



B L O G O T İ Z M

k a r ı n c a l a r   t e d e n b e r i d o s t u m

B e h   e t N e c a t i g i l



    / K A S I M 2 0 1 9

CEVİZOTİZM, ilk kez Türkiye Otizm Meclisi Genel Kurulu'na katıldı... Yeni dostlarımızla büyüyoruz...

Sınıftaki Eksik Kim? Fatih Şavlıĝ'ın gözünden Kaynaştırma okulları...

Uzm. Kln. Psk. Melis Okur, ergenlikte otizmi anlatıyor.

Sadeleřmiř bir hayat, Hale Acun Aydın, minimalizmi açıklıyor...

Kaĝan şenay, şehirlerde otizmi keřfetmeye devam ediyor.

NELER VAR?

Tema: Büyümek

Aksu Efesoy

BLOGOTİZM KASIM 2019

Bir Büyüme Masalı <i>Didem Yurdakul</i>	01
Uzun Hikaye Serisi - 3 Uzak <i>Deniz Yazgan</i>	03
Kaynaştırma Sınıfları <i>Fatih Şavlığ</i>	05
Adımlar <i>Gizem Dolanbay</i>	07



Mustafa'nın Bir Günü *Mustafa Aksakal* 15

Yaşlanma ve Yaşlılık *Tacettin İnandı* 16

BLOGOTİZM KASIM 2019

CEVİZİÇİ 19

Kır Şarkısı *Behçet Necatigil* 20

SİVİLCEVİZ 21

Hayaller Kuruyoruz Derneği

CEVİZSANAT

Minimalizm 101 *Hale Acun Aydın* 09

Şehirlerde
Otizm - 2 *Kağan Yunus Şenay* 11

Ergenlikte Otizm *Melis Okur* 13



WebSitemiz

CEVIZOTIZM.WORDPRESS.COM

Keyifli Okumalar Diliyoruz...

bir büyüme masalı

DIDEM YURDAKUL

Bu sayıda ilk yazıyı yazma şerefine nail olunca, dedim ki ben de, okumayıp yaşadığım bir büyüme masalı anlatayım sizlere. Belki sizler öykü dersiniz adına, ama benim gördüklerimi görmüş olsanız masal derdiniz zannımca. Deniz ile Güneş'in masalı diyelim adına.

Deniz'i ilk tanıdığımda küçüktü, en azından ben öyle sanıyordum. Upuzun bir boyu, kahkahasıyla sayfalarını hışırdattığı kitapları, ama ne çok kitapları, her işe yetişmek için beş altı kolu, herkesi dinlemek için onlarca kulağı, herkesi anlamak için birden fazla beyni ve hepsini kaldıramayacak kadar kırılgan bir ruhu vardı. Uzaktan bakınca bir çocuk görürdünüz, öyle ya hepimiz çocuktuk o vakit. Yaşlar 18'den 19'a klark çekiyor, ellerimizde koca koca ciltliler, koşuyoruz oradan oraya. Ben sanıyorum ki o zaman, herkesler benim gibi büyümüş. Aynı yolu yürümüş, aynı bamyayı annesinin arkasından kardeşine itelemiş, aynı ilk aşkı yaşamış, iki tane Sezen Aksu şarkısı dinledi diye öldü sanmış acısından. Ama Deniz'de bir şey var. Deniz nerede eksik bir şey var ise dünyanın çarkında, o parçayı arayıp bulmak için düşünüyor yollara. Nerede ters dönüyor ise, çomağı saplayıveriyor tekere. Kendisinin merkezinde olmadığı bir dünyası var Deniz'in. O yaşta birinden beklemezsiniz değil mi? Masal bu ya, insan haklarına, insanlık hallerine, insan olmaya adanmış kendini 18 yaşında bir küçük kız. Sonra bir gün -öyle şeyler geçirdik ki birlikte, şimdi hatırlamıyorum inanın nasıl olduğunu, nasıl'ının kıymeti de yok zaten- öğrendim ki ben, benim kendini öğrenmeye, anlamaya, fayda etmeye adanmış Deniz'im bir Güneş'i varmış. Güneş, Deniz'in hem dalgası, hem dingini, hem kaynağıymış. Meğer biz Deniz ile bambaşka diyarlarda büyümüşüz, benim "küçüğüm" dediğim Deniz'im bir orman yaşındaymış. Ben o zaman anladım büyümenin ne kadar katmanlı, bazen ne kadar şefkatli, bazen acımasız, bazen sonsuz, bazen aniden olduğunu. O zaman anladım bazı insanların büyümesini görmenin, aynı zamanda bu dünyada bir iyilik var etmek için geldiklerini zerre zerre görmek olduğunu. Deniz, adı gibi, etrafına hep iyi olan ne var ise, doğru olan ne var ise onu oluk oluk akıttı. Hep "dur" derdim ona, "biraz dur". Neden durmadığını, neden durmaması gerektiğini, Güneş'in varlığı öğretti bana, daha bir çok şeyi öğrettiği gibi.

Başka topraklarda başka ekinler olarak serpilip bizler, dışardan bakınca nasıl da anlamamıştık kimin aslında içinde kaç yüzyıl geçirdiğini. Otizimli bir kardeş ile büyümek nedir? Hiçbir zaman bilemeyeceğim; ama anlamak için elimden geleni yapıyorum. Deniz'in dünyaya baktığı gözlerden hiçbir zaman göremeyeceğim ama o gözlerden yaş sildiğim çok oldu. Birlikte büyümek de böyle bir şey değil mi? Güneş'ti Deniz'i büyüten. Bizden bir asır yaşlıydı bazen ve bazen de doğurduğum çocuğum gibiydi. Zamanın, yılların bir önemi var mıydı birlikte büyüdük diyebildikten sonra? Güneş gibi çocuklar-adı gibi- etraflarındaki herkesin büyüme yolculuğunu aydınlatırlar. Benimkini aydınlattılar, abla kardeş. Bir sevi düşünün ki bir insan evladını baştan aşağı şekillendirsin. Bir sevi düşünün ki 18 yaşında bir kız çocuğunu alim etsin, orman etsin. Bunun adına masal değil de ne derseniz?

Ceviz Otizm'in olduğu- olmayı murad ettiği- her şey, dahil olan herkesin nasıl büyüdüğü, birbirini büyüttüğü, nasıl insanlar olmak için birbirini çoğu zaman sırtından iteklediğiyle çok ilgili. Bu sayıda ben, birlikte geçen ve nihayetinde meyvesini Ceviz'de topladığımız yıllarımıza bir saygı duruşunda bulunmak istedim açılışı yaparken. Özellikle Deniz'e ve Güneş'e; bana büyümeyi anlattıkları için, hiç konuşmadan.

Bu sayıda çok kıymetli dostlarımız yaşamın birçok evresinden bahseden yazılar yazdılar. Ergenlikten, ileri yaşlara kadar, meraklısına her masal var. Sizlerden de bu sayıyı, büyümenin anlamını üzerine düşünerek okumanızı isterim; çünkü Ceviz'de gayemiz hep benzemeyeni anlamaya çalışmak; niyetimiz de kalıplarda değil, ortak dertlerde, hislerde buluşmak. Umarım hepsini okurken, kendi hayat yolculuğunuzdan bir şey bulur, hayatınızda bir Deniz'iniz, Güneş'iniz var ise, onlara "ne güzel büyüdün, iyi ki benimle büyüdün" dersiniz.

Deniz'im, ne güzel büyüdün.

uzun hikaye serisi-3

uzak

DENİZ YAZGAN

Uzaktasın. Dün içinde olduğun evden, köşesini dönüp kedisini beslediğin sokaktan, kafanı hafifçe ama saygı ile eğerek selamlaştığın mahalle esnafından, her sabah işe giderken tutunduğun açık sarı boyalı kaygan otobüs direğinden, bağırarak hapsirmesine alıştığın iş arkadaşından. Bir günde uzaktasın bak. Ne oldu sahi? Sen bir günde mi verdin bu kararı? Kaçtın mı? Korktun mu? Zor mu geldi?

12 yaşına geldi Özgür. 2 yaşından beri aynı kırmızı fili kırmızı kedi ile eşleştiriyor, aynı büyük A'yı, E'yi çiziyor. Aynı renksiz çiçekleri pastel boya ile boyuyor. Sana göre karalıyor ya, boyuyor diyorsun dışından. Özgür 10 yıldır aynı özel eğitimi alıyor.

İlk önce çok ağladın ama sonra “tamam” dedin bu otizme. Başka diyecek bir şeyin yoktu ama tamam dedin. Eşinden ayrıldın, olmadı, “tamam” dedin. Teşhisi al, boşan, çocuk psikiyatristine göster, nöroloğa göster, psikoterapist, dil terapisti, spor yaşam koçu, özel eğitimci, kredi çek, yeni doktorlara eğitimcilere, koçlara götür, çalış, özel eğitim, özel eğitim, özel eğitim.

Özel eğitimle dağları aşan, olduğu yerden fersah fersah ötelere gitmiş çocuklar da gördün. Burada özel eğitimi de kötülemez değil amacın. Özgür daha ağır derecedeydi. Uzun bir süre Özgür'ün sınırına ulaştığını da düşündün. Demek ki bu kadar öğrenebilecekti, okula gidip gelecekti. Senede bir rapor almak için tanımadığın, Özgür'ü tanımayan doktorlara Özgür'ü anlatacak, farksız farklılıkla yaşayacaktın. Başta bu acımasızlığı özüne uygulaman kolayına geldi. O yarayı dağlasan iziyle yaşarsın gibi geldi. Bunların oldukça arabesk ve gerçekle bağıntısız betimlemeler olduğunu Özgür'le aynaya yakalandığında anladın.

Özgür doğduğunda bile sana benziyordu. Burnundaki ince kemeri, düze çalan dalgalı saçları ama kıvrır dönen kirpikleri ile hep sendi Özgür. Senindi. Aynaya baktığında Özgür'le aynı yüz ifadesini taşıdığınızı gördün. Yılgın, mat, ne mutlu ne mutsuz bir sen. Özgür. Hissettirmiş miydin çocuğuna bu farksız farklılık hissini? Çocuğuna özel olduğunu hissettirmemiş miydin? Özel çocukların bu ülkedeki kaderidir, ya çok ayrı, yalnız ve özel kalırlar; ya da özellikleri unutulur, kabullenilir, koyverilir. Ne yapmıştın sen?

O zaman anladın işte. 12 yaşına geldi Özgür. 2 yaşından beri aynı kırmızı fili kırmızı kedi ile eşleştiriyor, aynı büyük A'yı, E'yi çiziyor. Aynı renksiz çiçekleri pastel boya ile boyuyor. Sana göre karalıyor ya, boyuyor diyorsun dışından. Özgür 10 yıldır aynı özel eğitimi alıyor.

Farksız bir farklı anlayışı var bu düzenin. Yıllardır tatil yapamamın biriktirdiği ücretli izinleri kullanıyorsun azar azar, Özgür'ün makası tutuşunu, fon kağıdını kesişini, renkleri eşleştirmişini izliyorsun. Haftanın beş günü, aynı sıralama ile aynı işleri yapıyor Özgür, 10 yıldır. Özgür sıkılmış, Özgür'ün yan anlamları olmayan bir dünyası var evet, yara yok, dağlamak yok, yara izi yok. Özgür sıkılmış, Özgür öğrenmiyor, Özgür'ün farklılığını anlamıyor bu düzen. Özgür'ü aldın ve gittin buradan sen de.



Uzaktasın. Dün içinde olduğun evden, köşesini dönüp kedisini beslediğin sokaktan, kafanı hafifçe ama saygı ile eğerek selamlaştığın mahalle esnafından, her sabah işe giderken tuttuğun açık sarı boyalı kaygan otobüs direğinden, bağırarak hapsirmesine alıştığın iş arkadaşından. Bir günde uzaktasın bak. Ne oldu sahi? Sen bir günde mi verdin bu kararı? Kaçtın mı? Korktun mu? Zor mu geldi?

Farksızlaştığını hissettiğin, farksızlaştırdığın her an bu anı düşledin aslında. Bu an için tane ile aldın meyveleri. Bu an için iki kış astarsız giydin aşınmış paltonu. Özgür'e hiçbir şeyin ikincisini almadın. Zaten o da istememişti o puslu dünyada. Sana tamam dedirttikleri her an için biraz daha sabrettin. Sen bir günde vermedin bu kararı. Sen pusun arasından Özgür'ü gördün, Özgür'ü aydınlık bir geleceğe emanet edemedin hayallerinde. Sen kaçmadın, korkmadın. Sen cesurdun, bilinmeyen muhtemel iyi bir geleceği bilinen müstakbel kötü bir geleceğe tercih ettin. Sana zor gelmedi, sen zoru seçtin. Kendine inan. Kendine ve Özgür'e, aydınlığa ve özgürlüğe en yakın yerdesin artık. Uzak, artık uzak değil...





FATİH ŞAVLIĞ

Millî Eğitim Bakanlığı'na (MEB) göre zihinsel, işitme, görme, bedensel yetersizliği, dil ve konuşma, özel öğrenme güçlüğü, otizmi, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu olan bireyler, kaynaştırma öğrencisi adıyla okullarda öğrenim görebiliyorlar. Bu öğrencilerin sosyalleşmesi, çevrelerinde kabul görmeleri için kaynaştırma eğitimi almaları şart. Öğrencinin kaynaştırma öğrencisi olmasına, okulların bağlı olduğu Rehberlik ve Araştırma Merkezleri (RAM) ve psikiyatrik değerlendirmelerin yapıldığı hastanelerden alınan raporun seviyesiyle karar veriliyor. Raporla ağır düzeyde zihinsel engelli olanlar kaynaştırma öğrencisi olamıyor. Bu öğrencilerin özel alt sınıflarda ya da evde eğitim almaları gerekiyor.

Yukarıda okuduğunuz yazı ülkemizde kabul gören kaynaştırma eğitimi ile alakalı bilinenler... Peki olayın bu teori kısmının dışında pratiğinde neler oluyor? Bunu hiç merak ettiniz mi?

Bu yazımda otizm ile ilgili olan kısmı ele alacağım. Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB) tanısı çok geniş bir yelpazede ele alınır. Bu bireylerin üzerinde hem "otizm baskısı", hem de kişiliklerinin ortaya çıkmasına engel olacak birçok indikatör bulunur. Otizm, hiçbir zaman bir kanıksanmış kalıplar içinde, geleneksel yöntemler ile ele alınamayacak kadar farklı; özel, bireyin yaşamı için önemli bir var oluştu. Eğitimde ise amaç OSB bireylerin üzerindeki otizm baskısını minimize edip yeteneklerini ortaya çıkararak topluma uyum sürecine yardımcı olmaktır. Spektrumda bulunan bireylerden, kaynaştırma öğrencisi olarak eğitimine devam edenlerin çoğunluğu savantlar, asperger sendromu sahibi bireyler ve atipik otizm tanısı olan bireylerden oluşur.

Kaynaştırma öğrencisi olmak, bazı aileler için spektrumda bir eşiğin arkada bırakılması olarak anlaşılabilir. Bu, otizmi bireye yapılacak en büyük haksızlıklardan bir tanesidir. Çünkü otizmi bireyin bilişsel gelişimi görmezden gelinerek kaynaştırma öğrencisi olmaya zorlanması, hem sınıfta bulunan tipik gelişim öğrencileri hem de ihtiyaç duyduğu özel eğitimden yoksun kalan otizmi öğrenci için bir hak gaspı niteliğinde... Ailelerin bu seçimi yaparken büyük resmi görmeye ihtiyaçları var, ve bu ihtiyaç da yalnızca ailelerin de otizm ve otizmi birey ile yaşama yönelik eğitimler almasından geçiyor.

Otizimli bireylerin kaynaştırma öğrencisi olduğu sınıflarda öğretmenlerin titizlikle seçilmesi gerekiyor. Özel eğitim öğretmenlerinin, belli bir özel eğitim bilgisine sahip olarak otizmli bireye yaklaşım yolunu doğru bir şekilde uygulamaları hayati niteliktedir. Fakat ülkemizde kaynaştırma öğrencilerine sınıflarda yeterli değer verilmiyor. Birey, öğrenmeden sınıf geçiyor ve mezun ediliyor. Bunun altında yatan sebep ise gerek öğretmenlerin gerekse okul yönetiminin otizm hakkında genel geçer bir bilgiye sahip olması ve çocuğa yönelik vurdumduymaz bir duruşun genele hâkim olmasıdır. Birbirinden farklı yeteneklere sahip olan otizmli bireylerin çoğu, kaynaştırma sınıflarında bu yetenekleri ortaya çıkmadan mezun ediliyor. Yeterli fırsat sunulan çocuklarımız ise akademik eğitimlerini tamamlayıp karşımıza bilim insanı olarak çıkabiliyor...



Ülkemizde otizmli bir bireyin kaynaştırma öğrencisi olarak bir sınıfta yer alması aileler için büyük bir sorun olarak nitelendirilmektedir. Otizm hakkında doğru bilinen yanlışlar, otizmli bireylerin saldırgan ve uyumsuz olduğuna yönelik bir önyargı oluşturmaktadır. Fakat bu çocuklara yeterli fırsat sunulduğunda ve gerekli ilgi gösterildikten sonra sınıf içi uyum da ortaya çıktığında bu farklılığın nasıl bir zenginlik olduğunu kavramak, çok vakit almıyor. Benim gözlemlediğim kadarıyla kaynaştırma öğrencisi olamayacak seviyede olan çocuklar için en doğru eğitimin özel eğitim iş uygulama okullarında verildiğidir. Bu okullarda eğitim gören çocuklar birçok farklı beceri ile eğitimleri daha donanımlı bir hale geliyor. Ailelerin uygun seviyede olmayan çocuklarını kaynaştırma öğrencisi olması için zorlamasını doğru bulmuyorum. Burada kaybedilen zaman bireyin hayatından gidiyor. Otizmde en önemli konulardan biride zamanın verimli değerlendirilmesidir. Çocuğun kaynaştırma sınıfında yaşayacağı sorunlar onu daha da geriye götürebilmektedir. Ve çocuk çevresinden aldığı olumsuz geri dönüşler ile içine kapanık hale gelebilmektedir. Ben de buraya güzel şeyler yazmak isterdim. Fakat ülkemizdeki durum otizmliler için maalesef pek iç açıcı değil. Bizler toplumu, aileleri, çocukları ulaşabildiğimiz herkese bu farklılığı anlatmalıyız. Toplumumuz bu konu hakkında bilinç sahibi olmalı. Her çocuğun eğitim hakkı olduğu gibi otizmli çocuklarımızın da eşit şartlarda eğitim hakkı var. Toplumsal bilinç ile bu sorunu hep birlikte aşabiliriz. Mustafa Kemal Atatürk ün dediği gibi "Eğitimde feda edilebilecek tek bir fert yoktur."

adımlar

GİZEM DOLANBAY

İnsan kendiyle ne zaman tanışır? Artık büyüdüğünü hissettiğinde mi yoksa çocukluğunda mı? Yahut çocukluğunu sindirmeye başladığı ilk anda mı? 'Anlam' tabiriyle ilk tanıştığımız an ne zamana tekabül eder? İnsanın 'Artık büyüdüm.' diyebilmesi için belirli bir yaş aralığı var mıdır? Büyümek eğer hayatın getirdiklerini ve götürdüklerini göğüsleyebilmekse, aslında bu tabiri bir 'an' olmaktan çıkartıp bir 'süreç' olarak nitelendirmemiz gerekir. Karar veya hareketlerimizin (veya sizden bağımsız alınmış kararların ve gerçekleştirilmiş hareketlerin) sonuçlarıyla karşılaştığımız ilk an, büyümenin ilk adımı sayılabilir. Burada yerleşen neden-sonuç ilişkisi, günün birinde amaç-sonuç ilişkisine evrildiğinde ise ikinci adıma geçeriz: ne istediğini bilme ve bu amaç adına aksiyon alma. Evet, kendimizi tanımaya başlıyoruz. Yolun başındayken kimse düşeceğine inanmaz. Hatta düşeceğine inananların birçoğu genelde yola koyulmaz. İlk adımlar bu yüzden önemlidir, adımlar hızlı ve düşüşler tehlikelidir. Tehlikenin boyutu arttıkça öğretinin kalıcılığı artar. Bir müsibetin bin nasihatten iyi olduğu gerçeğiyle ilk yüzleşme iz bırakır, oek kolay unutulmaz.

İlk hayal kırıklığınızı hatırlar mısınız? Birçoğunuz hatırlarsınız. Hatta mental izlerinizin vücut izlerinizden daha net olduğuna neredeyse eminim. Ne garip böyle düşününce. Akıl bir hamur, bir şekilde hayatımızdan geçen herkesin parmak izi var ve tüm bu müdahalelere rağmen yoğrulması yalnızca kişinin elinde. İnsanın tüm bu komplike hali, kafasındaki koca kaotik hamura sürekli düzgün bir şekil verme çabası, 'düzgün' algısını yaratması, kendi doğrularıyla dünyanın doğrularını tartması, görmesi, duyması, deneyimlemesi, düşmesi, kalkması ve hep devam etme çabası...

Sahi ya, bu büyüme bir noktada tamam deyip durur mu? Belki de bir başkasının aklındaki hamura dokunmaya başladığımızda. Üçüncü adımda artık bir çabamız var. Bu zamana dek edindiğimiz 'düzgün' kalıbyla tecrübelerimizi harmanlıyor ve kendimizi yoğurmaya çalışıyoruz. Bir yandan tecrübelerimizin düşürdüklerini yerden topluyor, bir yandan yükselttikleriyle mutlu oluyoruz. Artık birtakım bildiklerimiz var. Adımlarımız günden güne kontrollü bir hal alıyor. Riski düşürüyoruz, çünkü ne olacağını hiçbir zaman tam olarak kestiremesek de muhtemel sonuçlara az çok hakimiz.



Adımlar her zaman ileri gitmeyebiliyor. Arada sağa veya sola dönüyoruz; bu düz bir yol değil, daha önceki adımlarımızın bir kısmını yokuş aşağı, bir kısmını yokuş yukarı attık. Etrafta güdüler var, etrafta duygular var ve hepsiyle şöyle karşılıklı birer kahve içiyoruz. Sevmekle tanışıp, nefretle yüzleşiyoruz. Bu aşinalıklar bize yeri geldiğinde kayıtsız kalmayı öğretecek. Kayıtsız kalabilmek zor bir öğretiyi, hatta bu yolda atılmış bambaşka bir adım olacak. Bir gün geriye baktığımızda etrafta başkaları için yürüdüğümüz yolların da ayak izleri olacak. O yola neden girdik, o yola neden girmeliydik veya o yola neden girmemeliydik; hepsini bu yolun bir taşı yapacağız. Yol öyle uzun ve sonu öylesine belli değil ki, taşlıktan geçerken ayağımıza batanları anıdır deyip cebimize koyduğumuz da olacak, taşı iki adım öteden görüp tekme vurduğumuz da. Yeri geldiğinde bilerek bastığımız taşlar da olacak hatta. Tartımızın ayarı kaçacak, yer yer kendimize verdiğimiz kıymetten çalacağız o taşlara basmak için. O taşın izi bambaşka bir adıma yöneltecek, o adımda hayal dahi edemediğimiz şeyler öğreneceğiz. Belki üç adım büyütecek, büyütürken ekleyecek ve bazen büyütürken götürecektir. Belki artık yüzüncü adımda yeter diyeceğiz. O noktada durmak isteyecek, daha fazla yürümek istemeyeceğiz. Kendimizi rölantiye alıp dinlenmek isteyeceğiz. İşte bu 'durmaya istemek' de kendiliğinden bambaşka bir adım olacak. Durmak için eksilttiğiniz veya artırdığınız her şey için yeni bir adım atacağız. O gün, yani durmak için attığımız adımlarla bu yolun sonu olmadığıyla bir kez daha karşı karşıya geleceğiz. Belki tahammülümüz kalmayacak, alacağız karşımıza bu yolu; bak arkadaş diyeceğiz, ben alacağımı aldım; ben artık büyüdüm! Yol bize gülecek, biz yola muhtemel düşman. Ama bitmeyecek. Öğrenmek de bitmeyecek, büyümek de bitmeyecek. Aklımızdaki hamurun kaba şekli bitse de detayları her gün başkalaştıracacağız. Çünkü başkalaşacağız; her gün daha tamam, tamamlandıkça daha eksik hissedeceğiz. Yol ne gün bize yürüyemezsin derse, büyümek o gün bitecek. Yolla birlikte biz de biteceğiz.

hale acun aydın ile söyleşi...

minimalizm 101

BlogOtizm'in Kasım sayısında Türk İşi Minimalizm öncüsü Hale Acun Aydın ile birlikteyiz. Derneğimize ayırdığı zaman için kendisine teşekkür ediyoruz. Minimalizm ve sıfır atıkla kesişen yolculuğunu öğrenmek ve kendisini tanımak isteriz...

Merhabalar, beni misafir ettiğiniz için teşekkür ederim öncelikle. Ben Hale Acun Aydın, 10 yılı aşkın süredir Türk İşi Minimalizm adıyla minimalizm ve sıfır atık alanlarında paylaşım yapmaya başladım. 10 yıl kadar kurumsal hayatta pazarlama alanında çalıştıktan sonra son 2 yıldır kendimi tamamen buna adadım. Yeni şeyler öğrendikçe bunu daha çok kişi duymalı bilmeli duygusuyla daha fazla kişiye ulaştırmaya çalışıyorum.

Bir "101" sorusu olarak, minimalizm nedir? Sizce Türk işi minimalizm, gelenekselliğimizle ne noktada ters düşüyor ne noktada kavuşuyor?

Ben Minimalizmi içsel dünya ve somut eşyalar olarak ikiye ayırıyorum. Dışa bakacak olursak, eşyalar anlamında minimalizm bize yeten bizi mutlu eden az ve öz eşyayla huzurla yaşamak demek, içsel olarak ise her şeye yetişmek zorunda olmadığımızı, olduğumuz halimizle iyi ve tamam olduğumuzu kabul etmek demek. Minimalizm aslen bizim kültürümüzle uyumlu bir kavram, bizim de özümüzde bize yetenle yaşamak, israftan kaçınmak var ama modern hayat dinamikleri ve artan üretim ve üretimin tüketilmesinin desteklenmesi tabii ki bizi de etkiledi.



Şimdi minimalizm ya da benzer başka yönelimlerle kendimizi tekrar sorguluyoruz ve belki de bir deyişle özümüze dönüyoruz. Son günlerde plastik poşetlerin üstündeki "sıfır atık" ibaresini görüyoruz. Kullanılan plastik poşetlerin geri dönüşebileceği iddiaları sizce gerçeği yansıtıyor mu? Sıfır atık ne mutlu ki konuşulmaya başlandı. Ama karıştırılan bir şey var ki o da sıfır atık bazen geri dönüşüm sanılabiliyor. Oysa sıfır atıkta amaç öyle bir düzen kurulması ki hiç çöp çıkmasın. Poşetler de bu konunun en halka değen kısmı oldu. Bu nedenle üzerlerindeki alanın bir reklam alanı olarak değerlendiriliyor Çevre Sağlık Bakanlığı tarafından paralı poşetlerde bu logo kullanımı zorunlu tutuluyor. Geri dönüşümüne gelecek olursak geri dönüşüm teknolojileri gerçekten değişken genel bilgi bu poşetlerin çok ince olması nedeniyle makinaları bozduğu ve geri dönüşüm maliyetlerinin üretim maliyetlerinden daha fazla olduğu yönünde. Dünyadaki istatiki bilgi ise sadece %'inin geri dönüştüğü yönünde. Böyle düşününce kendi bez torbamızı ya da çantamızı yanımızda taşımamızın önemi tekrar ortaya çıkıyor.

Sıfır atık ve kontrollü tüketim gibi konularda birçok kişinin "Ah, ben de böyle yaşamayı çok istiyorum ama..." diye başlayan cümlelerini duyuyoruz... Strateji, bu felsefeyi benimseme ve sürdürülebilirlik adına ne kadar önemli?

Sadeleşmek isteyen bir kişi, nereden başlamalı? Sıfır atık denince ismindeki "sıfır" konuyu birdenbire çok ulaşılmaz bir yere koyuyor. Oysa amaç elimizden gelenin en iyisini yapmak. Herkesin %100 her şeyi doğru yapması günümüz koşullarında zaten pek

mümkün değil, tamamen kendi ürettiğin şeyleri tüketmedikçe bir noktada tabii ki atık çıkıyor. Benim hep önerdiğim şey basitten başlayarak adım adım gitmek. Sadeleşirken de böyle sıfır atığı hayatımıza uygularken de. Küçük başarılar beraberinde daha büyüklerini başarabilmek için gereken motivasyonu getiriyor. Konu hakkında okumak, başarı hikayelerini okumak da ilham veriyor bana kalırsa. Eğer sadeleşmek istiyorsanız önce çantanızdan, evinizdeki çorap çekmecesinde ya da havlulardan başlayın. Önünüzde başarılabilir net ve 1 günde hatta 1-2 saatte halledebileceğiniz bir hedef olsun. Eğer çöpünüzü azaltmak istiyorsanız evden çıkarken yanınıza bir bez çanta alarak, suyunuzu yanınızda taşıyarak başlayın.



Sadeleşmeyi istemekten söz ettik... Bu istekler, bazen de popülizmin bir ürünü olabiliyor. Bizlere sosyal medya üzerinden verilen tüketim öğütlerinden arınmanın bir yolu, "filtresi" var mı?

Kendinizi günlük hayatın size hep almayı öğütleyen, size sürekli alınacak yeni bir ürün tanıtan ritmine kaptırdığınızda tüketiminiz otomatik hale geliyor. X mağazasında indirim varmış, hemen gidelim, y işine yarayan yeni bir ürün çıkmış hadi alalım, çantanın fermuarı kopmuş yenisini alalım... Liste uzar gider. Eğer sadeleşme fikrini duymaya başladığınızda zaten sizde bir farkındalık oluşmaya başlamış demektir. Var olan farkındalığınızı geliştirmek önemli. Ne zaman alışveriş yapıyorsunuz, ne zaman yeni bir şey alma ihtiyacı duyuyorsunuz, kendinizi dinlemelisiniz. Genel geçer önerilerde e-ticaret sitelerinin e-posta listelerinden çıkmak, sosyal medyada sadece ürün tanıtan fenomen hesaplarını takibi bırakmak yer alabilir ama bunları filtreleseniz de işe gittiğinizde arkadaşınızın yeni aldığı telefonu görünce yine dolaylı yoldan bir "satın al" mesajı almış oluyorsunuz. Bu nedenle öncelikle alışverişle olan ilişkinizi gözden geçirmek gerekli.

Farklı gelişim gösteren, özel dokunuşa ihtiyacı olan bireyler ile beraber yaşamak, bazı ani tüketimleri gerektirebiliyor... Veya bizler böyle düşünüyoruz. Her duruma hazırlıklı olmak isteyen ailelerin çoğu, bavul büyüklüğünde çantalar ile günlerini geçirmekten şikayetçi. Sizce, farklı ve engelli bireylerin yaşamında da minimalizm mümkün mü?

Hep söylediğim bir şey var ki konu sadeleşme ise kişinin ya da ailenin kendi koşulları önemli. Eğer sokağa çıktığınızda birçok farklı şeye ihtiyaç duyulursa ve bunların yanımızda olması elzemse bunları azaltalım demek yanlış olur, en başta bahsettiğimiz huzur faktörünü kaybetmiş oluruz. Ama onun dışındaki eşyalar için soracağımız sorular tüm bireyler için aynı bana kalırsa. Mesela : Bu eşyayı en son ne zaman kullandım, kullanmadıysam nedeni ne? Çift olan şeyler varsa gerçekten 2 tane gerekli mi? Gibi.

şehirlerde otizm -2

DERLEYEN: KAĞAN YUNUS ŞENAY

balıkesir

Otizimli bireylerin özgürce sosyalleşmesine olanak sağlayan Nar Kafe'de spektrumda bulunan bir birey de çalışıyor.



çorum

Otizim Dostu Mekan tanımlamasını mutlulukla taşıyan Havuzbaşı Cafe ve Restaurant, güler yüzlü çalışma arkadaşları ile otizmli dostlarını ağırlamaya hazır!



diyarbakır



Bezgin Bekir Cafe de kendini "Otizm Dostu Mekan" olarak tanımlayan dış mekanlarımızdan birisi... Renkli ve kucaklayıcı tasarımı ile Diyarbakır'da yaşayan otizimli bireyleri mutlulukla misafir ediyor.

izmir

Anadolu Otizm Vakfı'nın iştiraklerinden biri olan El Ele Cafe, otizimli bireylerin ve ailelerinin sosyal hayat ile tanışması için en güvenli mekanlardan bir tanesi...



manisa



Manisa'da bulunan Barış Alanı Cafe, otizimli bireylerin yeşil ve huzur ile buluşması için adeta bir köprü niteliğinde...

ergenlikte otizm

UZM. KLN. PSK. MELIS OKUR



Ergenlik dönemi fiziksel ve ruhsal gelişimin en sancılı aşamasıdır. Birçok insan için bu yetişkinliğe geçiş süreci sakin ve rahat geçebildiği gibi, birçok genç ve aileleri için oldukça zorlayıcıdır. Ancak otizm spektrumlu ergenlerde ve ailelerinde bu durum daha da zor olabilir. Beden gelişirken buna bağlı hormonların da dönüşümüyle birlikte otizmliler tamamen belirsiz ve yeni bir sürece girer. Bu süreçteki değişimler herkes gibi otizmliler bireyler içinde başa çıkması zor olabilir; fakat imkansız değildir. Bu durumda devreye ailelerin ve eğitimin girmesiyle bu süreçten sağlıklı bir şekilde çıkılabilmektedir. Ebeveynler, otizmliler çocukları ergenliğe ulaştığında ne bekleyecekleri konusunda eğitilerek, bu süreçte zarfında ergenlerine nasıl yardım edeceklerini öğrenebilirler.

Değişen Beden

Ergenlik döneminde erkeklerde; ses kalınlaşır penis boyu büyür. Kızlarda ise bu durum mensturasyon (regl) dönemi ve göğüs büyümesi olarak görülür. Her iki cinsiyette de en belirgin özellikler; kasık ve koltuk altı kıllarının büyümesini ve akne eğiliminin artmasıdır. Bu durum, ani değişimlerle ve belirsizlikle başa çıkmakta zorlanan otizmliler için ekstra kaygı doğurmaktadır.

Cinsel Dürtüler

Otizmliler ergenler, özellikle cinsel gelişimi anlamak için diğer alanlardaki akranlarından daha fazla yönlendirmeye ihtiyaç duyarlar. Ergenlik döneminde çoğu insan cinsel dürtüler yaşamaya başlar. Aynı şekilde, spektrumdaki çocukların da cinsel olarak uyarılmış hissetmeleri normaldir. Ancak otizmle ilişkili duyuşsal sorunları olan gençler için bedenin değişimi gibi bu yeni duygular da kaygıya neden olabilir. Ergen, gelişiminin sağlıklı ve normal bir parçası olan "mastürbasyon" yapmaya başlayabilir. Bununla birlikte, -tipik olarak gelişen akranlarının aksine- otizm spektrumlu bazı gençler ne zaman ve nerede mastürbasyon yapmanın uygun olup olmadığını bilmek için toplumsal farkındalığa sahip değildirler. Garip ve endişeli hissetmenin oldukça doğal olduğu ergenlikteki tüm değişim hareketlerini ebeveynin ergenle konuşması oldukça önemlidir.

Konuyu açmakta rahat hissetmiyorsanız veya sohbeti nasıl başlatacağınız konusunda yardıma ihtiyacınız varsa, çocuğunuzun terapistiyle veya gölge öğretmen/abi/ablası ile konuşmaktan çekinmeyin.

Okul Hayatı

Çoğu kişi liseyi ilkokuldan daha zor bulur. Spektrumdaki çocuklar için, okul ve dersler benzersiz zorluklar doğurabilir. Otizmliler birçok çocuk hatırlama konusunda harika, ancak soyut kavramlarla mücadelede zorlanırlar. Bu nedenle, okulun çok daha zorlaşabileceği ve bunun da özgüvene zarar verebileceği unutulmamalıdır. Bu süre zarfında, çocuğunuzla ve terapistiyle birlikte ders notlarının kendilik algısıyla ilgili olmadığı hakkında konuşarak ve bunu terapistinizin önereceği oyunlarla destekleyerek, çocuğunuza yardımcı olabilirsiniz.

Sosyal Dünyada Yer Bulmak

Ergenin benlik algısı toplum baskısı içerisinde tüm zorluklara rağmen gelişme çabasıdadır. Ve bu otizmliler bireylerin sosyal izolasyonla mücadele etmesine neden olabilir. Özel eğitim hizmeti alan gençlerle ilgili geniş bir ulusal çalışma, otizmliler öğrencilerin sosyal aktivitelere katılma olasılıklarının konuşma ve dil bozukluğu olan, öğrenme engelli veya zihinsel engelli ergenlerden daha az olduğunu ortaya koydu. Spektrumlu çocuk veya ergenlerin davranışları akrabaları tarafından "Arkadaşlık kurmak istemiyor!" şeklinde anlaşılabilir. Fakat ilgi alanlarını paylaşabilecekleri akranları ile tanıştıklarında, otizmliler bireyler bu ilişkileri devam ettirmede oldukça başarılıdırlar.

Bu nedenle ortak ilgi alanlarının olduğu arkadaş çevresi, bağ kurmak için en uygun ortamdır. Otizmliler bir ergen olmak ne kadar zorsa, bu ergenin ebeveyni olmak da bir o kadar çetrefillidir. Fakat, her şeye rağmen bu zor birkaç yılı geçirdikten sonra ebeveynlerin çocuklarının gelişmiş karakterlerini görmeleri, tüm bu zorluklar arasında ortaya çıkan paha biçilemez bir hediyedir. Bu yüzden ebeveynlerin bu süreçte yapmaları gereken en önemli şey; çocuklarıyla konuşmayı asla bırakmamaktır.

Tüm bu süreç ve içerisinde ilerleyen dönemlerde ebeveyn ve çocuk ilişkisinin "güven" ve "sansürlü iletişim" üzerine kurulabilmesi, bu sürecin sağlıklı atlatılmasını sağlayacaktır. Aynı zamanda bu süreçte çocuğunuzun doktoruyla görüşmek ve olası belirti ve semptomları nasıl tanıyacağınızı öğrenmek önemlidir. Başka endişeleriniz de varsa konuşmak için otizm ile ilgilenen bir nörolog, psikolog ve psikiyatrist ile görüşmek iyi bir fikir olacaktır. Ergenlik dönemini herkes yaşar ve çocuğunuzun öğretmeni, doktoru ve terapisti ile kritik gençlik yıllarında ne yapılması gerektiği konusunda bir plan yapmak önemlidir. Planlama ve destekle, bu değişiklik ve belirsizlik zamanını olabildiğince sorunsuz atlatabilirsiniz.

BİR GÜNÜM

Sabah uyandım. Elimi;
Yüzümü yıkadım. Kahvaltı
yaptım. Kıyafetlerimi giydim.
servise bindim. Okula
geldim. Okulda Matematik
yaptık. Okulda saatleri
öğreniyordum. Babam bana
saat alacak. Ben de
takacağım. O gün taram
dersi de yaptık çiçek
diktik. Toprakları
birbirlerine karıştırdım.
öğretmenlerimi çok
güldürdüm. Bugün çok
eşlenceliydi. servisler
geldi. Eve gittik.
Televizyon izledim. Yabancı
Müzik dinledim. Cameye
gittim. Yemek yedim.
Dişlerimi fırçaladım.
Uyudum.

MUSTAFA DOĞAN
AKSAKAL
10-B



yaşlanma ve yaşlılık

DR. TACETTİN INANDI

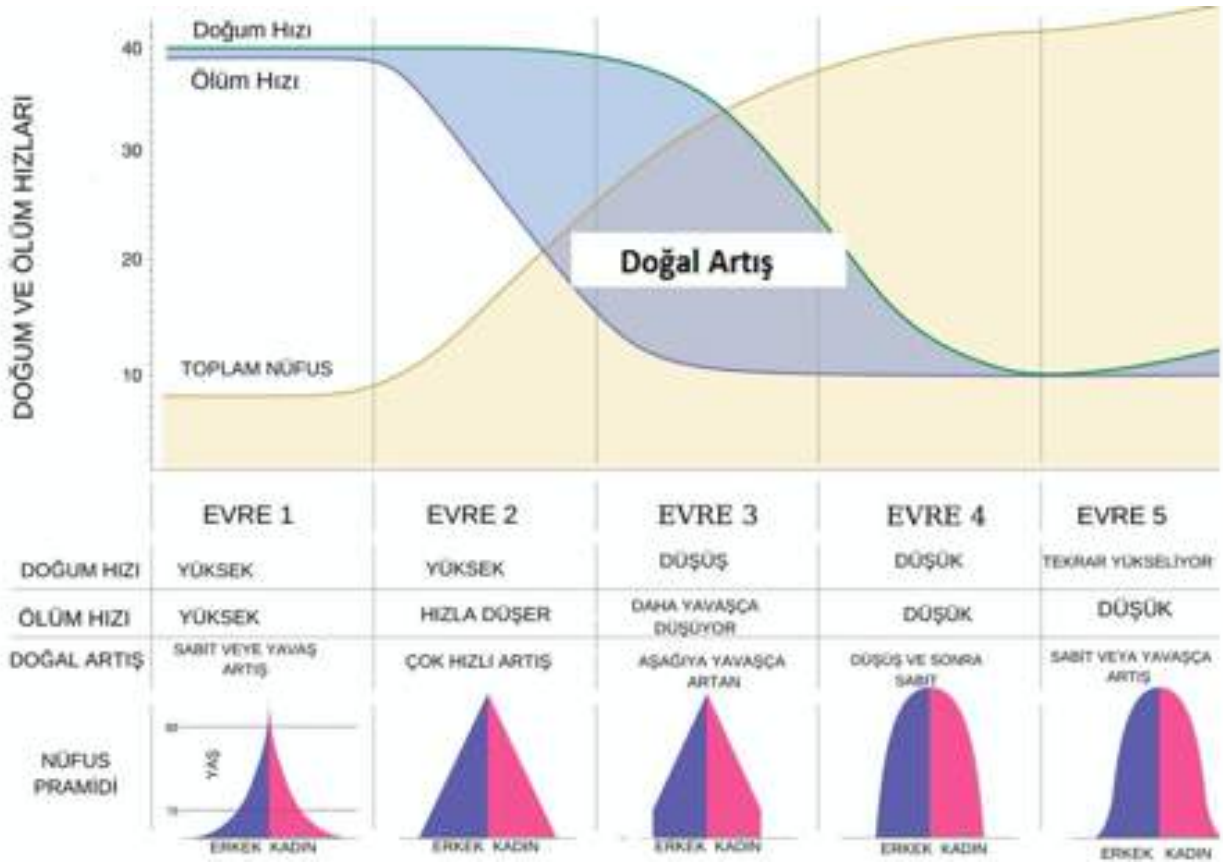
Yaşlılık nedir?

Biyolojik açıdan bakılırsa yaşlılık, zamanla ilişkilidir ve yaşımız bunun göstergesidir. Duygusal ve psikolojik yaşlılık ise kişinin kendini yaşlı hissetmesi ile ilişkilidir. İşlevsel yaşlılık dokuların, hücrelerin, organların işlevlerinde gerileme sürecidir. Sosyal yaşlanma ise bir toplumda kabul görülen yaşlılıktır ve bir anlamda emeklilik yaşıdır. Dünya Sağlık Örgütü 2015 yılında yayınladığı raporda 65-74 yaş arası grubu "genç yaşlı", 75-84 "yaşlı" ve 85 üzerini "ileri yaşlı" olarak tanımladı. Zamana bağlı olarak yapılan bu yaşlılık sınıflandırmasının, yaşam kalitesinde iyileşme ile birlikte ileride yeniden değişme olasılığı fazladır.

Yaşlanma ne zaman başlar ve yaşlanma hızını neler etkiler?

Biyolojik bakış açısında yaşlanma iki hücrenin birleşmesi ile başlar. Herkes için bu süreç aynı hızda ilerler ve yaşımız bunun göstergesidir. İşlevsel açıdan bakıldığında durum farklıdır. İnsanın dokuları, hücreleri ve organları doğumu izleyen yıllarda büyüme ve gelişmeye devam eder. Örneğin karaciğer doğumu izleyen aylarda olgunlaşır. Beyin büyüme ve gelişmesini doğumu izleyen yıllarda sürdürür. Kas ve kemik yapıları 20'li yaşlarda üst düzeye çıkar, 30'lu yaşlarda düz bir çizgide seyrederek ve daha sonra azalmaya başlar. Daha sonra kemik ve kas dokusunda azalma, eklem ağrıları vb. sorunlar ortaya çıkar. Gözler 45 yaşından sonra yakını görmekte zorlanır. Kulağımız zamanla daha az duyabilir. Deride kırışıklıklar ortaya çıkabilir. İşte tüm bu işlevlerde gerileme herkeste aynı zamanda ortaya çıkmaz. İşlevsel yaşlılık herkeste farklı yaşlarda ortaya çıkar. Kalıtsal özelliklerimiz, karşılaştığımız sorunlar, hastalıklar, yoksulluk, açlık, kötü beslenme, kirli hava gibi pek çok etken yaşlanmayı etkiler, hızlandırır. Gürültü kulakların, kirli hava akciğerlerin ve beynin, sigara akciğerler ve tüm damarların yapısında, ciltte zorlanmalara ve yaşlanmaya neden olur. Aşırı ya da kötü beslenme insanın insülin şeker metabolizmasını bozar ve tüm vücutta erken yaşlanmaya neden olur. Gözler, böbrekler, damar ve sinir yapılarımız erken yaşlanır, işlevlerini erken dönemde kaybeder. Yine kronik aşırı stres, uykusuzluk gibi etkenler yaşlanmayı hızlandırır. Çalışma koşulları, güvensiz iş ortamları ve sürekli yenileyen travmalar yaşlanmayı hızlandırır.

Sürekli gürültü erken işitme kaybına neden olur. Aşırı ışık ve ışınlar gözlerde yaşlanmaya neden olur. Gıdalarla aldığımız toksik maddeler karaciğerde yaşlanmayı artırır. Yine aşırı gıda tüketimi karaciğer yağlanması ve yaşlanmasına neden olur. Bunun aksine dengeli ve yeterli beslenen, fiziksel olarak aktif olan, alkol, tütün ve madde bağımlılığından uzak duran, stresle mücadele edebilen, düzenli uykusu olan, temiz hava, temiz su gibi sağlıklı bir çevrede yaşayan bireyler, güvenli ortamlarda çalışan insanlarda yaşlanma süreci daha yavaş olur. Bu nedenle bazı toplumlarda 70 yaşındaki insanların büyük bir çoğunluğu bu nedenle hemen her işini kendi görebilirken, gelişmekte olan ya da geri kalmış ülkelerde 70 yaşında işlevsel olabilmek bir yana bu yaşa erişmek bile olanaklı değildir. Bugünkü verilere baktığımızda insanların büyük çoğunluğunun 80'li 90'lı yaşlarda aktif, işlevsel ve üretken olmasının mümkün olduğunu söyleyebiliriz. Temel sorun erken yaşlanmadır ki bu da önlenilebilir bir durumdur.



Yaşlı toplumlar neden ve nasıl oluşur?

Yaşlı toplumlar, nüfusun %8'den fazlası 65 yaş üzeri insanlardan oluşan toplumlara denir. Peki yaşlı toplumlar neden ve nasıl oluştu? Aslında her şey akıl bilim ve teknoloji ile başladı. Tarımsal faaliyetlerin başlangıcına kadar da gidebiliriz ama daha yakın çağa bakalım. Bilim ve teknolojideki gelişme ile birlikte bulaşıcı hastalıklar önleildi, gıda üretimi arttı, yoksulluk azaldı. Buna bağlı olarak erken ölümler de azalmalar başladı. 16. 17. yüzyıla kadar insanların büyük çoğunluğu bulaşıcı hastalık salgınlarından erken dönemde, çocukluk döneminde ölmekte idi. Bu nedenle çok az sayıda insan 60, 70 yaşın üzerine çıkabiliyordu. Erken yaşta ölümler azalınca hızlı nüfus artışları görüldü ve arkasından da doğurganlıklar azaldı. Daha sonra doğumlar ve ölümler dengelendi ve nüfus artışı düz bir seyir izledi. Böylece yaşlı toplumlar oluştu.

Yaşlılık sosyal bir sorun mudur?

Yaşlılık bir anlamda uzun yaşamaktır. İnsanların hedeflerini gerçekleştirmesidir. Çocuklarının evlendiklerini ve torunlarını görmesidir. Yaşlılık doğal bir süreçtir. Yaşla birlikte bazı bireysel sorunların, hastalıkların görülme olasılığı da artar. Ancak yaşla birlikte kişinin deneyimi ve bilgi birikimi de artar. Yaşlılığın sosyal bir sorun olması toplumsal politikalarla ilişkilidir. Değişen bu nüfus yapısına ilişkin politikalar geliştirilemez, yaşlı nüfus dışlanır, üretimden düşer ve toplumdaki izole olursa bu durumda yaşlı nüfus bir sorun haline gelebilir. Yaşla birlikte bazı sorunların artma olasılığı olsa da insan her yaşta toplum içinde, toplumla birlikte üretken ve mutlu olabilir. Yaşlıları toplum içinde tutan ve üretken kılan politikalar ile yaşlılık sosyal bir sorun olmaktan çıkar. Tersine yaşlıların dışlandığı, üretkenlikten uzaklaştırıldığı toplumlarda yaşlılık önemli bir sosyal soruna dönüşür.



k çocuk yaparak yaşlılık önenebilir mi?

Ne yazık ki hayır. Yaşlılığın temel nedeni az çocuk yapmak değildir. Yaşlı toplumların nedeni erken ölümlerin önlenmesidir. Bulaşıcı hastalık salgınlarının, açlık ve yoksulluğun önlenmesi başlıca nedendir. Ne kadar çok çocuk yaparsak yapalım, erken ölümleri önlediğimiz sürece yaşlı nüfus kaçınılmazdır. Çok çocuk yaparak yaşlılığı önleme yaklaşımı nüfus artışından öteye bir şey yaratmaz. Ancak kısa bir dönem yaşlı nüfus olmayı erteleyebiliriz. Yaşlılık korkulacak bir durum olmadığı gibi, önlenmesi gereken bir durum da değildir.

Öneriler

İşlevsel yaşlanma hızını azaltmaya yönelik çalışmalar yürütülmelidir. İşlevsel yaşlanma ise yaşam boyu sağlıklı yaşam kurallarını hayata geçirmekle olanaklıdır. Dengeli yeterli beslenme, fiziksel aktivite, bağışıklama, temiz bir çevre, kazaların önlenmesi, yoksulluğun önlenmesi, sağlıklı konutlar, okullar, çalışma koşulları, hastalıkların erken tanısı ve etkin tedavisi gibi etkenleri içerir. Yaşam kalitesini artırmak, yaşlanmayı yavaşlatmak ve ertelemek olanaklıdır. Ancak yaşlı toplumlar kaçınılmazdır. Toplumlar yaşlı toplum gerçeğini kabul ederek politika oluşturmalıdır. Yaşlı nüfusun özelliklerini dikkate alarak, onları toplum içinde tutmalı, üretken kılmaya çalışmalıdır.

ceviz içi

Proprioseptif duyu, vücdumuzun pozisyonu ve hareketlerimiz hakkındaki gerekli bilgiyi beynimize veren duyu sistemidir.

Vücdumuzdaki organların pozisyonu hakkındaki bilgileri,
Kaslarımızın ne kadar ve ne hızla kasılıp gevşediğini,
-Hareketlerimizin hızını,
Zamanlamamızın nasıl olduğunu,
-Kaslarımızın aktivite sırasında ne kadar kasılıp gevşemesi gerektiğini bilmek,



Gözün retina kısmında yer alır ve ışık ile aktif hale gelir.
Görme duyumuz nesnelere insanları renkleri zıtlıkları ve sınırları tanımamıza yardımcı olur.

Hiper (çok duyarlı)

-Görüntüde bozulma

-Gözün önünden küçük nesnelere ve parlak ışıkların geçmesi

-Uyaranları eksik parçalar halinde görme

Hipo (az duyarlı)

-Çizgileri ve ayırt edici özellikleri fark etmeme

-Zayıf derinlik algısı tutma ve yakalamada güçlük çekme sakarlık.

kır şarkısı

Tam otların sarardığı zamanlar
Yere yüzükoyun uzanıyorum
Toprakta bir telâş, bir telâş
Karıncalar ötedenberi dostum.

Ellerime hanım böcekleri konuyor
Ne şeker şey onlar!
Uç böcek, uç böcek diyorum
Uçuyorlar

Pan'ın teneffüsü bile
Ilık, okşamakta yüzü.
Devedikenleri, çalılık vesâire
Bir âlem bu toprakların üstü.

Tabiatla haşır neşir Kırlarda
geçen ikindi vakti.
Sakin, dinlenmiş, rahat
Bir gün daha bitti.

behçet necatigil



SIVİLCEVİZ

SİVİLCEVİZ köşemizde, özel ve farklı için fark yaratma amacı güden derneklerle tanışıyoruz.

Hayaller Kuruyoruz

Bu ay SivilCeviz’de Hayaller Kuruyoruz Derneği var. Bizlere zaman ayırdığı için derneğin Yönetim Kurulu Başkanı Deniz Bilgin’e teşekkür ederek başlayalım... Hayaller Kuruyoruz Derneği, nasıl bir öykü ile kuruldu?

Hayaller Kuruyoruz derneği asıl olarak bir üniversite öğrenci kulübü olarak kuruldu. Bir üniversite öğrencisi olduğumuz zamanlarda dahi rahatlıkla görebiliyorduk ki ülkemizin bitmek bilmeyen gündemleri ve kısır tartışmaları var. Üretkenlik düşmanı bu süreçlerin yanında bir de bir şiarımız var, muasır medeniyetler seviyesine ulaşmak. Üniversite öğrencileri olarak ne yaparsak çocuklara bir faydamız olur tartışmaları sonucunda en temelden başlama kararı aldık. Bir ülkenin kalkınması bilgiyle olur, bir çocuğun kalkınması ise kendi hayallerinin üzerine olur. Bu iki kümenin kesişiminde ise kütüphane vardır.

Öğrenci kulübü olarak faaliyet gösterdiğimiz 5 aylık süreçte 5 kütüphane kurmayı başardıktan sonra dernekleşme fikri kaçınılmaz bir hal aldı. Yapabildiğimizi gördükten sonra yapmamak, insanları yarı yolda bırakmak olduğu için yolumuza devam ettik.

Kütüphanesiz okulların öğrenim faaliyetleri için uygun yerler olmadığı kanaatindeyiz. Eskiden dersaneler okullara benzemeye çalışırken şimdi okullar dershanelere benzemeye çalışıyor. Her ne kadar "dershaneler" kaldırılmış olsa da, dersane tipi eğitimin Türk eğitim sistemine yerleşerek yaratmış olduğu tahribat ortadadır. Bizim kuşağımız da elbet bu tahribattan payını aldı. Yaşamımızın her bir alanını biçimlendiren vasatlık ve şekilsizliğin sebebi, ülkemizde yaşamın bireyin potansiyelini gerçekleştirmek üzerine kurulu olmamasından kaynaklanmaktadır. Hayalleri olmayan çocukların, büyüdüklerinde içine düşecekleri kanıksanmış ve katılaştırmış çarpıklıkları çözmek için bir sebepleri olmayacaktır. Bizde kendi hayalimizi bir proje gibi ele alıp, taş üstüne taş koyma kararı olarak çalışmalara başladık.

Hayaller kuracağınız okulları nasıl belirliyorsunuz?

Bir okula kütüphane kurmak en nihayetinde fiziksel bir iştir. Kütüphaneyi işleyecek öğretmenler olmadıktan sonra bir köy okuluna üniversite kütüphanesi kursanız dahi bir fark yaratamazsınız hakeza bunun tersi de doğrudur. Esas olan kütüphaneleri çocuklara açacak idealist öğretmenler bulmaktır. Bir okulu belirlemedeki en önemli kıstasımız idealist öğretmenlerdir. Eğer okuluna kütüphane isteyen bir öğretmenimiz varsa, biz okulumuzu bulmuşuz demektir. Tali bir kıstas olarak da şunu ifade edebiliriz ki, faaliyetlerimizi belirlerken birkaç bölgeye yoğunlaşmıyoruz. 81 ilimizde de birer kütüphane kurmadan aynı ilde ikinci bir kütüphane kurmama kararımız var.

Bir çocuğa okuma isteği nasıl aşılanır? sizce çocuklar okumaya meraklı ve meraksız olarak ikiye ayrılabilir mi?

Bazı davranışların çocukluktan edinilmesi gerekir, sanıyorum ki okuma alışkanlığı bunun birincilidir. Hukuk fakültesinde dahi gördüğüm şudur ki, çocuk yaşta okuma alışkanlığı edinmemiş arkadaşlarım söz gelimi bir ders için ihtiyaç duyduğu bin sayfayı okumakta ama bin birinci sayfada zorlanmaktadır. Okumak, kişinin kendisiyle yüzleştiği, kendisiyle münazara yaptığı, kendi hatalarını, hayallerini, açmazlarını keşfettiği eşsiz bir eylemdir. Nasıl bir kişi yirmi beş yaşından sonra atlet olamaz ise belirli bir yaştan sonra da bu alışkanlığı edinmek pek güçtür. Bundan ötürü sorunuza geri dönersek, bir çocuğun okumaya merakı var mı yok mu sorusundan ziyade, zannımca çocuğa okuma alışkanlığı verilmiş mi verilmemiş mi sorusu daha yerindedir. Bizim yapmaya çalıştığımız ise, bu alışkanlığı çocuğa verilmeye çalışılması durumunda gerekli imkanların sağlanmasına



Her projenizi iki gece üç gün gibi kısacık bir sürede kas gücü ve dekoratif incelik gerektiren bir iş yapıyorsunuz. Bizlerle "Bu yorgunluğa değer..." dediğiniz bir anınızı paylaşır mısınız?

Bir köy okulumuzda kütüphanenin kurulumunu tamamlayıp, öğrencileri tanıtmak için davet etmiştik. Dördüncü sınıfa giden bir kız öğrencimiz hararetli hararetli rafları tarıyordu. Sonra bir rafın önünde durup hızlı hızlı incelemeye devam etti, bir kitabı birden çekip aldı. Arkadaşımıza dönüp: bu kitabı ne zamandır almak için para biriktiriyordum, ilçede bile satılmıyor, merkeze de gitmek zor oluyor, serinin tamamını getirmişsiniz çok teşekkür ederim, dedi. Yorgunluğumuza değmek ne kelime, bir aydır tatil yapıyormuşçasına yenilendik.

Ülkemizdeki dayanışma algısına dair edindiğiniz tecrübe olumlu yönde mi?

Bu konuda şunu ifade etmek isterim ki, insanımız yanlışları düzeltme, eksiklikleri giderme konusunda çok hassas ve isteklidir fakat bununla birlikte harekete geçme konusunda yavaştır. Birileri eğer gidip derse ki, biz şuraya bir kütüphane kuruyoruz, bir derslik açacağız bize yardımcı olur musunuz, ister bir köy evine gidin ister bir şirketin toplantı odasına, elinizin boş dönme ihtimali çok düşüktür. Eğitim konusunda insanımız el ele vererek bir şeyler yapmak konusunda çok isteklidir, yeter ki birileri gidip kapılarını çalsın. Bizim de faaliyetimizin bel kemiği budur zaten, kapıları çalmak.



Ülkemizin çok farklı illerinde kütüphaneler kurduktan sonra, önyargılara bakış açınızda bir değişim oldu mu? Sizi en çok ne şaşırttı?

Aynı anda dört mevsimin yaşandığı ülkemizde, aynı anda birden çok zaman dilimi de yaşanmaktadır. Bir şehrin içinde birden çok zaman dilimi hatta bir köyün içinde bile birden çok zaman dilimi aynı anda yaşanmaktadır. Örnek vermek gerekirse; ülkemizde kız çocukların eğitimden alıkonulması acı bir hatıra değil, korkunç bir gerçekliktir fakat bununla birlikte kızların okutulması için mücadele eden insanlarımız da gerçekliktir. Bunları insanların umudunu kırmak için söylemedim aksine okul yüzü görmemiş köy kadınlarımız kendi çocuklarının eğitimi için mücadele etmektedir, bunun bilinmesi için söyledim. Ülkemizde dengeli bir ekonomik kalkınma olmadığı bilinir ve her değerlendirme bu tespitin üzerinden yapılır. Halbuki bir çok genelleme gibi bu da yanlıştır. İran sınırında asansörlü bir köy okulumuz varken Ege'de kapı kulpu olmayan bir okulumuzu bulabilirsiniz. Velhasıl önyargılar hatalıdır, her bir okulu kendi başına değerlendirmemiz gerekmektedir.

Dernek kurmaya, idari alanda ve faaliyet alanlarında aktif görev almaya, kısaca dernekçiliğe dair doğru bildiğiniz yanlışlarla karşılaştınız mı?

Dernekler tıpkı şirketler gibi tüzel kişiliktir, her bir derneğin kendi hukuk kişiliği olur. Bir derneği kurmak ve yaşatmak için idari ve hukuki bir dizi işlem yapılır. Derneklerin kırtasiye işi çoktur, vergisi, muhasebesi bitmez fakat faaliyetlerinizi şeffaf ve hesap verilebilir şekilde yapmak için bunlar elzemdir. İnsanlardan bağış veya yardım alarak bir şeyler oluşturacaksanız her şeyin kaydını tutmanız gerekir. Hukuki sorumluluktan ziyade ahlaki sorumluluk vardır. Sonuç olarak, uğraşı çoktur fakat uğraşı çoktur diye geri de durulmamalıdır. Yeter ki doğru bir amaç etrafında çalışmaya gönüllü bir ekip olsun. "Dernekçilik" yapacaklara naçizane tavsiyem, destek vereceklerini düşündükleri çevrelerine veya etkili bir maddi sponsorluğa dayanarak yola çıkmasınlar, ihtiyaç duyacakları tek şey bir amaç etrafında gönül birliği yapmış bir avuç insan. Bütün zorlukların ve imkansızlıkların kendiliğinden çözüldüğünü görecektir.

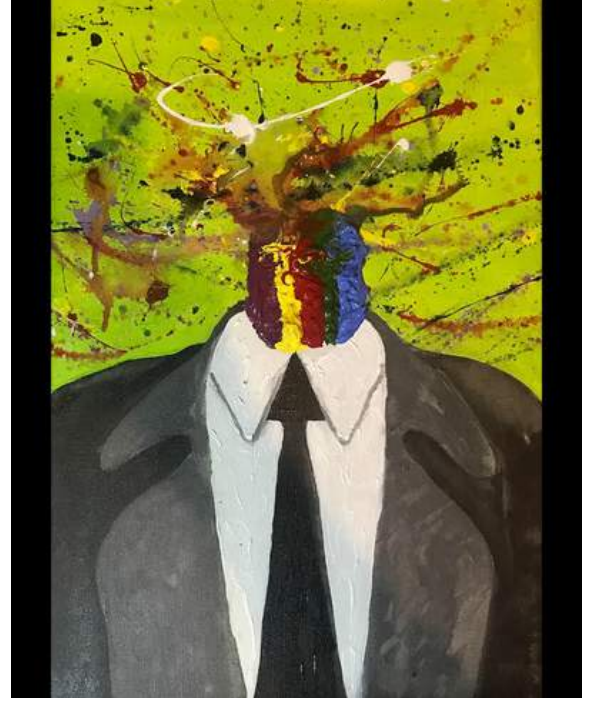
Son olarak, sizlerle iletişime geçmek isteyen gönüllülerin veya öğretmenlerin izlemesi gereken prosedürü soralım...

Okullarımız bizimle internet sayfamız üzerinden (www.hayallerkuruyoruz.com) veya Instagram (@hayallerkuruyoruz) hesabımız üzerinden irtibata geçebilir. İletişim neticesinde kütüphane kurmak üzere mutabık kalırsak, bir protokol yollayarak idari süreci başlatıyoruz. İdari ve hukuki süreçlerin işleminde bugüne kadar bir sorun yaşamadık, bundan sonra da yaşamamayı umuyoruz.

cevizsanat

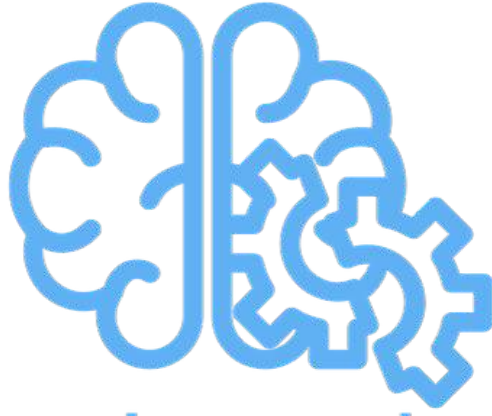
**AHMET TALHA
GÜROL**

City Depression



KAĞAN ŞENAY

Doğa ile Savaş



ceviz otizm

araştırmaları ve toplumsal savunma derneği

Tüm hakları saklıdır.
CEVİZ OTİZM Araştırmaları ve Toplumsal
Savunma Derneği