, kedi ailesi ve köpek ailesi var. Oyuncaklara bir bak ve oyunumuzun kahramanının hangisinin olmasını istiyorsan onu seç." Çocuk oyuncak kedi ailesini seçiyor. Uzman oyuncak kedi ailesini kullanarak çocuğa aşağıdaki hikâyeyi anlatır.

"Bir kedi ailesi varmış. Çok mutlularmış. Anne kedi ve baba kedi yavrularını çok severmiş ve hep onu mutlu etmek isterlermiş. Yavru kedi de çok akıllıymış. Oda anne-babasını çok severmiş. Ve bir gün hep beraber ormana kampa gitmişler. Tüm gün çok eğlenmişler. Bir sürü güzel oyunlar oynamışlar. Çok güzel yemekler yemişler. Akşam olunca da çadırlarına girip yatmışlar. Çok yoruldukları için anne kedi ve baba kedi hemen uykuya dalmışlar. Ama yavru kedi bir türlü uyuyamamış. Sence yavru kedi neden uyuyamıyordur?"

Çocu: "Korktuğu için"

Uzman: "Evet. Yavru kedi korkuyormuş. Sence yavru kedi neden korkuyordur?"

Çocuk: "Karanlıktan korkuyordur"

Uzman: "Evet, haklısın yavru kedi karanlıktan korkuyormuş. Peki, başka neden korkuyor olabilir?"

Çocuk: "Kötü rüya görmekten"

Uzman: "Evet, kötü rüya görmekten de korkuyormuş. Karanlıktan ve kötü rüya görmekten birçok kedi yavrusu korkabilir. Sadece kedi yavruları değil birçok çocuk da karanlıktan ve kötü rüya görmekten korkabilir. Çünkü herkes bir şeylerden korkabilir değil mi?"

Çocuk: "Evet"

Uzman: "Peki, herkes gibi senin de korktuğun bazı şeyler var mı?"

Çocuk: "Evet. Ben de karanlıktan ve kötü rüya görmekten korkuyorum."

Uzman: "Bak, gördün mü herkes gibi senin de korktuğun şeyler varmış. Ama biz şimdi tekrar oyunumuza dönelim. Nerde kalmıştık? Ha evet, yavru kedi karanlıktan ve kötü rüya görmekten korktuğu için bir türlü uyuyamıyormuş. Daha önceleri de uykusunu alamadığı için çok yorgun ve bitkin düşmüş. Yavru kedi bu durumdan çok rahatsız olmuş ve bu korkularından kurtulmak istemiş. Peki, sen de korkularından kurtulmak ister miydin? Neden? (Çocuğun cevabı alınır ve desteklenir.) Yavru kedinin korkularından nasıl kurtulduğunu merak ediyor musun? O zaman sonraki oyunumuz da yavru kedinin korkularından nasıl kurtulduğu ile ilgili olsun..."

Yüzleştirmede Karikatür Çizimi Kullanımı

Okul öncesi dönemi çocuklar ile çalışırken oyuncaklar ile çalışmak daha etkili iken ilkokul çocukları ile çalışmada karikatür çizerek hikâye anlatma daha ilgi çekici olabilir. Karikatür çizerken resimli roman mantığıyla hareket edilir. A4 formatında kâğıt ile kurşun kalem kullanılabilir. Oyuncaklar ile oynamak ile karikatür çizmenin uygulama mantığı hemen hemen aynıdır. Karikatür çizmede, oyunda kullanılan oyuncakların yerine A4 kâğıdına resim çizilir. Uzman, bir taraftan senaryonun resmini çizerken bir taraftan da hikâyesini anlatır.

Örnek; Erkek çocuk 7 yaş. İlkokul 2. Sınıf öğrencisi.

Problem: Çocuğun sağ elinde altı parmağı olduğu için arkadaşları tarafından alay ediliyor. Çocuk bu durumdan çok rahatsız ve çok öfkeli. Okulda sık sık kavga ediyor. Son olarak okuldaki bir arkadaşının özel bölgesine tekme attığı için uzmana yönlendirilmiş.

Uzman: "Şimdi sana bir hikâye anlatmak istiyorum. Ama hikâyemi sadece anlatmayacağım aynı zamanda resmini yapacağım. Dinlemek ister misin? O zaman dikkatlice bak ve dinle" der ve A4 kâğıdının sol üst tarafındaki alanı kullanarak hikâyesine başlar. "Ormanın birinde bir tavşan yavrusu varmış. İşte bak bu tavşanımız. (uzman bir tavşan çizer). Çok akıllı ve anne-babası ve öğretmeni tarafından da çok sevilen bir tavşan yavrusuymuş. Genelde çok mutluymuş. Sadece okulda bazı sorunlar yaşıyormuş çünkü tavşanımızın kuyruğu diğer tavşanlarınkinden biraz farklıymış. Bak. (Uzman çizdiği tavşanın kuyruğunu biraz değiştirir.) İşte böyle. Tavşan yavrusu okula gittiğinde diğer tavşan yavruları etrafında toplanmışlar. Bak burada da diğer tavşan yavruları." Uzman kâğıdın sol üst alanına birkaç tane tavşan çizer. "Sence bu tavşanlar ne diyorlardır?"

Çocuk: "A şunun kuyruğuna bakın, çok komik "diye alay ediyorlardır.

Uzman: "Sence tavşan yavrusunun aklından ne geçiyordur?"

Çocuk: "Kızıyor"

Uzman: "Herkes zaman zaman bir şeylere kızabilir değil mi? Bu tavşan da kızabilir. Peki, kızınca ne yapıyormuş?"

Çocuk: "Hepsinin ayaklarını bağlayıp, ağızlarını bantlamak istiyormuş ve kafalarına sopa ile vurmak istiyormuş"

Uzman: "Onların kafalarına sopa ile vurursa ne olur?"

Çocuk: "Kafaları kanar"

Uzman: "Bu iyi bir şey mi?"

Çocuk: "Hayır"

Uzman: "Peki, sen de zaman zaman bir şeylere kızıyor musun?"

Çocuk: "Evet"

Uzman: "En çok ne zaman kızıyorsun?"

Çocuk: "Okulda kızıyorum"

Uzman: "Neden?"

Çocuk: "Çünkü kızdırıyorlar"

Uzman: "Nasıl kızdırıyorlar?"

Çocuk: "Parmağımla alay ediyorlar"

Uzman: "Kızdığın zaman ne yapıyorsun?"

Çocuk: "Dövüyorum kızdıranları"

Uzman: "Peki, tavşan yavrusu kavga etmeden sorunu çözebilmiş midir?"

Çocuk: "Bilmiyorum"

Uzman: "Kızdığın zaman kavga etmeden sorunu nasıl çözeceğini öğrenmek ister miydin?"

Çocuk: "Evet"

Uzman: "O zaman sonraki oyunumuz tavşan yavrusunun kızdığı zaman kavga etmeden sorununu nasıl çözdüğü ile ilgili olsun."

Yüzleştirmede Hikâye Anlatımı

Yüzleştirme aşamasında hikâye kullanımında oyun veya resim yerine çocuğa konu ile ilgili hikâye anlatılır. Hikâye oluştururken yine çocuğun genel özelliği göz önünde bulundurulur. Hikâye çocuğun gerçek hayatı ile tıpatıp aynı olmamakla birlikte "özünde" benzer olmalıdır. Hikâyedeki kahraman, çocuğun hassasiyetine göre herhangi bir hayvan veya insan olabilir. Eğer insan olacaksa ismi çocuk ile aynı olmamalıdır. Oluşturulan hikâye rencide edici, korkutucu, alay eden türden olmamalıdır. Hikâye anlatırken uzman ses tonunu hikâyenin "gidişatına" göre değiştirmelidir. Monoton bir ses tonu ile anlatılan hikâyeden çocuklar sıkılabilir. Hikâye anlatılırken olaylar ile ilgili çocuğa sorular sorulmalıdır.

Örnek; kız çocuğu 5 yaşında. 3 kardeş. Çocuk en küçüğü. Anne-baba sağ ve öz. Yemek yememe sorunu var.

Uzman, "Sana bir hikâye anlatmak istiyorum. Dinlemek ister misin? O zaman beni dikkatlice dinlemeni istiyorum. Hikâyemiz ormanda yaşayan bir sincap yavrusu ile ilgilidir. Hikâyenin ismi, "Şampiyon Sincap".

"Güzel bir ormanda güzel ve çok büyük bir ağacın kovuğunda bir sincap ailesi yaşarmış. Anne-baba ve üç yavrudan oluşan bir sincap ailesiymiş. Anne sincap ile baba sincap gün boyun çalışıyorlarmış. Yavrularını iyi beslemek için ellerinden geleni yapıyorlarmış. Yavru sincapların hepsi de birbirinden akıllı ve iyi kalpli-lermiş. (Hikâyeler her zaman pozitif başlamalıdır) Büyük olan iki sincap yavrusu okula, en küçük olan yavru ise kreşe gidiyormuş. Çok mutlu bir aileymiş. Bir tek küçük sincap yavrusunun yemek yememe sorunu ailenin tüm üyelerini üzüyormuş. Özellikle anne sincap bu durumdan dolayı çok üzgünmüş. Yavrularına her gün güzel yemekler yaparak onları iyi beslemeye çalışmasına rağmen küçük yavru

neredeyse hiç yemek yemiyormuş. Küçük yavru ise halinden memnunmuş. "O yemeği sevmiyorum, bu yemekten hoşlanmıyorum, yok onda et var, yok bunda havuç var" diye tüm yemekleri reddediyormuş. Yemekleri reddediyormuş ama olacaklardan da hiç haberi yokmuş maalesef.

Her sene olduğu gibi bu sene de okullarda spor şenlikleri yapılacakmış. Bu şenliklerde her türlü spor aktiviteleri yapılarak ormanın en iyi sporcuları seçiliyormuş. Daha önceki şenliklerde sincap ailesinin en büyük yavrusu ağaca hızlı tırmanma yarışında, ortanca yavru ise yükseğe zıplama yarışında birinci olmuşlardı. Küçük yavru da bu sene hızlı koşma yarışmasına katılmak istiyordu. Yarışmalara daha çok vardı ve çok iyi hazırlanmalıydı. Onun için büyük kardeşlerinden onu yarışmaya hazırlamalarını istedi. Üç kardeş her gün okuldan sonra antrenman yapmaya başladılar. Antrenmana başlar başlamaz bir sorunla karşılaşmışlardı. Sorun, küçük kardeşin çok çabuk yorulmasıydı. Koşmaya başladıklarında en hızlı o koşuyordu fakat çok kısa süre sonra nefes nefese kalıyor, ayağı titremeye başlıyor, başı dönüyor ve daha fazla ilerleyemiyordu. Neden böyle oluyordu? Bilemiyorlardı. (Çocuğa sorulur, "Sence yavru sincap neden çabuk yoruluyordur?"). Eve geldiklerinde olup bitenleri anne-babalarına anlattılar. Aslında kardeşleri çok hızlı koşuyordu ama nedendir bilinmez çabuk yoruluyordu.

"Tüm bunların sebebi yavrumuzun yeterince beslenmemesidir. Vücuda gerekli olan besinleri yemeyen herkes çabuk yorulur. Sadece yorulmakla kalmaz birçok hastalığa da çabuk yakalanır" dedi baba sincap.

"Ben her zaman diyorum. Yeterince beslenmiyorsun yavrum. Bu beni çok üzüyor. Böyle devam edersen yaşıtlarından daha küçük kalacağından hatta hastalanacağından çok korkuyorum" dedi anne sincap üzgün bir şekilde. (Çocuğa sorulur, "Senin annen de senin yeterince yemek yemediğini söyler mi? (Çocuğun cevabı alınır ve desteklenir.) Peki, hikâyemize devam edelim)

Küçük yavru da üzgündü. Şampiyon olmayı çok istiyordu. Yeterince yemek yemediği için bu kadar çabuk yorulacağını hiç düşünmemişti. Hatta hastalanabileceğini hiç aklına getirmemişti. Birden korkuya kapıldı ve,

"Ben, ben, hastalanmak istemiyorum. Ben güçlü ve hızlı olmak istiyorum. Ben şampiyon olmak istiyorum. üüü, ü, ü..." diye ağlamaya başladı.

Anne-babası ve kardeşleri hepsi ona sarıldılar. Küçük sincap ise hala ağlıyordu.

"Güçlü olmak istiyorum. Arkadaşlarımdan daha küçük kalmak istemiyorum. Herkesten daha kısa boylu, herkesten daha zayıf ve herkesten daha güçsüz olmak istemiyorum ü,ü,üü..."

"Tamam yavrum. Sakin ol. Ağlama artık" diye yavrusunu kucakladı baba sincap ve sordu, "Gerçekten güçlü, sağlıklı hatta şampiyon olmak ister misin?" (Çocuğa sorulur, "ya sen? Sen de sağlıklı ve güçlü olmak ister misin? (Çocuğun cevabı alınır ve desteklenilir.) Peki, hikâyemize devam edelim")

"Evet. Çok istiyorum" dedi küçük sincap.

"O zaman güçlü ve sağlıklı olmak için gerekli yiyecekleri yemelisin" dedi babası.

"Faydalı yiyecekleri yemeyi öğreneceğim baba" dedi küçük sincap. (Çocuğa sorulur, "Ya sen? Sen de sağlıklı ve güçlü olmak için faydalı yiyecekleri yemeyi öğrenmek ister miydin? (Çocuğun cevabı alınır ve desteklenilir.) Peki, küçük sincabın nasıl sağlıklı beslenmeyi öğrendiğini ve nasıl şampiyon olduğunu merak ediyor musun? O zaman sonraki hikâyemizde küçük sincabın şampiyon olma sırrını anlatacağım..."

Yüzleştirme Aşaması İçin Seans Örneği

Süre 45 dakika-1 saat arası

1. Giriş ritüel oyunu
   "Ne eksik" oyunu
2. Duygu oyunu
   "Duygu kulesi" oyunu
3. Depreştirme oyunu
   "İyi kedi-kötü kedi" oyunu
4. Yüzleştirme oyunu
   Uzman tarafından geliştirilmiş bir oyun (hikâye)
5. Bitirme ritüeli
   Gevşeme oyunu

MÜDAHALE OYUNLARI (TERAPÖTİK OYUNLAR)

Çocuğun uzmana getirilme sebebi ne olursa olsun ilk iki veya üç seansta duygu oyunları, depreştirici iki uçlu oyunlar ve yüzleştirici oyunlar benzer şekilde oynanılır. Müdahale aşamasına kadar çocuk duygularının ve problemlerinin farkına varmalıdır. Çocuk, farkına vardığı bu sıkıntılarından kurtulmak istemelidir. Yani çocuk değişime motive olmuş ve uzman ile iş birliğine hazır durumda olmalıdır. Sonraki seanslarda ise müdahale oyunları oynanılır. Müdahale oyunları ise çocuğun problemine yönelik oyunlardır ve her problem için birbirinden farklıdır. Bu

aşamaya kadar benzer olan oyunlar bundan sonra çocuk hangi sorun ile gelmiş ise o soruna yönelik olacaktır.

Müdahale için oynanacak hazır veya uzman tarafından geliştirilecek olan oyunlarda bilişsel-davranışçı terapi teknikleri kullanılacaktır. Müdahale oyunlarında da dikkat edilmesi gereken bazı hususlar vardır. Bu hususlardan en önemlisi çocuğun genel durumu ile ilgilidir. Uzman, oyun seçerken çocuğun mizacına, yaşına, cinsiyetine, aile yapısına, fiziksel özelliklerine ve en önemlisi problemine göre oyun seçmelidir. Müdahale aşamasında her türlü sorun için oynanabilecek birçok oyun vardır. Bu oyunların bazıları başka araştırmacılar tarafından daha önce geliştirilmiş, deneyimlenmiş ve etkisi kanıtlanmış oyunlardır. Bazıları ise geleneksel oyunlardır. Uzman, müdahale aşamasında bu oyunlardan da yararlanabileceği gibi kendisi de karşısındaki çocuğun durumuna göre oyun geliştirebilir.

Terapötik Oyun Geliştirme

Bilişsel-davranışçı terapi teknikleri kullanarak birçok terapötik oyun geliştirmek mümkündür. Oyun geliştirmek için oyuncaklara, kırtasiye malzemelerine, duygu kartlarına, davranış kartlarına ("Çocukları Okula Psikolojik Olarak Hazırlama" kitabında detaylı anlatılmıştır) ve uzmanın bilgi birikimi ve hayal gücüne ihtiyaç vardır. Buradaki mantık, yetişkin ile danışma sırasında ne gibi teknikler kullanılıyorsa aynı tekniklerin oyunlaştırılarak kullanılmasıdır. Aşağıda bilişsel-davranışçı terapi teknikleri kullanarak nasıl oyun geliştirildiğine bazı örnekler verilmiştir.

Model Alarak Öğrenme Tekniğine Göre Oyun Geliştirme

Çocuğun durumuna göre insan veya hayvan figürlerinden oyuncak seçilir. Burada önemli olan ayrıntı oyundaki bir kahramanın çocuğun problemi ile aynı probleme sahip olmasıdır. Oyundaki kahraman yaşadığı bu sıkıntısından dolayı sosyal uyum veya akademik başarı sorunu yaşamaktadır. Okulda arkadaşları veya öğretmeni ile ailede anne-baba veya kardeşleri ile çatışmaları vardır. Bundan dolayı çok üzgün, kızgın veya utanç içindedir. Ne yapacağı konusunda kafası karışıktır. Kendince bir şeyler denemektedir fakat bir türlü başarılı olamamaktadır. Bir gün karşısına başka bir kahraman çıkar. Bu kahraman ya aynı sorunu daha önce yaşamış ve atlatmış biri veya "Bilge" biridir. Bu yeni kahraman bizim kahramana sorunundan kurtulabilmesi için neler yapması gerektiğini ona anlatır. Yani bilge kahraman bir nevi psikologdur. Kahraman "Bilgenin" dediklerini uygular ve hayatında bazı şeyler değişmeye başlar. Elbette burada çocuğa sorununun çok basit olduğu ve üstesinden gelmenin çok kolay olduğu mesajı verilmemelidir. Yani

oyundaki kahraman hemen sorunundan kurtulmamalıdır. Adım adım, bazı denemelerle, mücadele ederek olumlu sonuca ulaşmalıdır. Uzman, her seansta aynı kahramanlarla yeni deneyimler yaşatarak bir dizi gibi birbirini takip eden ve birbiri ile bağlantılı olan oyunlar, hikâyeler veya resimli hikâyeler geliştirmelidir.

Oyun oynandıktan sonra uzman, çocuğa oyun ve oyundaki kahramanlar ile ilgili sorular sorarak oyunu sonlandırır. Örnek sorular;

Oyun (hikâye) nasıldı?

Hikâyede en çok neyi sevdin? Neden?

Neyi sevmedin? Neden?

Oyundaki kahraman (çocukla özdeştirilen kahraman) hakkında ne düşünüyorsun?

O senin yanında olsaydı ona neler söylemek isterdin?

Onunla arkadaş olmak ister miydin?

Onun yerinde sen olsaydın neler yapardın?

Sistematik Duyarsızlaştırma Tekniğine Göre Oyun Geliştirme

Sistematik duyarsızlaştırma tekniği daha çok korku ve fobi durumlarında uygulanır. Sistematik duyarsızlaştırma tekniğine göre oyun geliştirirken oyuncaklardan ve kırtasiye malzemelerinden yararlanılabilir. Çocuğun yaşadığı sorun en uzak bir noktadan ele alınarak gittikçe yaklaşılır. Örneğin;

1. Önce çocuğun korkusu ile aynı korkuya sahip olan bir hayvanın hikâyesi (veya oyunu),
2. Sonra çocuk ile aynı sorunu olan başka bir çocuğun (oyuncak çocuk) öyküsü veya oyunu,
3. Sonra çocuğa korkularını sormak
4. Çocuğa korkularının resmini çizdirmek
5. Resmi anlattırmak
6. Rol yapma oyunu ile çocuğu oyuna katmak
7. Her oyundan sonra çocuğa oyun ile ilgili yukarıdaki örnekteki gibi sorular sorulur.

Taşırma Tekniği Kullanarak Oyun Geliştirme

Taşırma tekniği ile geliştirilen oyunlar özellikle hiperaktivite ve öfke sorunu olan çocuklarda oldukça etkilidir. Bu oyunlarda çocuk bizzat oyuna katılmalıdır.

Materyal olarak alan sınırlaması yapabileceğimiz bir ip, kilim veya hulahop tarzında oyuncağa ihtiyaç vardır. Çocuğa oyunun sadece belirlenen alanın içinde olacağı kuralı anlatılmalıdır. Çocuk belirlenen alanın içinde istediği kadar yaramazlık yapabilir, atlayıp zıplayabilir. Uzman çocuk kendisi yorulana kadar çocuğa dur demez. Tam tersi "Daha hızlı, daha fazla, daha sert" vs. diyerek çocuğu etkilemeye çalışır. Çocuk ne zaman kendisi "tamam" dedikten sonra oyun alanından çıkar. Oyun alanının dışında aynı hareketler yapılmaz. Oyunların ismi, "En yükseğe zıplayan maymun", "Şampiyon karateci", "Süper boksör", "Çılgınlar dansı", "Çığlık atan Tarzan" vs. gibi olabilir. Oyun bittikten sonra çocuğa sorular sorulur,

Oyun nasıldı?

Oyun alanı içerisinde yaptığın hareketler hoşuna gitti mi? Neden?

Aynı hareketleri okulda yaparsan nasıl olur?

Aynı hareketleri evde yaparsan nasıl olur?

Sen derste otururken bir arkadaşın aynı hareketleri yapsaydı hoşuna gider miydi?

Evde aynı hareketleri yaparsan annenin hoşuna gider mi?

Yönlendirilmiş Keşif Tekniği Kullanarak Oyun Geliştirme

Yönlendirilmiş keşif tekniği kullanarak oyun geliştirilirken farklı karakterdeki kahramanlara ihtiyaç olacaktır. Oyun, hikâye veya resimli hikâye oluştururken aynı probleme sahip birkaç farklı karakter kullanarak çocuğa en doğru davranış gösterilmeye çalışılacaktır.

Örneğin, ilk oyunda utangaçlık sorunu olan bir tavşan yavrusu utangaç olduğu için üzgündür ama yapabileceği hiçbir şey olmadığını düşünerek utangaç olmaya devam eder. Başka bir oyunda utangaç olan bir kedi utangaçlıktan kurtulmak için kavgacı olmayı öğrenir. Başka bir oyunda ise utangaç olan bir köpek yavrusu bir bilge ile karşılaşır ve o bilgeden nasıl utangaçlıktan kurtulabileceğini öğrenir ve utangaçlıktan kurtulur. Bu üç kahraman aynı oyunda oynanabilir. Oyunun sonunda çocuğa sorular sorulur.

Oyun (hikâye) nasıldı?

Hikâyede en çok neyi sevdin? Neden?

Neyi sevmedin? Neden?

Oyundaki kahramanlar hakkında ne düşünüyorsun?

Hangi kahramanı daha çok sevdin? Neden?

Hangi kahraman sence daha doğru davrandı? Neden?

Hangi kahraman yanlış davrandı? Neden?

Hangisi ile arkadaş olmak isterdin? Neden?

Onun yerinde sen olsaydın neler yapardın?

Aşamalı Görevler Oluşturma Tekniği Kullanarak Oyun Geliştirme

Aşamalı görev oluşturma tekniği kullanarak hiperaktif veya korku problemi olan çocuklara yönelik oyunlar geliştirilebilir. Sistematik duyarsızlaştırma tekniğine benzer şekilde oyun içinde çocuğa daha az kaygı verici görevler verilir. Çocuk bu görevleri yerine getirdikçe daha zor görevler verilir. Çocuk her aşamada pekiştirilir. Örneğin: içine kapanık çocuğa yönelik oyun örneği şu şekilde olabilir;

1. Çocuğa konu ile ilgili hikâye anlatılır
2. Çocuğa konu ile ilgili oyun oynanır
3. Oyuncaklar ile oluşturulan rol yapma oyununda çocuktan bir oyuncağı oynatması istenilir
4. Çocuktan sahnede şarkı söylediğini canlandırması istenilir.
5. Çocuktan üstlendiği oyuncağın ağzından şarkı söylettirilir.
6. Çocuğa rol yapma oyununda rol verilir.
7. Çocuk oyunda sahnede şarkı söyler
8. Çocuk grupta şarkı söyler

Oyunun her aşamasında çocuğa sorular sorulur ve çocuğun gösterdiği her bir atılgan davranış pekiştirilir.

Terapötik oyun geliştirmede hangi tekniğin kullanılacağı çocuğun genel durumuna göre değişebilir. Müdahale aşamasında bir seansta uzman tarafından geliştirilen oyunlar daha önceden var olan oyunlar ile birlikte de uygulanabilir. Müdahale aşaması için örnek bir seans programı aşağıdaki gibi olabilir.

Müdahale Aşaması İçin Seans Örneği

Çocuk: 6 yaş, Kız

Sorun: Korku problemi

Süre: 45 dakika-1 saat arası

1. Ritüel oyun

   "Uçtu uçtu" oyunu

2. Müdahale oyunu

   "Çalışkan arı" oyunu (var olan bir oyun)

   Uzmanın sistematik duyarsızlaştırma tekniği kullanarak geliştirdiği bir oyun

3. Bitirme ritüel oyunu

   "Gevşeme oyunu"

III. ETAP (OLUMLU BENLİK ALGISI KAZANDIRMA ETABI)

Çocukların "Benlik" algı düzeyleri birçok sorunun kaynağı olabilir. Yetersiz özdeğere sahip olan çocuklar aşırı utangaç, aşırı uysal veya aşırı saldırgan davranabilirler. Çocuğun öz yeterlilik algısı büyük bir oranda çevre tarafından aldığı geri bildirimlerden şekillenir. Yeterince sevgi gören, sosyal ve akademik alanlarda başarıları olan çocukların öz saygı değeri yüksektir. Anne babası tarafından olduğu gibi sevilen, değer gören, kendini ailede ve okul ortamında önemli gören, ders ve sosyal aktivitelerde belli bir başarı elde etmiş çocuklar daha özgüvenli olurlar ve daha az davranış ve uyum sorunları yaşarlar. Herhangi bir sebeple psikoloğa getirilen birçok çocukta öz saygı düzeyleri düşüktür veya yanlış benlik algısına sahiptir. Öz saygısı düşük olan çocukların hem sosyal anlamda hem de akademik anlamda da başarı düzeyleri düşüktür. Uzun süre eleştirilere maruz kalan çocuklar, bu eleştiri ve baskılardan kurtulmak için zamanla olduğundan farklı davranmayı öğrenirler.

Oyun terapisinin müdahale aşamasında uzmanın görevlerinden biri de çocuğa olumlu anlamda özdeğer kazandırmaktır. Çocuğun uzmana getirildiği sebebin ortadan kalkması her şeyin "yoluna" girdiği anlamına gelmez. Yani çocukta ki bir davranış sorununun ortadan kalkması ile çocuğun hayatı kökten değişmez. Oyun terapisinin sonlarına doğru uzmanın, çocuğa bundan sonraki hayatında karşısına çıkabilecek birtakım sorunlarla baş edebilecek "güç" kazandırması gerekmektedir.

İkinci etabın sonunda çocukta olumlu yönde değişmeler olması gerekmektedir. Çocuk bu süreçte probleminin farkına varmış ve uzman yardımıyla probleminin üstesinden gelmiştir. İlk etapta çocukta belirlenen sorun ikinci etap uygulamaları ile ortadan kalkmıştır. Örneğin, korku problemi ile gelen çocuk korkularıyla baş etmeyi öğrenmiştir. Saldırgan ve öfke problemi ile gelen çocuk öfkesini kontrol etmeyi öğrenmiştir. Hiperaktivite sorunu ile gelen çocuk artık dürtülerini kontrol edebiliyordur vs. Üçüncü etabın amacı ise çocuğun buraya kadar öğrendiklerini pekiştirmek ve bundan sonraki hayatında kullanacağı olumlu benlik algısı ve sosyal becerileri kazandırmaktır. Yani oyun terapi süresince çocuktan "alınan şeyin" yerini olumlu "rezervler" ile doldurmaktır. Üçüncü etap çocuğun durumuna göre 1 veya 2 seanstan oluşur.

Kendi Davranışlarını Kontrol Etme Tekniği Kullanarak Oyun Geliştirme

Davranış kartları kullanarak oyun oluşturulabilir. Uzman, oyuncaklarla veya başka çocuklar ile rol yapma oyunu organize eder. Oyunda hedef çocuğun problem davranışına benzer davranış sergileyen bir kahraman olur. Davranış kartları çocuğun elinde durur. Oyun devam ettikçe çocuk oyundaki kahramanlara uygun davranış kartlarını gösterir. Bu şekilde farklı senaryolar kullanılarak çocuğun hayatındaki farklı alanlardaki yanlış davranışlar çocuğa gösterilir. "Çocukları Okula Psikolojik Hazırlama" kitabındaki "Dört Karakter Tekniği" de kullanılabilir.

Örnek bir oyun.

Çocuk: 6 yaş, erkek

Sorun: hiperaktivite

Oyun: Grupla "Evcilik" oyunu (grup yok ise oyuncaklar üzerinden oyun oluşturulabilir. Yani uzman birkaç oyuncak ile bir senaryo oynar. Çocuk ise elindeki davranış kartları ile oyundaki "anormal" davranışları denetler.)

Grup sayısı: 5 çocuk

Malzemeler;

Davranış kartları; "kibar ol", "dur ve düşün", "mesafeni koru", "sesini ayarla", "gülümse", "sessiz ol" vs. gibi kartlar.

Duygu kartları; "mutlu yüz", "kızgın yüz", "şaşkın yüz", "korkmuş yüz", "üzgün yüz".

Senaryo: Birbirinden farklı karakterlere sahip 4 arkadaş var. Arkadaşlardan biri çok konuşuyor ve sadece eğlenmeyi düşünüyor, biri çok utangaç ve korkak, bir diğeri ise aşırı öfkeli ve herkese çatmaya hazır. Dördüncü arkadaş ise örnek bir çocuk. Oyun senaryosunda bu çocuklar "okul, ev, park veya misafirlikte gibi sosyal ortamlardan kesitler olacaktır.

Uzman bu dört farklı karakteri çocuklara detaylıca anlatır. Hangi karakterdeki çocuk nasıl davranır? Okulda nasıl? Evde nasıl? Parkta nasıl? Alış-veriş merkezinde nasıl davranırlar? Misafirlikte nasıl davranırlar? vs. daha sonra çocuklara rol dağıtılır. Hangi rolün hangi çocuğa verileceğine uzman karar verebileceği gibi çocuklara da seçme şansı verebilir. Tüm çocuklar sıra ile farklı karakterleri canlandırırlar. Dört çocuğa karakterler dağıtılırken geride kalan bir çocuk ise oyunu yönetir. Oyunun amacı her çocuğa farklı karakteri canlandırarak alternatif tutumları göstermek ve aralarındaki en "doğru" davranışı göstermek. En doğru davranış oyundaki "örnek çocuk" elbette ki.

Yalnız burada dikkat edilmesi gereken önemli bir ayrıntı var. Bu ayrıntı "örnek çocuğun" karakteri ile ilgilidir. Örnek çocuk sosyal çevrenin kabul ettiği bir tiplemedir. Örnek bir evlat, örnek bir öğrenci, örnek bir vatandaş. Yalnız bu karakter tamamen topluma göre hareket eden biri değildir. Dengeli biri olduğu vurgulanmalı. Örnek çocuk hiç kızmayan, hiç ağlamayan, hiç bağırmayan, her şeye tamam diyen bir çocuk değildir. Yani örnek çocuk, uslu ve çekingen çocuk gibi gösterilmemeli. Kısacası "örnek çocuk" kimseden üstün, kimseden aşağıda olmayan, kimsenin hakkını yemeyen, kimseye de hakkını yedirmeyen, özgüvenli, nerede nasıl davranması gereken bir çocuktur. Zaten oyunun püf noktası da çocuklara toplum tarafından en çok onaylanan "örnek çocuğu" "empoze" etmeye çalışmaktır.

Dört farklı karakter dört çocuğa dağıtıldıktan sonra geriye kalan çocuk ise kartları yönetir. Kartları yönetmek önemli bir görevdir. Diğer çocuklar oyundaki karakter tiplemesine göre davranırlarken kart yöneten çocuk ise her oyuncunun davranışını dikkatlice izler ve gerektiği yerlerde uygun kartları oyunculara gösterir. Örneğin, aşırı bağıran çocuğa "sessiz ol", "çok kısık sesle konuşan çocuğa "sesini ayarla", kaba davranan çocuğa "kibar ol" kartlarını gösterir. Çocuk kartları yönetirken hem farklı davranışları görmüş olur hem de hangi durumda nasıl davranması gerektiğini "içselleştirmiş" olur. Kart yönetmek çocuk için bir nevi otokontrol mekanizmasının gelişmesine katkıdır.

Oyun beş farklı senaryo ile oynandığında her çocuk hem tüm karakterleri hem kartları yönetmeyi denemiş olur. Eğer grup yok ise uzman oyuncaklar ile dört karakter oluşturur. Bu durumda uzman dört karakteri tek başına oynarken kart yönetimini çocuğa verir. Eğer grup sayısı az ise o zaman bir çocuk iki farklı karakteri oynayabilir. Her oyun bitiminde uzman çocuklara aşağıdaki gibi sorular sorarak çocuklardan geri bildirim alır.

Oyun (hikâye) nasıldı?

Hikâyede en çok neyi sevdin? Neden?

Neyi sevmedin? Neden?

Oyundaki kahramanlar hakkında ne düşünüyorsun?

Hangi kahramanı daha çok sevdin? Neden?

Hangi kahraman sence daha doğru davrandı? Neden?

Hangi kahraman yanlış davrandı? Neden?

Hangisi ile arkadaş olmak isterdin? Neden?

Sence annen bu kahramanlardan en çok hangisini sever?

Ya baban?

Öğretmenin?

Öz Saygı Kazandırma Oyunları

Çocuğun biricikliğini ortaya çıkartmaya çalışan, kendindeki olumlu potansiyeli görmesini sağlayan oyunlar oynanır. Bu aşamada çocuğa "amigo" etkisi uygulanmalıdır. Onun başarılı olduğu yönleri ortaya çıkartılmalıdır. Çocuğun gizli kalmış yetenekleri keşfedilmeli ve çocuk bu yeteneklerini kullanmayı öğrenmelidir. Çocuğa başarı duygusu yaşatacak oyunlar, çocuğa beceri kazandıran oyunlar, çocuğa kendini gösterme imkânı veren oyunlar bu aşamada önemlidir.

Hangi oyun oynanması gerektiği konusunda uzman karar verebilir. Çocuğun genel durumuna bakılarak oyun geliştirilmelidir. Sesi güzel olan çocuk ile şarkılar söylenebilir, sportif yetenekleri olan çocuk ile hareketli oyunlar oynanabilir, resim yeteneği olan çocuk ile sanat aktiviteleri yapılabilir. Çocuğa iletişim becerileri kazandırmak, sosyal ortamlarda nasıl davranması gerektiği konusunda beceri kazandırmak da etkili olabilir. Çocuğun fiziksel anlamda kendini çekici bulması da önemlidir. Bu aşamada abartıya kaçmadan çocuğu övmek, onaylamak, alkışlamak gerekmektedir. Bu aşamada en çok rol yapma, canlandırma oyunları oynanabilir.

IV. ETAP (KONTROL VE SONLANDIRMA ETABI)

Dördüncü etap 1 veya 2 seanstan oluşur. Bu aşamaya kadar çocukta olumlu anlamda birçok değişim olması beklenir. Çocuk, uzmana getirildiği sorununun üstesinden gelmeyi öğrenmiş, özgüveni gelişmiş, motive olmuş durumdadır. Bundan sonra uzmanın desteği olmadan birtakım sorunların üstesinden gelebilecek duruma gelmiş olmalıdır.

Kontrol etabı olan dördüncü etabın amacı çocuktaki bu değişimin "gerçek" hayatta da işe yarayıp yaramadığını kontrol etmektir. Bunu kontrol etmenin en iyi yolu çocuğu "doğal" ortamında gözlemlemektir. Doğal gözlem yöntemi her zaman için mümkün olmayabilir. Bir uzman çalıştığı her çocuğun evine veya okuluna gidecek zaman bulamayabilir. Ama sistematik gözlemle çocuğa ortam oluşturulabilir. Bunun için çocuk son seanslarda gruba dâhil edilmelidir.

Grup Oluşturma

Kontrol etabında nasıl bir grup oluşturulacağı çocuğun durumuna bağlı olarak değişir. Gruba alınacak bireylerin özellikleri de tamamen çocuğun daha önce (oyun terapisine başlama sebebi) yaşadığı sıkıntı ile alakalıdır. Grubun homojen veya heterojen olması da önemli değildir. Eğer imkân varsa çocuk birkaç farklı gruba da alınabilir. Önemli olan oluşturulacak grubun çocuğun günlük yaşamda sıklıkla bulunacağı sosyal ortamla ilgili olmasıdır. Çocuğun yaşıtları, çocuktan bü-

yük çocuklar, çocuktan küçük çocuklar, yetişkinler çocuk için oluşturulan grupta yer alabilirler.

Gruba dâhil edilecek bireyler çocuğun durumundan haberdar olmak zorunda değiller. Onlar da doğal davranmalılar ki gözlemden gerçek "bilgiler" alınsın. Eğer gruptaki bireyler bu grubun çocuk için oluşturulduğunu öğrenirlerse çocuğa olduğundan daha farklı davranabilirler. Sonuç olarak grup mümkün olduğu kadar doğal olmalı.

Ortam Oluşturma

Bazı durumlarda çocuğu "kontrol" etmek için grup yetersiz kalabilir. Bazen özel hazırlanmış ortamlara da ihtiyaç duyulabilir. Örneğin; karanlık korkusu olan bir çocuk için karanlık bir yere, yükseklik korkusu olan bir çocuk için yüksek bir yere, hastaneden korkan bir çocuk için hastane ortamına, sahneden korkan çocuk için sahneye vs. Bazen sınıf ortamına ihtiyaç duyulabilir. Bazen sokağa çıkmaya ihtiyaç duyulabilir. Belki avazı çıktığı kadar bağırabileceği uygun bir ortama ihtiyaç duyulabilir.

Eğer özel bir ortama ihtiyaç var ise uzman bu ortamı oluşturmaya çalışmalıdır. Gerekirse gerekli yerlere gidilmelidir. Okul korkusu olan bir çocukla birlikte okula gidilebilir. Hastaneden korkan bir çocukla birlikte hastaneye gidilebilir. Eğer gidilmesi gerekiyorsa uzman kendi zamanından feragat edebilmelidir.

Kontrol Aşamasında Oynanacak Oyunlar

Kontrol aşamasında en çok ***maruz bırakma*** tekniği kullanılır. Bu aşamada oynanacak oyunlar çocuğu zorlayan oyunlar olmalıdır. Çocuğun durumuna göre hareketli, masabaşı, sözel oyunlar tercih edilebilir. Bu aşamada çocuk bizzat oyunun içinde olmalıdır. Çocuk uzmana hangi problemle gelmişse o problemi depreştiren oyunlar oynanmalıdır.

Örneğin; Korku problemi olan çocuğu "korkutmak", saldırganlık problemi olan çocuğu "tahrik etmek", utangaç çocuğa şarkı söyletmek vs. gerekmektedir. Bu tür oyunlara provokatif oyunlar denir.

Kışkırtıcı (Provokatif) Oyunlar

Kışkırtıcı oyunların ortak özellikleri kazanan ve kaybedenin olduğu oyunlardır. Yani yarış oyunları. "Hadi bakalım, kim önce yapar, kim önce varır, kim önce bitirir, kim daha güzel yapar, kim daha hızlı yapar, kim daha uzun süre hareketsiz kalır, kim daha uzun süre sessiz kalır, kim kazanır vs" tarzında oyunlardır bunlar.

Süre tutulan oyunlar, kurallı oyunlar, beceri gerektiren oyunlar da bu aşamada etkilidir. Hiperaktif çocuk ile "kim daha uzun süre hareketsiz kalabilir" , "Kim daha fazla sessiz kalabilir" tarzında veya satranç gibi masabaşı oyunlar oynanabilir mesela. Kaygı problemi olan çocuk ile topu potaya atmak, engelleri aşmak vs. gibi hareketli yarış oyunları veya satranç, eşini bul, yap-boz gibi masa başı oyunları oynanabilir.

Sonuç olarak bu aşamada çocuk bir yandan grup baskısına bir yandan da oyunu kazanma veya kaybetme telaşına kapılmalıdır. Uzman ise "kurtlar sofrasına" atılan çocuğu gözlemleyerek çocuğun davranışlarını takip etmelidir. Çocuğun karşılaştığı sıkıntılarla baş etme düzeyi nasıl? Buraya kadarki süreçte çocuğa kazandırılmaya çalışılan beceriler işe yarıyor mu? Bu süreçte çocuğa "verilen" "silahlar" doğru ve zamanında kullanılıyor mu? Bu tür sorulara verilen cevaplar çoğunlukla olumlu ise çocuk artık "uçmaya" hazır demektir. Eğer çocuk hala zorlanıyor ise o zaman çocuk ile birkaç seans daha çalışılmalıdır.

Sonlandırma

Çocuk ile ilk günden bu güne kadar ortalama 12–16 seans çalışma yapılmıştır. Haftada bir olunca yaklaşık 3 aylık bir süredir bu. 3 ay süresince çocukla birlikte "eğlenceli" zaman geçirmek çocuk için önemli bir deneyim olabilir. Çocuklar yaptıkları her işte olduğu gibi bu görüşmelerde de duygularını işin içine katmışlardır. Uzman kendini duygusal olarak "korumuş" olsa da çocuk tüm samimiyetiyle uzmana "bağlanmış" olabilir. Her ne olursa olsun, "Haydi eyvallah" diye görüşmeyi bitirmek uygun olmayabilir. Çocuğun hassasiyetini göz önünde bulundurarak son seansın sonunda "vedalaşma" seremonisi yapılmalıdır. Peki, ne yapılabilir?

Küçük bir tören organize edilebilir. Çocuğun ailesi ile birlikte küçük çapta bir kutlama yapılabilir. Cübbe ve kep giyilebilir. Çocuğa "Başarı belgesi" ve hediye verilebilir. Uzman, anne-baba konuşma yapabilir. Resim çektirilebilir. Akşam yemeğine gidilebilir. Bunların hiçbiri yapılmasa da uzman güzel ve etkileyici bir konuşma yaparak, 6 ay sonra tekrar görüşmeye davet ederek, çocuğa kendi hediyesini vererek çocuğu yolcu edebilir.

PROBLEME YÖNELİK OYUNLAR

Oyun ne olursa olsun her oyunun mutlaka çocuğa bir faydası vardır. Kimi oyun çocuğun dikkatini, kimi oyun zekâsını, kimi oyun dil gelişimini, kimi oyun sosyal becerisini vs. geliştirir. Her oyun, oyun terapisi sırasında "ara oyunlar" veya "geçiş oyunlar" olarak kullanılabilir. Fakat bazı oyunlar uzmanlar tarafından özel olarak geliştirilmiştir. Probleme yönelik geliştirilmiş bu oyunlara "müdahale oyun-

ları" veya "terapötik "oyunlar" denir. Oyun terapisi sırasında kullanılan müdahale oyunları iki grupta toplayabiliriz. Bunlar; Standart oyunlar ve çocuğa özel oyunlar.

Standart oyunlar önceden başka uzmanlar tarafından geliştirilmiş müdahale oyunlarıdır. Bu oyunlara "Standart oyun" denilmesinin sebebi aynı problemi olan tüm çocuklarla oynanabilen oyunlar olmalarıdır. Bu tür oyunlarda oyun, çocuğun genel durumuna ve problemine uygun olduğu müddetçe her çocuk ile oynanabilir. Özel oyunlar ise, uzman tarafından çocuk için özel geliştirilmiş oyunlardır. Standart oyunlar, 2. Etabın yüzleştirme aşamasından sonra kullanılabilir. Bir seans içerisinde oynanacak oyunun sıralamasının nasıl olacağına ise uzman karar verir. Çoğunlukla standart oyunlar giriş ritüeli oyunu ile "özel oyun" arasında oynanır. Bunun sebebi ise "özel oyunlardan" sonra çocuğa sorular sorularak geri bildirim alınmasıdır.

Bir seans içerisinde oynanacak oyunların sıralamasına ve sayısına uzman duruma göre karar verecektir. Bir seans sırasında kaç oyun oynanacağı ise oyunun süresine bağlıdır. Eğer oyun kısa ise aynı seansta birden fazla standart veya özel oyun oynanabilir. 2. Etabın müdahale aşamasındaki bir seansta oyun sıralamasına örnek aşağıdaki gibi olabilir.

1. Giriş ritüel oyunu
2. Standart oyun
3. Özel oyun
4. Bitirme ritüel oyunu

Bundan sonraki bölümde çocuklarda sıkça görünen bazı problemlere yönelik geliştirilmiş standart oyunlara yer verilmiştir.

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU

DEHAB tanısı almış çocuklar uzmanların en sık karşılaştıkları çocuklardandır. Bu tip çocuklarla çalışırken oyunu doğru seçmek önemlidir. Oyun seçmeden önce bu çocukların dikkatlerinin dağınık olduğu, dürtü kontrollerinin yetersiz olduğu, aşırı hareketli oldukları, yönergelere uyma konusunda başarısız oldukları ve grup oyununda uzun süre kurallara uyamadıkları dikkate alınmalıdır. Bu çocuklar oyun sırasında kurallara uyma, sırasının gelmesini bekleme konusunda zorlanabilirler. Bunun için bu çocukları gruba katmadan önce belli bir süre bireysel çalışmak gerekmektedir. İlk etapta bireysel çalışılan çocuğu büyük gruba katmadan önce ilk önce iki veya üç kişilik gruplarla alıştırmalar yapılmalıdır (Zaharova, 1993., Podniakova, Chelisheva, 2014., Semenovich, 2014.)

DEHAB sorunu olan çocuklarla çalışırken 2 temel özelliklerine göre oyunlar seçilir. Bunlar; dürtülerini kontrol etmeye yönelik oyunlar ve dikkat geliştirici oyunlar. Oyun terapisinin ilk seanslarında dürtülerini kontrol etmeye yardımcı olan oyunlar ile başlamak önerilir. İstem dışı hareketlerini belli bir süre kontrol edebilmeyi öğrenen çocuk ile daha sonra dikkat geliştiren oyunlar daha rahat oynanabilir(Zaharova, 1993., Podniakova, Chelisheva, 2014., Semenovich, 2014.)

Bazı oyunlar ise çocuğun hem dikkatini geliştirmeye hem de dürtülerini kontrol etmeye yardımcı olacaktır. Bu tür oyunlar da çocuk dürtülerini kontrol edebilmeyi başardıktan sonra oynanmalıdır. DEHAB tanısı almış çocuklar ile çalışırken ilk seanslarda daha çok hareketli oyunlar oynanırken çocuk dürtülerini kontrol etmeyi öğrendikçe masa başı oyunlara geçilir. Aşağıda hareketli ve masa başı oyun örnekleri verilmiştir.

Hareketli Oyunlar

"Farkı bul"

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme

Uygulama: Uzman çocuktan çok karmaşık ve zor olmayan bir resim çizmesini ister. Örneğin, ev, araba, kedi vs. resim bittikten sonra resmi uzman alır. Çocuk gözlerini kapatır veya arkasına döner. Bu arada uzman, çocuğun çizdiği resme "bir şeyler" çizer ve çocuğa geri verir. Çocuk resimdeki değişen detayı bulmaya çalışır. Gerekirse roller değişerek oyuna devam edilebilir.

Aynı oyunu grup halinde de oynamak mümkündür. Uzman önce tahtaya bir resim çizer. Daha sonra çocuklar gözlerini kapatırlar. Aralarından bir çocuk tahtaya çıkıp resme eklemeler yapar. Diğer çocuklar farkı bulmaya çalışır. Çocuklar sıra ile aynı resim üzerinden eklemeler yaparak oyuna devam edilebilir.

"Yumuşak patiler"

Amaç: Fiziksel gerginliği ve saldırganlık dürtüsünü azaltma, duyu algısını geliştirmesine yardımcı olma

Uygulama: Uzman, dokununca farklı hisler uyandıran birbirinden farklı birkaç nesne hazırlar ve masaya koyar. Çocuk dirseklerine kadar açarak kollarını masaya koyar. Uzman, "şimdi gözlerini kapatacaksın. Gözlerin kapalıyken kollarının üzerinden bazı "hayvanlar" geçecek ve yumuşak patileri ile sana dokunacak. Sen de onların ne olduğunu tahmin etmeye çalışacaksın" diyerek oyuna başlar. Uzman, çocuğun elleri ve kolları üzerinde nesneleri yavaşça gezdirir. İsteğe bağlı olarak nesneler çocuğun yüzünde, avucunda gezdirilebilir.

"Bağırmaca-susmaca"

Amaç: Dikkat geliştirme, dürtü kontrolü, kurallara uyma becerisini destekleme

Uygulama: Uzman çocukla birlikte kırmızı, sarı ve yeşil olmak üzere üç farklı renkte kartondan çocuğun elinin kalıbını çıkarır. Daha sonra oyun başlar. Uzman, "Ben yeşil eli gösterdiğimde istediğin kadar bağırıp çağırabilirsin. Hatta atlayıp zıplayabilirsin. Ben sana sarı eli gösterdiğimde ise kısık sesle bağırır, yavaş hareket edersin. Ben kırmızı eli gösterdiğimde ise hiç hareket etmeyeceksin ve susacaksın". Oyun grupla da oynanabilir. "Ellerin" gösterme sırası yoktur. Uzman istediği karttan oyunu başlatabilir. Sadece oyun kaç kez tekrarlansa tekrarlansın "susma" sırasında sonlandırılmalıdır.

"Gürültü" (Grup Oyunu)

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme becerisini destekleme

Uygulama: Çocuk ebe seçilir ve dışarıya çıkar. O arada uzman tüm çocukların bildiği bir şarkının sözlerini gruptaki her çocuğa kelime olarak paylaştırır. Yani şarkıdaki her kelime bir çocuğa verilir. Daha sonra ebe içeri girer. Ebe içeri girdikten sonra uzmanın işareti ile birlikte tüm çocuklar bir ağızdan (koro halinde) kendi kelimesini yüksek sesle söylemeye başlar. Ebe çocuk bu "gürültünün" içinden şarkının hangi şarkı olduğunu bulmaya çalışır.

"Değişme"(Grup Oyunu)

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme, kurallara uyabilme becerisini destekleme

Uygulama: Bilinen "Sandalye kapmaca" oyunu ile aynı oyun. Çocuk sayısından bir eksik sandalye ortaya daire şeklinde konulur. Biri hariç tüm çocuklar sandalyelere oturur. Ayakta kalan çocuk "ebe" olur. Uzman, belli bir ortak özelliğe sahip olan çocukların yer değiştirmesini ister. O arada "ebe" kendine yer kapmaya çalışır. Örneğin: "Üzerinde kırmızı kazak olanlar yer değiştirsin", "Saçları sarı renkte olanlar yer değiştirsin", "isimin baş harfi A ile başlayanlar yer değiştirsin" vs. gibi.

"Harflerle dans"

Amaç: Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme, kurallara uyabilme ve dürtü kontrolü becerisini destekleme.

Uygulama: Uzman tahtaya tüm harfleri alfabetik sırasına göre yazar. Her harfin altında rastgele "sağ" veya "sol" diye yazılır. Daha sonra çocuk tahtaya bakarak harfleri okur. Ama her okuduğunda harfin altında ne yazılıyorsa o elini havaya kaldırır.

Çocuğun durumuna göre oyun zorlaştırılabilir. Bu sefer harfler sırasına göre değil rastgele yazılır. Her harfin altına "sağ" ve "sol" karışık şekilde birlikte yazılır. Çocuk her harfi okurken ilk sırada yazılan için elini, ikinci sırada yazılan için ise ayağını kaldırır. Örneğin:

A B C D E F G Ğ J K

sağ-sol sağ-sol sol-sağ sağ-sol sol-sol sol-sağ sağ-sol sol-sağ sağ-sağ sağ-sol

Yukarıdaki örneğe göre öğrenci "A" dediğinde sağ eli ile sol ayağını havaya kaldırmalı, "C" dediğinde sol elini ve sağ ayağını, "E" dediğinde ise sol elini ve sol ayağını havaya kaldırmalıdır.

"Sor bakalım"

Amaç: Dürtülerini, hareketlerini kontrol etme becerisine katkı sağlamak.

Uygulama: Bir kartona çocuğun elinin kalıbı çıkartılır. Daha sonra ona göz, ağız, burun vs. çizilir. Çocuk isterse parmakları renkli kalemlerle boyayabilir. İşlemler bittikten sonra "el" canlanır. Uzman "el" ile konuşmaya başlar. "Merhaba, adın ne? Neler yapıyorsun? En çok ne yapmayı seversin? Ne yapmayı sevmezsin? Çocuğa neler sormak istersin? Çocuk neler yapmasa iyi olurdu?" vs. Uzman çocuğu da sohbete katmaya çalışır. Eğer çocuk sohbete katılmak istemezse uzman kendisi "el" ile konuşmaya devam eder. Uzman, sohbet sırasında "El"in aslında çok iyi olduğunu ve hep iyi şeyler yapmak istediğini, ama bazen istemediği halde itmek, vurmak gibi kötü şeyleri de yaptığına ve böyle durumlarda çok üzüldüğüne değinir. Oyunu "el" ile bir anlaşma yaparak sonlandırır. Anlaşmada el belli bir süre kötü şeyler yapmayacağına söz verir. Aynı oyunu "ayak" veya "ağız" ile de oynamak mümkündür.

"Sus-Söyle"

Amaç: Dürtülerini kontrol etme, kurallara uyma becerisini desteklemek.

Uygulama: Uzman yumruk yaparak sağ elini havada tutar. Yumruk "sus" demektir. Yumruğun açılması ise "konuş" demektir. Uzman çocuklara soru sorar ama çocuklar cevap vermeden önce uzmanın el işaretine bakarlar. Uzman ne zaman yumruğuna açarsa çocuk sorulara cevap verebilir. Çocuğun cevabını bildiği tüm sorular sorulabilir.

"Kaleci" (Grup oyunu)

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme becerisini destekleme

Uygulama: Çocuklar birbirlerinin omuzlarına sarılarak bir daire oluştururlar. Oluştan dairenin ortasına bir tane tenis topu atılır. Çocuklar ayakları ile topa vururlar. Amaç topu dairenin içinde tutmaktır. Top daireden çıkınca oyun bitiyor. Çocuklar tek top ile kolay oynuyorlarsa topun sayısı gittikçe artırılabilir. Oyun sırasında topa aşırı sert vurmak yasak.

"Elden ele"(Grup oyunu)

Amaç: Dürtülerini kontrol etme ve kurallara uyma becerisini desteklemek.

Uygulama: Çocuklar daire şeklinde durular. Her çocuğun elinde top var. Uzmanın işareti ile çocuklar topu elden ele gönderirler. Uzmanın ikinci işareti ile toplar ters yöne dönmeye başlar. Oyunu zorlaştırmak için çocukların gözleri kapatılabilir. Veya her çocuğa birden fazla top verilebilir.

"Yapışık arkadaşlar" (Grup oyunu)

Amaç: Dürtülerini kontrol etme ve kurallara uyma becerisini desteklemek.

Uygulama: İki çocuk yan yana durup birbirlerine sarılırlar. Yan yana duran ayakları bir iple bağlanır. Bu şekilde çocuklardan bazı davranışları yapmaları istenir. Örneğin; oturmak, kalkmak, sürünmek, bir engelin altından veya üstünden geçmek. Oyunu zorlaştırmak için çocukların birisinin gözü bağlanabilir.

"Uçtu-uçtu"

Amaç: Dürtülerini kontrol etme ve kurallara uyma becerisini desteklemek.

Uygulama: Çocuklar daire şeklinde ayakta dururlar. Uzman uçan, uçmayan her türlü şeyleri söyleyerek iki elini havaya kaldırır. Örneğin, "Uçtu uçtu karga uçtu", "uçtu uçtu elma uçtu", "uçtu uçtu uçak uçtu", "uçtu uçtu masa uçtu" vs. Çocuklar uzman ne zaman gerçekten uçan canlı veya nesneyi söylerse her iki elini havaya kaldırırlar. Uçmayan nesne için elini kaldıran çocuk elenir.

"Ku-kare-ku" (Grup oyunu)

Amaç: Dürtülerini kontrol etme ve kurallara uyma becerisini desteklemek.

Uygulama: Oyunda bir iskambil kâğıdı destesindeki sadece As, 10 ve tüm resimli kartlar kullanılır. Kalan kartlar ise karışmaması için kaldırılır. Oyun-

da kullanılan her kâğıdın bir işareti veya bir kelimesi vardır. Oyuna başlamadan önce çocukların kartların işaret veya kelimesini iyice ezberlemeleri gerekmektedir. Çocuklar birbirine yakın bir şekilde daire şeklinde otururlar. Öyle ki her çocuk elini uzattığında ortadaki masaya (veya sehpaya) rahatlıkla uzanabilmelidir. Uzman kartları karıştırdıktan sonra sırayla kartları ortaya açık şekilde koyar. Diğer kartlar uzmanın elinde kapalı durumdadır. Öğrenciler sıradaki kartın ne olduğunu bilemezler. Uzman hangi kartı koyarsa çocukların o kartın işaretini veya kelimesini söylemeleri gerekmektedir. Hangi çocuk şaşırırsa o kart o çocuğa verilir. Oyunun sonunda kimde kart az olursa o kazanmış olur. Kartların işaretleri aşağıdaki gibidir.

Tüm A'lar: "Ku-kare-ku". Uzman ortaya A kartlarından herhangi birini açtığı anda çocukların "Kukareku" diye bağırmaları lazım.

Tüm 10'lar: Sağ elle kafanın arkasından sol kulağı tutma. Uzman 10 kartlarından herhangi birini açtığı anda tüm çocukların sağ ellerini kafalarının arkasından dolayarak sol kulaklarını tutmaları lazım.

Tüm Vale'ler: Üç kere alkış. Uzman ortaya Vale kartlarından herhangi birini açtığı anda çocukların üç kez alkışlamaları lazım.

Tüm Kızlar: "Dama Madonna" Uzman ortaya Kız kartlarından herhangi birini açtığı anda çocukların "Dama madonna" diye bağırmaları lazım.

Papazlar: "Selam kral" ve asker selamı. Uzman ortaya Papaz kartlarından herhangi birini açtığı anda çocukların "Selam kral" diye bağırmaları ve asker selamı vermeleri lazım.

"Ayna, ayna güzel ayna"

Amaç: Dürtülerini kontrol etme ve kurallara uyma becerisini desteklemek.

Uygulama: İki çocuk karşılıklı dururlar. Çocuklardan biri ayna olur. "Ayna" çocuk diğer çocuğun her yaptığı ayak ve el hareketlerini tekrarlar. Ama hareketler çapraz olmalıdır. Yani çocuk hangi elini ve ayağını kullanırsa ayna da aynı el ve ayağını kullanmalıdır.

"Zili yakalamaca" (Grup Oyunu)

Amaç: Dikkatini geliştirmeye destek olmak.

Uygulama: Çocuklar daire şeklinde ayakta dururlar. İçlerinden biri ebe olur. Ebe dairenin ortasında durur. Ebenin gözleri bağlanır. Küçük bir zil (çan) daire şeklinde duran çocuklarda elden ele dolaşır. Ebe zili yakalamaya çalışır. Çocuklar zili sadece yanındakine verebilir. Zili uzakta duran birine atmak yok.

"Onu yapma bunu yap"

Amaç: Dikkat gelişimini desteklemek.

Uygulama: Uzman ile çocuk bir yasak hareket bir de o yasak hareketin yerine yapılması gereken başka bir hareket belirlerler. Daha sonra karşı karşıya dururlar. Uzman ne yapsa çocuk aynısı taklit eder. Sadece yasak olan hareket tekrarlanmadan onun yerine yapılacak olan hareket yapılır. Uzman hızlı hızlı şekilde farklı hareketler gösterir ve bu hareketlerin arasında "yasak hareket" de vardır. Uzman yasak hareketi yaptığında çocuk ise diğer hareketi yapar. Yasak hareketi yapan çocuk oyundan elenir. Örneğin, "kafaya dokunmak" yasak. Onun yerine çocuk durduğu yerde bir kez zıplar. Yani uzman ne zaman kafasına dokunursa çocuk yerinde bir kere zıplar.

Aynı oyunun "yasak kelime" versiyonunu da oynamak mümkündür. Yasak kelimede hareket yerine kelimeler vardır. Yasak kelime yerine çocuk başka bir şey demelidir. Uzman rasgele bir şeyler söyler. Çocuklar onun söylediği her şeyi tekrarlar. Sadece yasak kelime tekrarlanmaz. Örneğin, "araba" kelimesi yasak. Onun yerine çocuklar "yağmur yağıyor" derler.

"Robot"

Amaç: Dürtülerini kontrol etme ve kurallara uyma becerisini desteklemek.

Uygulama: Çocuk geniş alanda ortada ayakta durur. Uzman ona robot olduğunu söyler ve robotu yöneten uzmandır. Uzman, önce basit emirler vererek robotu yönlendirir. Mesela; bir adım ileri git, bir adım sola git, iki adım sağa git vs. gibi. Çocuk bunları yapabiliyorsa görev zorlaştırılır. Örneğin; iki adım sola git ve bir kere zıpla, daha sonra bir adım geriye ve iki kere alkışla vs. gibi.

"Bozuk robot"

Amaç: Dürtülerini kontrol etme ve kurallara uyma becerisini desteklemek.

Uygulama: Yukarıdaki oyunla aynıdır. Tek farkı uzman ne dese çocuk (robot) tersini yapar. Örneğin; uzman "bir adım ileri" derse robot bir adım geriye gider. Uzman, iki adım sola derse çocuk iki adım sağa gider vs.

"Mama papa cup"

Amaç: Dikkat gelişimini desteklemek.

Uygulama: Uzman avucunu açarak elini masanın üstüne koyar. Çocuklar işaret parmaklarını uzmanın avuçlarının ortasına koyarlar. Uzman, "mama, papa, CUP" diye avucunu kapatarak çocukların birinin parmaklarını yakalamaya çalışır. Çocuklar dikkatli dinlemeli ve uzman "CUP" der demez parmaklarını kaçırmalılar. Kimin parmağı yakalanırsa o oyundan elenir.

"Evini bul"

Amaç: Dikkat, çabuk karar verme, dürtü kontrolünü geliştirmesine destek olmak.

Uygulama: Uzman oyun alanının kenarına daire, üçgen, kare, dikdörtgen, altıgen vs. gibi geometrik şekilleri, içine ayaktaki birkaç çocuğun sığabileceği büyüklükte çizer. Aynı geometrik şekiller kart halinde de olmalıdır. Çocuklar daire şeklinde dururlar. Uzman elindeki geometrik şekil kartlarını çocuklara dağıtır. Müziğin başlaması ile birlikte çocuklar ellerindeki kartları hızla yanındakine verir. Müzik aniden durur. O anda uzman 5'e kadar saymaya başlar. Uzman 5'e kadar sayana kadar çocuk elinde hangi kart var ise koşarak gidip elindeki ile aynı olan şeklin çizgilerinin içine girer. Süre bitimine kadar "evini" bulamayan çocuk elenir.

Masa Başı Oyunlar

DEHAB tanısı almış bir çocuk uzun süre yerinde durmakta veya aynı yerde uzun süre oturmakta zorlanabilir. Bu anlamda masa başı oyunlar, oyun terapi sürecinde son aşamalarda kullanılır. Yine de masa başı oyunların arasına bazı hareketli oyunların "serpiştirilmesi" önerilir.

"Ne eksik?"

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme becerisini desteklemek.

Uygulama: Masaya birkaç eşya karışık bir şekilde konulur. Çocuktan masaya dikkatlice bakması ve masadaki eşyaları aklında tutması istenir. Daha sonra çocuktan arkasına dönmesi istenir. Uzman masadan bir eşyayı kaldırır. Çocuk masadaki eşyalardan neyin eksildiğini bulmaya çalışır. Aynı oyun "ne değişti" olarak da oynanabilir. Bu sefer uzman masadan bir eşya eksiltmez. Sadece yerini veya pozisyonunu değiştirir.

"Örümcekler yarışıyor"

Amaç: Dürtülerini kontrol etme becerisini desteklemek.

Uygulama: Uzman bir elini masan bir ucuna, çocuk ise diğer ucuna örümcek gibi koyarlar. Uzmanın işareti ile iki örümcek birbirine doğru yürümeye başlar. Uzmanın örümceği ne yaparsa çocuğun örümceği de aynısını yapmak zorunda. Uzman elinin parmaklarının (örümcek ayaklarını) hangisini kaldırsa, hangisini bükse çocuk da aynısını yapacaktır. Uzman örümceği hızlandırabilir, yavaşlatabilir. Aynı oyun iki parmakla da oynanabilir.

"Dedektif"

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme becerisini desteklemek.

Uygulama: Kısa bir şiir veya paragrafın kelimeleri ayrı ayrı kesilir. Bunlar karıştırılır ve çocuktan uygun bir şekilde sıralaması istenir. Örneğin: Uzman, "Bu kelimeleri doğru bir şekilde sıralarsan ortaya bir şiir çıkar" veya "Bu kelimeleri doğru bir şekilde sıralarsan bir bilmeceye ulaşırsın" vs. gibi.

Grup halinde de oynanabilir. Çocuklar birkaç gruba ayrılırlar ve her gruba aynı bilmece "parçalanmış" halde verilir. Grup üyelerinin ortaklaşa önce bilmeceyi doğru sıralamaları ardından da bilmeceyi bulmaları lazım. Hangi grup önce bulursa o grup kazanır.

"Baş aşağı"

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme becerisini desteklemek.

Uygulama: Çocuktan kitabı ters çevirerek bir hikâye okuması istenilir. Duruma göre dakika tutulabilir.

"Harf yakalamaca"

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme becerisini desteklemek.

Uygulama: Uzman çocuk ile yan yana oturur. Ortaya bir kitap veya dergiden bir sayfa açılır. İkisinin elinde iki farklı renkte kalem olur. Uzmanın işareti ile birlikte ikisi de aynı harfi sayfadan bulup çember içine alırlar. Örneğin; Uzman, "Şimdi ben işaret verince ikimiz de sayfadaki A'ları bulup çember içine alacağız." gibi.

"Kelime yakalamaca"

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek, ayrıntıları görebilme becerisini desteklemek.

Uygulama: Yukarıdaki oyunun aynısı. Sadece burada herhangi bir harfi değil bir kelimeyi en hızlı bulmaya çalışırlar. Örneğin; Uzman; "Şimdi başla deyince şu sayfadan "var" kelimesini bulmaya çalışacağız".

"Birlikte okuyalım"

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek,

Uygulama: Uzman ile çocuk aynı metini aynı anda okuyacaklar. Uzman metini nasıl okursa çocuk da aynı şekilde okumalıdır. Uzman sesini yükseltebilir, alçaltabilir, harfleri uzatabilir, hızlı veya yavaş okuyabilir.

"Sen oku ben dinleyeyim"

Amaç: Dikkat süresini geliştirmeye destek,

Uygulama: Çocuk bir hikâye okur uzman dinler. Uygulamada ki kurallar; 1. Çocuk okuduğu satırı parmağı ile takip etmemelidir, 2. Uzman "dur" dediğinde çocuk okumayı durdurur ve uzmanın yüzüne bakıp iki gözünü birden kırpar. 3. Uzman "başla" dediğinde en kısa zamanda kaldığı yerden başlar. Uzman çocuğu belli aralıklarla durdurur.

Dikkat Geliştirici Oyunlar

1. "Eşini bul" oyunu. Hazır kartları veya farklı eşyaları bir araya getirerek oynanabilir. Çocuk karışık kartların veya karışık eşyaların arasından aynı olanı bulmalıdır.
2. "Farklı olanı bul" oyunu. Çocuk, benzer özelliklere sahip olan eşyalar arasından, diğerleri ile hiç alakası olmayan eşyayı bulmalıdır.
3. "Aradaki farkı bul" oyunu. Hemen hemen birbiri ile aynı olan eşyalardaki küçük farklılıklar çocuk tarafından bulunmalıdır.
4. "Aynısını yap" oyunu. Materyal olarak kırtasiyede satılan hazır renkli sayma çubukları veya doktorların kullandığı renkli dil çubukları kullanılabileceği gibi uzman kendi çubuklarını da oluşturabilir. Renkli çubuklar ortaya konulur ve uzman o çubukları kullanarak bir şekil yapar. Örneğin; çatısı kırmızı, pencereleri sarı, kapısı mavi olan bir ev yapar. Çocuk da uzmanın yaptığı şeklin hem renk olarak hem de şekil olarak aynısını yapmalıdır.
5. "Renkler rengi kovalar" oyunu. Bir kutu kulak çubuğunun pamuk kısımları rastgele farklı renklere boyanır. Aynı çubuğun her iki tarafı da aynı renkte olmak zorunda değildir. Boyanan çubuklar kuruduktan sonra oyuncu sayısına eşit olarak dağıtılır. İlk oyuncu çubuklardan bir tanesini alıp ortaya koyar. Sıradaki oyuncu ortaya konulan çubuğun iki ucundan biri ile aynı renkte olan kendi çubuğunu koyar. Böylece oyun devam eder. Eğer sırası gelen oyuncuda aynı renkte çubuk yok ise oynama sırası sonraki oyuncuya geçer. Elindeki çubuğu ilk bitiren oyunu kazanır. Aynı

çubuklardan farklı şekiller de yapılabilir. Uzman çubuklardan bir şekil yapar çocuk aynısını yapmaya çalışır.

6. "Hikâyeyi bul" oyunu. Birkaç karttan oluşan resim hikâyesi karışık olarak çocuğun önüne konulur. Çocuk kartları bir hikâye oluşacak şekilde sıralamalıdır.
7. "Aynısını çiz" oyunu. Uzman kareli defterin bir sayfasına kareleri kullanarak bir şekil çizer. Çocuk da uzmanın çizdiği şeklini aynısını çizmeye çalışır. İki şeklin kareleri aynı sayıda olmak zorundadır.
8. "Labirent" oyunu. Kolaydan zora doğru labirentleri bakarak çözmeye çalışmak. Çocuğun, labirentleri çözerken kalem veya parmak kullanmaması gerekiyor. Bakarak çözdükten sonra uzmana parmağıyla göstermelidir.
9. "Birleştirme" oyunu. Nesnelerin veya hayvanların resimleri yap-boz gibi parçalar halinde kesilir. Uzman çocuğa, "Bunları birleştirirsen ..... olur" diye ipucu verir. Çocuğun durumuna göre ipucu vermeyerek oyun zorlaştırılabilir.
10. "Nelerden ne kadar var?" oyunu. Çocuk odaya dikkatlice bakarak uzmanın sorduğu soruya cevap vermeye çalışır. Örneğin: "Kaç tane sandalye var? Kaç tane pencere var? Kaç tane kırmızı renk var? İçinde "B" harfi geçen kaç tane eşya var? Kaç tane demir eşya var? Kaç tane plastik eşya var?" vs. gibi.
11. "Resmi tamamla" oyunu. Çocuğa eksik çizilmiş resimler verilir. Çocuk resimdeki eksiği bulmalı ve çizmelidir. Penceresiz ev, tekerleksiz araba, kuyruksuz kedi vs. gibi.
12. "Benzerini bul" oyunu. Çocuğa aynı kâğıda karışık bir şekilde çizilmiş bazı eşya veya geometrik şekillerin resimleri gösterilir. Aralarında benzer olanları daire içine alması istenilir.
13. "Aynı sayıyı bul" oyunu. Çocuğa karışık bir şekilde yazılmış sayılar verilir ve o sayıların arasından aynı olanı bulması istenir.
14. "Aklında tut" oyunu. Çocuğa oldukça karışık bir resim gösterilir ve aklında tutması istenir. Daha sonra uzman resmi çocuk görmeyecek şekilde elinde tutar ve çocuğa resimde neler olduğu sorulur?
15. "Saat çiz" oyunu. Uzman bir duvar saati çizer ve sadece 12'yi gösterir ve çocuktan saatteki tüm rakamları yerine çizmesi ister.

16. "Neyin sesi" oyunu. Çocuğa birkaç farklı nesnenin sesi tanıtılır. Daha sonra çocuktan gözlerini kapatması istenir. Uzman az önce çocuğa gösterdiği eşyalardan karışık bir şekilde ses çıkartır ve çocuktan neyin sesi olduğunu tahmin etmesi istenir.
17. "Dinle ve yap" oyunu. Çocuğa "hava" deyince uçma hareketi yapması, "toprak" deyince oturması, "su" deyince yüzme hareketi yapması, "ateş" deyince ellerini yukarı kaldırarak sallaması öğretilir. Çocuk hepsini öğrendikten sonra uzman rastgele söyler çocuk da hareketleri yapar.
18. "Aynısı yap" oyunu. Uzman masaya vurarak bir ritim çalar. Çocuk aynı ritmi çalmaya çalışır.
19. "Papağan" oyunu. Uzman anlamsız heceleri söyler. Çocuk uzmanın söylediği heceleri söylemeye çalışır. Tek heceden başlayıp gittikçe hece sayısı arttırılabilir. Örneğin: Ha, ha-ku, ha-ku-et, ha-ku-et-po, ha-ku-et-po-ad vs.
20. "Kaç ses var?" oyunu. Çocuktan gözlerini kapatması ve etraftan duyduğu sesleri sayması istenir.
21. Hayvan sesleri, ev aletlerinin sesleri, doğadaki sesler kasetlere kaydedilerek çocuklara dinletilebilir ve duydukları seslerin neye ait olduğunu bulmaları istenebilir.
22. Ritim sopaları, çelik üçgen, flüt, zil, makas, davul gibi müzik aletleri çocuklara ve eğitimciye verilir. Çocuklarla eğitimci arasına bir paravan konur ve eğitimci önünde duran aletlerden birinin sesini çocuklara dinletir. Çocuklardan sesi hangi müzik aletinin çıkardığını bulmalarını ve aynı sesi çıkarmalarını ister.
23. Farklı tondan sesler çıkartarak kulaktan kulağa oyunu oynarken birinci çocuğun söylediği sözcük ya da cümlenin aynı ses tonu ile diğer çocuklar tarafından en sondaki çocuğa ulaştırılması sağlanabilir. Bu etkinlik yüksek ve alçak tondaki sesleri ayırt etmelerine yardımcı olur.
24. "Yürüyor, uçuyor, duruyor" oyunu. Uzman bir nesne veya bir canlı söyler. Çocuklar uçan canlılar için uçma hareketi, uçmayan canlılar için yürüme hareketi, cansız nesneler için oturma hareketi yaparlar.
25. "Yenilir-yenilmez" oyunu. Uzman çocuğa rastgele bir "şeyin" adını söyleyerek topu atar. Eğer uzmanın söylediği şey yenilebilir bir şey ise çocuk topu yakalar. Eğer değilse topu yakalamaz. Grup halinde oynarken topu tutan çocuk kendi nesnesinin ismini söyleyip başkasına atar.

26. "Kulak, burun, ağız" oyunu. Uzman "kulak" diyerek kulağına, "burun" diyerek burnuna ve "ağız" diyerek ağzına dokunur. Çocuk da onu taklit eder. Belli bir süre sonra uzman oyunu hızlandırır ama aynı zamanda çocuğu yanıltmaya çalışır. Örneğin, "ağız" diyerek kulağına, "kulak" diyerek burnuna dokunur.
27. "Yasak hareket" oyunu. Uzman çocuğa yapmaması gereken hareketi gösterir. Daha sonra uzman değişik hareketler gösterir ve çocuk onu taklit eder. Uzman yaptığı hareketlerin arasında "yasak" hareketi de yapar. Uzmanın her hareketini taklit eden çocuk "yasak" hareketi taklit etmemelidir.
28. "Maymunların dansı" oyunu. Uzman müzik eşliğinde rastgele hareketler yapar. Çocuklar uzmanın yaptığı hareketleri taklit eder.
29. "Aklında tut" oyunu. Çocuğa birbirinden farklı birkaç kelime söylenir ve bunları aklında tutması söylenir. Örneğin: su, perde, simit, araba, kaplumbağa vs. gibi. Daha sonra çocuktan basit bir matematik işlemi yapması istenir. İşlemden sonra çocuktan az önceki kelimeleri sırasını bozmadan tekrarlaması istenir.
30. "Aklında tut ve yap" oyunu. Uzman, çocuğa sırasıyla birkaç hareket gösterir ve aklında tutmasını ister. Örneğin: uçma hareketi, yemek yeme, yüzünü yıkama, yazma vs. gibi. Sonra çocuğa birkaç basit soru sorar. Daha sonra çocuktan az önceki hareketleri sırasını bozmadan göstermesi istenir.
31. "Dediğimi yap" oyunu. Uzman çocuğa onu dikkatlice dinlemesini ve ona söyleyeceği birkaç işi arka arkaya yapmasını söyler. Yönerge bir kere söylenir. Çocuk uzmanın dediklerini sırasını bozmadan yapmaya çalışır. Örneğin: Dolaptan bir kitap al, masaya koy, kapıyı aç, tek ayak üstünde zıpla, iki kere alkış yap ve yerine otur.
32. "Karmakarışık" oyunu. Grup oyunudur. Çocuklar daire şeklinde otururlar. Uzman çocukların ad ve soyadlarını karıştırarak söyler. Çocuklar sadece adı ve soyadı doğru söylendiğinde yerinden kalkar.
33. "Meslekleri kaçırma" oyunu. Uzman hızlı ve rastgele bazı kelimeler söyler. Aralarında meslekler de var. Çocuk oturur ve sadece meslek adı duyduğunda ayağa kalkar. Örneğin: lamba, makas, elma, şoför, ayı, ev, simit, polis, kuzu, masa, araba, aşçı vs. gibi. Aynı oyun "meyveler, hayvanlar, giysiler vs. gibi de oynanabilir.

34. "Hayvan, balık, kuş" oyunu. Çocuklar daire şeklinde dururlar. Uzman, "hayvan, balık, kuş" diye hızlıca tekrarlar. Bir yere geldiğinde susar ve parmağıyla bir çocuğu gösterir. Örneğin: hayvan, balık, kuş, hayvan, balık, kuş, hayvan..... Çocuğu gösterince çocuğun "balık" demesi gerekir. O çocuk öğretmenin kaldığı yerden hızlıca devam eder. Sözleri yanlış söyleyen çocuk elenir.

Uzmana Hatırlatma:

- Çocuğun olumlu davranışları ödüllendirilmelidir. Puanlama çizelgesi veya iyi davranış kumbarası gibi puan biriktirme sistemi kullanılabilir. Sözel onaylamalar, övgüler sık sık kullanılmalıdır. Çocuğun küçük başarıları bile fark edilmelidir.
- Oyun aralarına kısa süreli fiziksel egzersizler eklenebilir. Parmak oyunları, el, kol, ayak egzersizleri işe yarayabilir.
- Oyun odasında kullanılmayan oyuncaklar kaldırılmalıdır.
- Masanın dışında oyun alanı da olmalıdır
- Tahtayı silme, masayı toplama, kalemi tıraş etme gibi işleri çocuğa yaptırabilirsiniz. Bundan hoşlanacaktır.
- Kural dayatmak yerine kuralları ortaklaşa oluşturmak daha etkili olur.

KORKU PROBLEMİNE YÖNELİK OYUNLAR

Zaharov (1995), çocuklardaki korkuyu etkileyen etmenleri aşağıdaki gibi sıralamıştır:

- Çocuğun anne-babasının korku düzeyi, özellikle annenin,
- Kaygı düzeyi yüksek olan anne,
- Anne babanın aşırı korumacı tutumu,
- Çocuğu korkutarak büyütme, çevrenin tehlikeli olduğunu vurgulama,
- Çocuğun akranlarından izole bir şekilde yetişmesi,
- Çocuğun ihmal edilmesi,
- Anne babanın aşırı kuralcı olmaları,
- Aynı cinsiyetten olan velinin aşırı kontrollü ve yasaklayıcı tutumu veya farklı cinsten olan velinin aşırı esnek olması,
- Aynı cinsten velisi ile yetersiz iletişiminin olması. Özellikle erkek çocuklar için,

- Anne-baba kavgası,
- Travmatik deneyimler,
- Korkunun akranlarından bulaşması,
- Korku içerikli oyunlar, filimler, hikâyeler vs.

Bilişsel Davranışçı Oyun Terapisi çocuk korkuları ile çalışmada oldukça etkilidir. Çocuk korkuları ile çalışırken en sık kullanılan teknikler; Sistematik Duyarsızlaştırma, Biçimlendirme Tekniği, Gevşeme Eğitimi, Atılganlık Eğitimi, Aşamalı Görevler Oluşturma Tekniğidir. Son etapta ise Maruz Bırakma Tekniği kullanılır.

Zaharova (1999), çocuk korkuları ile çalışırken oyunu kullanmıştır ve ne tür oyunların etkili olduğuna değinmiştir. Korku çalışmalarında ilk etaplarda hareketli oyunlardan başlamak gerekmektedir. Hareketli oyunlar çocuklardaki çevikliği destekler. Çeviklik vücut yönünü ve pozisyonunu hızlı bir şekilde değiştirebilme becerisi olarak tanımlanmaktadır. Hareketli oyunlar çocuğun koordinasyonunu arttırarak çocuğun hızlılık ve çabukluk becerisini destekler. Çeviklik ve çabukluk, çocuklardaki duygusal gerginliği azaltmada etkili rol oynar. Ayrıca çeviklik çocuğun özgüvenini arttırır. Çevikliği destekleyen oyunlar çoğunlukla hareketli oyunlardır ve bu oyunları oynamak için oyun alanına ihtiyaç duyulur. Koşma, atlama, zıplama gibi hareketleri barındırmasından ötürü oyun alanının güvenli olması da son derece önemlidir. Bu tür oyunlarda toplar, atlama ipleri, engeller daha çok kullanılır(Zaharova, 1999.,Prihojan, 2000, Panfilova, 2016.)

Aşağıda bu tür oyunlara bazı örnekler verilmiştir.

- Top atma oyunu. Çocuklar birbirlerine ani ve hızlı top atarlar. Top atarken "yakala" veya "al" diyerek birbirlerini uyarmaları gerekmektedir.
- Yarış oyunları. Belli bir mesafede bulunan hedefe çabuk ulaşmaya çalışılan parkur oyunları çocukların en sevdiği oyun türüdür.
- Güreş, boks, karate gibi savunma sporları da çocukların özgüvenini arttırarak, çocuğa öz yeterlilik duygusu aşılar.
- İp atlama, sek sek oyunu, yerden yüksek, yakar top gibi geleneksel çocuk oyunları da çocuğun çeviklik ve çabukluğuna etkilidir.

Çocuğun hız ve çevikliğini arttırdıktan sonra korku duygularını depreştirici oyunlara geçilir. Bu tür oyunlar çocuğun korku duygusu ile yüzleşmesine ve korkunun azalmasına yardımcı olur. Aşağıda korku duygularını depreştiren ve korkunun etkisini azaltan geleneksel çocuk oyunlarına bazı örnekler verilmiştir.

- Ebeleme oyunu. Burada çocuğun gözleri bağlı değildir. Bir ebe diğer çocukları yakalamaya veya onlara dokunmaya çalışır. Bazen top kullanarak

da oynanır. Ebe olan çocuğun diğer oyuncuları topla vurması gerekmektedir. Oyun alanını daraltarak, ebeleme olarak sadece sırta dokunmak, oyun alanına bazı engelleri koyarak oyun daha da zorlaştırılabilir. Ebeleme oyunu sonraki oyunlara geçiş için hazırlık oyunu olarak kullanılabilir.

- Körebe oyunu. Çocuk gözleri kapalı olarak diğer oyuncuları yakalamaya çalışır. Uzman ebe olunca "Şimdi yakalarım seni, benden kaçamazsın" diyerek ve korkunç sesler çıkartarak çocuğu korkutmaya ve oyunu daha da heyecan verici duruma getirmeye çalışır. Körebe oyunu çocuğun sinirsel olarak dayanıklılığını, ani ve beklenmedik uyarıcılara karşı verdiği tepkileri kontrol etme becerisini ve karanlık, yalnızlık korkusunu azaltmada etkilidir.
- Saklambaç oyunu. Saklambaç oyunu da çocuktaki yalnız kalma korkusu üzerinde oldukça etkilidir. Oyun heyecanıyla çocuk farkında olmadan yalnız kalmak zorunda kalacaktır. Oyun alanını ve çocuğun saklanma süresini aşama aşama büyüterek oyun zorlaştırılabilir.

Sonraki aşamada ise müdahale oyunlarına geçilir. Müdahale oyunlarında en sık kullanan oyun çeşidi ise rol yapma ve canlandırma oyunlarıdır. Masallar, hikâyeler, sanatsal aktiviteler de müdahale aşamasında sıkça kullanılır. Çocuğun durumuna göre oyun senaryosu geliştirme, resim hikâyeleri oluşturma, dört karakter tekniği de bu aşamada etkilidir.

Rogov (1995), çocuk korkuları ile çalışırken dikkat edilmesi gereken bazı önemli noktalara değinmiştir. Çocuk korkuları "sadece korkmaktan" ibaret değildir. Çocuğun duygusal "dayanıklılığını" etkileyen birçok etken, çocuğun korkularını da tetiklemektedir. Bu anlamda çocuk korkuları daha "kapsamlı" ele alınması gereken bir durumdur. Rogov'un önerilerini aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür:

- Çocuğun duygularını genel olarak yükseltmek gerekmektedir. Pozitif duygulara sahip olan çocuğun özgüven düzeyi ve baş etme becerileri de gelişmiştir. Çeşitli oyun teknikleri ile olumlu duyguları geliştirmek mümkündür.
- Korkuya neden olan "korku nesnesinin" oyunda kullanılması, çocuk korkularını sıradanlaştırmak adına önemlidir. Stres aşılama tekniği olarak bilinen oyun tekniğinde stres yaratan gerçek olay oyunlaştırılarak ele alınır. Bu tekniğe göre oyunda kullanılacak oyuncağın veya oyunda oynanacak senaryonun çocuğun korku kaynağının benzeri olması gerekmektedir. Çocuk oyun sırasında sembolik olarak kendi korkuları ile "yüzleşerek" duyguları ile baş etme tecrübesi kazanır.

- Oyun yolu ile "korkuyu" ele almak, korkuyu yönlendirebilmek ve korkuya dokunmak çocuğun korku üzerindeki üstünlük duygusunu destekler. Çocuk korktuğu şeyin üzerinde hâkimiyet kurarak korkusunu "basitleştirir".
- Korku bulaşıcıdır. Yetişkinin veya diğer çocukların korkuları sıklıkla çocuğun korkusunu tetikler. Bu anlamda çocuk bu tür etkiye sahip bireylerden uzaklaştırılmalı.
- İki uçlu oyunlar çocuğun bir duygusal durumdan o duygunun tersi olan başka bir duygusal duruma geçmesini ve uyum sağlamasını kolaylaştırır. Korku oyunlarında kullanılan iki uçlu oyunlar sayesinde çocuk tehlike durumundan güvenlik durumuna geçme tecrübesi kazanır.
- Korkunun fizyolojik etkisinin çocuğa anlatılması gerekmektedir. Korkunca organizmada ne gibi değişiklikler olur. Bazı değişiklikler ile nasıl baş edilebilir.
- Korkuyu "ete büründürme" işe yarayabilir. Korkuyu "canlandırma" çocuğun kafasındaki soru işaretlerinin aydınlanmasına katkı sağlar. Korktuğu şey nasıl bir şey? Nerden geliyor? Nasıl görünüyor? Kokusu var mı? Rengi nasıl? vs. gibi.
- Duygu çatışması yaşatmak. Korku bir duygudur ve iki zıt duygu bir arada bulunamaz. Çocuğa korkudan daha ağır basan duygular kazandırmak işe yarayabilir. Heyecan, kazanma duygusu, mutluluk ve neşe gibi duygular olabilir.

Kostina (2003), okulöncesi dönemi çocuklarının korkuları ile çalışmada en etkili yolun oyun terapisi olduğundan söz etmiştir. Gusaeva (1997) ise kendi tecrübesinde sanat terapi başta olmak üzere birçok terapi tekniğini etkili bir şekilde kullandığına değinmiştir. Gusaeva'ya göre çocuk korkuları ile çalışırken aşağıdaki teknikleri kullanmak mümkündür:

- Dans terapisi. Dansın duygusal ve ruhsal gerilimi azaltan ve mutluluk duygusunu yükselten özelliği vardır. Çocuk dans ederek kaygı ve korkularından uzaklaşır ve olumlu duygular biriktirerek duygusal kırılganlık düzeyini güçlendirir.
- Sanat terapisi. Sanat terapisi sayesinden bilinçaltına erişmek mümkündür. Özellikle çocuğa korkularının resmi yaptırılarak çocuğun gizli korkuları somutlaştırılır.
- Bedensel ve Dokunma terapisi. Bedendeki gerilimlerini gidermek, bedendeki özel noktaları uyararak korku duygusunu azaltmak mümkündür.

- Masal terapisi: Masalları ve masal kahramanlarını kullanarak, masalın eğitici ve tedavi edici özelliklerinden yararlanarak çocuk korkuları ile çalışmak mümkündür.
- Oyun terapisi. Çocuklar oyun yolu ile duygularını daha kolay dile getirebilmektedirler. Oyun terapisi kullanarak çocukların korkuları ile yüzleşmelerini, korkuları ile baş etmelerini sağlamak mümkündür (Zaharova, 1999.,Prihojan, 2000, Panfilova, 2016.)

Korku ile Çalışmada Sistematik Duyarsızlaştırma Tekniği Kullanım

Korku ile yüzleşmek korkudan kurtulmanın ilk aşamasıdır. Korku, kaçtıkça, korktukça büyür. Sistematik duyarsızlaştırma tekniği bireyi korkusu ile yüzleştirmenin en etkili yollarındandır. Korkuyla yüzleştikçe korku "sıradanlaşır". Maruz bırakma duyarsızlaşmaya yol açar. Çocukların korkuları ile çalışırken en etkili yollardan biri de resim teknikleridir. Çocuğa korkularının resmi çizdirilir. Çocuk korkusunun resmini çizerken bir yandan da çocuğun korku duygularını yeniden yaşaması gerekmektedir. İsteyerek, kendi iradesi ile korku uyandıran "şeyler" ile "haşır neşir olmak" korkunun sıradanlaşmasına yol açar.

Çocuk ile korku üzerine konuşurken vurgulanması gerekenler:

1. Senin şu anda korktuğun şeyden bir zamanlar annen, baban, hatta öğretmenin de korkuyordu. Ben de korkuyordum. Ama zamanla korkmamayı öğrendim. Tüm çocuklar bir şeylerden korkarlar. Hatta büyükler de bazı şeylerden korkarlar.
2. Korkular da bir şeylerden korkar. Korkular en çok kahkahadan korkar. Nerede kahkaha varsa orada korku yoktur. O halde korkuları komikleştirmek lazım. Örneğin: korkuya peruk takmak, palyaço burnu takmak, burnunu büyütmek, ayakkabısını ters giydirmek vs.
3. Korkunun bir başka korktuğu şey ise onun hakkında konuşulması. Korkunun tüm özellikleri hakkında konuşulması korkuyu çok korkutur. Bir çocuk korkusu hakkında ne kadar çok şey anlatırsa onun korkusu ondan daha çok korkmaya başlar. Korku hakkında konuşuldukça korku gitgide küçülür ve sonunda yok olur.
4. Bir de korkular onunla oynanmasından çok korkar. Korkunun resminin yapılması, hikâyesinin anlatılması, hamurdan oyuncaklarının yapılması korkuyu çok korkutur. Genel olarak korku onunla ilgili her türlü aktiviteden korkar. Korkuyu ne kadar çok aktivitede kullanırsak korku o kadar çok küçülür, ezilir, büzülür ve yok olur.

Uzman korku hakkında oyun geliştirirken de yukarıdaki mantığa göre geliştirmelidir. Oyunlarda korku ya komik duruma düşürülür ya korku hakkında çok konuşulur veya korkudan korkmayarak kovulur. Aşağıda çocuk korkuları ile çalışmada sıkça kullanılan resim teknikleri ve bazı oyunlara yer verilmiştir.

Korkunun resmini çizme

Uygulama: Uzman çocuk ile korkular üzerine konuşur ve çocuğun korkularının listesini oluşturur. Çocuğa korkusunun resmini çizerek korkusundan kurtulabileceğini söyler. Daha sonraki aşamada listedeki her korkunun resmi çocuk tarafından sırasıyla çizilir. Çocuk ilk resmini bitirince uzman çocuğu tebrik eder ve ikinci resme geçer. Çocuk her resmi bitirdiğinde uzman tarafından övülür. Sonraki görüşmede çocuk ile birlikte resimlerine tekrardan bakılır. Çocuktan korkularının hala aynı olup olmadığı sorulur. Eğer herhangi bir korkusu azalmış ise uzman tarafından ödüllendirilir. Korkusu hala etkili olan korkuların resimleri bir daha çizilir. Bu şekilde her görüşmede çocuğun korkuları gözden geçirilir.

Bir hikâye kahramanı çizme

Uygulama: A4 formatında bir kâğıt ve renkli kalemler hazırlanır. Çocuktan hayali bir kahraman çizmesi istenir.

Yönerge: "Karanlıktan korkan (çocuğun korkusu ne ise o söylenir. Eğer çocuk yalnız kalmaktan korkuyorsa, "Yalnız kalmaktan korkan bir hikâye kahramanı çizmeni istiyorum" denir.) bir kahraman çizmeni istiyorum. Ne istersen onu çizebilirsin."

Amaç: Çocuk kendisi ile aynı korkuya sahip olan bir kahraman çizerken aynı zamanda kendi korkuları ile de yüzleşmek zorundadır. Korku ile yüzleşmek korkunun sıradanlaşması için önemlidir. Korkudan kaçıldıkça korku büyür.

Resim bittikten sonra çocuk ile resim hakkında konuşulur. Ne çizmiş? Neden o kahramanı çizmiş? Çizdiği kahraman korktuğu zaman ne yapıyormuş? Ne yapsaymış korkmazmış? vs. gibi.

Korku resmi çiz

Uygulama: Çocuktan, korktuğu şeyin resmini çizmesi istenir. Resim bittikten sonra kısaca resim hakkında konuşulur. Daha sonra uzman çocuğa sulu boya verir ve korku resmini tamamen kapatacak şekilde boyamasını ister. Boya bittikten sonra uzman, "Bak korku bizden saklandı" der. (Korku kaçtı, saklandı, utandı, korktu denilebilir.) Uzman, "Birazdan o saklandığı yerden

bir daha çıkar" der ve çocuk ile birlikte yine korku resmi çizerler. Bu seferki korku boyut olarak daha küçük ve önceki resimdeki kadar korkunç değildir. Örneğin: korkunç gözü yok, tırnakları veya keskin dişleri yok bu sefer. İkinci resim bittikten sonra bu resmi de tekrardan boya ile kapatırlar. Böylece aynı uygulama birkaç kez tekrarlanır ve her seferinde korku daha da küçülür ve daha da az korkunç olur.

Rüyanı çiz

Materyaller: Bir adet seramik veya fayans ve yıkanabilir boya çeşidi.

Uygulama: Çocuktan gördüğü korkunç rüyanın resmini çizmesi istenir. Yalnız resim kâğıda değil fayans veya seramik zemine çizilir. İsterse eli ile de çizebilir. Resim bittikten sonra resim hakkında konuşulur. Daha sonra çocuk resmi su ile yıkar.

Amaç: Çocuğun kaygısını azaltmak, korkuyu sıradanlaştırmak.

Korkuyu değiştir

Uygulama: Çocuktan korkularının resmini çizmesi istenir. Çocuk resmi bitirdikten sonra çizdiği resim hakkında konuşma yapılır. Uzman, "Biraz anlatır mısın? Neler var burada? Eğer korkun konuşabilseydi ona neler sormak isterdin? Ona neler demek isterdin?" Çocuğun cevabı dinlenir ve desteklenir. Daha sonra uzman; "Biliyor musun ben bir sır biliyorum. İstersen seninle sırrımı paylaşırım. Sırrım şu: Korkular da bir şeylerden korkar. Korkular ondan korkmadığın zaman, ona ceza verdiğinde ve ona güldüğün zaman korkar. Gel şimdi senin korkuna da ya ceza verelim veya komik hale getirelim. Hangisi olsun?" diye sorar ve çocuğa resmi bir daha verir. Eğer çocuk komikleştirmek isterse korku resminin üstüne farklı resimler ekleyerek onu komikleştirir. Sonra uzman ile birlikte resme bakıp gülerler. Bazı çocuklar korkusunu cezalandırmak isteyebilir. O zaman korku resminin üzerine parmaklıklar çizilerek korku "hapse" atılır. Korku cezalandırılırken yırtılabilir, gömülebilir, yakılabilir, bir kutuya koyulup kilitlenebilir vs.

Amaç: Çocuğun kaygısını azaltmak, korkuyu sıradanlaştırmak.

Elle resim çizmek

Materyaller: Çocuğun boyundan daha büyük resim kâğıdı veya karton. Yağlı boya takımı.

Uygulama: Kâğıt uygun bir şekilde duvara sabitlendikten sonra çocuğa kâğıt üzerine serbest resim çizmesi istenir. Kural şu; resim elle (parmaklarla) çizilmeli ve kâğıdın her tarafı doldurulmalı.

Amaç: Bedensel gerginliği azaltmak, çocuğun rahatlamasını sağlamak.

KORKU OYUNLARI

Futbol oyunu

Uygulama: Çocuğun çizdiği korku resimleri kâğıttan top haline getirilir ve "korku topu" ile futbol oynanır. Aynı topla basketbol, voleybol, yakar top oynanabilir. Daha sonra top parçalanır ve çöpe atılır.

Amaç: Bedensel gerginliği azaltmak, çocuğun rahatlamasını sağlamak, korkuyu sıradanlaştırmak.

Papatya

Uygulama: *1. Aşama:* Uzman tarafından kâğıttan çok yapraklı papatya yapılır. Papatyanın her yaprağında olumlu veya olumsuz şeyler yazılıdır. Örneğin; sevgi, merhamet, paylaşma, nefret, korku, kötü rüyalar, sınav, matematik, uyumak, tatil, arkadaş vs. gibi olumlu ve olumsuz şeyler yazılır. Papatya yaprağına neler yazılacağını uzman çocuğun durumuna göre değiştirebilir. Papatya çocuğun önüne konulur ve çocuktan papatyanın yapraklarını ayıklaması istenir. Uzman, "Bu papatyanın sen olduğunu düşün. Şimdi iyi bak ve istemediğin yaprakları yırt"

Çocuk papatya yapraklarına tek tek bakar ve istemediği şeyleri tek tek koparır. Uzman, çocuğun her kopardığı yaprakla ilgili sohbet yapar.

Neden o yaprağı kopardın?

O yaprak neden seni rahatsız etti?

Koparırken neler hissettin?

Bazı durumlarda tek konulu papatya da yapılabilir. Örneğin; korku papatyası, ihtiyaç papatyası, nefret papatyası vs.

Korku problemi olan çocuk ile "korku papatyası" yapılabilir. Papatyanın yapraklarına çocuğun korktuğu ve korkmadığı korkular yazılır. Mesela: Evde yalnız kalmak, karanlık, iğne olmak, hırsız, hayalet, köpek, rüzgâr, gök gürültüsü, yükseklik vs. çocuktan papatyadaki korkulardan hangilerinden çok korkuyorsa onları koparması istenir.

2. Aşama: İstenmeyen yapraklar koparıldıktan sonra uzman çocuktan koparılan yaprakların yerini doldurmasını ister. Çocuktan papatyaya yeni yaprak-

lar eklemesi (koparılan yere yeni bir yaprak yapıştırabilir veya yeniden bir papatya oluşturabilir) istenir. Ama yeni eklenecek olan yapraklarda çocuğun ihtiyaç duyduğu şeyler yazılmalıdır. Örneğin: cesaret, sabır, güç, silah, para, oyuncak vs. yeni yaprağa ne yazılacağına tamamen çocuk karar verir.

Amaç: Çocuğu rahatlatma, duygularını ifade etmesine yardımcı olma, korkularını sıradanlaştırma, alternatifler gösterme.

Topal cadı

Uygulama: Çocukların arasından biri seçilir. Seçilen çocuk cadı olur. Varsa cadı kıyafeti yoksa cadı maskesi takar. Odaya genişçe bir daire çizilir. Dairenin ortasında bir sandalyede cadı oturur ve uyuma numarası yapar. Diğer çocuklar cadının etrafında dolaşarak koro halinde aşağıdaki tekerlemeyi söylerler.

Topal cadı kalkamaz

Kalksa da hiç koşamaz

Ne kadar koşarsa koşsun

Beni hiç yakalayamaz

Uyumakta olan cadı aniden yerinden fırlar ve tek ayak üstünde zıplayarak diğer çocukları yakalamaya çalışır. Cadı çocukları dairenin içinde yakalamak zorundadır. Daire çizgisinin dışına kaçan çocuk kurtulur. Yakalanan çocuk ise cadı olur.

Amaç: Bedensel gerginliği azaltmak, çocuğun rahatlamasını sağlamak, korkuyu sıradanlaştırmak.

KARANLIK KORKUSU

"Karanlık nedir?" çocukla sohbet oyunu

Amaç: Çocuğun karanlık algısı hakkında bilgi almak. Karanlık korkusu ile yüzleştirmek.

Uygulama: Çocuğa "karanlığın" resmi çizdirilir. Daha sonra uzman, çocuktan çizdiği resmi anlatmasını ister. Çocuk resmini anlattıktan sonra çocuğa sorular sorulur. Karanlık ne zaman olur? Karanlığı nerede görebiliriz? Karanlık nasıl görünür? Karanlık olunca ne yapıyorsun? Karanlığa dokunabilir miyiz? Karanlığın sesi var mı? Nasıl? Karanlık nasıl kokar?

"Ben baykuşum "oyunu

Amaç: Karanlık algısını sıradanlaştırmak.

Uygulama: Uzman, "Çocuklar biliyorsunuz bazı hayvanlar sadece karanlık olunca ortaya çıkarlar. Çünkü bu hayvanların hepsi karanlığı çok seviyorlar. Hangi hayvanlar karanlıkta ortaya çıkarlar? (Çocukların cevapları dinlenir ve onaylanır) Şimdi herkes karanlıkta yaşayan bir hayvan olsun." Çocuklar kendilerine bir hayvan seçtikten sonra uzman sorular sorar. Nerede yaşıyorsun? Etrafında neler var? Arkadaşların kimler? Karanlıkta nasıl görüyorsun? Karanlıktan korkmuyor musun? Karanlığı neden seviyorsun?

"Bu nedir?" oyunu

Amaç: Çocuğu karanlığa alıştırmak.

Uygulama: Çocuğun gözleri bağlıyken eline birbirinden çok farklı nesneler verilir ve çocuktan dokunduğu nesnenin ne olduğunu tahmin etmesi istenir. Oyun bittikten sonra gözleri kapalıyken neler hissettiği sorulur. Gözleri kapalıyken ki karanlık ile gerçek karanlık arasındaki farkı tarif etmesi istenir.

"Körebe" oyunu

Amaç: Çocuğu karanlığa alıştırmak.

Uygulama: Çocuğun gözleri mendil veya eşarp gibi bir malzemeyle bağlanır ve ebe etrafını göremez hale getirilir. Diğer oyuncular körebenin etrafında dolaşır ve ona dokunurlar. Körebe onları yakalamaya çalışır.

"Rüyanı süsle" oyunu

Uygulama: Çocuktan korktuğu rüyasının resmini çizmesi istenir. Daha sonra uzmana anlatır. Uzman çocuğu dinler ve sorular sorar. Bu rüyayı ne zaman gördün? Neler hissettin? Ne yaptın? Peki, ne olsaydı bu rüyadan korkmazdın? Sorular bittikten sonra uzman, çocuktan çizdiği rüyasına korkunç olmayan bir şeylerin resmini çizmesini ister.

SALDIRGANLIK PROBLEMİNE YÖNELİK OYUNLAR

Saldırganlık, davranım bozukluğu belirtileri olarak görülen davranış çeşitlerinden biridir. Çabuk sinirlenen, öfkeli, umursamaz, zarar veren davranışlarda bulunan çocuklar saldırgan olarak tanımlanabilir. Bu tip çocuklarda genellikle vicdan azabı yaşına uygun bir şekilde gelişmez. Saldırganlık başta anne-baba olmak üzere çocuğun çevresindeki saldırgan bireylerden ve televizyon, internet gibi uya-

rıcılardan da etkilenebilir. Çocuklarına ve birbirlerine merhametli, şefkatli olan ailelerde yetişen çocuklarda saldırganlık davranışı daha az görülmektedir (Alekseeva, 2001). Saldırganlık davranışı bazı çocuklar için istediğini elde etmenin bir yolu olarak anne-babası tarafından pekiştirilmiş olabilir. Bu anlamda saldırganlık problemi olan çocuklar ile çalışmada anne-baba ile iş birliği içinde olmak ve annebabanın eğitimi önem arz etmektedir.

Oyun terapisinde saldırganlık problemi olan çocuklarla çalışırken çocuğa, öfkesini kabul edilir bir şekilde dışa vurabilme becerisi, saldırganlık dürtüsünü kontrol becerisi, benlik algısını yükseltme, empati becerisi ve sosyal iletişim becerileri kazandırma amaçlanır. Çocuğa göre oyun geliştirilirken günlük hayattan kesitler gösterilerek, saldırgan davranışın yerine kullanabileceği alternatif davranışlar gösterilmeye çalışılır. Rol yapma oyununa katılan çocuğun doğru davranışları pekiştirilir. Saldırgan çocuklarda bedensel gerilim yüksek olduğundan dolayı fiziksel rahatlama oyunları da etkili olabilir. Özellikle seansın son oyunu olan bitirme ritüelinde relaks oyunlara yer verilmesi önerilir (O'Connor, 1991., Lendert, 1994., Panfilova, 1999., Fopel, 2004., Bogina, 2010., Schaefer, 2013., Smirnova, Riabkova, 2013., Panfilova, 2006., Halmatov, 2016.)

Oyun terapisinde amaç saldırganlık problemi olan çocuğun sadece saldırgan davranışını söndürmek değildir. Lyutova ve Monina (2007), saldırganlık problemi olan çocuklar ile çalışmada üzerinde durulması gereken 4 temel boyuttan bahsetmişlerdir. Bu boyutlar aşağıdaki gibidir:

1. Saldırganlık problemi olan çocuklara öfkelerini kendine ve başkalarına zarar vermeyecek şekilde ifade edebilmeleri öğretilmelidir. Bunun için çocukla öncelikle öfkesini dışa vurmasına fırsat verecek oyunlar oynanmalıdır. Bu şekilde öfkesinin ardında yatan kızgınlık, hayal kırıklığı ve acı gibi nedenlere ulaşmak mümkündür. Öfkesinden kurtulmayan bir çocuk oyun terapisinin sonraki aşamalarında uzman ile çalışma konusunda sıkıntılar yaşayabilir. Çocukla duygular üzerinde çalışılmalıdır. Çocuğa duygu farkındalığı kazandırmak, hissettiği duyguları tanımayı ve duygularını ayırt etmeyi öğretecektir.
2. Çocuğa özdenetim kazandırarak, dürtülerini kontrol edebilmeyi, duygularını dengeleyebilmeyi öğretilmesi gerekmektedir.
3. Günlük hayatta karşılaşabileceği çatışmaya yol açacak durumlarda, çatışmayı çözmek için kullanabileceği iletişim becerileri kazandırılmalıdır. Çünkü saldırganlık problemi olan çocuklar başka türlü çözemedikleri için çatışmayı saldırgan davranışlarla çözmeye çalışmaktadırlar.

4. Saldırganlık problemi olan çocuklarda kendi duygularını ve başkalarının duygularını anlamakta yetersizlik söz konusudur. Bu tip çocuklar başkalarına bilerek veya bilmeden verdikleri acı sonucunda suçluluk duygusu yaşamamaktadırlar. Bu anlamda saldırgan çocuklarla empati üzerine çalışmalar yapılması çok önemlidir.

Oyun terapisinde, agresif çocuklarla çalışırken çeşitli oyun türlerinden yararlanmak mümkündür. Hareketli oyunlar, kurallı oyunlar, rol yapma oyunları ve rahatlatıcı oyunlar gibi oyunlardan oluşan oyun terapi seansı programı oluşturulabilir. Aşağıda saldırganlık problemi olan çocuklarla çalışmada kullanılabilecek bazı oyunlara yer verilmiştir.

Çığlık bardağı

Uygulama: Aşırı öfkeli ve kızgın bir çocuk ile çalışırken çocuğa "çığlık bardağı" teklif edilebilir. Bunun için çocuğa camdan ve kapaklı bir su bardağı verilir. Çocuk bardağı ağzına dayayarak istediği kadar bağırıp, çığlık atabilir. Ama bardağı ağzından çıkardıktan sonra "normal" konuşması gerekir. Çocuk ile bu yönde anlaşma yapılmalıdır. "Çığlık bardağı" özel bir bardak olmalı ve sadece bu amaçla kullanılmalıdır. Çocuk bardağı kullandıktan sonra çocuğun "çığlığı" kaçmasın diye bardağın kapağı kapatılır. Havasız kalan çığlıklar orada yok olur.

Amaç: Öfkesini dışa vurabilmesine yardımcı olmak, duygusal gerginliğini azaltmak.

Öfke resmi

Uygulama: Çocuk ile öfkesi hakkında sohbet edilir. En çok ne zaman öfkelenir? Öfkesini vücudunun neresinde hisseder? Öfkelendiği zaman neler yapar? Acaba öfkesi neye benziyor olabilir? Eğer öfkesinin şekli olsaydı nasıl olurdu? Eğer öfkesinin rengi olsaydı hangi renkte olurdu? Daha sonra çocuk bu anlattıklarından yola çıkarak öfkesinin resmini yapmalıdır. Okul öncesi dönemindeki çocuklar öfkelerini sözel olarak ifade edemeyebilirler. Bu yüzden küçük çocuklar ile çalışılırken soru sormadan direk resim çizdirilebilir. Öfke resmi bittikten sonra çocuktan öfkesini "korkutması" ve kendinden uzaklaştırması istenir. Bunun için çocuk kâğıdı yırtabilir, yere koyup ayakları ile basabilir, ısırabilir, top haline getirip ayakları ile vurabilir. Çocuk öfkesini kendinden "uzaklaştırıp" rahatlayana kadar "öfkesi" ile uğraşabilir. Bu arada uzman çocuğa soru sorar, "Nasıl? Kendini daha rahat, daha sakin hissediyor musun? Kızgınlığın azaldı değil mi?" gibi. Çocuk rahatladıktan sonra, "Şimdi kendini daha iyi hissediyorsun değil mi? Gel istersen öfkenden tamamen

kurtulalım" der ve çocuktan "öfkesini" çöpe atmasını ister. Veya uzman ile birlikte kontrollü bir şekilde "öfke" ateşe verilir. Oyun eğlenceli şarkı, oyun veya aktivite ile sonlandırılmalıdır.

Amaç: Fiziksel gerginliğinden kurtulmasına yardımcı olmak.

Tembel kedi

Uygulama: Çocuklardan biri tembel kedi, diğer çocuklar fare olur. Tembel kedi odanın ortasında "uyurken" fareler etrafta dolaşarak tembel kedinin kafasına, kulağına dokunarak onu kızdırmaya çalışırlar. Tembel kedi birden yerinden fırlar ve farelerin birini yakalamaya çalışır. Yakalanan çocuk tembel kedi olur. Oyun birkaç kere tekrarlanır.

Amaç: Kendi hareketlerini denetleyebilmesine yardımcı olmak, gerginliğini azaltmak.

Gölgenden kurtul

Uygulama: Çocuğun biri kendi rolünde diğeri ise onun gölgesi rolündedir. Kendi rolünde olan çocuk ile gölgesi rolünde olan çocuk yan yana dururlar. Oyunun başlaması ile birlikte "gölge", çocuk ne yaparsa aynısını yapmaya çalışır. Çocuk ise hareketlerini hızlandırarak veya yavaşlatarak gölgesinden kaçmaya ve onu şaşırtmaya çalışır.

Amaç: Fiziksel olarak rahatlamasına, hareketlerini kontrol edebilmesine yardımcı olmak.

Lakap takma

Uygulama: Çocuklar daire şeklinde dururlar. Uzman, "Bu topu elden ele geçireceksiniz. Topu verirken arkadaşınıza sebze veya meyvelerden oluşan lakap takacaksınız. Örneğin, "Sen elmasın, sen havuçsun, sen lahanasın" vs. Bu bir oyundur o yüzden birbirinizi kıracak söz ve davranışlardan uzak durun. Kim topu düşürürse o ortaya çıkar ve topu atan oyuncu ona ne demişse onu yüksek sesle söyler. Örneğin: "Ben lahanayım".

Amaç: Sözel öfkeyi dışa vurabilme, hemen küsmemeyi öğrenme, kendiyle alay edebilme.

İnatçı keçiler

Uygulama: Çocuklar iki eşit gruba ayrılırlar. Gruplar karşılıklı yüz yüze dururlar ve kollarını yukarı kaldırarak ellerini birbirlerine dayarlar. Uzman, "İki inatçı keçi köprünün üstünde karşılaşırlar. İkisi de birbirine yol vermek is-

temez. Şimdi siz o inatçı keçileri taklit edeceksiniz. Ayaklarınızı geniş açın, birbirinize doğru eğilin ve avuçlarınızı birbirinize dayayın. Benim işaretimle birbirinizi itmeye başlayın" der. Bu şekilde birbirlerini iterken bir yandan da "meee-meee-mee" diye melerler.

Amaç: Öfke ve kızgınlıklarını dolaylı yoldan ifade etmelerine yardımcı olmak.

Kâğıt yırtma

Uygulama: Gazete, dergi, defter gibi kâğıt malzemeler ortaya konulur. Uzman çocuğa kâğıtları yırtmayı teklif eder. Kâğıt yırtma temposunu uzman ayarlar. İlk başta kâğıdı dikey olarak yavaş yavaş yırtar. Gittikçe hızlanır. Çocuk da uzman nasıl yırtıyorsa aynısını yapmaya çalışır. Uzman bir hızlı bir yavaş tempoda kâğıtları yırtıp ortaya atar. Bu süreçte hiç konuşmamaları gerekir. Tüm kâğıtlar yırtıldıktan sonra yerdeki kâğıtlar toplanarak kar yağıyor diye havaya atılır.

Amaç: Çocuktaki fiziksel gerginliği azaltmaya yardımcı olmak.

Kâğıt top

Uygulama: Kâğıttan top yapılır. İstenirse kâğıt yırtma oyunundan sonra yırtılmış kâğıtlardan da top yapılabilir. Daha sonra kâğıt top ile belirlenen hedefe isabet ettirilmeye çalışılır. Topu her attığında "Ha" diye bağırabilir. Grup uygulamasında kâğıt toplarından kartopu savaşı oynanabilir.

Amaç: Fiziksel gerginliği azaltmasına, öfkesini dışa vurmasına yardımcı olmak.

Bulut

Uygulama: Çocuklar rahat bir pozisyonda otururlar. İmkân varsa minderlere uzanabilirler. Uzman sakin ve rahatlatıcı müzik açar ve sakin bir ses tonu ile; "Çocuklar şimdi gözlerinizi kapatmanızı ve beni dinlemenizi istiyorum. Sadece beni dinleyin ve benim dediklerimi hayal edin. Şimdi derin bir nefes alın ve mümkün olduğu kadar rahat olmaya çalışın. Şimdi çok güzel bir yerde yeşilliklerin arasında yattığınızı hayal edin. Hava çok güzel. Ne soğuk... Ne de sıcak. Etrafta kuşlar ötüyor... Hafif rüzgâr saçlarınızı uçuşturuyor... Ve küçük bir bulut yavaş yavaş yanınıza geliyor... Bu bulut kötü hisleri emen bir bulutmuş. Size yaklaşıyor ve sizdeki tüm kötü hisleri sizden alıyor. Öfkeniz... Kızgınlıklarınız... Üzüntünüz... Ve tüm kötü hisleriniz bulut tarafından emiliyor. Sizdeki tüm kötü şeyleri emen bulut yine geldiği gibi yavaş yavaş sizden

uzaklaşıyor. Ve siz... Çok daha rahatladığınızı hissediyorsunuz. Çok hafiflediniz, kendinizi çok iyi hissediyorsunuz... Çok mutlusunuz... Çünkü sizi seven çok insan var... Hem de bir sürü... Ve şimdi 3 dediğimde gözlerinizi açıyorsunuz. Bir... İki... Üç... Şimdi gözlerinizi açın ve gülümseyin."

Amaç: Bedensel ve ruhsal gerginliği azaltmaya yardım etmek.

Denizde

Uygulama: Çocuklar rahat bir pozisyonda otururlar. İmkân varsa minderlere uzanabilirler. Uzman deniz sesi içeren sakinleştirici bir müzik açar ve sakin bir ses tonu ile "Şimdi gözlerinizi kapatmanızı istiyorum. Gözlerinizi kapatın beni ve müziği dinleyin. Deniz kenarında olduğunuzu hayal edin. Mis gibi deniz havası... Hafif bir rüzgâr yüzünüze vuruyor... Çok huzurlusunuz... Çok güzel bir gün... Yavaş yavaş kuma uzanıyorsunuz... Kum tam istediğiniz sıcaklıkta... Tüm bedeniniz gevşek, kollarınız... Ayaklarınız... Omuzlarınız... Çok rahatsınız. Sakin sakin nefes alıp veriyorsunuz... Çok mutlusunuz... Çünkü... Çünkü sizi seven birçok kişi var... Siz de birçok kişiyi seviyorsunuz... Sevmek ve sevilmek çok güzel bir şey... Çok güzel... (10-15 saniye sonra). Şimdi 3 dediğimde gözlerinizi açıyorsunuz. Bir... İki... Üç... Şimdi gözlerinizi açın ve gülümseyin."

Amaç: bedensel ve ruhsal gerginliği azaltmaya yardım etmek.

Yumruk

Uygulama: Çocuklar rahat bir pozisyonda otururlar. İmkân varsa minderlere uzanabilirler. Uzman, "Şimdi gözlerinizi kapatmanızı istiyorum. Gözleriniz kapalı ve sadece beni dinliyorsunuz. Bir arkadaşınızın sizi kızdırdığını düşünün. Çok kızıyorsunuz... Arkadaşınız sizi kızdırmaya devam ediyor... Onu dövmek istiyorsunuz. Kaşlarınızı çattınız... Yumruklarınızı sıktınız... Dişlerinizi sıktınız... Tüm bedeniniz kasıldı... Tam arkadaşınıza yumruk atacaktınız ki... Aklınıza bir şey geldi. Kavga etmek istemediğinizi hissettiniz. Birden bire vazgeçtiniz... Kavga etmeye değmez. Derin bir nefes aldınız. Birden rahatladığınızı hissettiniz. Şimdi tüm kızgınlıklarınızın geçtiğini hissediyorsunuz. Arkadaşınız ile kavga etmediğiniz için çok mutlusunuz. Şimdi gözlerinizi açın, ayağa kalkın, ellerinizi, kollarınızı, ayaklarınızı silkeleyin. Çok güzel. Rahatladınız değil mi? Şimdi yanınızdaki arkadaşınıza sarılın."

Amaç: Öz denetim becerisini geliştirmesine yardımcı olmak.

Kirpiler

Uygulama: Uzman; "Çocuklar şimdi bir oyun oynayacağız. Oyunumuzun adı "Kirpiler". Şimdi hepiniz birer kirpisiniz. Vücudunuzun her tarafında sizi düşmanlarınızdan koruyan dikenleriniz var. Ormanda geziyorsunuz. Hadi gezin. Çok güzel. Ve... Birden, bir kurt geliyor. Tüm kirpiler büzülerek top halini alıyor. Hadi büzülün, büzülün. Çok güzel. Evet, tüm kirpiler büzülmüşler. Dikenlerini dikmişler. Dikenlerinizi mümkün olduğu kadar dikleştirmeye çalışın. Tüm vücudunuzu kasıyorsunuz. Çok güzel. O kadar çok dikenlerinizi uzattınız ki kurt hiçbir şey yapamadan oradan uzaklaştı. Şimdi yavaş yavaş rahatlıyorsunuz. Kollarınızı ve ayaklarınızı mümkün olduğu kadar açıyorsunuz. Oh. Çok rahat. Çok güzel. Kendinizi çok iyi hissediyorsunuz. Çünkü sizi seven birçok kişi var. Çok mutlusunuz..."

Amaç: Bedensel gerginliklerini azaltmaya yardımcı olmak.

Havasız top

Uygulama: Çocuklardan biri havası kaçmış topu taklit eder. Kafası eğik, kolları yana salınmış yerde oturur. Diğer çocuk elinde hava pompası varmış gibi "psst, psst" diye ses çıkararak balonu şişirmeye çalışır. Topu taklit eden çocuk yavaş yavaş "canlanmaya" başlar. Önce kafası dikleşir, sonra bir elleri sırayla havaya kalkar ve son olarak da ayağa kalkarak yavaş yavaş yerinde dönmeye başlar. Biraz döndükten sonra diğer çocuk "yalancıktan" topun hava deliğini birden açıverir. Topu taklit eden çocuk havası kaçmış top gibi tekrardan yavaş yavaş eğilip, bükülerek yere oturur. Çocukların rolleri değiştirilerek oyuna devam edilir.

Amaç: Bedensel gerginliklerini azaltmaya yardımcı olmak.

Halterci

Uygulama: Çocuk uzmanın demesiyle oyun alanına gelir. Uzman; "Sen dünya şampiyonu bir haltercisin. Şimdi bir gösteri yapacaksın. Çok büyük bir salondasın ve binlerce seyirci seni izliyor. Bak burada çok ağır halter var (Uzman olmayan "halteri" gösterir), önde derin bir nefes al. Daha sonra otur ve halteri tüm gücünle havaya kaldır. Halter ağır olduğu için tüm gücünle onun ağırlığını bize göstermen lazım. Halteri yukarı kaldıracaksın ve biraz havada tuttuktan sonra yeniden yere bırakacaksın."

Amaç: Bedensel gerginliklerini azaltmaya yardımcı olmak.

Horoz dövüşü

Uygulama: Yere genişçe bir daire çizilir. İki çocuk elleri arkada bağlanmış, tek ayaküstünde dairenin içinde birbirine omuz atarak birbirlerini daireden çıkartamaya çalışır. Uzman, çocukları birbirlerine zarar vermemeleri konusunda uyarır.

Amaç: Kızgınlıklarını oyun yolu ile dışa vurmalarına yardımcı olmak

Kartal gibi uç, kanguru gibi zıpla

Uygulama: Çocuklar daire şeklinde ayakta dururlar. Uzman, "Çocuklar gelin şimdi hayvanları taklit edelim. Önce kartal olalım. Kollarımızı yana doğru açıyoruz ve kanat yapıyoruz. Kartallar yavaş yavaş kanat çırparlar değil mi? İşte böyle. Yavaş yavaş. Kartalların kanatları çok uzun olur değil mi? Hadi biz de kanatlarımızı mümkün olduğu kadar uzatalım. Uzat, uzat, uzat. Aferin. Çok güzel. Şimdi serçeyi taklit edelim. Serçenin kanatları küçük değil mi? Serçe küçük kanatlarını daha hızlı çırpar. Hadi biz de hızlı hızlı çırpalım kanatlarımızı. Evet. Daha hızlı, daha hızlı. Çok güzel. Aferin size. Şimdi tekrar kartal olalım. Kanatlarımızı büyük ve yavaş hareket ediyor." bu şekilde kartal, serçe, kartal, serçe olarak birkaç kez tekrarlanır.

Şimdiyse kaplumbağa olalım. Nasıldı kaplumbağalar? Evet, emekliyoruz ve yavaş yavaş hareket ediyoruz. Çok yavaş. Kaplumbağalar çok yavaş hareket ederler değil mi? Çok güzel. Aferin size. Şimdi ters dönmüş kaplumbağayı taklit edelim. Ters dönmüş ve ayakları havada kalkmaya çalışan kaplumbağa gibi davranalım. Kollarımızı ve ayaklarımızı yavaş yavaş sallayalım. Çok güzel.

Şimdi zürafa olalım. Zürafalar nasıllar? Evet. Boyunları çok uzun değil mi? Siz de boyunlarınızı uzatmaya çalışın. Tıpkı bir zürafa gibi. Uzat, uzat, uzat. Aferin. Şimdi boynumuz yukarıda, ayaklarımızın ucuyla zürafa gibi dolaşalım biraz. İşte böyle. Çok güzel.

Şimdi kanguru olalım. Kangurular ne yapar? Tabi ki de zıplarlar. Şimdi biz de tıpkı bir kanguru gibi zıplayalım. Zıpla, zıpla, daha yükseğe, daha yükseğe zıpla. Çok güzel.

Şimdi yılan olalım. Evet. Yılan gibi sürünelim. Çok güzel. Şimdi dans eden bir yılan gibi kıvrılalım. Evet, kollarınız kıvır, kıvır, belleriniz kıvır, kıvır, boynunuz kıvır, kıvır. Çok güzel.

Şimdiyse bir kedi olalım. Yeni uykudan uyanmış bir kedi. Ne yapıyorlar yeni uyanmış kediler biliyor musunuz? Elbette ki geriliyorlar. Boyunlarını gererler

işte böyle. Hadi siz de boyunlarınızı germeye çalışın. Kollarını gererler. İşte böyle. Siz de kollarınızı germeye çalışın. Uzatın uzatabildiğiniz kadar. Bellerini gererler. Bellerinizi yukarı kaldırın. Kaldırın, kaldırın, aferin. Ayaklarını gererler. Gerin ayaklarınızı. Önce sağ ayağımızı arkaya doğru uzatalım. Uzat, uzat, uzat. Aferin. Şimdi sol ayağımızı uzatalım arakaya doğru. Uzat, uzat, uzat. Aferin.

Şimdi ayağa kalıyoruz. Ayaklarımızı, ellerimizi ve parmaklarımızı sallıyoruz. Tekrardan kendimize dönüyoruz. Tüm hayvanları çok güzel taklit ettiniz. Hepiniz çok yeteneklisiniz. Aferin hepinize" oyun biter.

Amaç: Bedensel gerginliğini azaltmasına yardımcı olmak.

OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU

Epizodik Bellek Destekleme

Hatırlatma:

Anlamsal Bellek(Semantik): Anlamsal bellek zihnimizde sözel olarak kodlanmış verileri saklar. Bilmek ile ilgilidir. Örneğin; Kırgızistan'ın başkenti neresi? 35X23=? Gibi sorular sorulduğunda bu sorulara cevap aramak için anlamsal bellek gözden geçirilir.

İşlemsel Bellek(Prosedürel): Yapmak, yapabilmek ile alakalıdır. Örnek olarak müzik aleti çalabilme, bisiklet sürebilme gibi.

Anısal Bellek(Epizodik) Belki de kapasitesi en büyük olan bölüm bu bellektir. Bu bellekte duygu ile alakalı anılar saklanır. Duygu, yaşantı ile süslenmiş tüm anılar bu bellekte yerini bulur.

Not: Otizmli çocuklarda *anlamsal bellek* ve *işlemsel bellek* çok iyi gelişmiş olabilir. Örneğin; çok karmaşık bir müzik aletini çalabilir, birçok bilgiyi ezberleyebilir. Mesela, tüm ülkelerin bayraklarını tek tek gösterebilir. Ama annesiyle beraber bir gün önce yaptığı keki hatırlamaz ve anlatamaz. Yani otizmli çocuklarda duygu ile alakalı olan *epizodik bellek* yeterince gelişmez.

Otizmli çocuk ile çalışmalarda onlara bilgi öğretmek yerine epizodik belleklerini destekleyen çalışmaların yapılması çok daha yararlı olabilir. Çünkü epizodik bellek bir tecrübedir ve sonraki öğreneceklerini destekler. Zihinde yerleşen güzel bir anı, güzel bir tat veya yaşanan korku, şaşkınlık kolay kolay unutulmaz.

Otizmli çocuklar ile çalışma sırasında her aktiviteye duygu katılması çok önemlidir. Bu şekilde yapılan aktivitenin daha kalıcı olması sağlanır. Çocuğa yaptığı bir aktivite sonrası "Aferin, çok güzel" gibi geri bildirim verirken "kuru" bir

şekilde değil de şaşırarak, ses tonunu değiştirerek söylemek gerekmektedir. Bunu doğru yapmak için aşağıdaki sıra izlenebilir.

Olay (aktivite)-Duygu-Anlam katma. Bu sıralama yapılırken uzman mimik ve jestlerini, beden dilini biraz vurgulayarak (abartmadan) gösterebilir.

Örnekler:

1. Çocuk resim yaptı (olay)-Uzman şaşırdı (Aa çok güzel olmuş) (duygu)-Çok güzel resim çizmişsin, daha önce hiç bu kadar güzel resim görmemiştim(aktiviteye anlam katma)
2. Çocuk ortalığı dağıttı (olay) – uzman şaşırdı (Aa burası çok dağılmış)-Odayı dağıtmışsın, şimdi ne yapalım? (aktiviteye anlam katma)

Bir olaya duygu katmak ve anlamlandırmak daha çok akılda kalmasına yardımcı oluyor. Bu anlamda otizmli çocuklarla çalışılırken duygular, mimik ve jestlerle çocuğun dikkatini çekecek şekilde kullanılmalıdır. Duyguları vurgulayarak çalışmak otizmli çocuklar için önemlidir ve aşağıda verilen oyunların tümünde uzman duygularını vurgulayarak çalışmalıdır.

Bağlama

Anıları birbiri ile bağlayarak gitme otizmli çocuğun zihindeki "kargaşayı" düzenlemesi için yardımcı olacaktır. Bilindiği gibi otizmli çocukların sosyal gelişim alanında ciddi anlamda yetersizlik görülmektedir. Yaşantı ve anıların geçmişten bugüne bağlantılı olması sosyal gelişim için önem arz eder. Sosyalleşmek büyük ölçüde geçmiş yaşantıların etkisi ile alakalıdır. Geçmişte zihne kaydedilen bir anı sonraki yaşantıları olumlu veya olumsuz etkileyecektir.

Otizmli çocuklarla çalışırken "hatırlatıcılar" kullanılmaktadır. Özel bir albüm, resim defteri veya kartlar kullanarak çocuğa günlük yaşamından kesitler sunularak çalışma oldukça yaygındır. Uzman otizmli çocukla her çalıştığı anın fotoğrafını çekerek bir sonraki buluşmada önceki görüşme sırasındaki yaptıkları aktiviteyi hatırlatmalıdır.

"Bak hatırlıyor musun seninle resim yapmıştık. Çok güzel olmuştu. Ben senin yaptığın resmi çok beğenmiştim. İşte bak ikimiz böyle çalışmıştık. Çok eğlenmiştik değil mi? Bak çizdiğin resim burada. Çok güzel değil mi?"

Veya

"Geçen hafta seninle hamurdan kale yapıyorduk. Hatırladın mı? Bak gördün mü? Bu geçen hafta yaptığımız ve bitiremediğimiz kale. İşte bak geçen hafta seninle böyle çalışmıştık (fotoğraflar gösterilir). İşte yarım kalan kalemiz burada gel şimdi devam edelim."

Uzman çocuk ile görüşme boyunca yaptığı aktiviteleri anımsatacak "hatırlatıcılar" biriktirmelidir. "Anı kolisi" adında bir koli oluşturabilir. Kolinin içinde fotoğraflar, geçmişte yaptıkları aktiviteler, oyuncaklar, bazı objeler bulunabilir. Uzman sık sık "anılar kolisini" çocuk ile birlikte gözden geçirerek tek tek eşyaların anılarını duygularını vurgulayarak anlatmalıdır. Örneğin:

"Bak şu taşı hatırladın mı? Seninle parkta sahilde dolaşırken bulmuştuk. Çok güzel bir taş değil mi? Harika! Hatırladın mı? Hatta şu şarkıyı söylemiştik. A bak burada parkta topladığımız yapraklar var. Hatırladın mı? Şu büyük yaprağı sen bulmuştun. Çok güzel bir gündü. Çok eğlenmiştik. Bu ise yanlışlıkla kırdığın oyuncağın parçası. Hatırladın mı? İkimiz de çok üzülmüştük" vs.

Oyun Terapi Uygulaması

Otizm durumunda oyun terapi uygulaması bir müdahaleden çok gelişimi destekleme özelliği taşımaktadır. Bu açıdan otizmli çocuk ile oyun terapisi uygulamak "normal" çocuklar ile çalışmaktan daha farklıdır. Otizmli çocuklar ile çalışırken seans sayıları daha fazla olacaktır. Özellikle oryantasyon etabı uzman için zor ve meşakkatli olabilir. Her zaman konfor alanına "düşkün" olan otizmli çocuk, yeni bir ortamı ve uzmanı bir tehdit veya "konfor" alanını bozan biri olarak algılayabilir. İlk görüşme sırasında çocuk uzmana genellikle iki şekilde tepki verir. Çocuk ya uzman yokmuş gibi davranır veya aşırı tepki vererek uzmanın varlığını "protesto" edebilir. Ağlama, eşyaları atma, itme gibi saldırgan davranışlarda bulunabilir. Otizmli çocuğa yeni birine ve yeni ortama uyum sağlaması konusunda zaman verilmesi gerekmektedir. İlk etapta uzmanın tutumu çocuğa uyumdan yana olmalıdır. Uzman, çocuğa herhangi bir yönerge vermeden, çocuktan bir şey yapmasını istemeden, çocuğa herhangi bir şey teklif etmeden çocuğu gözlemlemelidir. Konuşmamak, dokunmamak, sadece sessizce ve fazla hareket etmeden beklemek uzman için doğru tutum olacaktır. Bu aşamada uzman konuşmak yerine ritmik hareketler, mimik ve jestlerle çocuğun dikkatini çekmeye çalışmalıdır. Çocuk uzmanın onunla ilgilendiğini ama ona engel olmadığını anlamalıdır (Grabenko, Zinkeevich-Evistigneeva, 1998.,Novikovskaya, 2005., Bariaeva, Kondratev, 2008., Fedoseeva, 2012.)

Bu aşamada uzmanın doğal ve belirgin bir şekilde kafa sallayarak çocuğu onaylaması ve gülümsemesi sözel iletişimden çok daha etkili olacaktır. Çocuk seansın sonuna kadar uzman yokmuş gibi davranabilir. Ne olursa olsun çocuk kendisi uzman ile iletişime geçme isteğini göstermediği sürece uzman sabırla beklemelidir. Çocuğu oyuna katmaya çalışmak, çocuğu oyuna zorlamak ters etki yaratabilir.

Uzman oyun oynayan çocuğun yanında sessiz otururken bir taraftan çocuğun yaptığı davranışları taklit etmelidir. Uzman, çocuğun eline aldığı bir objenin adını anlaşılır bir şekilde ama sessizce tekrarlayabilir. Çocuk uzmana alıştıktan sonra çocuk ile birlikte oyun oynamaya başlamalıdır. Oyun sırasında uzmanın amacı çocuğa neşe ve mutluluk verecek anılar kazandırmak olmalıdır. Çocuk oyun odasında uzman ile oynamanın daha eğlenceli olacağını anlamalıdır. Uzman, çocuğun kontrolsüz davranışlarını ve egosantrik konuşma ve mırıldanmalarını azaltmayı amaçlamalıdır. Bunun için çocuğun dikkatini çeken oyuncak ve objeler kullanılabilir. Canlı renklerdeki oyuncaklar, ses çıkaran oyuncak ve objeler, su, kum, çakıl taşları, hamur gibi nesneler otizmli çocukların ilgisini daha çok çekebilir. Çocuk ile iletişim düzeyi arttıkça oyun sırasında kullanılacak olan oyuncak ve objelerin çeşidi de arttırılmalıdır (Grabenko, Zinkeevich-Evistigneeva, 1998.,Novikovskaya, 2005., Bariaeva, Kondratev, 2008., Fedoseeva, 2012.)

Otizmli çocuklar ile çalışmada anne-babanın oyuna katılması çok önemlidir. Anne-babalara çocukları ile nasıl oyun oynayacakları anlatılmalıdır. Çocuk ile oynayacakları oyunlar ev ödevi olarak verilmelidir. Aşağıda otizmli çocuk ile çalışmada dikkat edilmesi gereken bazı ayrıntılara ve oyun terapisinde kullanılabilecek oyunlara yer verilmiştir.

Otizmli Çocuklarda Oyun Gelişimi

Obje oyunu

Otizmli çocuklar herhangi bir obje ile uğraşmaktan hoşlanırlar. Bir objeyi uzun süre incelemek tüm çocukların özelliklerindendir. Tüm çocuklar erken çocukluk dönemlerinde "dünyayı" tanımaya objelerle başlarlar. Çocuk büyüdükçe ilgi alanı değişir ve objeden çok çevre ile ilgilenmeye başlar. Otizmli çocuklarda obje ile "uğraşma" süreci "normal" gelişim gösteren yaşıtlarından daha uzun süre devam edebilir. Bu tip çocuklar aynı obje ile uzun süre zaman geçirebilirler. Otizmli çocuklar için daha ilgi çekici oyuncaklar parlak renkte olan, ses çıkaran, hareketli, pürüzsüz yüzeyi olan obje ve oyuncaklardır. Otizmli çocuklar dokunmaktan, çevirmekten, fırlatmaktan, koklama ve tadına bakmaktan hoşlanırlar. Otizmli çocuklar obje ve oyuncakları amaçlarına göre değil kendi istediği gibi kullanırlar.

Rol yapma -canlandırma oyunu

Rol yapma veya canlandırma oyunu (evcilik) çocuk oyunlarının en gelişmiş türüdür. Bu oyun türü zamanla gelişir ve oynayabilmek için zihinsel, sosyal gelişime ihtiyaç duyulur. Bu tür oyunlarda rol yapma, canlandırma, diyalog olmalıdır

ve "mış" gibi yapma becerisi ile vekil oyuncaklar kullanılmalıdır. Otizmli çocukların başka çocuklar ile oynayabilme durumları maalesef kendiliğinden gelişmez. Anne-baba veya uzman tarafından otizmli çocuğun etkileşimli oyun becerisi geliştirilebilir. Otizmli çocuğun diğer çocuklar ile oynayabilmesi için yetişkin tarafından hazırlık yapılması gerekmektedir. Uzun süren hazırlık aşamasından sonra otizmli çocuğu diğer çocukların oyunlarına katmak mümkündür. Otizmli çocuğu diğer çocukların oyununa katarken dikkat edilmesi gereken bazı önemli hususlar vardır. Bunlardan ilki oyunun oynanacağı ortamdır. Oyun oynanacak ortamın otizmli çocuk için bilinen bir yer olması gerekmektedir. Aşina olduğu bir ortam otizmli çocukların oyuna uyumunu önemli derecede artıracaktır. Başka bir durum ise oyun arkadaşları. Otizmli çocuk ile oynayacak olan çocuklar da otizmli çocuğun tanıdığı çocuklar olmalıdır. Otizmli çocuk ile oynayacak olan çocuklar oyundan önce otizmli çocuğa karşı daha dikkatli olmaları konusunda uyarılmalıdırlar. Aniden elinden oyuncağının alınması, aşırı gürültü yapılması, fiziksel temasta bulunulması otizmli çocuk için kötü bir deneyim olabilir. Bu anlamda otizmli çocuğun diğer çocuklarla oynama durumu bir yetişkinin gözetiminde olması gerekmektedir. Otizmli çocuğu oyuna alıştırma aşamasında oyun arkadaşlarının otizmli çocuktan yaşça daha küçük olmaları iletişim kurabilmesi açısından daha elverişli olabilir. Kendi yaşıtları veya yaşça büyük çocuklar ile oluşturulan grup, gelişim farkından dolayı hem otizmli çocuk için, hem de diğer çocuklar için uyumu zorlaştırabilir.

Stereotip Oyunlar

Tekrarlanan hareketlerden oluşan oyun otizmli çocuğun en sevdiği oyundur. Otizmli çocuğun aynı veya birkaç tekrarlanan hareketten oluşan oyunu oldukça uzun sürebilir. Bu tür oyunların özelliklerini aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür.

- Oyunun amacı ve mantığı belli değildir. Dışarıdan bakan biri "tuhaf" hareketler olarak algılayabilir,
- Oyunu oynayan başka çocuk yoktur. Otizmli çocuk tek başına oynar,
- Çocuk aynı hareketleri tekrarlar,
- Oyun uzun sürer ve oyun süresince hareketler değişmez,
- Bazen aynı oyun yıllarca sürebilir.

Otizmli çocukla oyun terapisi uygularken bu tür oyunlarla başlamak kaçınılmazdır. Uzman, çocuğun tekrarlanan oyununu çocuk ile iletişim kurma aşamasında sıkça kullanabilir. Bu tür oyun otizmli çocuk için rahatlatıcıdır ve oyun sırasında çocuk sakin ve uyumludur. Otizmli çocukları sıkça yaşadıkları "kriz" durumundan kurtarmak için tekrarlanan hareketler özellikle kullanılabilir.

Stereotip oyunları oyun terapi sırasında kullanmak için bu tür oyunun çocuk için ne ifade ettiğinin anlaşılması gerekir. Otizmli çocuk için aynı davranışı tekrarlamak konforludur. Tanıdık, bildik olan her şey otizmli çocuk için daha rahat vericidir. Aynı hareketler de değişmeden tekrarlandığından otizmli çocuk için daha güvenlidir. Bu yüzden otizmli çocuklar tekrarlanan hareketleri yapmaktan hoşlanırlar. Bu açıdan bakıldığında tekrarlanan hareketler otizmli çocuk için konfor ve zevk anlamına gelmektedir. O halde oyun terapisinde de bu tür oyunlara daha fazla yer verilebilir.

Uzman çocuğun oyununa ani bir "giriş" yapmamalıdır. Çocuk uzmanın varlığına alışmalıdır. Önce uzun süre çocuğun yanında onun oyununu seyretmelidir. Uzman, çocuğun hareketlerini, çıkarttığı sesleri, sevdiği oyuncakları, kendi kendine konuştuğu kelimeleri dikkatlice takip ederek, çocuğun oyun sırasındaki tutumunu anlamaya ve tanımaya çalışmalıdır. Çocuk uzmanın varlığına alıştıktan sonra uzman, yavaş yavaş çocuğun oyununa katılmaya çalışmalıdır. Bu süreçte uzmanın çok fazla konuşmaması gerekmektedir. Sadece çocuğun yanında sessizce oturup çocuğun oyununda kullandığı objeleri çocuğa uzatmalıdır. Bu aşamada çocuğa soru sormak, çocuğu yönlendirmeye çalışmak ters etki yaratabilir. Çocuk uzmanın yanında oyun oynarken, oyun sırasında çıkarttığı sesler uzman tarafından sessizce tekrarlanmalıdır.

Bu aşamada uzmanın amacı kendini çocuğa alıştırmak ve çocuğun güvenini kazanmaktır. Çocuk oyun sırasında uzmanı bir engel olarak görmemelidir. Otizmli çocuklar ile oyun terapisi uygulamaları "diğer" çocuklarla kıyaslandığında daha uzun sürebilir. Bunun sebebi ise oryantasyon etabının daha uzun sürmesidir. Otizmli çocuğun güvenini kazanmak için daha uzun süreye ihtiyaç duyulabilir.

Uzun süren gözlem ve alıştırma sürecinden sonra çocuk uzmanın varlığından rahatsız olmamayı öğrenmekle kalmaz uzmana alışmaya başlar. Çocuk elindeki oyuncağı uzmana uzatabilir, ona dokunabilir, ondan bir şeyler isteyebilir. Çocuğun bu tür davranışı çocuğun oyununa katılma zamanının geldiğine işarettir. Oyuna kabul edilen uzman bundan sonraki tutumlarına da dikkat etmek zorundadır.

Aşağıda otizmli çocuk ile oyun oynama konusunda uzmanlara yönelik bazı öneriler verilmiştir.

- Çocuklar sevdikleri bir öğretmenin derslerinde daha başarılı olurlar. Bunun sebebi ise öğrenmeye duygu katılmasıdır. Hoş duygular ile özdeşen bilgiler hoş bir anı gibi zihinde daha kolay yer alır. Bu yüzden uzman otizmli çocuk ile çalışırken dersine duygu katmalıdır. Ses tonu, yüz mimikleri, jestler belirgin bir şekilde kullanılmalıdır. Örneğin; şaşırma,

mutluluk sesi çıkarmak, alkışlamak, gülümsemek, kahkaha atmak işe yarayabilir.

- Uzman, çocuğun oynadığı stereotip oyunu bozmadan oyuna katılmaya çalışmalıdır. "Gel şöyle yapalım, hadi şunu oynayalım" gibi sözel müdahaleler veya oyundaki ani değişiklikler otizmli çocuğun hoşuna gitmeyebilir.
- Otizmli çocukla çalışırken çocuk aniden değişebilir ve oynadığı oyundan vazgeçip başka bir "oyuna" geçebilir. Böyle bir durumda çocuğu rahat bırakmak ve oyuna zorlamamak gerekir.
- Çocuğun oynamaktan en çok hoşlandığı oyun belirlenmelidir. Çalışma sırasında çocuk huzursuzlanmaya başlarsa onun sevdiği oyuna geçiş yapılmalıdır. Çocuk tekrarlanan oyununu oynayarak sakinleştikten sonra tekrar diğer oyuna geçilebilir.
- Çocuk uzmana alıştıkça ve kendini uzmanın yanında rahat hissetmeye başladıkça tekrarlanan hareketlerden oluşan oyunun süresi gittikçe azaltılarak amaçlı oyunlara geçiş yapılmalıdır.
- Otizmli çocuğun stereotip oyunundan amaçlı oyunlara geçiş sırasında ilk kullanılacak oyunlar duyulara yönelik oyunlar olmalıdır. Bu oyunlar stereotip oyunlara benzer olarak geliştirilmelidir.
- Çocuğun oynadığı stereotip oyunun yerine geçen duyu oyunu çocuğun sevdiği oyuna dönüşebilir. Bu durumda bu oyunu belli bir süre oynaması için çocuğa müsaade edilebilir. Başlangıç etaplarında otizmli çocuğun alıştığı oyunlar sık değiştirilmemelidir.

DUYU OYUNLARI

Duyu oyunları çocuğa yeni hisler kazandırmayı amaçlayan oyunlardır. Çocuk ilk kez karşılaştığı yeni bir his karşısında "şaşırmalıdır". Çocuğun dikkatini çekecek yeni oyunlar oluşturmak için çocuğun farklı duyu alanlarına "hitap etmek" gerekmektedir.

Görsel algıya yönelik oyunlar; parlak ve renkli objeler, ışık oyunları, lazer gösterileri, ışıklı oyuncaklar, uzmanın takacağı farklı ilgi çekici gözlük ve şapkalar kullanılabilir.

İşitsel algıya yönelik oyunlar; ilginç sesler, ses çıkaran oyuncaklar, hayvan sesleri, araba, uçak sesleri, ev aletleri sesleri, doğa sesleri, şarkılar ve müzik aletleri, ritim, ıslık, düdük kullanılabilir.

Dokunsal algıya yönelik oyunlar; dokunduğunda her türlü his uyandıracak objeler kullanılır. Sert, yumuşak, saydam, tüylü, pürüzlü, soğuk, sıcak gibi. Ayrıca farklı şekillerdeki objeler kullanılabilir. Örneğin; geometrik şekiller.

Hareket ve ritme yönelik oyunlar; rahatlatıcı oyunlar, ritmik hareketler, sallanmalar, atlama, zıplama, yuvarlanma, emekleme, sürünme hareketleri kullanılır. Ayrıca müzik eşliğinde dans yapılabilir.

Koku algısına yönelik oyunlar; her türlü kokular kullanılır. Meyve kokuları, yemek kokuları, farklı parfüm ve çiçek kokuları, ağaç, toprak, çimento, çamur kokuları kullanılabilir.

Tat alma algısına yönelik oyunlar; farklı tatlardaki yiyecek ve içecekler kullanılır (Grabenko, Zinkeevich-Evistigneeva, 1998.,Novikovskaya, 2005., Bariaeva, Kondratev, 2008., Fedoseeva, 2012.)

Otizm sorunu olan çocuk ile oyun terapisinin ilk aşamalarında duyu oyunları kullanılması daha sonraki oyunlara geçilmesi açısından önemlidir. Bu tür oyunlar çocuk ile ilk iletişim bağının oluşmasını sağlar. Duyu oyunlarının kullanılmasının etkisini aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür;

- Çocuk oyun sırasında daha önce hiç tatmadığı yeni hisler ile tanışma fırsatı bulur. Bu durum çocukta yeni ve hoş duygulara yol açacaktır. Karşılaştığı bu hoş duygular çocukta aynı oyunu yeniden oynama isteği uyandıracaktır.
- Çocuğun hoşuna gittiği yeni hisler o oyunu birlikte oynadıkları uzman ile özdeştirlilecektir. Çocuk başta yeni hisleri tekrarlamak isterken, zamanla uzman ile iletişime geçmeyi öğrenecektir. Uzman ile çocuk arasında gelişen bu duygusal bağ daha sonraki oyunlara geçmeyi kolaylaştıracaktır.
- Bu tür oyunlar çocuğun gelişmiş duyu merkezlerini belirlemek için de önemlidir. Uzman çocuğun hangi duyu merkezini daha sık kullandığını öğrenirse sonraki oyunları da ona göre ayarlayabilir.

Duyu Oyunlarına Örnekler

Renklerle oynama

Renkli su

Materyaller: Sulu boya, fırça, beş adet cam su bardağı (bardak sayısı artırılabilir)

Uygulama: İçinde su olan bardaklar yan yana konulur. Fırça ile istenilen boya alınır ve bardaktaki suya damlatılır. Bu arada uzman yaptığı işleri otizmli çocuğun ilgisini çekecek şekilde anlatmalıdır. ("Şimdi bu boyayı suya damlatalım. Bakalım ne olacak? Aa bak ne kadar güzel!"). Bir sonraki bardağa boya damlatmak yerine boyalı fırça ile su hızlıca karıştırılarak renkli suyun bardağın içinde dönmesi sağlanabilir. Uzman hangi hareketinin çocuğun daha çok

dikkatini çektiğini gözlemleyerek farklı uygulamalarda bulunabilir. Çocuk oyundan hoşlanırsa kendisi yapmak isteyebilir. Bu durumda uzman çocuğun oynama isteğini iletişim kurmak için kullanmalıdır. Örneğin; "Gel suyumuzu değiştirelim, hadi sen musluğu aç. Nerde bizim bardaklar? A buradaymış? Bak buraya su dökülmüş hadi bunları önce silelim. Hadi sen sil. Suyu doldurduk. Hadi suyu masaya götür" vs. gibi davranarak uzman çocuk ile yavaş yavaş etkileşime geçebilir. Belli bir süre aynı oyun tekrarlanır. Eğer çocuk bazı aktiviteleri kendisi yapmak isterse uzman kontrollü bir şekilde çocuğun kendisinin yapmasına izin verebilir.

Renk cümbüşü çalışması

Materyaller: Naylon örtü, kâğıt, sulu boya, sünger, fırça.

Uygulama: Naylon örtünün üzerine kâğıt serilir. Su ile dolu cam bardağa sırasıyla farklı renkler katılarak karıştırılır. Her renk suyun rengini farklı renkte değiştirir. Her değişimde uzman "şaşırarak" neler olduğunu çocuğa anlatır. Daha sonra renklerle karıştırılmış sudan kâğıda damlatılır ve uzman parmağı ile kâğıdı boyamaya başlar. İsterse fırça kullanabilir. Kâğıttaki renkleri çocuğa göstererek "şaşırır". Daha sonra çocuk ile birlikte kâğıdın her tarafını parmak veya fırça ile boyarlar.

Kuklalarla yemek

Materyaller: Farklı oyuncaklar, farklı tatlardaki yiyecekler, oyuncak kaşık, tabak, bardak takımı.

Uygulama: Oyuncaklar masanın (oyuncak masa da olabilir) etrafında oturtulur. Uzman her yiyeceği adını söyleyerek kuklalara "yedirir". Her yedirdiği yiyeceğin tadını "şaşırarak" dile getirir. Aynı yiyeceklerden çocuğa da verir. Çocuktan yiyeceğin tadını tekrarlaması istenir. Örneğin, "Bakalım bu eriğin tadı nasılmış? Önce ayıcığa verelim. Sonra bebeğe. Şimdi sana. Şimdi bana. Mmm erik ekşiymiş değil mi? Ekşi!" vs.

Su ile oynama

Tüm çocuklar gibi otizmli çocuklar da su ile oynamayı çok seviyorlar. Suyun rahatlatıcı özelliğinden yararlanarak birçok oyun geliştirmek mümkündür. Uygun bir ortam hazırlandıktan sonra leğene su koyarak suya elleri ve ayakları sokmak, suya resim çizmek, kâğıttan gemi yapıp suda yüzdürmek, suyu bardaktan bardağa aktarmak, parmaklar ile birbirine su sıçratmak, musluktan akan suya el tutmak vs. gibi birçok oyun oynanabilir.

Su doldurup boşaltma

Materyaller: Leğen, su tabancası, renkli balonlar.

Uygulama: Leğenden su tabancasına su çekilir. Daha sonra su tabancası ile renkli balonlar doldurulur. Balonların ağızları bağlanabilir. Renkler, büyük-küçük, şişman- zayıf, dolu-boş kavramları balonlarla anlatılır. Uzman birkaç kez gösterdikten sonra çocuğun tek başına yapmasına izin verir. Aktivitenin her aşaması çocuğa anlatılmalıdır. Her işlemden sonra şaşırarak duyguları vurgulamak önemlidir. Balon yerine farklı renklerdeki plastik kaplar da kullanılabilir.

Aç kapa oyunu

Materyaller: Kapaklı boş plastik şişe.

Uygulama: Plastik şişe su ile doldurulur. Ağzı aşağı gelecek şekilde tutulur. Kapağı yavaş yavaş açılarak su akıtılır. Sonra tekrar kapatılır. Uzman her hareketini çocuğa anlatır, "Açınca su akar, kapatınca su durur. Aç-kapa, aç-kapa... Şimdi sen aç dersen açarım. "Aç" de. Aferin. Şimdi sen aç-kapa." vs. gibi.

Su fıskiyesi

Materyaller. Kapaklı plastik şişe

Uygulama: Plastik şişenin kapağına delik açılır. İçi su ile doldurulmuş plastik şişe masanın üstüne dik konulur. Yanlarından bastırarak kapak deliğinden su sıçratılır. "Bas-bırak, bas-bırak". Dökülen sular bez ile silinir. Tüm bu aktivite çocuk ile birlikte yapılır. Uzman her yapılan şeyi çocuğa ses tonunu ayarlayarak anlatır. Şaşırmak, sevinmek, alkışlamak oyunun içinde sıkça kullanılır.

Havuz

Materyaller: Leğen, birkaç farklı oyuncak

Uygulama: Leğene su doldurulur ve oyuncaklar "havuzda" yüzmeyi öğrenirler. Uzman oyunun her aşamasında ses tonunu oyuna göre ayarlayarak çocuğa anlatır. "Ne kadar güzel havuz! Çok büyük! Bak burada oyuncaklar yüzüyormuş. Tavşan sudan korkuyormuş. Ördek şampiyon yüzücüymüş" vs.

Göl

Materyaller: Leğen, ördek ve balık oyuncaklar.

Uygulama: Su ile doldurulmuş leğen bu sefer göl olur. "Bak burada bir göl varmış. Ne kadar güzel bir göl! Suyun altında balıklar yüzüyormuş. Üstün-

de ise ördekler. Balıklar altında ördekler üstünde. Altında-üstünde. Ördekler nasıl ses çıkartıyordu? Vak, vak, vak. Şimdi bir ördek bir balığı kovalıyormuş. Yakala, yakala, kaç, kaç. Balık kaçtı kurtuldu" vs.

Deniz

Materyaller: Leğen, oyuncak gemi ve birkaç tane oyuncak

Uygulama: Bak burada deniz var. Ne kadar büyük! Oo! Denizin üstünde bir tane gemi var bak. Gemi yüzüyor. Bir de yolcusu var. Bak. Hangisi yolcu olsun? Evet, ayıcık gemide yolculuk yapıyor. Deniz dalgalanmış." Uzman eli ile suyu karıştırarak dalga yapar. "Hadi şimdi sen yap. Dalga gemiyi yan yatırdı. Hadi gemiyi düzeltelim. Yolcuları kurtaralım."

Banyo

Materyaller: Kıyafeti çıkartılabilen kukla, leğen, sabun, havlu.

Uygulama: Çocuk ile birlikte kuklaya banyo yaptırılır. Oyunun her aşamasında uzman olup biteni çocuğa anlatır. Ses tonunu değiştirerek çocuğa duyguları vermeye çalışır. Çocuktan yardım ister. "Gel bebeğe banyo yaptıralım. Bebeğin adı neydi? Banyo yapmayı çok seviyormuş. Şimdi sabunu alalım. Hadi sen bebeğin sırtına sabun sür. İşte böyle. Şimdi su dök. Çok güzel. Mis gibi oldu bak. Yaşasın! Şimdi havlu ile kurulayalım" vs.

Bulaşıkları yıkama

Materyaller: Yemek takımı oyuncakları

Uygulama: Kuklalara yemek yedirilir. Daha sonra bulaşık süngeri ile bulaşıklar yıkanır. "Yemeğimizi yedik. Şimdi bulaşıkları yıkayalım. Su sıcakmış. Bak burada soğuk su var. Gel karıştıralım. Sıcak-soğuk, sıcak-soğuk. Şimdi ılık su oldu. Ilık. Hadi sen de yıka. Çok güzel. Bak bulaşıklarımız tertemiz oldu!" vs.

Sabun köpükleri ile oynamak

Tüm çocuklar sabun köpükleri ile oynamaktan büyük zevk alırlar. Özellikle balon köpüğü yapan oyuncaklardan çıkartılan baloncukları yakalamaya çalışmaktan çok hoşlanırlar. Otizmli çocukların oynamaktan en çok hoşlandığı oyunlar arasında su, kum ve sabun köpüğü vardır. Baloncuk çıkaran oyuncaklar eğlenceli olmasına karşın balon çıkartmak bazen zor olabiliyor. Çocuklar balon çıkartacak üfleme ayarını bilemeyebilirler. Bazen aşırı hızlı bazen ise yavaş üfledikleri için balon çıkmayabilir. Üfleme egzersizinin çocuklar için birçok faydası vardır. Balon çıkaran oyuncaklar çocukların dil gelişimi

ve nefes egzersizleri için de oldukça etkili oyuncaklardır. Çocukların üfleme becerisini geliştirmek için çok fazla oyunlar geliştirmek mümkündür.

- Pamuk parçası veya küçük kuş tüyünü havada üfleyerek yere düşürmemeye çalışmak,
- Kâğıttan yapılan gemiyi leğene koyup üfleyerek ilerlemesini sağlamak,
- Rüzgârgülünü üfleyerek döndürmek,
- Masa tenisi topunu üfleyerek kaleye sokmak,
- Pipet ile bardaktaki suyu üfleyerek baloncuklar çıkartmaya çalışmak,
- Küçük küçük yırtılmış kâğıtları üfleyerek dağıtmaya çalışmak,
- Mumu üfleyerek söndürmeye çalışmak,
- Balon şişirmeye çalışmak;

Köpük Baloncuk Oyuncakları

Baloncuk makinesi hazır bir şekilde oyuncak marketlerde satıldığı gibi evde de yapılabilmektedir. Pipetler, plastik şişeler, ince borular baloncuk çıkartmak için kullanılabilir. Baloncuk çıkartma sırasında çocuğun baloncukları yutmaması konusunda dikkat edilmesi gereklidir. Uzman yaptığı aktiviteleri çocuğa anlatarak yapmalıdır ve her baloncuk çıkarttığında şaşırarak, sevinerek oyuna duygu katmalıdır. Çocuk kendisi yapmak isterse kontrollü bir şekilde çocuğa öğretilmelidir.

Köpük kalesi yapımı

Materyaller: Küçük kapta sabunlu su, pipet.

Uygulama: Kaptaki sabunlu su pipet ile üflenir. Hızlı üfleme sonucunda baloncuklar üst üste gelerek yukarıya doğu yükselirler. Uzman, çocuğa kuleyi beraber yapmayı teklif eder. "Bak köpükten kale yaptık değil mi? Çok güzel oldu. Harika! Şimdi bunları parmakların ile patlatmak ister misin? Hadi patlatalım" vs.

Mum ile oynama

Mum tüm çocukların dikkatini çeker. Mumu üflemek çocuk için eğlenceli bir oyun gibidir. Ayrıca yanan mumu seyretmenin rahatlatıcı özelliği vardır. Yanan mumu çocuğa göstererek, "Bak mum yanıyor. Çok güzel değil mi? Harika! Bak şimdi yavaş yavaş üfleyeceğim. İşte böyle. Hadi sen de üfle. Çok güzel. Şimdi daha sert üfleyelim. Şimdi sen de sert üfle. Bak söndü. Nasıl duman çıkıyor gördün mü? Gel bir daha mumu yakalım" vs. gibi.

Mum ile gezme

Uygulama: Çocuğun anne-babasına ev ödevi olarak verilebilir. Akşam ışıkları kapatıp, mum ışığı ile odaları dolaşarak çocuğa göstermek. Mumun nasıl aydınlattığını, mum ışığında odanın nasıl göründüğünü anlatarak, şaşırarak, sevinerek aktiviteye duygu katılır.

Yüzen mumlar

Uygulama: Karanlık ortamda uygulanmalıdır. Su dolu leğene plastik tabaklara yerleştirilmiş mumlar yerleştirilir. Mumlar suda yüzerken yakılır ve suda yüzen mumların hareketleri izlenir. Uzman, "Ne kadar güzel değil mi? Nasıl da yüzüyorlar? Sudaki yansımalarını görebiliyor musun? Harika!" vs.

Doğum günü

Uygulama: Bir oyuncağa doğum günü partisi yapılır. Oyun hamurundan çocuk ile birlikte pasta hazırlayıp üzerine küçük mumlar yerleştirilir. Tüm oyuncaklar doğum günü partisine davet edilir. Şarkılar söylenir, dans edilir daha sonra pastadaki mumlar yakılır ve üflenir vs.

Işık ve Gölge Oyunları

Güneş tavşanı

Uygulama: Odaya güneş ışınlarının ulaştığı anlarda oynanabilir. Bir küçük ayna ile güneş ışığı çocuğun dikkatini çekecek şekilde duvara veya yere yansıtılır. Uzman, "A şuna bak! Bir tavşan! Güneş tavşanı! Bak nasıl da oradan oraya zıplıyor! Yakalamak ister misin? Bak sana ne kadar da yakın. Hadi yakala. Zıp, zıp, zıp. Bak nasıl zıplıyor!" vs. Uzman çocuğa aynayı vererek güneş ışınlarını nasıl yakalayabileceğini öğretir. Eğer çocuk tek başına yapabiliyorsa uzman güneş tavşanını yakalamaya çalışır. "Yakalayacağım seni. Yakalayacağım. Ne kadar da hızlıymış bu tavşan! Bak tavana çıktı şimdi de. Tavşancık in aşağıya in!" vs.

Gölge oyunu

Uygulama: Uygun zamanda duvara çeşitli gölgeler yansıtılır. Uzman elleri ile farklı gölgeler yaparak onları konuşturur. Farklı nesnelerin veya farklı oyuncakların gölgesi de duvara yansıtılabilir. Her gölge bir şeyler anlatır veya şarkılar söyler. Çocuğun dikkatini çekerse çocuk ile de gölgeler oluşturmaya çalışılır.

Gölge oyunu

Uygulama: Geleneksel gölge oyunu (Hacivat ve Karagöz) tarzında basit tiyatro gösterileri yapılabilir.

El feneri oyunları

Uygulama: Karanlık ortamda el feneri kullanarak dolaşırken tüm eşyalar tek tek fener ile aydınlatarak çocuğa anlatılır. Çocuğa el feneri verilerek çocuktan belli eşyaları aydınlatması istenir. "Hadi masayı aydınlat. Dolap nerede? Bana dolabı gösterir misin? Şimdi benim ayağıma feneri tut. Harika!" vs.

Gece-gündüz oyunu

Uygulama: Işıklar kapatılıp açılır. "Bak karanlık oldu, şimdi aydınlık. Karanlık-aydınlık, karanlık-aydınlık. Hadi şimdi sen yap. Gel şimdi el feneri ile yapalım. Karanlık-aydınlık. Harika!" vs.

Lazer ışıkları

Uygulama: Hazır lazer ışıkları ile çocukların dikkatini çekmek çok kolaydır. Farklı tekerlemeler eşliğinde karanlık ortamda lazer ışık gösterisi yapılabilir. Farklı müzik türleri çalarak, müziğe uygun bir şekilde lazer ışıkları göstermek veya dans etmek de eğlenceli olur.

Buz ile Oyunlar

Buz yapma

Uygulama: Çeşitli şekilleri olan plastik kaplara su doldurularak çocuk ile birlikte buzluğa konulur. Arada bir gidilip bakılır. Suyun nasıl yavaş yavaş buza dönüştüğü takip edilir ve her aşama çocuğa gösterilerek anlatılır. Su tamamen buz haline dönüştükten sonra buzlar kaplarından çıkartılır. "Bak su nasıl buz olmuş. Eline almak ister misin? Çok soğuk değil mi? Elinde nasıl eriyor bak. Elinde aldığında su damlaları oluşmaya başladı değil mi?" vs.

Buzlar eriyor

Uygulama: Birkaç bardağa farklı sıcaklıkta su doldurulur. Daha sonra her birine birer buz parçası konularak nasıl eridiğine bakılır. Buzu bir tabağa veya kaloriferin üzerine koyarak da nasıl eridiği gözlemlenebilir. Her aşama uzman tarafından coşkuyla çocuğa anlatılır.

Renkli buz yapımı

Uygulama: Suya boya katarak farklı renkte buzlar yapılır. Daha sonra renkli buzlar bir tabağa konularak erimeleri ve renklerin birbiri ile karışması izlenir.

Tahıllarla oyun

Mercimek, kuru fasulye, nohut, pirinç, buğday gibi tahıllar kullanılabilir.

Elim nerde

Uygulama: Derin bir kap mercimek ile doldurulur. Uzman elini mercimeğin arasına sokarak elinin kaybolduğunu söyler. "Nerede benim elim? Bak kayboldu! Parmaklarını kıpırdatarak mercimekleri hareket ettirir. "A buradaymış. Gel senin elini de saklayalım. Ellerini hareket ettir. Çok güzel değil mi? Gel şu küçük oyuncaklarımızı da saklayalım" küçük oyuncaklar mercimeğin içine gömülür. "Hadi oyuncağımızı bulalım. Bakalım tavşancığı kim önce bulacak. Harika!" vs.

Mercimekleri boşaltma

Uygulama: Bir kaptaki mercimeği kaşık, bardak ve avuçlayarak başka kaba doldurma. Mercimek diğer kaba doldurulurken çeşitli sesler çıkartılarak oyuna heyecan katılabilir.

Oyuncağı bul

Uygulama: Derin bir kaba tahıl doldurulur. Küçük oyuncaklar folyo kâğıdına sarılarak tahılın içine gömülür. Çocuk tahılların arasından önce folyo kâğıdına sarılmış oyuncağı bulmalıdır. "Bak burada birçok oyuncak var. Ama hepsi kâğıda sarılı. Arasında bir tane tavşancık var. Bakalım o tavşancığı kim bulacak." Oyuncaklar bulunup tek tek açılarak oyuncağın ne olduğuna bakılır. Çocuğun tavşanı bulması sağlanır ve alkışlanır.

Tahılları ayıklama

Uygulama: İki farklı tahıl türü birbiri ile karıştırılır. Daha sonra çocuk ile ayıklanır. Örneğin; "Buğday kırmızı kaba, mısır sarı kaba konulur. Bakalım kim karıştırmadan ayıklar" vs. Çocuğun duruna göre tahıl sayısı ve çeşidi arttırılabilir.

Pamukla oynama

Pamuğun doğal ve yumuşak yapısı dokunulduğunda rahatlatıcı hislerin uyanmasına sebep olur. Özellikle dokunsal oyunlarda pamuk ile birçok fark-

lı oyunlar oynamak mümkündür. Pamuğu yuvarlamak, parçalara ayırmak, hamur gibi yoğurmak, yeterince büyüklükte olan pamuk yığınının üzerinde yuvarlanmak çocuk için oldukça keyif verici olabilir. Ayrıca pamuğun doğal terapötik etkisi olduğu da bilinmektedir.

Kar oyunu

Uygulama: Önce çocuk ile birlikte pamuk küçük küçük parçalara ayrılır. Yeterince toplandığı zaman pamuk parçacıkları havaya atılır ve "Kar yağıyor!" diye şaşırılır ve sevinilir. Oyuna çocuk sıkılana kadar devam edilir. Daha sonra etrafa dağılan pamuklar çocuk ile birlikte toplanır.

Kartopu

Uygulama: Pamuktan kartopu yapılarak birbirine atılır. Kartoplarından kardan adam da yapılabilir. Oyun sırasında kartopu veya kardan adam ile ilgili şarkılar veya tekerlemeler ile oyun renklendirilir.

Kardan adam

Uygulama: Pamuktan saç, sakal, bıyık yapılır. Eğer çocuk isterse çocuk üzerinde yapılabilir. Çocuk istemezse herhangi bir oyuncağa kardan saç, sakal, bıyık yapılır. Oyuna şarkı ve tekerlemeler eklenmelidir.

Kardan kale

Uygulama: Herhangi bir oyuncağa pamuktan kale yapılır. Pamuktan kuş yuvası, oyuncaklar için saklanacak yer, çadır yapılabilir. Yeterince pamuk varsa çocuğu yatırarak üzerini pamukla örterek veya pamuğun üzerinde takla atarak farklı oyunlar da geliştirilebilir.

Oyun hamuru ile oyun

Uygulama: Çocuktan hamuru eline alması ve incelemesi istenir. Hamurdan parçalar kopartıp tekrar birleştirmesi, parmaklarını hamura batırması gösterilir. Uzman kendisi hamurun nasıl mıncıklandığını gösterir. Oyuncak hamur, undan yapılmış gerçek hamur, kil gibi farklı seçeneklerin olması çocuğun farklı hisleri tatması açısından oyuna zenginlik katacaktır. Uzman aradaki farkı anlatarak sırasıyla farklı hamurları çocuğa tanıtabilir. Daha sonra hamur ile çeşitli oyunlar oynanır. Yuvarlama, açma, kesme, çeşitli meyveler yapma, vs.

Ses Oyunları

Sesleri dinleme

Uygulama: Çocuğun dikkatini etraftan duyulan seslere yöneltmek. Sesleri saymak, sesleri taklit etmek, seslerin şiddetini çocuğa anlatmak. Sesin kaynağını merak etmek. "Dinle! Duydun mu? Kapı kapandı. Araba geçti duydun mu? Şimdi de kuş ötüyor. Birileri konuşuyor değil mi? Duydun mu? Acaba kim konuşuyor? Camdan bakalım mı?" vs.

Farklı sesler çıkarma

Uygulama: Farklı objelerden farklı sesler çıkartma. Ses çıkaran oyuncaklar, müzik aletleri, su sesi, demir, kâğıt sesi, zil sesi vs. Parmaklarla veya başka bir obje ile masaya, cama, duvara, dolaplara vurup farklı sesler çıkartarak aynısını çocuğun yapması da istenebilir.

Aynı sesi bul

Uygulama: Aynı sesi çıkartan objelerden biri çocuğun önünde biri uzmanın önünde olmak üzere karışık bir şekilde yerleştirilir. Uzman kendi önündeki bir objeden ses çıkartır ve çocuktan aynı sesi çıkarması istenir. Örneğin uzman kutuya vurunca çocuk da kutuya vurur, uzman şişeye vurunca çocuk da şişeye vurur vs.

Düdük çalma

Uygulama: Üfleyince ses çıkartan her türlü oyuncak, müzik aleti vs kullanarak çocuğa farklı sesler dinletilir. Alçak ve yüksek sesler çıkartılarak çocuğun dikkati çekilmeye çalışılır.

Davul çalma

Uygulama: Oyuncak davul veya küçük boylarda gerçek davul kullanılabilir. Davula vurarak farklı sesler çıkartılır. Çocuktan yavaş ve sert vurarak ses çıkartması istenir.

Doğa sesleri

Uygulama: Kayıt edilmiş doğa sesleri dinletilir. Uygun ortama göre rüzgâr sesi, yağmur sesi, gök gürültüsü seslerine çocuğun dikkati çekilir ve anlatılır. Kurumuş yapraklar, çakıl taşları, ağaç dallarından farklı sesler çıkartılabilir.

Yastık ve havlularla oynama

Otizmli çocukların sıklıkla kendi kendine vurduğu görülebilir. Çocuk çoğunlukla kendi kafasına vurma davranışı gösterebilir. Bu tür davranış bir öfke ve saldırganlık davranışı olarak yapılabileceği gibi çocuğun kendi kendini uyarma davranışı olarak da düşünülebilir. Sebebi ne olursa olsun vurma davranışı istenmeyen bir davranıştır. Havlu ve yastık ile farklı oyunlar oynayarak çocuğun bu dürtülerini farklı yöne kanalize etmek mümkündür.

Kim daha güçlü oyunu

Uygulama: Uzun bir havlunun bir ucu çocuğa verilir ve uzman "Bakalım kim daha güçlüymüş?" diye havluyu çocuğun elinden almaya çalışır. "Ver havlumu! Ver dedim sana!" diyerek eğlenceli sesler ile oyun renklendirilebilir.

Yastık savaşı

Uygulama: Küçük boydaki yumuşak yastıklar ile yastık savaşı oynanır. "Şimdi göreceksin! İşte böyle!" diyerek oyuna ses efektleri katılabilir. Çocuk uzmana vurduğunda uzmanın şaşırma sesleri çıkartması veya gülmesi de oyuna renk katabilir.

Yastığa vurma

Uygulama: Büyük boy yastığa yumruklar atılır. "Gel yastığın tozunu silkeleyelim!" diyerek ellerle veya küçük çubuklarla yastığa vurulur. "Gel şimdi yastığı top gibi oynayalım" diyerek yastığı kafasında sektirir vs.

Futbol oyunu

Uygulama: İçi pamuk ile doldurulmuş pelüş bir top ile futbol oynanır. Kaleye top atma veya birbirlerine top atarak oynanabilir.

Yastıklarda takla atma

Uygulama: Yeterince yastık var ise yastıkları yere sıraladıktan sonra üzerinde takla atma veya yuvarlanma gibi oyunlar oynanabilir.

Yastıktan kale yapmak

Uygulama: Yastıkları üst üste koyarak kale yapılır. Daha sonra top veya başka bir oyuncak kaleye atılarak kaleyi bozmaya çalışırlar.

Ritim Oyunları

Ritmik oyunlar otizmli çocukların en sevdiği oyun türüdür. Ritmik sesler çıkartmak, ritmik hareketlerde bulunmak otizmli çocuğun sıkça yaptığı şeylerdir. Çocuğun sevdiği hareketleri oyuna çevirmek çocuk ile iletişim kurmak için bir fırsat olabilir. Ritim oyunlarında; ritmik bir şekilde alkış tutmak, ayaklarla ritmik hareketler yapmak, ritmik bir şekilde sallanmak ve bu hareketlere uygun tekerleme ve şarkılar söylemek ön plandadır. Müzik eşliğinde dans etmek, müziğe uygun bir şekilde sesler çıkartmak da ritim oyunlarında sıkça kullanılır.

Şarkı söylemek

Seçilecek şarkı veya tekerlemenin sözleri sade ve anlaşılır ve melodisi de çocuk tarafından sevilen bir şarkı olmalıdır. Şarkıya uygun bir ritmik hareket seçilerek, şarkı söylenirken ritmik hareketler yapılır. Bazı durumlarda şarkıya uygun oyuncakların veya şarkıya uygun resimlerin de kullanılması gerekebilir. Oyunda kullanılacak olan şarkının sözleri gibi eşlik edecek hareketler de kolay olmalıdır.

Uygulama: İlk etapta uzman çocuğun hoşuna gideceğini düşündüğü birkaç farklı şarkı belirlemelidir. Şarkılar çocuğun yanında söylenerek hangisinin çocuğun daha çok hoşuna gittiği belirlenir. Çocuğun tepkisine göre belirlenen şarkı, hareketleri ile birlikte uzman tarafından çocuğun yanında sıkça tekrarlanır. Belli bir tekrar sonunda çocuk şarkının sözlerini ezberlemiş olacaktır. Çocuğun şarkının sözlerini ezberleyip ezberlemediğini anlamak için uzman çocuğun yanında şarkı söylerken birden orta yerinde şarkıyı söylemeyi bırakır. Şarkıyı ezberleyen çocuğun uzmanın şarkıyı söylemeyi durdurduğu yerden devam etmesi gerekmektedir. Eğer çocuk şarkıyı devam ettirirse uzman buna çok şaşırır ve çocuğu alkışlar. Bu şekilde şarkının farklı yerlerinde uzman susar çocuk devam ettirir. Bu başlı başına eğlenceli bir oyuna dönüşebilir. Çocuk tarafından şarkının tamamlanması çocuğun o şarkıyı sevdiğine ve ezberlediğine işarettir.

Bu aşamadan sonra uzman şarkıya hareketleri de katmalıdır. Çocuğun anne ve babası tarafından da evde tekrar edilen hareketli şarkı kısa süre sonra çocuğun da dikkatini çekecektir. Her ne kadar çocuk şarkının sözlerini anlamasa da melodideki tını ve ritmik hareketler çocuğun hoşuna gidecektir. Bazı şarkıları kullanırken oyuncaklı, resimli uyaranlarla şarkının içeriğini çocuğa göstermek veya şarkıda geçen eylemlerin taklidini yapmak da mümkündür. Bu şekilde söylenen şarkı ile gösterilen resim veya oynanan oyuncak arasında bağlantılar kurulabilir. Şarkı sırasında kullanılan oyuncak, resim veya diğer

eşyalar çocukta çağırışım yaparak öğrenmesini kolaylaştırır. Çocuğa öğretilmek istenen eşyalar, hayvanlar, davranışlar veya bazı eylemler bu şekilde daha kolay öğretilebilir. Örneğin; "Ali Baba'nın bir çiftliği var" şarkısı hayvan oyuncakları veya hayvan resimleri ve bazı ritmik hareketlerle eşleştirilebilir. Aynı şekilde "Arı vız vız", "Mini mini bir kuş", gibi şarkılar da rahatlıkla kullanılabilir.

Otizmli çocuklar şarkının sözlerini kısa sürede ezberlemiş olsalar da şarkıya eşlik eden hareketleri yapmak konusunda isteksiz davranabilirler. Uzmanın yaptığı ritmik hareketlere hiç bakmayabilir de. Ama çocuk için ilgi çekici olan bir hareket ve sevdiği bir şarkı uzun süre tekrarlandığında mutlaka çocuğun dikkatini çekecektir.

Fiziksel Temaslı ve Dokunsal Oyunlar

Otizmli çocukların kendilerine dokunulmasından hoşlanmadıkları en çok bilinen özelliklerindendir. Bu yüzden fiziksel temas gerektiren oyunlar ilk etaplarda kullanılmamalıdır. Uzman, önce çocuğun ona gelip dokunacağı anı sabırla beklemelidir. Çocuğun kendisinin gelip uzmanın elini tutması, sırtını uzmana yaslaması, uzmanın ayaklarına sarılması, uzmanın yüzüne dokunması veya uzun süre göz temasında bulunuyor olması dokunsal oyunlara başlamak için birer ipucu olabilir. Bazı durumlarda çocuk kendi bedeninden bir yeri göstererek "acıdı" diye uzmanın ona dokunmasını da isteyebilir. Uzman bunun gibi ipuçları yakalamak için çocuk ile çalıştığı sürece dikkatlice takip etmelidir. Uzman ile çocuk arasında ilk fiziksel temas sağlandıktan sonra dokunsal oyunlara geçilebilir. Aşağıda dokunsal oyunlara bazı örnekler verilmiştir.

Yuvarlanma oyunu

Uygulama: Uzman ile çocuk yere uzanıp birlikte yuvarlanarak birbirleriyle "çarpışırlar". Çarpışma sırasında farklı sesler çıkartarak çocuğun dikkati çekilmeye çalışılır. Uzman çocuğu yuvarlayarak ritmik şarkılar söyleyebilir. Çocuğu sağa sola yuvarlayarak, arada bir gıdıklamak, burnuna veya kulaklarına dokunmak ve bu arada uygun tekerleme ve şarkılar söylemek de çocuk için oldukça ilgi çekici olabilir.

Yakalamaca

Uygulama: Uzman sanki çocuğa yetişemiyormuş gibi peşinden kovalar. "Yakalayacağım seni, yakalayacağım seni" diyerek komik sesler çıkartarak arada bir düşerek çocuğun dikkatini çekmeye çalışır. Çocuğu "yakaladıktan" sonra

şaşırmak, sevinmek ve farklı sesler (sevinç sesleri) çıkarmak önemlidir. Daha sonra uzman, çocuktan kendisini yakalamasını isteyebilir.

"Yakala" oyunu

Uygulama: Uzunca bir kurdele veya atlama ipinin ucuna bir oyuncak bağlanır. Uzman elindeki ipi çocuğun yanından geçirerek, "Bak kaçıyor! Tavşan kaçıyor! Yakala!" diye ipi sağa sola hareket ettirerek çeker. İpe bağlanan oyuncak çocuğun ilgisini çeken her türlü obje ile değiştirilebilir. Oyun birkaç kez tekrarlandıktan sonra bu sefer çocuk ipi çeker uzman yakalamaya çalışır.

Uçak oyunu

Uygulama: Çocuk uzman tarafından kaldırılabilecek kadar küçük ise oynanabilir. Uzman çocuğu havaya kaldırır ve "Uçak uçuyor, uçak uçuyor!" diye havada döndürür. Daha sonra "Uçak kondu" diyerek yere indirir. Oyun sırasında tek düze hareketlerden kaçınmalıdır. Örneğin uzman çocuğu durduğu yerde döndürmek yerine odanın farklı bölgelerine götürerek oyuna başka aktiviteler de katmalıdır. Örneğin oyuncak "yolcular" odanın bir noktasından başka bir noktasına taşınabilir. "Şimdi tavşancığı uçağa bindirelim. Tavşancık ormana gitmek istiyor. Şimdi ise ayıcığı bulalım. Nerede ayıcık? Görüyor musun? Hadi ayıcığı getir" vs. gibi.

Kâğıtlarla oynama

Çeşitli kullanılmış gazete ve dergiler kullanılabilir. Kâğıt yırtma, kâğıdı buruşturma, kâğıttan top yapma gibi oyunlar çocuk öfke kontrolü çalışmalarında sıkça kullanılan oyunlardır. Otizmli çocuklarda da kâğıdı küçük parçalara ayırma davranışı oldukça yaygındır. Çocuğun kâğıt yırtma steoretip davranışı oyuna dönüştürülebilir.

Uçan kuş oyunu

Uygulama: Bir dergiyi kuş gibi tutarak kuşun taklit edilmesi. Tekerleme veya şarkılarla kuş gibi uçurulan dergi sallanarak çıkarttığı hava akımı çocuğun yüzüne doğru ayarlanır. Gazete sayfası havaya atılarak, "Hadi kuşu yakalayalım! Bak ne kadar güzel uçuyor!" diye çocuğun dikkati çekilir. Uzman, gazetelerden çocuğun kollarına kanat yapıp odada dolaşarak "uçmasını" öğretebilir.

Kartopu savaşı

Uygulama: Eski gazete sayfalarını buruşturarak kartopu hazırlanır. Buruşturma aşamasında çocuk ile birlikte tekerleme veya şarkılar söylenir. Yeterin-

ce kartopu yapıldıktan sonra karşılıklı birbirlerine kartopu atarak birbirlerini vurmaya çalışırlar. Her zaman olduğu gibi uzman ses tonu ve mimikleri ile oyunu renklendirmeye çalışır. Oyun bittikten sonra kartopları bir çöp kutusuna basketbol oynar gibi toplanabilir.

Yaprak dökümü

Uygulama: Çocuk ile birlikte tekerlemeler söylenirken gazete sayfaları küçük küçük yırtılarak yapraklar yapılır. Gazete yırtma sırasında yavaş veya hızlı yırtarak tempo tutulabilir. Çocuğun dikkatini kâğıdın yırtılma sesine çekerek sesin yavaş veya hızlı çıkmasını sağlayarak ritim tutulabilir. Yeterince "yaprak" hazırlandıktan sonra kâğıtlar "Sonbahar geldi! Yapraklar dökülüyor!" diye çocuğun üzerine düşecek şekilde havaya atılır. Yalın ayak "yaprakların" arasında yürüyebilir, yaprakların üstünde yuvarlanabilir. Yaprakları birbirlerine atabilirler. Oyun bittikten sonra çocuk ile birlikte temizlik yapılır. Kâğıtlar yine kartopu yapılarak basketbol oynar gibi çöp kutusuna atılabilir.

Otizmli Çocuklar ile Çalışmada Resim Etkinliklerinden Yararlanmak

Çocuklar ile birlikte resim yapmak uzman için başlı başına ayrı bir oyun terapi tekniği niteliğini taşır. Çocukların en çok sevdikleri bir uğraş olan resim çizmenin birçok olumlu etkisinin yanında iyileştirici özelliği de vardır (Venger, 2015). Otizmli çocuklar ile birlikte resim yapma etkinliği başlangıçta biraz uğraştırıcı olsa da çocuk ile iletişim kurmak açısından çok önemlidir. Uzman, çocuk ile birlikte farklı obje ve nesnelerin resimlerini, çocuğun hayatından kesitleri, çocuğun ailesini, farklı hayvan ve insan resimlerini çizerek bir yandan çocuk ile olan iletişimini güçlendirirken diğer yandan çocuğa birçok şey öğretebilir.

Otizmli çocuk ile resim yapmanın en önemli kurallarından biri ise yapılan aktiviteye duygu katılmasıdır. Bu anlamda uzman resim yaparken her çizdiği şeyi çocuğa anlatarak, ses tonu, mimik ve jestleri ile çizdikleri resme duygu katmalıdır. Bu süreçte amaç ortaya bir ürün çıkarmaktan çok ürünü çıkarma sürecini değerlendirmek olmalıdır. Örneğin; "İşte burada bir fare varmış. Bak gördün mü fareyi? Nasıl bir fare?" çocuğun işaret parmağından tutularak çizilen resmin üzerinden geçilir. "Bak bu kulağı, bu gözleri. Nasılmış gözleri? Senin gözlerin nerede? Peki, senin kulağın nerede? Aferin!" gibi. Otizmli çocuk ile beraber resim yapabilmek için uzman ve çocuk arasında duygusal bağın kurulmuş olması gerekmektedir. Bu anlamda resim yapma etkinliğinin ilk etaplarda uygulanması zor olabilir.

Otizmli çocuk ile birlikte resim yapma aktivitesi daha sonra çocuk ile çalışabilmek için birçok farklı etkileşime destek olacaktır. Uzman tarafından kâğıda çizilen resim çocuğun çok ilgisini çeken bir şey olmalıdır. Uzman neyin resmini

çizeceğini önceden düşünmelidir. Ne çizeceğini belirleyen en önemli sebep ise çocuğun en çok ne sevdiğidir. Uzman öyle bir resim çizmeli ki çocuk uzmandan aynı resmi bir daha çizmesini istesin. Çocuğun ilgisini yakalamak uzman için bir fırsattır. Uzman çocuğun bu ilgisini iletişimi güçlendirmek için kullanabilir. Örneğin; uzman çocuğun ilgisini çeken bir resim çizerken duraksar ve en "can alıcı" yerine geldiğinde resim çizmeyi durdurur. Arabanın tekerlekleri, evin çatısı, filin hortumu, köpeğin kuyruğu uzman tarafından "unutulabilir". Uzman, resmin geri kalanını çocuğun tamamlamasını ister. Bazı durumlarda çocuk resim çizmek istemez ve uzmandan resmi tamamlamasını isteyebilir. Bu gibi durumlarda uzman çocuğun ne istediğini bildiği halde çocuğun dediğini hemen yapmaz. Çocuktan ne istediğini sorabilir. "Ne istiyorsun? Anlamıyorum seni? Parmağınla göster ne istediğini" vs. gibi. Resmin sonunu biran önce görmek isteyen çocuk, başka zamanlarda olmadığı kadar iş birliğine açık olabilir. Çocuğun iş birliğine açık olması ona birçok şeyin birden verilebileceği anlamına gelmez. Adım adım gitmek, çocuğa öğretilmek istenen beceri ve bilgilerin azar azar ve sırasıyla verilmesi otizmli çocuk ile çalışmanın vazgeçilmez kurallarındandır. Bu açıdan bakıldığında otizmli çocukla çalışacak olan uzmanın ilk önce sabırlı olması gerekmektedir. Aşırı "yüklenme" durumunda otizmli çocuk "konfor" alanını kaybettiği hissine kapılabilir ve tepki verebilir.

Uzman resim çizme sırasında da "duygu katma" ve "bağlama" tekniğini kullanmalıdır.

Örneğin; Eğer çocuk arabaları çok seviyorsa bir araba çizer, "Bak burada da araba varmış. (Tekerleğini eksik çizer). Bak çok güzel değil mi? Bu bir araba değil mi? Nasıl?" Çocuğun resme bakması ve tekerleklerin çizilmediğini görmesi gerekmektedir. Eğer çocuk eksiği görmediyse, "A tekerlekleri yok arabanın! Hadi tekerlekleri sen çiz" diyebilir. Arabayla ilgili tüm detaylar tek tek söylenir. Burada kapısı var, burada farları, burada ise camı var değil mi? Kapısı nerede arabanın? Aferin!" tüm bu süreçte uzman ses tonu ve mimikleri ile aktiviteye duygu katmalıdır.

Uzman arabanın tüm detaylarını tek tek çocuğa anlatır ve çocuktan da aynı şeyleri göstermesini veya boyamasını ister. Araba resmi birkaç kez aynı şekilde çizilir. Her seferinde çocuğa sorular sorulur. Araba çocuk tarafından ezberlendikten sonra başka bir bilgi öğretilmek istendiğinde yine arabadan başlanmalıdır. Yani iki etkinlik arasında bağ kurulması gereklidir.

Örneğin; "Daha önce seninle bir araba çizmiştik değil mi? İşte bak o araba burada." Eğer daha önce çizilmiş olan araba resmi varsa ondan devam edilebilir. Eğer yok ise o zaman araba tekrar aynı şekilde çizilir. "İşte araba. Bu araba bir çocuğun arabasıymış. Gel şimdi çocuğun resmini yapalım. Burada bir çocuk

varmış. Bu çocuk arabanın sahibiymiş." Uzman yine aynı şekilde eksik resimler çizerek çocuğa sorular sorar, çocuktan eksik olan yeri göstermesini ve tamamlamasını isteyerek vs. devam eder. Bu sefer "çocuk" resmi birkaç kez çizilir ve tüm detaylar tek tek çocuk ile birlikte tekrarlanır. Çocuk resmi ile birlikte kıyafetlerin üzerinde de durulabilir. Örneğin; "Çocuğun şapkası varmış. İşte burada. Nerede şapka? Aferin! Senin de şapkan var mı? Çocuğun bir de ayakkabısı varmış. Çocuğun ayaklarını gösterir misin? Aferin!" vs.

Sonraki aşamalarda yine araba ile devam edilen resim çizme etkinliği çocuk, çocuğun babası, çocuğun annesi, köpeği, kardeşi, evleri, arabayla pikniğe gitmeleri vs. gibi bir dizi halinde devam eder. Tüm bu süreçte çocuğun dikkatini resme çekmek ve ilgisini kaybetmemek çok önemlidir. Eğer çocuk resim yapmaktan sıkıldıysa veya ilgilenmiyorsa o zaman resim yapma etkinliği durdurularak *stereotip oyuna geçilmelidir.*

Otizmli çocuk ile birlikte resim yapmak daha doğrusu yapabilmek için uzmanın sabırlı ve anlayışlı olması gerektiği konusuna daha önce değinilmişti. Otizmli çocuk ile birlikte resim yapabilmek ve resim yolu ile çocuğa bir şeyler öğretebilmek için tıpkı oyun terapi uygulamalarında olduğu gibi adım adım ilerlemek gerekmektedir. Aşağıda çocuk ile birlikte resim yapma aktivitesinin nasıl yapılması gerektiği konusunda bazı ipuçları verilmiştir.

Çocuk ile Birlikte Resim Yapma Aktivitesi Etapları

Otizmli çocuk ile birlikte resim yapmak için izlenmesi gereken etkili yol aşamalı uygulamaya gitmektedir. Bilindiği gibi otizmli çocuklar genelden çok özele odaklıdır. Otizmli çocuk etrafta olup biten şeylerden çok elindeki bir objeyle daha çok ilgilidir. Bu açıdan bakıldığında "objeler dünyası" otizmli çocuğun daha çok ilgisini çekmektedir. O halde otizmli çocuk ile resim çizerken onun en çok hoşlandığı bir objenin resmi ile başlanmalıdır. Çocuğun hoşlandığı "şeyin" resminden başlayarak gittikçe öğretilmek istenen diğer "şeylerin" resimleri, birbirini takip edecek şekilde adım adım resme eklenmelidir. Örneğin; önce obje daha sonra bu obje ile bağlantılı olarak çocuğun günlük hayatında kullandığı eşyalar, daha sonra çocuğun yakın çevresi hakkında resimler, daha sonra "dünya" ile ilgili resimler eklenmelidir.

1. Etap: Çocuğun resme ilgisini çekme aşaması

Çocuğun sevdiği bir şeyin resmi çizilir. "Şuraya bak! Burada bir sürü top varmış! Gördün mü? Bak kırmızı top! Burada da sarı bir top var! Yaşasın! Nerde kırmızı top? Sarı top nerde?" Veya "Bak burada bir sürü çikolata varmış. Hmm. Acaba tadı nasıl? Şu kırmızı renkteki çikolata sanki karamelli gibi duruyor. Sarı renkteki

çikolata dondurmaya benziyor bak!" vs. Aktivite sırasında uzman ses tonunu iyi ayarlamalıdır. Şaşırmalar, sevinmeler, gülmeler aktivite sırasında önemlidir (duygu katma). Bu şekilde başlayan resim çizme aktivitesine çocuğun ilgisi daha çok çekilebilir. İlk aşamada aynı resimler tekrar tekrar çizilmelidir. Çocuktan fazla katılım beklemeden uzman kendi resmini coşkulu bir şekilde anlatarak çizmeye devam etmelidir. Çocuk o sırada çok ilgili gibi görünmese de uzmanın yaptıklarını ve söylediklerini takip ediyordur. Birkaç tekrardan sonra çocuğun ilgisinin arttığı görülebilir. Hatta çocuk kendisi uzmandan resim yapmasını isteyebilir. Ne zaman ki çocuk uzmandan resim yapmasını istemeye başlar o zaman sonraki aşamaya geçilir. Bu belki resim yapmaya başlanılan ilk seansta olabileceği gibi birkaç görüşme sonrası da olabilir. Uzmanın doğru tutumu er veya geç mutlaka çocuğun dikkatini çekecektir (Grabenko, Zinkeevich-Evistigneeva, 1998.,Novikovskaya, 2005., Bariaeva, Kondratev, 2008., Fedoseeva, 2012.)

2. Etap: Çocuğun istediği resimleri çizme aşaması

Bu aşamada uzman çocuğun istediği resimleri çizer. Çocuk aynı resmi tekrar tekrar isteyebilir. Uzmanın sıkılmadan çocuğun istediği resmi istediği kadar çizmesi gerekmektedir. Çok kez tekrarlama otizmli çocuğun genel özelliklerindendir. Alışılmış olmak, aşina olmak, düzenin olması otizmli çocuk için vazgeçilmezdir. Çocuk aynı şeyi tekrar tekrar yaptırarak kendi "içinde" bir düzen oluşturuyor olabilir. Çocuk aynı resmi aynı boyutta ve aynı renkte olmasını isteyebilir. Uzman çocuğun "sipariş" resimlerini yeterince tekrarladıktan sonra yavaş yavaş sonraki aşamaya geçmelidir. 3. Etap'a geçiş çocuk için ani bir geçiş olmamalıdır. Uzman çocuğu rahatsız etmeyecek şekilde resme küçük küçük yenilikler katmaya başlamalıdır.

3. Etap: Aynı resme adım adım yeni detay katma aşaması

Uzman çocuğun istediği resmi çizmeye devam ederken, aynı resmi çizmekle birlikte resmi çizdiği kalemin türünü değiştirebilir. Örneğin; daha önce devamlı kurşun kalem ile üçgen resmi çizen uzman bu sefer üçgeni aynı renkteki keçeli kalem ile çizebilir. Bir sonraki resimde üçgeni kırmızı keçeli kalem ile çizer. Bir sonrakinde mavi pastel kalem ile üçgen çizer. Her seferinde çocuğa "çaktırmadan" kalemin türünü, rengini, objenin boyutunu, kâğıdın türünü, rengini ve boyutunu değiştirebilir. Bu süreçte tek değişmeyen şey ise çizilen obje yani üçgen resmidir (örnek).

4. Etap: Çocuğu aktiviteye katma aşaması

Uzman çocuğun istediği resmi çizerken çocuk çoğunlukla sadece bakıyor olabilir. Ama uzmanın coşkusu ve çizdiği resmin ilgi çekici olması, çocuğun res-

min bir an önce bitmesi ve son halini görmesi isteğini tetikler. Çocuk sabırsızlıkla resmin tamamlanmasını bekliyor olabilir. Uzman çocuğun ilgisini fark ettiği zamanlarda resim çizmeyi yavaşlatır veya ara verir. Çocuk eli ile resmi göstererek uzmandan devam etmesini isteyebilir. Tam o sırada uzman, "Gel beraber yapalım!" diyerek çocuğun eline kalemi verir ve çocuğun kalem tutan elinden tutarak resmin devamını çocuk ile birlikte çizer. "Çok güzel! Harika!" vs. Bu aşamadan sonra çocuk uzmandan resim yapmasını istediğinde "Hadi kalemi getir. Kâğıdı getir, kalemleri diz" gibi yönergeler verilmeye başlar.

Resmin en ilgi çekici yerine gelindiğinde resmi eksik bırakarak çocuktan resmi tamamlaması istenebilir. Eksik bırakılan yer başlangıçta basit olmak üzere zamanla karmaşıklaştırılmalıdır. Örneğin; ilk başta arabanın tek tekerleği eksik bırakılır ve çocuğa tamamlattırılır. Daha sonra ikinci tekerlek, daha sonra üçüncü ve dördüncü tekerlek eksik bırakılır vs.

5. Etap: Tekrarlanan resme öyküler katma aşaması

Uzman, çocuğun istediği aynı objeyi çizerken bir yandan da çocuğa yeni seçenekler sunmalıdır. "Arabamız nerede dursun? Evin önünde mi? Yoksa ağacın altında mı? Gel arabamızın yanına bir de ağaç çizelim. Arabamız güneşte kalmasın değil mi? Bak burada güneş var? Nerdeymiş güneş? Gel güneşi sarıya boyayalım" vs. Resme öyküler katılırken çocuk için yabancı olmayan, çocuğun hayatından kesitler kullanılmalıdır. Yakın çevresi veya bildiği objeler, günlük yaşantısından kesitler resme katılmalıdır.

İlk önce çocuğun çevresi ile başlayan öykülemeler zamanla başka alanlara da taşınmalıdır. Örneğin; "Çocuk babası ile ağacın altındaki arabaya binmişler. Bak gördün mü? Kim binmiş? Evet! Çocuk ve babası! Sonra arabaları ile okula gitmişler. Bak burada okul var. İşte okul. Okul kocamanmış. Pencereleri çokmuş. Nerede pencere? Gel pencereleri sayalım!" vs.

Bu şekilde resim ve öyküleme gittikçe genişletilir. Örneğin; "Okulda başka çocuklar da varmış. Bak burada çocuk var, burada çocuk var. Burada da çocuk varmış. Burada bir çocuk salıncakta sallanıyormuş. Başka bir çocuk koşuyormuş. Koşan çocuk salıncakta sallanan çocuğa "gel beraber oynayalım" demiş" vs.

Resim ve öyküleme genişledikçe uzman her aşamada çocuğa öğretmek istediği bilgileri resme katmaya başlar. Örneğin, "Çocuk sabah kalkmış bak. Yatağında oturuyor. Nerde çocuk? Evet. Yatağında. Şimdi yatağını topluyor. Ne yapıyormuş? Yatağını topluyor! Sonra yüzünü yıkamış ve mutfağa annesinin yanına gitmiş. Ne yapmış? Annesinin yanına gitmiş. Annesinden su istemiş. "Anne su" demiş. Ne demiş? Aferin! Su istemiş" vs.

Resim ile Çalışmanın Farklı Seçenekleri

Otizmli çocuk ile resim aktivitesi yapabilmek için uzmanın resim çizme yeteneğinin olması çok önemlidir. Uzman bir profesyonel ressam kadar güzel resim çizmek zorunda değildir. Ama en azından anlattığı hikâyeye benzetecek kadar resim yeteneği olmalıdır. Örneğin, "Bak burada bir at varmış" deyip kâğıda atla yakından uzaktan alakası olmayan "bir şey" çizmek çocuk için bir hayal kırıklığı olabilir. Bunun gibi durumlarda uzman resim çizmek yerine hazır olan resimli çıkartmaları kullanabilir. Bir resim albümüne daha önce hazırlanan resimli çıkartmalar yapıştırılarak öyküleme yapılabilir. Resimli çıkartmalar ile çalışmak zaman açısından da daha avantajlı olabilir. Üstelik bazı otizmli çocuklar oldukça sabırsız olabilir ve resmin çizilmesini beklemek onları sıkabilir. Bu tür çocuklarla çalışırken de çıkartmalar daha avantajlı olabilir.

Resimli çıkartma kullanırken de yine yöntem aynıdır. Öyküleme önce objeden başlayarak gittikçe karmaşıklaştırılır. Zaman zaman çocuktan çıkartmayı albüme yapıştırması istenir. Seçenekler sunulur ve çocuğun karar vermesi sağlanır. Örneğin; "Bak evin yanında bir de araba olsun. Bak burada kırmızı, sarı ve mavi renkte arabalar var. Evimizin önüne hangi arabayı yapıştıralım? Hadi göster. Aferin! Hadi o arabayı evin yanına yapıştır" vs.

Otizmli çocuk ile çalışırken farklı oyun ve aktiviteleri beraber kullanma:

Otizmli çocuk ile oyun terapisi uygulama sırasında seans etaplarının ve seans programının farklılaşabileceğine daha önce değinilmişti. Otizmli çocuğun özelliğinden dolayı seans süresi ve seans içeriği çocuğun durumuna göre değişkenlik gösterebilir. Otizmli çocukların seanslarında başlama ve bitirme ritüel oyunlarının veya rahatlama oyunlarının kullanılması zordur. Ama yine de otizmli çocuk ile oynanabilecek birçok eğlenceli oyunlarla seans programı hazırlanabilir. Otizmli çocuk ile çalışmak için hazırlanacak seans programını aşağıdaki gibi sıralamak mümkündür.

- **Stereotip oyunlar:** İlk aşamada çocuk ile iletişim kurma sırasında kullanılan oyun türüdür. Stereotip oyunlar daha sonraki aşamalarda da oyun arasında kullanılabilir. Özellikle çocuğun yeni oyuna başlama isteksizliği veya sıkıldığı durumlarda stereotip oyun "kurtarıcı" veya "toparlayıcı" görevini görür.
- **Duyu oyunları:** Çocuğu sonraki aşamaya hazırlama, uzman ile çocuk arasındaki duygusal bağı geliştirme aşamasında kullanılır.
- **Terapötik oyunlar:** Kâğıt, pamuk, su, kum oyunları ve hareketli oyunlar gibi oyunlardır.

- **Birlikte resim yapma aktivitesi**

Her oyun belli bir sıralama ile kullanılır. İlk etaplarda stereotip oyunlar daha fazla oynanılır. Daha sonra duyu oyunlarına geçilir. Duyu oyunları sırasında terapötik oyunlara geçiş yapılır. Çocuk ile duygusal bağ kurulduktan sonra ise birlikte resim yapma aktivitesine geçilir. Bu süreçte hangi oyunun oynanacağını belirlemek çocuğun durumu ile alakalı olacaktır. Normal şartlarda önceden hazırlanabilen seans programı otizmli çocuklarda ise doğaçlama halinde olur. Bu durum da uzmanın konu ile alakalı bilgi ve tecrübesini ön plana çıkartır. Sürprizlere açık olan, her an değişebilen seansa hazır olan ve her durum için "çıkış" yolu bulunan uzman otizmli çocuk ile en iyi çalışabilen uzmandır.

Uzman ayrıca tüm oyunları ve önceki seansları birbirine bağlayabilmelidir. Oyunlar arasındaki geçişler kesintiye uğramadan, doğal bir geçiş şeklinde olmalıdır. Çocuk sanki aynı oyunu oynuyormuş gibi yeni oyuna devam edilebilmelidir. Ve her oyun birçok kez tekrarlanmalıdır. Oyunlar basitten karmaşığa doğru gitmelidir.

Otizmli Çocuk İçin Çalışma Programı Belirleme

Amaç belirleme

Otizmli çocuk ile çalışırken amaç, bir davranış sorununu ortadan kaldırmaya yönelik değildir. Amaç çocuğa "yaşamayı" öğretmektir. Bu açıdan bakıldığına otizmli çocuk ile çalışmanın uzun ve uğraştırıcı olması normaldir. Otizmli çocuk ile çalışmanın nihai amacı çocuğa özbakım ve sosyal beceri kazandırmak olsa da sonuca varabilmek için adım adım gidilmesi gerekmektedir. Otizmli çocuk ile çalışmada öncelik sıralamasını aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür.

- Çocuk ile iletişime geçmek,
- Çocuğun güvenini kazanmak,
- Çocuk ile duygusal bağ kurmak,
- Objelerden yola çıkarak çocuğa çevresini tanıtmak,
- Çocuğun tüm gelişim alanını desteklemek,
- Çocuğa sosyal beceri kazandırmak.

Aile ile çalışma

Otizmli çocuk ile çalışma sırasında ailesi ile iş birliği yapmak çok önemlidir. Çocuğa öğretilenlerin kalıcı olması için haftada bir saat çalışmak yetersizdir. Ev ortamında ailesi tarafından desteklenen çocuklar, daha sağlıklı ve daha hızlı bir

şekilde olumlu sonuçlara ulaşmaktadırlar. Ailenin uzmanın çalışmasına destek olmaları için ne yapmaları gerektiği konusunda bilgiye ihtiyaçları vardır. Uzman çocuk ile çalıştığı müddetçe seans sırasında çocuk ile birlikte neler yaptıklarını çocuğun anne babasına detaylı ve anlaşılır bir şekilde anlatmalıdır. Uzman ile çalışma sırasında öğrenilen yeni kazanımlar evde aile tarafından tekrarladığı zaman daha kalıcı olmaktadır. Çocuğun ailesi ile çalışmak için ailenin de bu konuda istekli ve destekleyici olmaları gerekmektedir. Aile ile işbirliği yapmak için izlenen yolları aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür.

- Uzman her seansta ne çalışacağını ve bu uygulayacağı aktivitenin amacının ne olduğunu anneye (babaya veya çocukla ilgilenen bireye) detaylı bir şekilde anlatmalıdır. Gerekirse aileye aynı aktivite öğretilerek evde tekrarlanması sağlanır.
- Çocuktaki yeni kazanımlar anne baba tarafından fark edilmeli ve günlük hayatta pekiştirilmelidir. Çocuğun yeni kazandığı davranışı sergileyebileceği ortam ve altyapının hazırlanması da anne-babanın sorumluluğundadır.
- Aile ve uzman çocuğun davranışındaki veya konuşmalarındaki anlaşılmayan durumları beraberce netleştirmelidir. Örneğin; Çocuğun konuştuğu ama uzman tarafından anlaşılmayan bir kelime anne babadan sorulabilir. Aynı şekilde uzman ile çalıştığı sırada öğrendiği bir işaret dili anne babaya da öğretilmelidir.
- Uzman, bir hafta içerisinde çocuğun neler yaptığı konusunda bilgiler edinmelidir. Son görüşmeden bu yana ne gibi önemli olaylar veya gelişmeler oldu? Hangi durumda çocuk nasıl davrandı? vs.
- Bazı durumlarda annenin (babanın veya çocukla ilgilenen bireyin) seansa katılması ve önemli çalışmaları kendisi öğrenmesi gerekebilir.
- Anne (aile) çocuğunun öğrendiği yeni kazanımları "gerçek" ortamda sergileyebilmesine yardımcı olmalıdır.
- Aile çocuk için gerekli olan materyalleri evde de bulundurarak çocuğun daha hızlı öğrenmesine destek olmalıdır (Grabenko, Zinkeevich-Evistigneeva, 1998.,Novikovskaya, 2005., Bariaeva, Kondratev, 2008., Fedoseeva, 2012.)

ÇOCUKLARDA YEMEK SEÇME PROBLEMİ

Yemek seçme sorununun birçok sebebi olabilir. Çocuklar, önceki yaşam tecrübelerinden dolayı bazı yiyeceklere karşı dirençli olabilirler. Yemek istemediği yiyeceğe karşı geliştirdiği negatif algı, çocukta o yiyeceğe karşı iğrenme tepkisine yol açar. Çocukların bir yiyecekle ilgili olumsuz bir deneyimi; o yiyeceğe benzer diğer yiyecekler için de genellemeye dönüşür. Çocuk aynı deneyimi tekrar yaşamamak için onun için yeni olan yiyecekleri yemeyi reddeder. Anne babanın yanlış tutumu da bu sorunun kalıcı olmasına ve devam etmesine yol açar. Zamanla yemek yemek çocuk için bir kaygı kaynağı haline dönüşür.

Bireysel çalışma sırasında çocuğun kaygılarını azaltmaya yönelik oyunlar oynanmalıdır. Rahatlama, gevşeme oyunları, özgüven ve olumlu benlik algısını destekleyen oyunlar çocuğa yeni alışkanlıklar kazandırmada motive edici olabilir. Çocuğun sevdiği oyucakları kullanarak oyunlar geliştirilebilir. Yeni tatları tatmayı çok seven bir kahramanın nasıl güçlendiği ve karşısına çıkan tüm sorunlarla nasıl başettiğini gösteren senaryolar hazırlanılabilir (Zaharova, 1999.,Prihojan, 2000, Panfilova, 2016.)

Çocuk ile birlikte yemek yapma oyunları oynanarak, yemek yapmanın ve ikramda bulunmanın eğlenceli tarafları gösterilebilir.

Yemek seçme sorununda oyun terapisi uygulunırken bilişsel-davranışçı yaklaşım teknikleri kullanılabilir.

1. Çocuğun yeni bir yiyeceğin tadına baktığında ödüllendirilmesi. Örneğin; Yiyecek tablosu oluşturulabilir. Bu tabloya çocuğun yediği tüm yiyeceklerin resmi (çıkartma şeklinde yapıştırılmış) asılır. Çocuk ne kadar çok çeşit yiyecek biriktirebileceği konusunda teşvik edilir. Çocuk yeni yiyecekler yedikçe; tabloya o yiyeceğin resmi yapıştırılır ve çocuk ödüllendirilir.
2. Çocuğun sevdiği bir yiyecek; başka bir yiyeceği yemesi koşuluyla verilir. Örneğin; önce yoğurt sonra çikolata vs.
3. Çocuğun sevdiği yemeğe; yeni yiyecekler azar azar eklenebilir (sistematik duyarsızlaştırma)
4. Yemek sorunu olan çocuğa yemek teklif etmeden, onun yanında başka çocuğa eğlenceli bir şekilde yemek yedirme oyunu oynanabilir. (Model alma)
5. Yemek seçen çocukların başına gelebilecek olumsuz olaylar içeren senrayo oyunları oynanabilir (yönlendirilmiş keşif tekniği)

6. Çocuk ile birlikte yemek hazırlayarak; eve misafir davet etmek, misafirliğe gitmek, ailecek veya çocuğun sevdiği kişiler ile birlikte restorana gitme konulu oyunlar oynanabilir. Daha sonra oynanan oyun günlük hayatta gerçekleştirilebilir.

Örnek Yemek Oyunu

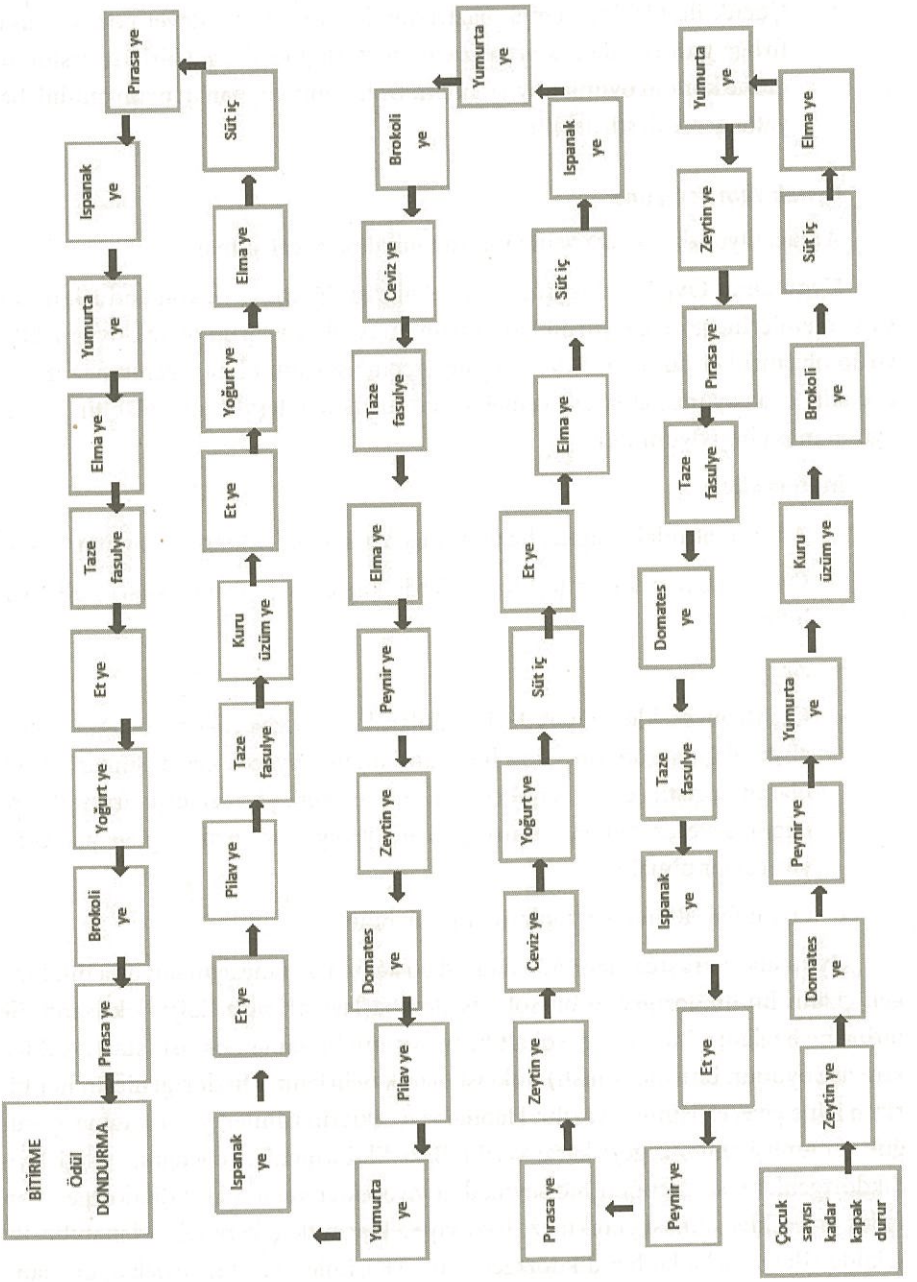
Amaç: Oyunda çocuğa yeni tatların tattırılmaya çalışılması.

Uygulama: Oyun; pekiştirme, model alarak öğrenme ve yönlendirilmiş keşif yöntemlerine göre geliştirilmiştir. Oyun bireysel veya grup olarak oynanabilir. Grup oluşturuken tüm çocukların yemek seçme sorunu olması gerekmez. Başka çocukların da oyuna katılması, yemek seçen çocuk için teşvik edici olabilir. Yemek oyunu masa başı oyunudur.

Materyaller:

- A3 formatındaki kâğıda hazırlanmış oyun alanı (Monopoli oyunu tarzı)
- Oyuncu sayısı kadar farklı renklerde kapaklar (satranç taşları kullanılabilir)
- Zar
- Çeşitli yiyecekler. Oyunda kullanılacak olan yiyecekler çocuğun yeme alışkanlığına göre önceden hazırlanmalıdır. Yiyecek çeşidi imkâna bağlı olarak değiştirilebilir. Yiyecekler hazırlanırken; yiyeceklerin arasında çocuğun severek yediği, sevmediği halde yediği, hiç sevmediği ve yemediği yiyecekler olmalıdır.
- Oyun fişi (Renkli kartonlardan yapılabilir)

Oyun alanı oluşturmak: A3 ebadındaki kâğıda 30 tane aynı boyutta dikdörtgen çizilir. Bu dikdörtgenler alt sol köşeden başlayarak sağa doğru ok işareti ile birbirine bağlanır. Bu şekilde; sol alt köşe oyunun başlama noktası (start), sol üst köşe ise oyunun bitirme (finish) noktası olarak belirlenir. Dikdörtgenlerin her birinin içine yiyecek isimleri yazılır. Habngi yiyeceklerin isimleri yazılacağına, çocuğun yeme alışkanlığına göre karar verilir. Bazı dikdörtgenlere çocuğun yediği, bazı dikdörtgenlere ise çocuğun hiç sevmediği yiyecekler yazılır. Her dikdörtgen için farklı yiyecekler olması gerekmez. Bazı yiyecekler birkaç kere tekrarlanabilir. Bu şekilde 1'den 30'a kadar her dikdörtgene yiyecek isimleri yazılır. Örnek oyun alanı:


Çocuk sayısı kadar kapak durur
Zeytin ye
Domates ye
Peynir ye
Yumurta ye
Kuru üzüm ye
Brokoli ye
Süt iç
Elma ye
Zeytin ye
Pırasa ye
Taze fasulye
Et ye
Ispanak ye
Domates ye
Peynir ye
Yumurta ye
Süt iç
Elma ye
Et ye
Taze fasulye
Pırasa ye
Zeytin ye
Yumurta ye
Ispanak ye
Süt iç
Et ye
Yoğurt ye
Zeytin ye
Ceviz ye
Brokoli ye
Taze fasulye
Elma ye
Peynir ye
Zeytin ye
Domates ye
Pilav ye
Yumurta ye
Pırasa ye
Et ye
Pilav ye
Taze fasulye
Kuru üzüm ye
Et ye
Yoğurt ye
Elma ye
Süt iç
Ispanak ye
Et ye
Taze fasulye
Elma ye
Yumurta ye
Ispanak ye
Pırasa ye
Brokoli ye
Yoğurt ye
Pırasa ye
Et ye
Taze fasulye
Elma ye
Yumurta ye
Ispanak ye
Pırasa ye
BİTİRME
Ödül
DONDURMA

Oyunun Kuralları

Oyuncular sırasıyla zar atarlar. Çocuk kendi kapağını attığı zarın sayısı kadar ileri götürür. Kapağın gittiği dikdörtgende hangi yemek yazıyorsa o yemekten yer. Ne kadar yiyeceği önceden anlaşılmalıdır. Örneğin; bir kaşık pilav, bir kaşık çorba, bir dilim elma, bir yudum süt, bir kaşık taze fasulye vs. gibi. Tüm oyuncular ulaştıkları dikdörtgende yazılan yiyeceği yemelidir. Tüm yemekleri yiyen çocuk hiçbir engelle karşılaşmadan büyük ödüle ulaşır. Büyük ödül çocuğun çok sevdiği bir yiyecek olmalıdır. Bu örnekte bu ödül dondurmadır. Eğer çocuk gittiği dikdörtgende yazılan yiyeceği yemek istemez ise birkaç adım geriye gitmek zorundadır. Ne kadar geriye gideceği aşağıda belirtilmiştir.

Yemediğ zaman 2 adım geriye gitmesi gereken yiyecekler:

- Zeytin
- Domates
- Peynir
- Kuru üzüm
- Ceviz
- Elma

Yemediği zaman 3 adım geriye gitmesi gereken yiyecekler:

- Yumurta
- Süt
- Et

Yediği zaman 2 adım ileriye, yemediği zaman 5 adım geriye gitmesi gereken yiyecekler;

- Taze fasulye
- Pırasa
- Brokoli
- Ispanak
- Yiyecekler çocuğun yeme alışkanlığına göre değiştirilebilir.
- Oyuna çocuğun sevdiği yiyecekler ile başlanmalıdır. Bunun için ilk 12 kutuya çocuğun sevdiği yiyecekler yazılabilir.
- Çocukların oyun sırasında kaç farklı yiyecek yedikleri ayrıca sayılarak ödüllendirilebilir.
- Oyun olumlu havada sonlandırılmalıdır

Mide ve Diğer Organlar

Materyaller: Bir oyuncak kız ve oyuncak anne, tüm iç organlar maketi

Uygulama: Oyun bir sahneleme oyunudur. Uzman oyuncaklar ile canlandırma yaparak çocuklara tiyatro gösterisi tarzında gösteri hazırlar.

Uzman: Biliyor musunuz çocuklar tüm organlarımız sağlıklı olmak, büyümek ve iyi çalışmak için besine ihtiyaç duyarlar ve mideye yemek gelmesini dört gözle beklerler. Bu yüzden biz yemek yiyerek mideye besin göndeririz. Gönderelim ki diğer iç organlarımız aç kalmasın. Yalnız bu yolculuk o kadar basit değildir. Yediğimiz şeyi ağzımızda çiğneyip yuttuktan sonra yuttuğumuz yiyecek uzun bir yolculuğa çıkar. Önce uzun bir tünele girer, bu tünele yemek borusu deriz. Besinler yemek borusunu geçerek mideye ulaşır. Mide ise yemekleri parçalar ve diğer organlara dağıtır. Diğer organlar da o besinleri yiyerek güçlerine güç katar ve daha iyi çalışırlar.

Ama bazı çocuklar midelerine yeterince besin göndermezler. Bu hikâye de böyle bir çocukla ilgilidir. Midesine gerekli besinleri göndermeyen beş yaşında bir çocuk varmış. Bu çocuk çok az yemek yiyormuş ve yediği yemekler de hep aynı şeylermiş.

Uzman, anne ve çocuk oyuncakları ile oyuna başlar

Anne:

Hadi kuzum aç ağzını
Sana ıspanak yaptım bitir hepsini
Bak uçak geliyor, bak tren geliyor,
Bakayım nasıl yiyor?

Çocuk:

Hayır anne, hayır zorlama beni,
Daha şimdi bitirdim ben ekmeğimi,
Ispanakmış, yoğurtmuş hiç sevmem ki ben,
İstemiyorum dedim ya bırak peşimi.

Anne:

Çok güzel yemek yaptım,
Ama sen yemiyorsun,
Çok güzel yemek varken,
Bir tek ekmek yiyorsun.

Çocuk:

Ben halimden memnunum,

Hiç aç değilim

Acıkırsam ekmek var

Tek ekmek bana yeter,

Uzman: Çocuk kendi durumundan memnunmuş fakat onun iç organları bu durumdan hiç memnun değillermiş. Çocuğun haberi yokmuş ama iç organları her zaman kendi aralarında konuşuyormuş. Çocuğun iç organlarının ne konuştuklarına gelin şimdi hep beraber bakalım

Uzman kalp maketini çıkarır,

Kalp:

Bana kalp derler derler

Ben olmasam ne ederler

Kanı ben pompalarım

Durmadan çalışırım

Domatesi severim

Kuru fasulye yerim

Fındık, nohut, mercimek

Lahana ve ıspanak,

Hepsini çok severim

Bana iyi bakmazsan

Bir gün duruveririm

Hey

Bir gün duruveririm.

Sahneye mide çıkar.

Mide:

Mideyim ben mideyim

Ortada bir yerdeyim

Yemekleri alırım

Herkese dağıtırım

En sevdiğim yiyecek
Lahana ve patates
Armudu çok severim
Muza da bayılırım
Bana iyi bakmazsan
Aniden kasılırım.
Hey
Aniden kasılırım.

Sahneye karaciğer çıkar.

Karaciğer:

İşte ben Karaciğer
Kanı ben üretirim
Vitamin lazımsa eğer
Onu da ben yaparım
En sevdiğim sebzeler
Pırasa ve enginar
En sevdiğim meyveler
Portakal, elma ve nar,
Bende çok çalışırım
Çok önemli işim var
Bana kötü bakanlar
Bir gün kansız kalırlar,
Hey
Bir gün kansız kalırlar.

Sahneye el ele tutuşmuş böbrekler çıkar.

Böbrekler:

Böbrektir adımız bizim,
Bu da benim ikizim
İkimiz de titiziz
Tüm kanı temizleriz

Balığı çok severiz
Limon ve yoğurt yeriz
Sevdiğimiz sebzeler
Enginar ve kereviz
Bizde çok çalışırız
İşleri paylaşırız
Bize kötü bakarsan
Canını çok yakarız
Hey
Canını çok yakarız.

Sahneye kemik çıkar.

Kemik:

Ben kemiğim, ben kemik,
Hem güçlüyüm, hem çevik,
Tüm yükü ben taşırım,
Hiç yorulmam koşarım.
En sevdiğim süt benim
Ayrıca yoğurt yerim
Süt ve yoğurt dışında
Balığı çok severim
Otururum, kalkarım,
Merdiven tırmanırım
Bana kötü bakarsan
Hiç durmaz hep yatarım
Hey
Hiç durmaz hep yatarım.

Sahneye bağırsak çıkar.

Bağırsak:

Bağırsaktır benim adım,
Yemekleri ayıklarım

Kalın yanım kısa iken,
Upuzundur ince yanım.
Sebzeler ve meyveler,
Hepsini çok severim.
Ayva, havuç, kayısı
Bir de portakal yerim,
Görevim zordur benim
Herkes bunu yapamaz
Bana iyi bakmayan
Tuvalete gidemez.
Hey
Tuvalete gidemez.

Tüm organlar bir birine sarılır ve hep birlikte:

Hepimiz bir aileyiz
Hep beraber biz biriz
İşleri paylaşırız
Çalışkanız her birimiz
Bize iyi bakarsanız
Sizin için çalışırız
Yorulmayız hiç durmayız
Bize iyi bakarsanız.
Hey
Bize iyi bakarsanız.
Sizin için çalışırız

Şarkı biter bitmez

Mide: *Yemek zamanı! Yemeeeek...*

Diğer iç organlar: *Oley yemek geldi. Yaşasın yemek yemek! (hep beraber mideye doğru giderler)*

Kalp: *Yemekte ne var?*

Mide: *Ekmek*

Karaciğer: *Of ya yine mi ekmek?*

Bağırsaklar: *Bıktık her gün ekmek yemekten.*

Tüm iç organlar homurdana homurdana ekmeği yer ve mutsuz bir şekilde yerlerine gider. **Belli bir süre sonra mide tekrar çağırır onları.**

Mide: *Yemeeeek! Yemek zamanı!*

Diğer iç organlar: *Oley yemek geldi. Yaşasın yemek yemek! (tekrar hep beraber mideye doğru giderler)*

Böbrekler ikisi bir ağızdan: *Yemekte ne var?*

Mide: Pardon yemek değilmiş bu. Bu ne? Çok acı? Iğğğ. Sanırım bu gazlı içecek.

Tüm organlar gelir tadına bakar ve tadına bakan her organ bağırarak oradan kaçmaya çalışır. Kimisi kaşınmaya başlar, kimisi öksürmeye, kimisi ise kasılmaya başlar. Hepsi kendini kötü hisseder.

Hepsi bir ağızdan bağırsağa yalvarmaya başlarlar.

Bağırsak lütfen bu korkunç şeyi bir an önce dışarı at. Lütfen! Boğuluyoruz burada.

Bağırsak onların dediğini yapar ve gazlı içeceği (kolayı) dışarıya atar. Hepsi yere yatar ve kıvrılırlar.

Kalp: Sahibimiz neden böyle bir şey içiyor ki?

Diğer organlar: Bizi sevmiyor demek ki. Baksanıza bize zarar vermek istiyor.

Belli bir süre sonra iç organlar yavaş yavaş kendilerine gelmeye başlarlar. Daha sonra mide tekrar bağırır.

Mide: *Yemeeek. Yemek zamanı.*

Diğer organlar: *yemekte ne var?*

Mide üzgün bir şekilde: *Ekmeeeek*

Diğer iç organlar homurdanmaya başlarlar: *Yine mi ekmek? Bıktık her gün her gün ekmek yemekten. Çok çalışıyoruz ama doğru düzgün yemek yemiyoruz.*

Karaciğer: *Ben et istiyorum, et!*

Böbrekler: *Biz sebze istiyoruz.*

Kemikler: *Biz süt istiyoruz, peynir istiyoruz. Süt ve peynir yemezsek nasıl büyüyeceğiz? Nasıl güçlü olacağız?*

Bağırsaklar: *Her gün ekmek, her gün ekmek. Bıktık artık ekmek yemekten. Bıktık.*

Mide: *Ben ne yapayım? Sahibimiz bize ne gönderiyorsa ben size onu veriyorum (ağlamaya başlar)*

Karaciğerler: *Sahibimiz bize iyi bakmalı çünkü çok çalışıyoruz. Biz durmadan protein ve vitamin üretiyoruz. Vücudun sıcaklığını dengeliyoruz ve vücuttaki kan oranını belli bir seviyede tutmaya çalışıyoruz. Ama böyle giderse daha fazla protein üretemeyeceğiz.*

Akciğer: *Bizde vücudun hava almasını sağlıyoruz ayrıca kanın temizlenmesine de yardımcı oluyoruz. Ama sahibimiz bize iyi bakmazsa biz de görevimizi yerine getiremez oluruz*

Böbrek: *Biz ise zararlı maddeleri vücuttan uzaklaştırırız ayrıca vücudun sıvı ve mineral dengesini koruruz. Ama artık mineral ve vitamin bulmakta çok zorlanıyoruz. Çünkü sahibimiz bize hiç vitamin ve mineral göndermiyor. Böyle giderse biz de çalışamayacağız*

Bağırsaklar: *Hele biz; en kirli işleri biz yapıyoruz. Eğer biz çalışmazsak sahibimiz ne çişini yapabilir ne de kakasını. Ama böyle giderse, bilmiyoruz neler olacak? Eğer sahibimiz bize iyi bakmayacaksa biz de çalışmayız bundan sonra!*

(Diğer organlar da bağırsaklardan sonra bağırmaya başlarlar: Biz de çalışmayız, ben de çalışmam, biz de...)

Kalp: *Durun! Bağırmayın! Mideyi neden suçluyorsunuz? O durmadan sizin için çalışıyor. Mide haklı, sahibimiz bizi hiç düşünmüyor. Biz onun için durmadan çalışıyoruz ama o bizi yeterince beslemiyor. Ben de durmadan kan pompalıyorum sahibim sağlıklı olsun diye.*

Diğer organlar: *Kalp, sahibimiz en çok senin sesini dinler. Söyle ona bize iyi baksın. Yoksa hepimiz hastalanırız. Eğer birimiz hastalanırsak bu hastalık hepimize bulaşır ve en sonunda sahibimiz de hastalanır. Ona bir şey olursa annesi, babası ve kardeşleri çok üzülürler.*

Kalp: *Peki, kardeşlerim ben sahibimize seslenmeye çalışacağım. Umarım benim sesimi duyar da bize iyi bakmaya başlar.*

Tüm organlar üzgün ve yorgun bir şekilde sahneden ayrılırlar.

Uzman: İç organlar arasında her gün bu şekilde tartışma ve kavgalar oluyormuş ama çocuğun bunlardan hiç haberi yokmuş. Bir akşam çocuk uyurken kalbi ona seslenmiş.

Kalp:

Sahibim, sahibim duy sesimi benim.

Duy sesimi benim.

Sahibim!

Sen çok iyi birisin

Bunu ben iyi bilirim

Çünkü ben senin kalbinim,

Sahibim!

Bana sevgiyi verdin,

İyilikle doldurdun

İnsanları, doğayı,

Senin sayende sevdim.

Sahibim!

Sahibim! Biliyorum, sen bizi çok seviyorsun. Beni, böbrekleri, karaciğeri, bağırsakları, kemiklerini, hepimizi! Biz de seni seviyoruz, hem de çok. Senin için hepimiz canla başla çalışıyoruz. Attığın her adımda, yaptığın her işte, hatta aldığın her nefeste biz senin yanındayız. En çok istediğimiz şey; seni sağlıklı ve mutlu görmektir. Ama son zamanlarda görevimizi yerine getirmekte zorlanmaya başladık. Her gün aynı şeyleri yemek bizim gücümüzün azalmasına sebep oluyor. Eğer böyle giderse... Eğer böyle giderse, korkarım hepimiz hasta oluruz. Bizim hasta olmamız, senin hasta olman demektir. Sana bir şey olursa annen ne yapar? Sana bir şey olursa, baban ne yapar? Sana bir şey olursa, kardeşlerin ne yapar? Tıpkı bizim seni sevdiğimiz gibi onlar da seni çok seviyorlar. Sana bir şey olursa onlar ne yapar? Lütfen sahibim. Sesime kulak ver. Duy sesimi. Senden tek istediğimiz şey, bize iyi bakmandır. Bize gerekli olan vitamin ve mineralleri gönder. LÜTFEN! LÜTFEN!

Tüm organlar hep beraber:

Sahibim, sahibim duy sesimi benim.

Duy sesimi benim.

Sahibim!

Sen çok iyi birisin

Bunu ben iyi bilirim

Çünkü ben senin kalbinim,

Sahibim!

Bana sevgiyi verdin,

İyilikle doldurdun

İnsanları, doğayı,

Senin sayende sevdim.

Sahibim!

Sana bir şey olursa annen baban ne yapar?

Sana bir şey olursa kardeşlerin ne yapar?

Şarkı bittikten sonra tüm organlar üzgün bir şekilde sahneden ayrılır.

Sahnede anne ve çocuk. Çocuk çok mutlu bir şekilde uyanır.

Çocuk: Anne çok acayip rüya gördüm.

Anne: Hayırdır İnşallah. Nasıl bir rüya gördün kuzum?

Çocuk: Anne beni seviyor musun?

Anne: Tabi ki de seviyorum kuzum. Ben seni çok seviyorum.

Çocuk: Ben hastalanırsam üzülür müsün?

Anne: Sen hastalanırsan hepimiz çok üzülürüz. Ben, baban, kardeşlerin. Hepimiz.

Çocuk: Anneciğim kahvaltıda ne var? Çok acıktım. Bundan sonra tüm yiyecekleri yemeye karar verdim anneciğim. Kendime iyi bakayım ki hastalanmayım. Sizin üzülmenizi hiç ama hiç istemiyorum. Çünkü ben de sizi çok seviyorum.

Çocuk masaya oturur ve yemek yemeye başlar.

Sahnenin diğer tarafında ise;

Mide: *Yemeeeek! Yemek zamanı! Koşun, koşun gözlerinize inanamayacaksınız!*

Diğer organlar: *Ne oldu? Neden bu kadar mutlusun? Neden bu kadar heyecanlısın?*

Mide: *Bakın sahibimiz bizlere ne göndermiş ?! Peynir, zeytin, yumurta, domates, salatalık, o daha neler neler. Koşun koşun...*

Diğer organlar: *Yuppi! Yaşasın! Vay canına!*

Uzman:

Tüm organlar çok mutlu olmuşlar ve hepsi karınları tok bir şekilde işlerine dört elle sarılmışlar. Sen dört elle sarılmanın ne demek olduğunu biliyor musun?

Hikâye bittikten sonra çocuklara aşağıdaki gibi sorular sorulur:

- Hikâyeyi beğendiniz mi?
- En çok neyi beğendiniz?
- İç organlar neden mutsuzlardı?
- Siz o çocuğun yerinde olsaydınız ne yapardınız?
- Peki, sizlerin midenizde bir şeyler var mı şimdi?
- Hadi o zaman şimdi çıkıp midenize güzel bir şeyler gönderin!

YETİŞKİNLER İÇİN PSİKOLOJİK OYUNLAR

Tanışma oyunu

Amaç: Bireyin benlik algısı hakkında bilgi almak

Uygulama: Uzman bireyden kendini bir canlı veya cansız bir eşyaya benzetseydi neye benzetirdi gibi sorular sorar. Örnek sorular:

- Kendinizi bu odadaki bir eşya ile özdeştirdiyseniz; bu hangi eşya olurdu? Neden? (Seçtiği eşyanın özelliği nedir? Basit veya karmaşık, ulaşılması kolay veya zor, pahalı veya ucuz, kullanılması kolay veya zor, yapıldığı madde ne?)
- Bir çiçek olsaydınız hangi çiçek olurdunuz? Neden? (Çiçek nasıl bir çiçek? Dayanıklı-dayanıksız, her yerde olan veya zor bulunan, kokulu veya kokusuz, mevsimlik veya çok yıllık, bakımsız veya bakımlı vs.)
- Bir hayvan olsaydınız hangi hayvan olurdunuz? Neden? (Vahşi veya evcil, saldırgan veya uysal, faydalı veya faydasız, büyük veya küçük, besin zincirindeki yeri vs.)
- Mutfak eşyası olsaydınız hangisi olurdunuz? (Kullanılma sıklığı, bireysel veya toplu kullanımı, ulaşılabilirliği, dayanıklılığı, boyutu, hangi maddeden yapıldığı vs.)
- Silah olsaydınız hangi silah olurdunuz? (Yakın veya uzak silah olması. Örneğin; bıçak, kılıç, hançer yakın mesafeden kullanılır. Otomatik taramalı silah veya tüfek olması (Aynı anda kaç kişiye zarar verme kapasitesii) Örneğin; Bomba genelleştirilmiş öfke ve kızgınlığa işaret ebebilir.)

Bu tarz sorular iletişimi başlatmak için yardımcı olduğu gibi, bireyin benlik algısı hakkında da bazı ipuçları verebilir. Bireyin o an kendini nasıl hissettiği, hayal gücü, hazırcevaplığı, iletişime açık veya kapalı olma durumu vs. gibi bilgiler yine bu tarz sorular sayesinde öğrenilebilir (Lendert, 1994., Fopel, 2004., Kudrina, 2009., Venger, 2003., Panfilova, 2007.)

Farkı Bul

Amaç: İletişimi başlatma, farkındalık kazandırma, birey hakkında bazı ipuçları alma

Uygulama: Uzman, "Dış görünüş olarak diğer grup üyelerinden farklı olan tarafınız nedir? Görsel olarak diğerlerinden farkınız ne? (Boy, kilo, ten, göz, saç rengi, kıyafetleri, aksesuarlar vs.). Kişiliğinizdeki en belirgin olumlu özelliğiniz ne? En belirgin olumsuz özelliğiniz ne?

Aile Metaforu

Amaç: Bireyin aile algısını değerlendirmek.

Uygulama: "Sizden ailenizi bir bütün olarak herhangi bir şeye benzetmenizi istiyorum. Ailenizi istediğiniz her şeye benzetebilirsiniz. Bir devlet kurumu veya özel bir ekibe, bir makineye, bir hayvan sürüsüne (hangi hayvan olduğu belirtilmeli), bir gül bahçesine, herhangi bir alete, bir mevsime, bozuk bir arabaya vs. Ailenizin tümünü bir metafor olarak nasıl tarif edersiniz? Kısaca yazınız"

Sorular:

Neden bu metaforu seçtiniz?

Hoşunuza gitti mi?

Değiştirmek istediğiniz bir şey var mı?

Sihirli İksir

Uygulama: "Bir sihirli iksiriniz olduğunu düşünün. Bu iksiri içtiğinizde "imkânsız" diye bir şey kalmayacak. Her türlü maddi ve manevi baskılar ortadan kalkacak ve siz tamamen özgür olacaksınız. Ne isterseniz yaparsınız ve ne isterseniz söylersiniz. Hiçbir şekilde, hiçbir anlamda bir baskı ve engel olmayacak. Ama iksirin etkisi bir hafta.

- İlk yapacağınız şey ne olurdu?
- Bu bir hafta içinde neler yapardınız?
- Kime neler söylerdiniz?
- Hayatınızda neler değişirdi?
- Kendinizi nasıl hissederdiniz?

Yukarıdaki sorulara cevap yazmanızı istiyorum. 15 dakikanız var."

Gönüllüler yazdıklarını okur. "Şimdi bir düşünün. Yazdıklarınızın arasında sihirli iksir olmadan yapabileceğiniz bazı şeyler var mı? Yapamayacağınız arzularınızı ile nasıl baş ediyorsunuz?"

Ne Yapmak İsterdin?

Uygulama: A4 kâğıdı dikey çizgi ile iki sütuna ayrılır. Uzman, "Kâğıdın sol tarafına "Daha yapmadığım ama gelecekte yapmak istediklerimin" listesi, sağ tarafa ise "Şimdiye kadar istemeden yapmaya devam ettiğim ve ileride mümkünse hiç yapmayacaklarım" başlığı yer alıyor. Sizden kendi hayatınızdaki bu

başlıklara uygun şeyleri yazmanızı istiyorum. Yazacağınız şeyler gerçekten sizin istediğiniz gerçek şeyler olsun, fantastik şeyleri yazmayınız. 10 dakika süreniz var."

Yazılar bittikten sonra gönüllüler yazdıklarını grup ile paylaşır. Uzman, "Şimdi herkes kendi listesinden; sağ taraftan bir, sol taraftan bir yapmak istediği veya yapmak istemediği iki şeyi düşünsün. Bunları gerçekleştirmek için neler yapabilirsiniz? 2 dakia süre ile cevaplarınızı yazınız."

Sorular

- Listeyi hazırlarken zorlandınız mı?
- Listenin hangi tarafını yazmak daha zordu?
- Sayfanın hangi tarafındaki liste daha uzun?
- Listeyi azaltmak için neler yapabilirsiniz?

Konuşan Eller

Uygulama: Katılımcılardan iki eşit grup oluşturulur. İki grup yüzleri birbirine dönük şekilde iç ve dış daire olmak kaydıyla iç içe iki daire oluşturur. Uzmanın işareti ile oyuna başlanır. Uzman, "Şimdi size yapmanız gereken bazı görevler vereceğim. İlk kural konuşmamak. Tamamen sessiz bir şekilde tüm duygularınızı elleriniz ile göstermeniz gerekmektedir. Her görevden sonra dış daire bir adım sağa hareket ederek yer değiştirmelidir. Hazırsanız başlayalım"

- Elleriniz ile selamlaşın (Her bir uygulamadan sonra dış grup bir adım sağa kayacak)
- Elleriniz ile güç gösterisi yapın
- Elleriniz ile birbiriniz ile barışın
- Elleriniz ile kıskanın
- Elleriniz ile sevinin
- Elleriniz ile üzülün
- Elleriniz ile teselli edin
- Elleriniz ile başarılar dileyin
- Elleriniz ile destek verin
- Elleriniz ile motive edin
- Elleriniz ile üzüntünüzü dile getirin
- Elleriniz ile kızın

- Elleriniz ile sevin
- Elleriniz ile mutlu olun
- Elleriniz ile vedalaşın vs.

Sorular

Hangisini yapmakta zorlandınız?

Hangisi kolaydı?

Hangisi hoşunuza gitti?

Hangisi hoşunuz gitmedi?

Hangi oyuncunun hangi tepkisi dikkatinizi çekti?

Hangi oyuncu en iyi ifade etti?

"Dört Kapı" Canlandırma Tekniği

Uygulama: "Gözlerinizi kapatın ve üç kere derin nefes alıp verin. Şimdi bir binanın içinde alacakaranlık bir koridorda ilerlediğinizi hayal edin. Bir çıkış arıyorsunuz ve karşınıza dört farklı renkte olan kapılar çıkıyor.

Birinci kapı yeşil renk. Yeşil kapıyı açıyorsunuz ve içeri giriyorsunuz. Etrafınıza iyi bakın. Neler görüyorsunuz? Bu odada neler olduğuna dikkatlice bakın. Nasıl bir oda? Büyük mü? Küçük mü? Geniş mi? Dar mı? Nasıl görünüyor? Orada olduğunuz için kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Belki bazı sesler de duyabilirsiniz. Herhangi bir ses; mesela kuş sesi, müzik veya herhangi birinin sesi olabilir. Aklınızdan neler geçiyor bir düşünün. Bir kez daha odaya göz atın, bir kez daha duygularınızı gözden geçirin. Bu odada bulunmak hoşunuza gitti mi? Biraz daha kalmak istiyor musunuz? Yoksa hemen çıkmak mı istiyorsunuz? Oda sıcaklığı nasıl? bir düşünün. Neler gördüğünüzü ve neler hissettiğinizi aklınızda tutmaya çalışın. Şimdi odadan çıkın ve koridora dönün. Çünkü sizi bekleyen başka kapılar da var.

Sonraki kapı mavi renk. Mavi kapıyı açıyorsunuz ve içeri giriyorsunuz. Etrafınıza iyi bakın. Neler görüyorsunuz? Bu odada neler olduğuna dikkatlice bakın. Nasıl bir oda? Büyük mü? Küçük mü? Geniş mi? Dar mı? Nasıl görünüyor? Orada olduğunuz için kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Neler gördüğünüzü ve neler hissettiğinizi aklınızda tutmaya çalışın. Belki bazı sesler de duyabilirsiniz; herhangi bir ses. Aklınızdan neler geçiyor bir düşünün. Bir kez daha odaya göz atın. Bir kez daha duygularınızı gözden geçirin. Bu oda bulunmak hoşunuza gitti mi? Biraz daha kalmak istiyor musunuz? Yoksa he-

men çıkmak mı istiyorsunuz? Oda sıcaklığı nasıl? Bir düşünün. Şimdi odadan çıkın ve koridora dönün.

Sonraki kapı kırmızı renk. Kırmızı kapıyı açıyorsunuz ve içeri giriyorsunuz. Etrafınıza iyi bakın. Neler görüyorsunuz? Bu odada neler olduğuna dikkatlice bakın. Nasıl bir oda? Büyük mü? Küçük mü? Geniş mi? Dar mı? Nasıl görünüyor? Orada olduğunuz için kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Neler gördüğünüzü ve neler hissettiğinizi aklınızda tutmaya çalışın. Belki bazı sesler de duyabilirsiniz; herhangi bir ses. Aklınızdan neler geçiyor? Bir düşünün. Bir kez daha odaya göz atın. Bir kez daha duygularınızı gözden geçirin. Bu oda bulunmak hoşunuza gitti mi? Biraz daha kalmak istiyor musunuz? Yoksa hemen çıkmak mı istiyorsunuz? Oda sıcaklığı nasıl? Bir düşünün. Neler gördüğünüzü ve neler hissettiğinizi aklınızda tutmaya çalışın. Şimdi odadan çıkın ve koridora dönün.

Son kapı siyah renk. Siyah kapıyı açıyorsunuz ve içeri giriyorsunuz. Etrafınıza iyi bakın. Neler görüyorsunuz? Bu odada neler olduğuna dikkatlice bakın. Nasıl bir oda? Büyük mü? Küçük mü? Geniş mi? Dar mı? Nasıl görünüyor? Orada olduğunuz için kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Bazı sesler de duyabilirsiniz; herhangi bir ses. Aklınızdan neler geçiyor? Bir düşünün. Bir kez daha odaya göz atın. Bir kez daha duygularınızı gözden geçirin. Bu oda bulunmak hoşunuza gitti mi? Biraz daha kalmak istiyor musunuz? Yoksa hemen çıkmak mı istiyorsunuz? Oda sıcaklığı nasıl? Bir düşünün. Neler gördüğünüzü ve neler hissettiğinizi aklınızda tutmaya çalışın. Belki Şimdi odadan çıkın ve koridora dönün.

Şimdi ben üç dediğimde gözlerinizi açın. Bir, iki, üç. Her bir odayı tekrardan hatırlamaya çalışın. En önemlisi odalarda kendinizi nasıl hissettiğinizdir? Hangi odada kendinizi daha iyi hissettiniz? Hangi oda daha çok hoşunuza gitti? En güzel oda hangisiydi? Hangi oda hoşunuza gitmedi? Huzursuz olduğunuz oda var mıydı? Korktuğunuz oda var mıydı? Hangi oda da biraz daha kalmak istediğiniz? Hangi oda aydınlıktı? Hangi oda karanlıktı? Hangi oda soğuk, hangi oda sıcaktı? Odalarda dolaşırken dikkatinizi çeken ne varsa hatırlamaya çalışın. (Fopel, 2004).

Yorumlama:

Yeşil renkli kapı, çocukluğun sembolüdür. Yeşil odada; kendini iyi hissetmek, çocukluğunun genel olarak sonunsuz geçtiğine işaret eder. Yeşil odada daha fazla kalmak isteği çocukluğa dönme arzusudur. Şimdiki zamanda bazı eksiklikler hissediyor olabilir. Çocukluktaki sevdiği kişiler tarafından gösterilen sıcaklık, sevgi, desteğe ihiyaç duyuyor olabilir.

Yeşil odada kendini kötü hissetmek ise; çocuklukla alkalı çözülmemiş bazı sorunların olduğuna işaret eder. Çocuklukta yaşanan hayal kırıklıkları, travmatik yaşantılar, kötü anılar olabilir.

Mavi renkli kapı, şimdiki ruh halin sembolüdür. Şimdi kendini nasıl hissediyor? Şu andaki duygu durumu nasıl? Şimdiki halinden memnun mu? Yoksa bazı şeylerin değişmesini mi istiyor? Mavi odada neler eksikti? Kendini nasıl hissediyordu? Vs.

Kırmızı renkli kapı, bireyin sosyal ilişki düzeyinin sembolüdür. Sevgi, arkadaşlık, başkaları ile olan iletişimi nasıl? Kırmızı odadaki olumlu hisler bireyin çevresi ile olan ilişkilerinde bir sıkıntısının olmadığına işaret ederken; odadaki olumsuz durum ise iletişim ve ilişki konusunda birtakım aksaklıkların olduğuna işaret eder.

Siyah renkli kapı, bireyin kariyer ve iş hayatının sembolüdür. Odanın ferahlığı, darlığı, aydınlık veya karanlık olması, orada hissedilen hisler vs. hepsi iş ve iş hayatı, sosyo-ekonomik durumu ile ilgilidir.

"Bakımsız Bahçe" Canlandırma Tekniği

Amaç: Zihinsel rahatlamaya yardımcı olmak.

Uygulama: "Gözlerinizi kapatın ve üç kere derin nefes alıp verin. Daha önce hiç gitmediğiniz bir şehrin kenar sokaklarından birinde dolaştığınızı hayal edin. Etrafınızı bakın. Dolaşırken her tarafı yüksek duvarlarla örtülü bir evin, tahtadan yapılmış bahçe kapısına denk geliyorsunuz. Kapı eski ve yıpranmış gibi duruyor. Yavaşça kapıyı açıyorsunuz ve içeri giriyorsunuz. İçerisinde geniş ama bakımsız bir bahçe var. Bahçenin bir zamanlar çok bakımlı ve güzel olduğu anlaşılmaktadır. Şimdi ise çoktandır kimse bakmamış ve terk edilmiş bir durumda. Ağaçlar budanmamış, her tarafı yabani otlar basmış, güller solmuş ve her yer kurumuş yapraklarla dolu.

Bir zamanlar güzel olan ama şimdi bakımsız olan bu bahçe, sanki sizden yardım ister gibi. Hemen hazırlanıyorsunuz ve bahçeye çekidüzen vermek için kolları sıvıyorsunuz. Önce ağaçları buduyorsunuz, sonra yabani otları yoluyorsunuz. Yerdeki yaprakları toplayıp, yolları açıyorsunuz. Yeni çiçekler dikiyorsunuz. Bahçenin büyük bir kısmını temizleyip ve düzelttikten sonra biraz dinlenmek istiyorsunuz. Oturup etrafa bakıyorsunuz; bahçenin düzenlediğiniz tarafı ile daha bakım yapmadığınız tarafını kıyaslıyorsunuz. Ne kadar da fark var. Bakım yaptığınız taraf ne kadar da güzel oldu. Aradaki fark o kadar çok ki hemen bahçenin kalan kısmını da düzenlemek istiyorsunuz. Bahçeyi düzenledikçe, bahçe değiştikçe siz de kendinizi daha iyi hissediyorsunuz. Ni-

hayet tüm bahçeye bakım yapma işini bitiriyorsunuz. Bahçe çok güzel oldu. Rengârenk çiçekler, kuş sesleri, her yer pırıl pırıl. Oldukça yoruldunuz ama bu yorgunluk çok hoşunuza gidiyor. Oturup bahçeye baktıkça içiniz açılıyor, kendinizle gurur duyuyorsunuz. İçiniz huzurla doluyor. Şimdi bu bahçeye veda etme zamanı geldi. "Hoşça kal güzel bahçe" diyorsunuz. Bundan sonra bu bahçeye daha sık geleceğinizi düşünerek yavaşça bahçe kapısından çıkıyorsunuz. Ben üç dediğimde gözlerinizi açıyorsunuz. Bir, iki, üç... Oldukça yoruldunuz. Ama bu yorgunluk çok hoşunuza gidiyor. Oturup bahçeye baktıkça içiniz açılıyor. Kendinizle gurur duyuyorsunuz (Fopel, 2004).

Kaybetmek

Amaç: Farkındalık yaratmak. Özellikle riskli davranışlarda bulunma eğilimi olan bireyler ile çalışırken etkili olabilir.

Uygulama: A4 kâğıdı eşit bir şekilde 4'e bölünerek kartlar hazırlanır. Katılımcıların her birine beşer tane kart verilir. Katılımcılar her karta bir tane olmak üzere hayatdındaki en değerli şeylerini yazacaklar. Bir kartta sadece bir değer olmalıdır. Bu şekilde her katılımcının elinde hayatındaki en değerli beş şey yazılmış beş farklı kart olur.

Yönerge: "Her insanın hayatında zaman zaman bazı zorluklar yaşanır. Bazı zorlukları az bir zarar ile bazılarını ise büyük kayıplar ile atlatırız. Elinizde sizin için çok değerli olan, hayatınızın anlamı niteliğinde beş farklı değer var. Şimdi onlara tek tek bakın. Neler var? Sizin için ne kadar önemliler? Şimdi sizden bu değerlerin bir tanesini bana vermenizi istiyorum. Hangisinden vaz geçebiliyorsanız onu verin."

Uzman katılımcılardan birer kartı alır. "Neler hissediyorsunuz? Hayatınızda bu değer olmadan yaşamak nasıl bir duygu? Bu değeri kaybetmek sizin için ne kadar zor?"

Elinizde kalanları bir gözden geçirin. Onlar sizin için ne kadar önemli? Onlar olmadan hayatınız nasıl olurdu? Şimdi bir kart daha isteyeceğim sizden. Elinizde kalan kartlardan hangisinden vazgeçebiliyorsanız o kartı bana verin." Uzman katılımcılardan birer kart daha alır. "Şimdi nasıl hissediyorsunuz?" (3 dakika sessizlik). Daha sonra uzman hiç uyarmadan katılımcıların elindeki kartlardan iki tanesini rastgele elinden alır. "Bazen hangisinden vazgeçeceğinizi kimse size sormayabilir! Şimdi olduğu gibi. Şimdi elinizdeki kartlara bakın. Elinizde kart kaldı mı? Neden koruyamadınız onları? Şimdi nasıl hissediyorsıunuz kendinizi?"

İsteyen katılımcı duygu ve düşüncelerini paylaşabilir. Daha sonra bir rahatlama oyunu ile oyun sonlandırılır.

"Orman, Ağaç, Ev" Canlandırma Tekniği

Amaç: Şu anki duygu durumunu belirlemeye çalışmak, farkındalık kazandırmak

Uygulama: Katılımcılar rahat bir pozisyonda otururlar. Uzman, "Gözlerinizi kapatmanızı ve üç kere derin nefes alıp vermenizi istiyorum. (1) Bir ormanda dolaştığınızı düşünün. Etrafınıza iyice bakın. Neler görüyorsunuz? Nasıl bir orman? Kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Hislerinizi gözden geçirin. (2) Ormanda ilerlerken yakın bir mesafeden bir hayvan görüyorsunuz? Ne görüyorsunuz? Nasıl bir hayvan? Gördüğünüz hayvan ile kısa süreliğine göz göze geliyorsunuz. Neler hissediyorsunuz? Hislerinizi gözden geçirin. Yavaş yavaş oradan uzaklaşıyorsunuz. Orman seyrekleşiyor. Ağaçlar azalarak bitiyor ve sizin yolunuz bir tarlaya çıkıyor (3). Tarlanın ortasında bir patika var ve siz o patika ile ilerlemeniz gerekiyormuş. Etrafınıza bakın. Neler görüyorsunuz? Kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Patika nasıl? Duygularınızı gözden geçirin. (4) Patikada ilerlerken karşınıza bir ağaç çıkıyor. Ağaca iyice bakın. Nasıl bir ağaç? Ağaç size neler hissettirdi? Ağacın yanında ne kadar zaman geçirmek istiyorsunuz? Şimdi gitme zamanı. Tekrardan kaldığınız yerden devam ediyorsunuz. (5) İleride bir ev varmış. Bu ev sizin hayalinizdeki evinizmiş. Eve doğru ilerliyorsunuz. Eve iyice bir bakın? Nasıl bir ev? Neler var etrafında? Hislerinizi gözden geçirin. Neler hissediyorsunuz? Evin kapısına doğru ilerliyorsunuz ve içeri giriyorsunuz. (6) Girdiğiniz oda evin en büyük odasıymış. Odaya iyice bakın. Neler görüyorsunuz? Odada birileri var mı? Yoksa boş mu? Birileri varsa kimler onlar? Neler yapıyorlar? Nasıl görünüyorlar? Tek tek bakın. Odayı ve odadakileri olduğu gibi bırakıp başka bir odaya geçiyorsunuz. Odada bir sandık varmış. (7) Sandığı açıyorsunuz ve sandıktan şu anda en çok ihtiyacınız olan bir şey alıyorsunuz. Ne alacağınız konusunda serbestsiniz. Somut, soyut herhangi bir şey olabilir. Sadece bir tek şey olmalıdır. şu anda en çok ihtiyacınız olan bir şey. Daha sonra büyük odaya tekrar dönüyorsunuz ve odayı bir kez daha gözden geçirdikten sonra evin arka kapısından sessizce çıkıyorsunuz. Tıpkı geldiğiniz gibi tek başınıza, sandıktan aldığınız şey elinizde, evden yavaş yavaş uzaklaşıyorsunuz. Neler hissediyorsunuz? Duygularınızı gözden geçirin. Evden ayrılırken neler hissediyorsunuz? Yola devam ediyorsunuz. (8) İleride bir su varmış. Nasıl bir su bu? Akarsu mu yoksa durgun su mu? Deniz mi? Göl mü? Nehir mi? Suya iyice bakın. Neler hissediyorsunuz? Hislerinizi gözden geçirin. Şimdi dinlenmek istiyorsunuz. Kendinize en uygun bir yer seçiyorsunuz ve orada oturuyorsunuz. Elinizde sandıktan aldığınız şey. Hislerinizi gözden geçirin. Neler hissediyorsunuz? (2-3 dakika). Şimdi ben üç dediğimde gözlerinizi açıyorsunuz. Bir, iki, üç..."

Yorum:

1. **Orman**; sosyal çevreyi, toplumu sembolize eder. Birey ormanda rahat veya gergin olabilir. Huzurlu veya tedirgin olabilir. Mutlu veya mutsuz olabilir.
2. **Hayvan**; bilinçaltı sembolüdür. Vahşi mi? Sevimli mi? Hayvan nasıl? Korkutucu mu? Değil mi? Hisler nasıldı? Göz göze gelmek nasıldı?
3. **Tarla ve patika;** hayat yolunun sembolüdür. Tarla nasıldı? Hangi mevsimdi? Her yer yeşil ise; hayatın hızlı ve coşkulu dönemi, yenilikler, heyecan, hareket vs. Sararmış ise; durağanlık. Patikada ilerlemek; özgüvenin sembolüdür. Patika nasıldı? Taşlı, çamurlu, engebeli, düz vs.
4. **Ağaç**; destek ihtiyacı. Ağacın boyutu, görüntüsü, ağacın yanındayken hissedilenler vs. Hayat yolunda destek arayışına işaret eder.
5. **Ev**; bireyin kendisini ve güven duygusunu temsil eder. Evin nasıl olduğu ve neler hissettirdiği birey ile ilgilidir.
6. **Odada neler veya kimleri gördüğü ise**; değer verdiği şeyler veya kişilerdir. Oda kalabalık ve mutlu kişiler ile dolu veya boş olabilir. Bu durum bireyin mutluluk düzeyine işaret eder. Evde ilk gördüğü kişi en değer verdiği kişidir.
7. **Sandıktan aldığı şey**; şu anda ihtiyacı olan şeydir
8. **Su**; bireyin aşk hayatını sembolize eder. Suyun durumu? Berraklığı, bulanıklığı, akarsu veya gölet olması vs. (Fopel, 2004., Kudrina, 2009., Venger, 2003., Panfilova, 2007.)

Hediye

Amaç: Kendini tanıma, başkalarını tanıma, grup uyumunu güçlendirme

Uygulama: Katılımcılar daire şeklinde otururlar. Gönüllü bir katılımcıdan başlayarak her katılımcı sağında oturan katılımcıya hayali bir "hediye" verecektir. Hediye verirken konuşmak yasaktır. Hiç konuşmadan yanındakine hediyesini verecektir. Hediyeyi alan kişi; ne hediye aldığını anlamalıdır. Sırasıyla tüm katılımcılar hediyelerini aldıktan sonra, en son hediye alan katılımcıdan başlayarak aldığı hediyenin ne olduğunu anlatırlar. Hediye alan kişi; ne hediye aldığını anlamadıysa önce gruba sorulur. Gruptan kimse tahmin edemediyse hediyeyi veren kişi ne hediye verdiğini söyler.

İlgi Çekme

Uygulama: Gruptaki her katılımcı aynı anda başkalarının ilgisini çekmeye çalışacak. Her katılımcı mümkün olduğu kadar çok kişinin ilgisini çemeye çalışmalıdır. Katılımcı ilgi çekmye çalışırken ne yapacağı konusunda serbesttir. Tek kural aşırıya gitmemek ve fiziksel temasta bulunmamak. Oyun sonunda katılımcıların fikirleri alınır.

Kim başardı?

Kim başaramadı?

En çok ilgiyi kim çekti?

Nasıl çektki?

İlgi çekmek için kim nasıl davrandı?

İlgi çekmek için kim hangi özelliğini kullandı?

"Moralin Nasıl? Resmini Çiz"

Uygulama: Bireye; kırmızı, mavi, yeşil, sarı, gri ve siyah renkte kalemler verilir. Uzman; "Gözlerinizi kapatın ve moralinizi gözden geçirin. Şimdi önünüzdeki kâğıda moralinizin resmini çizin. Renkleri istediğiniz gibi kullanabilirsiniz. Ama eğer mutluysanız mavi ve yeşil rengi, kızgınsanız kırmızı ve sarıyı, üzgünseniz gri ve siyah rengi kullanın. Çizeceğiniz çiçeği boyarken mutluluğunuz, üzüntünüz ve kızgınlığınızın renklerini karışık olarak da kullanabilirsiniz. Hangi renkleri daha fazla, hangi renkleri daha az kullanacağınıza kendiniz karar verin" der.

Kendinizi Çizin

Uygulama: Uzman, "Sizden resim çizmenizi istiyorum. Resim yeteneğinizin olup olmadığı önemli değil. Elinizden geldiği kadar çizebilirsiniz" der ve bireye 3 adet A4 kağıdı ve renkli kalemler verir.

Birinci kâğıda; Şu andaki halinizi ve kendinizi nasıl gördüğünüzü

İkinci kâğıda; Çevrenizdekiler sizi nasıl gördüklerini

Üçüncü kâğıda; Nasıl görünmek veya nasıl olmak istediğinizi çizin.

Yorum: Çizilen resimlerin arasındaki farklara bakılır. Boyut farkı, renk farkı, çizgi farkı, içerik farkı vs.

Listeni Çıkar

Uygulama: A4 kâğıdın tam ortasına dikey çizgi çizilir. Kâğıdın sağ üstü tarafına +, sol üst tarafına ise – işreti konulur. Bireyden hayatındaki olumlu özelliklerin listesini kâğıdın + tarafına, olumsuz özelliklerini ise kâğıdın – tarafına yazması istenir. Ne yazacağı konusunda serbesttir. Fiziksel özellikleri, karakteristik özellikleri, ailevi durumu, ekonomik durumu, yetenekleri vs. yazılabilir.

Oyuncağın Hikâyesi

Uygulama: Bireyin önüne farklı oyuncaklar konulur ve oyuncakları tek tek inceleyerek birini seçmesi istenir. Daha sonra bireyden seçtiği oyuncağın hikâyesini anlatması istenir. Oyuncak nerde doğdu, çocukluğu nasıldı, şimdiki hayatı nasıl, ne gibi özelliklere sahip, alışkanlıkları nasıl, üzüntüleri, sevinçleri neler? Vs. ama hikaye oyuncağın ağzından anlatılır. Mesela: "Ben tavşanım oynamayı seviyorum, annem ve babamla yaşıyorum" vs. gibi.

Duygu Kartı

Uygulama: İki farklı kart destesi hazırlanır.

1. Duygu kartları destesi,
2. Sosyal çevre kartları destesi (ev, iş, arkadaş, aşk, aile, akrabalar, mahalle, komşular vs. gibi)

İki grup kartın sayısı eşit olmalıdır. Aynı karttan birden fazla olabilir. Örneğin; üzüntü kartından 3, aile kartından 2 vs. Kartlar ayrı ayrı olarak karıştırıldıktan sonra, bireyin önüne yan yana konulur. Bireyden önce duygu kartından bir tane çekmesi istenir. Daha sonra sosyal çevre kartından bir tane çekmelidir. Birey çektiği iki kartın kesiştiği bir olayı uzmana anlatmalıdır. Örneğin; duygu kartı "mutluluk", çevre kartı "iş" ise; iş yerinde onu mutlu eden bir olayı veya herhangi bir şeyi anlatabilir.

Uzaylı Çiz

Uygulama: Bireyden zihninde bir uzaylı canlandırması ve onu çizmesi istenir. Resim bittikten sonra çizdiği uzaylının hayat hikâyesini anlatır. Yaşamı nasıl, nerede yaşıyor? Kimlerle yaşıyor? Yaşadığı gezegenin özelliği nasıl? Orda yaşayanların özellikleri nasıl? Yaşadığı gezegenin en güzel tarafı nedir? Kötü tarafı var mıdır? Varsa nedir? vs.

İltifat Portresi

Uygulama: Aile çalışmalarında eşler, kardeşler, anne-çocuk, baba-çocuk arasında uygulanır. **Materyaller:** İki adet boş çerçeve ve sulu boya. Çerçevenin sadece camı kalacak şekilde arka kapağı çıkartılır. Eşler sırasıyla cam çerçeveyi eşinin yüzüne tutarak, eşinin yüzünü çizmeye çalışır. Çizerken eşinin her çizdiği organına yönelik, güzel kelimeler söylemesi gerekir. Örneğin; saçlarını çizerken saçı ile alakalı, burnunu çizerken burnu ile alakalı, gözlerini çizerken gözleri ile alakalı güzel övgüler söylemek zorunda.

Çiçek Bahçesi

Yetişkinlerle oluşturulan grup çalışmasında kullanılabilir.

Uygulama: Tüm katılımcılar rahat bir pozisyonda otururlar. Uzman, "Şimdi gözlerinizi kapatın ve kendinizi bir bahçede çiçek olduğunuzu hayal edin. Önce kendinize bakın. Nasıl bir çiçeksiniz? Renginiz nasıl? Kokunuz? Yapraklarınız? Şimdi etrafınıza bakın. Nasıl bir yerdesiniz? Yaşadığınız yer nasıl bir yer? Tam olarak sizin durduğunuz yer nasıl? Toprak nasıl? Etrafınızda neler var? Hangi çiçekler? Hangi ağaç veya bitkiler var? Kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Size bakan biri var mı? Size bakan kişi nasıl biri? Size nasıl bakıyor? Ondan memnun musunuz?"

Daha sonra katılımcılardan hayal ettikleri çiçek resmini çizmeleri istenir. Çiçekler çizildikten sonra kesilir ve tüm grubun çiçeği büyük bir kâğıda yapıştırılarak çiçek bahçesi oluşturulur. Tüm üyeler çiçek bahçesini incelerler. Hangi çiçekler birbirine benziyor? Hangileri çok farklı? Hangi yönleri ile birbirleri ile benziyorlar? Her bir çiçeğin kendine özgü bir farkı vardır mutlaka. Ve her birine bu çiçek bahçesinde yer var.

Var Olmayan Bitki

Uygulama: Katılımcılardan gerçekte olmayan bir bitki çizmeleri istenir. Herkes resmini bitirdikten sonra resimler toplanır. Her resim tek tek katılımcılara gösterilerek, o bitki hakkındaki düşünceleri, hisleri sorulur. Bu arada resim sahibi kendi resmine yorum yapmadan dinler. En sonunda resim sahibi resmini alır ve resmi hakkında gruba bilgi verir.

Mektup Yaz

Uygulama: Uzman, "Öldüğünüzü düşünün. Siz öldükten sonra sizi çok seven birisi adından kendinize mektup yazın. Sizi çok seven ve size mektup yazmak isteyen kim olurdu? Mektubunda neler yazardı?" katılımcılar mektuplarını yazarlar. İsteyen katılımcı mektubunu guruba okur.

Mektuplar okunduktan sonra katılımcılar onu sevmeyen birinin ağzından kendilerine mektup yazarlar. Ama bu kişinin kim olduğunu söylemek zorunda değiller. Mektup yazıldıktan sonra isteyen mektubunu gruba okuyabilir.

Can Yoldaşım

Aile çalışmasında uygulanabilir.

Uygulama: Eşlerden birinin gözleri bağlanır ve odanın bir köşesine götürülür. O orda beklerken; odaya sandalye, tabure, sehpa, masa gibi bazı engeller yerleştirilir. Gözü bağlanmış eş o engellerin hiçbirine çarpmadan odanın diğer köşesine geçmesi gerekiyor. Diğer eş ona sözel olarak yönlendirir.

Mutluluk Sırası

Uygulama: Grup üyelerine mutluluk düzeylerine göre sıraya geçmeleri istenir. Kendini en mutlu gören ilk sıraya geçer. Bu şekilde mutluluk düzeyine göre sıra oluşturulur. Bu şekilde sıra değiştirilebilir. Başarı, neşe, sağlıklı olma gibi farklı olumlu şeyler sırası oluşturulur. Daha sonra yorgunluk sırası, hastalık sırası, üzgünlük sırası gibi olumsuz şeylerin sırasına geçilir.

Ben Bir...

Uygulama: Katılımcıların her biri kendini bir objeye benzetir. Herhangi bir obje olsaydı ne olurdu? Daha sonra o objeyi tanıtan bir yazı yazmalıdır. Yazılar bittikten sonra uzman yazıları tek tek okur. Diğer grup üyeleri, onu yazanın kim olduğunu tahmin etmeye çalışırlar.

Şelale

Amaç: Rahatlama oyunudur. Hareketli oyundan masa başı veya oturarak oynanacak oyun arasında oynanabilir.

Uygulama: Oyuncular rahat bir şekilde oturmalıdır. Uzman, "Şimdi gözlerinizi kapatmanızı istiyorum. Gözlerinizi kapatın ve iki-üç kere derin nefes alıp verin. Şimdi kendini bir şelalenin yanında durduğunu hayal et. Ama bu şelale, sıradan bir şelale değil. Şelaleden su yerine yukarıdan aşağıya yumuşak bir ışık akıyor. Şimdi şelalenin altında durduğunu hayal et. Bu beyaz güzel ve yumuşak ışık kafandan aşağı akmaya başladı. Işık kafandan aşağı aktıkça kafandaki tüm ağırlıkları alıp götürüyor. Önce alnından başlayıp, aşağı doğru rahatladığını hissediyorsun. Alnın çok rahat, ağız bölgen çok rahat, boynun çok rahat. Beyaz ışık omuzlarına doğru akıyor. Omuzlarının rahatladığını hissediyorsun. Omuzlarından sırtına ve karnına doğru akıyor. Sırtın, belin,

göğsün, karın bölgenin rahatladığını hissediyorsun. Kolların, ellerin de rahat ve yumuşak. Beyaz ışık ayaklarına doğru akıyor. Bacaklarını yavaş yavaş rahatladığını hissediyorsun. Bu sihirli beyaz ışık tüm vücudunda akıyor şimdi. Tüm vücudun çok rahatlıyor. Tüm gerginliklerinin ışık ile birlikte akıp gittiğini hissediyorsun. Kendini çok iyi hissediyorsun. Çok rahatsın. Sakin ve huzurlusun. Çok rahat nefes alıp veriyorsun. İçin güzelliklerle doluyor. Kendini çok güçlü ve enerji dolu hissediyorsun. Çok mutlusun. Bu çok güzel bir duygu. (sessizlik 30 saniye kadar)

Şimdi bu güzel şelaleye teşekkür et. Seni öyle güzel rahatlattı ki; için huzurla doldu. Şimdi ben üç dediğimde gözlerini aç. Bir... İki... Üç ve gülümseyerek kollarını açabildiğin kadar yana doğru aç ve geril. Çok güzel!

Beş Katlı Ev

Amaç: Rahatlama oyunu.

Uygulama: En rahat pozisyonda oturmanı istiyorum. Gözlerini kapa ve üç kere derin nefes alıp ver. Şimdi bir asansörün kapısının yanında durduğunu hayal et. Asansörü çağırmak için düğmeye basıyorsun, asansör geliyor. Kapısı açılıyor ve sen içeri giriyorsun. İçeride beş düğme var; en alttaki düğmede "Burası" yazıyor. Yani o düğmeye bastığında şimdi oturduğun odanın bulunduğu kata geliyorsun. İkinci düğmede "Sakin ve huzurlu yere gider" yazıyor. Üçüncü düğmenin yanında "Dertleşebileceğin, cana yakın ve zeki birisine gider" yazıyor. Dördüncü düğmenin yanında "Yaşayacağın müthiş maceraya gider" yazıyor. Beşinci düğmenin karşısında ise "Çoktandır görmediğin bir arkadaşa gider" yazıyor. Şimdi istediğin düğmeye basabilirsin. En çok nereye gitmek istiyorsan o düğmeye bas. Asansörün kapısı yavaşça kapanıyor ve istediğin kata doğru gidiyor, asansörün nasıl gittiğini hisset. Asansör istediğin yere geldi ve durdu. Kapı açıldı, asansörden çıktın ve etrafına bakınıyorsun; tam istediğin yerdesin. Burada istediğini yapma hakkın var. Neredeysen veya kimin yanındaysan da çok keyifli zaman geçiriyorsun. Çok mutlusun. (1-2 dakika sonra). Şimdi dönme zamanı. Orada her kiminleysen, onunla vedalaş. Bulunduğun ortamla vedalaş. Asansöre geri bin ve "Burası" yazan düğmeye bas. Asansör hareket ediyor ve seni buraya getiriyor. Kapı açılıyor ve sen tekrardan buraya dönüyorsun ve aynı oturduğun yere oturuyorsun. Ben üç dediğimde gözlerini açıyorsun. . Bir... İki... Üç ve gülümseyerek kollarını açabildiğin kadar yana doğru aç ve geril. Çok güzel! Kendini çok iyi hissediyorsun.

Gülmek Yasak

Amaç: Moralleri yükseltme, dikkat toplama, etkileşim sağlama.

Uygulama: Oyuncular daire şeklinde otururlar. İçlerinden biri eve olur. Ebe olan çocuk dairenin ortasında durur. Ebenin görevi çocuklardan birini, komik hareketler, jest ve mimiklerle güldürmek veya konuşturmak. Bunu yapmaya çalışırken konuşamaz, kimseye dokunamaz. Oturan oyuncular gözlerini kapatamaz, kafalarını çeviremezler. Ortadaki çocuğa bakmak zorundalar. Oyunculardan kim gülerse o ebe olur.

Kâğıt Toplar

Amaç: Uzun süre oturmak zorunda kalan çocukların temposunu yükseltmek, fiziksel gerginliklerini azaltmaya yardımcı olmak.

Uygulama: Önce eski gazetelerden küçük toplar yapacaklar. Top sayısı, çocuk sayısının en az 3 katı olmalıdır. Daha sonra çocuklar iki gruba ayrılırlar. Odanın iki tarafına çizgiler çizilerek iki takım da kendi çizgilerinin gerisinde durular. Her birinin elinde eşit sayıda topları var. Uzmanın işaretleri ile toplarını rakip takımın çizgisi tarafına atmaya başlarlar. Uzmanın "Dur" işareti ile herkes durur. Çizgilerin arkasındaki toplar sayılır; hangi takımın çizgisi içerisinde top çok ise o takım oyunu kaybeder.

O An

Amaç: Rahatlama, olumlu duygu katma.

Uygulama: Katılımcılar daire şeklinde rahat bir pozisyonda otururlar. Uzman, "Şimdi gözlerinizi kapatmanızı ve 3 kere derin nefes alıp vermenizi istiyorum. Çok güzel. Şimdi geçmişte sizi çok mutlu eden bir anınızı hatırlamanızı istiyorum. Biliyorum; geçmişte sizi mutlu eden birçok anınız var. Ama şimdi hatırlayacağınız, hiç unutmadığınız bir anınız olsun. O anınızı hatırlayın, neredeydiniz? ne yapıyordunuz? hangi mevsimdi? hava nasıldı? yalnız mıydınız? üzerinizdeki kıyafetiniz nasıldı? yoksa birileri mi vardı? Eğer birileri varsa kimlerdi onlar? Hislerinizi gözden geçirin? Neler hissediyordunuz? Şimdi de aynı duyguları hissetmeye çalışın. (1 dakika sessizlik). Şimdi o duyguları zihninizin (kafanızın içine) en güzel yerine yerleştirin. Canınız sıkıldığı zaman hemen bulabileceğiniz bir yere koyun. Çok güzel! Şimdi ben üç dediğimde gözlerinizi açın. Bir... İki... Üç... Şimdi gerilin ve gülümseyin.

Anısını paylaşmak isteyenler varsa paylaşılır. Yine herkes gözlerini kapatır. Paylaşmak isteyen çocuk gözleri kapalı bir şekilde anılarını anlatırken, diğer çocuklar da gözleri kapalı o çocuğun anısını kafalarında canlandırmaya çalışacaklar (Lendert, 1994., Fopel, 2004., Kudrina, 2009., Venger, 2003., Panfilova, 2007.)

Yıldızına Uzan

Amaç: Rahatlama, hayal etme.

Uygulama: Katılımcılar daire şeklinde ayakta dururlar. Uzman, "Şimdi gözlerinizi kapatın. Üç kere derin bir nefes alıp verin. Çok güzel bulutsuz bir yaz gecesi dışarıda olduğunuzu hayal edin. Yıldızlarla dolu gökyüzüne bakıyorsunuz, çok güzel bir görüntü. Yıldızlara iyice bir bakın. Aralarında en parlak olanı, en güzel olanı sizin çok istediğiniz bir şey olduğunu düşünün. Gerçekleşmediğini istediğiniz bir hayal, elde etmek istediğiniz bir şey veya yanında olmak istediğiniz herhangi birisi olabilir. Öyle bir şey ki bu elde ettiğiniz zaman çok mutlu olacaksınız. (15 saniye sessizlik). Şimdi o yıldıza uzanın. Tüm gücünüzle o yıldıza ulaşmaya çalışın. İki elinizi uzatabildiğiniz kadar uzatın ve istediğiniz yıldızı gökyüzünden alın. Yıldıza iyice bir bakın; o artık sizin. Yanınızda getirdiğiniz bir kutuya koyun. Hislerinizi gözden geçirin.

Şimdi bir daha bakın gökyüzüne. Başka bir istediğiniz yıldız var mı? Bu gece öyle bir gece ki istediğiniz kadar size ait olan yıldızı toplayabileceksiniz. Uzanın. Tüm gücünüzle uzanın ve istediğiniz yıldızı gökyüzünden alın ve kutunuza koyun. İstediğiniz tüm yıldızları aldıktan sonra içinde yıldızlar olan kutuyu kucağınıza alın ve sımsıkı sarılın. Öyle sarılın ki o yıldızlar sizin bedeninize karışsın ve hep sizde kalsın. Çok güzel! Şimdi ben üç dediğimde gözlerinizi açın. Bir... İki... Üç... Şimdi gerilin ve gülümseyin.

Gökyüzünden ne gibi yıldızları aldığını paylaşmak isteyenler varsa paylaşır.

Soru Cevap

Amaç: Kendini açma

Uygulama: İki farklı renkte kutu kullanılacak. Bu kutuların birinde bilgi gerektiren sorular, diğerinde ise itiraf gerektiren sorular olur. Oyuncu önce bilgi gerektiren sorudan bir tane çeker, eğer sorunun doğru cevabını bilir ise diğer kutudan soru çekmez. Eğer çektiği sorunun cevabını bilmiyorsa o zaman itiraf kutusundan soru seçerek cevaplar. İtiraf kutusu sorularına örnekler, "Hiç yalan söyledin mi? Hiç hayatında bir şey çaldın mı? Nefret ettiğin biri var mı? Sevmediğin öğretmenin var mı?" vs.

Bulma

Amaç: Hayal gücünü geliştirmeyi destekleme,

Uygulama: Bir kutunun içine kâğıda sarılmış farklı eşyalar konulur. Eşyanın ne olacağı önemli değil. Önemli olan birbirinden farklı eşyaların olması.

Kalem, kaşık, toka, herhangi bir oyuncak vs. oyuncu kutuya gider ve rasgele kâğıda sarılmış eşyayı alır. Bu eşya o kişinin çok sevdiği ve önceden kaybettiği ve bir daha bulabileceğini hiç ummadığı bir şeydir. Kâğıt açıldıktan sonra oyuncu o eşyayı tekrardan bulduğu için çok sevinir ve o eşya ile ilgili güzel anını anlatır. Anlatacağı anı eşyayı nerden aldığını, neden çok önemli olduğu, kimi veya nereyi hatırlattığı ile olmalıdır.

Doğru Yanlış

Amaç: Grubu kaynaştırma, kendini ifade etme

Uygulama: Çocuklar daire şeklinde otururlar. Bir ebe seçilir. Ebe kendisi hakkında üç farklı bilgi verir; bu üç bilgiden iki tanesi yalan biri doğrudur. Örneğin; "Ben ailede tek çocuğum, "Ben aşçılık yaptım", "Ben uçağa bindim" vs. gibi. Çocuklardan biri doğru cevabı bulmaya çalışır. Daha sonra ebe değişerek oyun devam eder.

KAYNAKLAR

Abramova, G. (1993). Uygulamalı Psikolojiye Giriş. Brest yayınları. (Абрамова, Г.С. (1993). *Введение В Практическую Психологию*. Брест.)

Alekseeva, E. (2006). Okulöncesi Dönemi Çocukların Korkuları. Okul Öncesi Eğitimi Dergisi. (Алексеева, Е.Е. (2006). Страхи у детей дошкольного возраста. *Дошкольная педагогика*. № 2(29). – С. 58 – 61.)

Altıntaş,E., Gültekin, M., (2014). Psikolojik Danışma Kuramları, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.

Baryayeva, L., Kondrateva, S. (2008). *Kum ve Su İle Oynanan Oyunlar ve Etkinlikler. Ebeveyn ve Uzmanlar İçin Eğitim Materyalleri.* (Баряева, Л. Б., Кондратьева С.Ю. (2008). *Игры-Занятия С Песком И Водой: Пособие Для Педагогов И Родителей*. - СПб.)

Beck, A. T., Freeman, A., Davis, D. D. and Associates, 2004. Cognitive Therapy of Personality Disorders. New York: Guildford Press.

Beck, J. S. (2001). *Bilişsel Terapi Temel İlkeler ve Ötesi*. Çev. Özden Yalçın-Eylem Necip Akçay. Litera Yayınları, İstanbul.

Bogina, E. (2010). Çocuk Versiyonu: Yönlendirilmemiş Oyun Terapisinde Teori ve Pratik Bilgiler. *Okulöncesi Psikolojisi Dergisi.* (Богина, Е.В. (2010). Версии Ребенка: Теория И Ппрактика Недирективной Игровой Терапии. *Журнал «Психолог в детском саду»*

Corey, G., (2015). *Psikolojik Danışma Kuram ve Uygulamaları* (T. Ergene, Çeviren). Ankara: Mentis Yayıncılık.

Elkonin, D. (1978). *Oyunun Psikolojisi.* Moskova. Pedagogika Yayınları. (Эльконин, Д.Б. (1978). *Психология Игры*. М.: Педагогика.)

Fedoseeva, O. (2003). Otizimde Oyun Terapisi. Pedagoji ve İnovasyon. *II. Uluslararası Bilimsel Kongre Materyalleri.* (Федосеева, О. А. (2012). Игровая Терапия При Аутизме. Педагогика: Традиции И Инновации. *Материалы II Междунар. науч. конф.*)

Fopel, K. (2004). *Psikolojik Guruplar: Gurup Lideri İçin Çalışma Materyalleri.* Moskova. Genizis Yayınları. (Фопел, К. (2004). *Психологические Группы: Рабочие Материалы Для Ведущего: Практическое Пособие* . Пер. с нем. 5-е изд., стер. — М.: Генезис.)

Galiguzova, L., Mesheryakova, S. (2007). *Erken Çocukluk Pedagojisi.* Vlados Yayınları. (Галигузова, Л.Н., Мещерякова, С.Ю. (2007). *Педагогика Детей Раннего Возраста*. М.: ВЛАДОС, 301 с.)

Grabenko, T., Zinkeevich-Evistigneva, T. (1998). *Kumdaki Harikalar. Kum Oyunterapisi.* Sosyal Pedagoji ve Psikoloji Enstitü. (Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. (1998). Чудеса На Песке. Песочная Игротерапия. *СПб.: Институт специальной педагогики и психологии.)*

Halmatov, S. (2016). Oyun Terapisinde Pratik Teknikler-Çocuklar İçin Psiko Egzersiz Eğitim Programları. Ankara: Pegem Yayınları.

İvankova, R. (2002). *Okulöncesi Çocuklarının Canlandırma ve Rol Yapma Oyunlarının Gelişimleri Hakkında Pedagojik Çalışma Planı Oluşturma.* (Иванкова, Р. А. (2002). Планирование Педагогической Работы По Формированию Сюжетно-Ролевой Игры у Детей Раннего и Дошкольного Возраста. *Дошкольное воспитание: Традиции и современность. - № 4.с.53-56.)*

Kalinina, R. (2003). *Anaokullarında Psiko-Pedagojik Değerlendirme.* Rech Rech ayınları. (Калинина, Р.Р. (2003). Психолого-Педагогическая Диагностика В Детском Саду. *СПб.: Речь.)*

Kasatkina, E. (2010). *Oyunun. Okulöncesi Dönemi Çocuğunun Hayatındaki Yeri.* Dofa Yayınları. (Касаткина, Е.И. (2010). *Игра В Жизни Дошкольника.* Дрофа,.)

Ketrin, T. (2008). *Psikolojik Testler ve Çocuklar İçin Egzersizler: Ebeveynler ve Uzmanlar İçin.* Aprel Yayınları. (Кэтрин, Т. (2008). *Психологические Тесты И Упражнения Для Детей: Кн. Для Родителей И Воспитателей.* Апрель-Пресс.)

Komarova, N. (1992). *Çocuk Oyunlarının Değerlendirilmesi. Metodolojik Öneriler.* N-Novgorod. (Комарова, Н.Ф. (1992). *Диагностика Игры Детей. Методические Рекомендации.* Н-Новгород: НГПИ им. Горького.)

Kostina, L. (2003). Yönlendirmeli Oyun Terpisi İle Kaygıların İyileştirilmesi. *Okulöncesi Eğitimi Dergisi.* (Костина, Л. (2003). Коррекция Тревожности Методом Интегративной Игровой Терапии. *Дошкольное воспитание. № 10. – С. 54 – 61.)*

Knell, S.M. (1998). Cognitive-Behevioral Play Therapy. *Journal of Child Psychology.* Vol. 27. X" l.P. 28-33.

Kudrina, A. (2009). Psikolojik Danışmada Sanat Terapi Teknikleri Kullanımı. (Методы Арт-ТерапииПрак тикепсихологическогоконсультирования..*Психологическийжурнал.Международногоуниверсит етаприроды,общества и человека. Дубна)*

Lendert, G., Houmer, L. (2001). Çocuk Problemini Çözmede Oyun Terapisi Kullanımı. Moskova. Moskova Psikoloji-Sosyal Enstitüsü Yayınları. (Лэндрет Г., Хоумер Л. (2001). Игровая Терапия Как Способ Решения Проблем Ребенка. Москва. Московский психолого-социальный институт.)

Lendert,G. (1994). Oyun Terapisi: letişim Sanatı. Uluslararası Pedagoji Akademizi Yayınları. (Лэндрет, Г.Л. (1994). Игровая Терапия: Искусство Отношений: Пер. с англ./Предисл. А. Я. Варга М.: Международная педагогическая академия, 368 с.)

Lyutova, E. (2007). Yetişkinler İçin Notlar. Hiperaktivite, saldırganlık, kaygı problemi olan ve Otizimli Çocuklarla Çalışma Teknikleri. Rech Yayınları. (Лютова Е.К., Монина Г.Б.(2007). Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. Речь, 2007. — 136 с.)

Novikova, O. (2005). Okulöncesi Çocuklar İçin Kum ve Su Oyunları. Geliştirici Oyunlar Derlemesi. (Новиковская, О. А. (2005). Сборник Развивающих Игр с водой и Песком Для Дошкольников. СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС».)

O'Connor K. (1991). The Play Therapy Primer. New York: Wiley.

Osipova, A. (2002). Genel Psikolojik İyileştirme. Ders Notları. Moskova. Sfera Yayınları. (Осипова, А.А. (2002). Общая Психокоррекция. Учебное Пособие. М.: Сфера.)

Panfilova, M. A. (2006). Çocuk Kaygıları Ve Baş Etme Yolları. Okul Sağlığı Dergisi, 17-28 (Панфилова М. А. Тревожность и её коррекция у детей / М. А. Панфилова // Школа здоровья).

Panfilova, M. A. (1999). Çocuk ve ergenlerin korkularının belirleme. Moskova: Okul Psikologu. No 8. 10-12 ss (Панфилова М. А. Страхи в домиках. Диагностика страхов у детей и подростков [Текст] / М. А. Панфилова // Школьный психолог).

Podyakova, O. (2014). Çocuk Çağı Nöropsikolojisi. Moskova. Eğitim Materyalleri. Подьякова, О.С., Челышева М.В. (2014). Нейропсихология Детского Возраста.Учебное пособие.- Москва.

Ponomarenko, L. (1999). Ortaokula Uyum Sorunlarının Üstesinden Gelmek: Okul Psikologlarına Metodolojik Öneriler. Odessa. Astra-Print. (Пономаренко, Л.П. (1999). Психологическая Профилактика Дезадаптации Учащихся В Начале Обучения В Средней Школе. Методические Рекомендации Для Школьных Психологов. Одесса: Астра-Принт.)

Prihojan, A (2000). *Çocuk ve Ergen Kaygılarının Doğası ve Psikolojisi.* Modek yayınları. (Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика НПО "МОДЭК" , 2000г. – 304 с.)

Prihojan, A. (2002). *Okul Kaygısı Değerlendirmede Projektif Metotlar Kullanımı.* (Прихожан А.М. *Проективная методика для диагностики школьной тревожности (А.М.Прихожан)* / Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. Дерманова И.Б. – СПб., 2002. С.47-60.)

Romanova, E. (1982). *Psikolojik Değerlendirmede Görsel Metotlar.* Didakt Yayınları. (Романова, Е.С. (1982). *Графические Методы В Психологической Диагностике.* М.: Дидакт, 1982, 256 с.)

Semenovich, A. (2014*). Nöropsikolojik Tanı koyma ve Müdahale.* Dofa Yayınları. (Семенович, А. В.(2014). *Нейропсихологическая Профилактика и Коррекция.*

Shevchenko, Y. (2003). *Çocuk ve Ergenlerde Davranışçı-Bilişsel Psikoterapi.* Rech Yayınları. (Шевченко, Ю.С.(2003). *Бихевиорально-Когнитивная Психотерапия Детей И Подростков.* Речь. СПб.)Дошкольники. М.: Дрофа.)

Schaefer, C, E. (2013). Oyun Terapisinin Temelleri. (Çev. Tortamış Özkaya, B.) Nobel yayınları, Ankara.

Sevinç, M. (2004). *Erken Çocukluk Gelişimi ve Eğitiminde Oyun.* İstanbul: Morpa. - Oyunla İlgili Kuramlar (Sayfa) 49

Singer J. L. (1973). The Child's World of Make-Believe: Experimental Studies of Imaginative Play. New York: Academic Press.

Smirnova, E., Riyabkova, İ. (2013). Günümüz Okulöncesi Çocuklarının Oyun Aktivitelerinin Özellikleri. *Psikoloji Soruları Dergisi.* (Смирнова, Е.О., Рябкова, И.А. (2013). Психологические Особенности Игровой Деятельности Современных Дошкольников. *Вопросы психологии. № 2. Стр. 15—24.)*

Soygüt Pekak, G. (2012). *Bilişsel Davranışçı Terapide Teknik, Bağlanma ve İttifak. Vaka İncelenmesi.* Ankara. Türk Psikologlar derneği (2.baskı).

Şahin, M.(Ed.). (2015). *Bilişsel Davranışçı Terapi:Temelleri ve Ötesi.* Ankara. Nobel Yayınları No: 36.

Teylor, K. (2005). *Aile Çiz Testi. Çocuklar İçin Psikolojik Testler ve Psikolojik Egzersizler. Ebeveyn ve Uzmanlar İçin Kitap.* Тейлор, К. (2005). Тест «Рисунок семьи". *Психологические Тесты И Упражнения Для Детей. Книга Для Родителей И Воспитателей* - М., 2005.

Topses, G., (2012). Davranışçı ve Varoluşçu–Hümanistik Psikolojik Danışma Kuramlarının Ayırt Edici ve Örtüşen Nitelikleri. *International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education.*

Venger, A. (2003). *Psikolojik Resim Testleri. Göstergeli Rehber. Moskova.* Vlados-Yayın. (Венгер, А.Л. (2003). *Психологические Рисунчные Тесты. Иллюстрированное Руководство.* М.: Владос-ПРЕСС, 160 с.)

Voltan Acar, N. (2015).*Yeniden Terapötik İletişim- Kişiler Arası İlişkiler-.* (12.baskı) . Ankara: Nobel.

Vydotski, L. (1966). Oyunun Çocuğun Ruhsal Gelişimindeki Rolü. *Psikoloji Soruları Dergisi.* No 6. Ss 5-15. (Выготский, Л.С.(1966). Игра И Её Роль В Психическом Развитии Ребёнка . *Вопросы психологии. № 6. С. 5—15).*

Zaharova, A. (İlkokul İkinci Sınıf Çocuklarının Özdeğer Gelişimlerinin Özellikleri. Moskova. *Gelişimsel ve Pedagojikk Psikoloji. Eğitim Materyalleri. (*Захарова, А.В.(1999). Особенности Развития Самооценки У Второклассников (феномен вторых классов). Москва. *Возрастная и педагогическая психология : хрестоматия : учебное пособие).*

Zaharova, A. (1993). *Çocuk davranışlarındaki Sapmaların Önlenmesi.* Prosvesheniye Yayınları. (Захаров, А.И. (1993). *Как Предупредить Отклонения В Поведении Ребенка. М.: Просвещение.)*

Zaharov, A. (1995). *Çocuklarımızın Korkularından Kurtulmalarında Nasıl Yardımcı Olabiliriz?* Gipokrat Yayını. (Захаров, А.И. (1995). Как Помочь Нашим Детям Избавиться От Страхов. *СПб.: Гиппократ.)*

Zaporojets, A. (1986). *Çocuk Ruh Gelişimi: Psikoloji Çalışmalarından Seçmeler.* Moskova. Pedagogika Yayınları. (Запорожец А.В. (1986). *Избранные Психологические Труды: Психическое Развитие Ребенка.* - М.: Педагогика, 1986. - с. 239.)



Çocuğun dünyasına girebilmek başta anneler ve babalar olmak üzere çocuklar ile çalışan tüm uzmanlar ve eğitimciler için çok önemlidir. Çocuklar oyun oynayarak hayatı öğrenirler. Çocuklar için vazgeçilmez olan oyunun gücünden yararlanarak çocuklar ile daha derin bir iletişim kurulabilir. Oyunlardan faydalanarak, çocuğun tüm gelişim alanları desteklenebilir. Oyunlar çocukların ders başarısını arttırabilir, ruh sağlıklarını olumlu etkileyebilir ve bazı durumlarda "TEK ÇARE" olabilir…

Bu kitap tamamen kendi profesyonel hayatımda kullandığım tecrübelerimin paylaşımıdır. Kitap, oyun terapisi üzerine aldığım ve almaya devam ettiğim eğitimlerden (En iyi hocalardan!) öğrendiklerimi, oyun terapisine gönül vermiş uzmanlarla paylaşmak için yazılmıştır. Bu kitapta, çocukların ruh sağlığını ve eğitimini desteklemek amacıyla geliştirilen oyunlara, oyun tekniklerine ve yetişkinler ile çalışmalarda kullanılabilecek etkinliklere yer verilmiştir. Okuyan herkese faydalı olması dileğiyle…



fotokopi ve korsana ortak olma!
fotokopi kitabı öldürür

yayınlarımıza ilişkin
eleştiri ve önerileriniz için;
elestiri@pegem.net
oneri@pegem.net

PEGEM.NET
İnternet'teki kitapçınız...

ISBN/BARKOD: 978-605-037-021-8