

# KaRAM

EĞİTİM DERGİSİ  
OCAK 2022 • SAYI 10

**KALITSAL AİLE TRAVMALARININ  
BUGÜNÜMÜZE ETKİSİ**

**KEKEMELİK**

# KADIKÖY REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ E-BÜLTENİ

İMTİYAZ SAHİBİ  
KADIKÖY REHBERLİK VE ARAŞTIRMA  
MERKEZİ ADINA  
KURUM MÜDÜRÜ  
FİGEN ŞAHİN

YAYIN EKİBİ  
DENİZ YEKELER  
NALAN GÜLER CEYLAN

TASARIM/DİZGİ  
NALAN GÜLER CEYLAN

ADRES  
TÜTÜNCÜ MEHMET EFENDİ CAD.  
TERCÜMAN ÇIKMAZI NO:7 GÖZTEPE  
KADIKÖY/İSTANBUL

02163023352  
<http://kadikoyram.meb.k12.tr>

## İÇİNDEKİLER

KALITSAL AİLE  
TRAVMALARININ  
BUGÜNÜMÜZE  
ETKİSİ- 3

KEKEMELİK- 11

KİTAP KÖŞESİ-18

FİLM  
KÖŞESİ-22



kadikoy.ram



kadikoyrehberlikvearastirmamerkezi



kadikoy.ram



Kadıköy RAM

# KALITSAL AİLE TRAVMALARININ BUGÜNÜMÜZE ETKİSİ



**Uzm. Psk. Dan. Deniz YEKELER**

Travma, bireyin kişiliği ve ruhsal bütünlüğü açısından olağan dışı ve felaket düzeyinde olan bir olay sonrasında kişide kalıcı olan, az veya çok etkisiyle bozukluk veya rahatsızlık yaratan bir durumdur.

Travmanın aktarılması teorisine göre bir aile üyesinin deneyimlediği travmatik yaşantıların etkileri, travmaya doğrudan maruz kalmasa da daha genç olan diğer aile üyesinde de görülebilir.

Bazı kuramcılar aktarılmış travma kavramının, bir bütün olarak değil de doğrudan (spesifik) aktarılmış travma ve dolaylı (genel) aktarılmış travma olarak iki grupta ele alınmasını önermektedir:

**Doğrudan (Spesifik) Aktarılmış Travma:** Doğrudan aktarılmış travma kavramı; travma mağduru ebeveynde var olan ruhsal sıkıntının diğer bir deyişle psikolojik belirtilerin, çocuklarına da geçtiğine işaret etmektedir. Burada vurgulanan, çocukların ebeveynlerin deneyimlerini ve duygularını sanki kendileri yaşıyormuş gibi doğrudan aldıklarıdır.

**Dolaylı (Genel) Aktarılmış Travma:** Dolaylı aktarılmış travmada ise ebeveynin travma nedeniyle yaşadığı bozulma, çocuğun genel olarak "mahrum kalma (yoksunluk)" duygusu yaşamasına sebep olmakta ve travmanın kendisi değil, kişinin travmatize olmasının sonuçları aktarılmaktadır.

Ailenizle deneyimlediğiniz geçmişiniz, anneniz daha size hamile kalmadan önce başlar. Henüz siz döllenenmemiş bir yumurta iken anneniz ve anneanneniz ile hücrenel bir çevre paylaşırsınız. Anneanneniz annenize beş aylık hamileyken, sizi geliştiren öncü yumurta hücreleri zaten annenizin yumurtalıklarında mevcuttur.

Bir anne kalıtsal olarak bir travma taşıyorsa veya annesiyle bağında bir kopma yaşadysa, kendi bebeği ile oluşan yeni bağı etkileyebilir ve bu bağı kesintiye uğraması daha muhtemeldir.

Hayat bizi geçmişte çözümlenmemiş bir şeyle geleceğe gönderir.

İlişkilerimizi, başarılarımızı ve sağlığımızı bozabilecek dört tema şunlardır:

### **1.Ebeveynle birleşmek**

Birçoğumuz ebeveynlerimizin acısını bilinçsizce üstleniriz. Muhtemelen paylaşarak onların mutsuzluklarını dindirebileceğimizi hayal ettik.

Ebeveynlerden biri ile birleştiğimizde genellikle olumsuz olmakla beraber o ebeveynin hayat tecrübelerinin bir özelliğini paylaşıyoruz. Belli durumları ve koşulları tekrar ederiz ve yeniden yaşarız.

Şöyle bir düşünün. Ebeveynlerinizden biri duygusal, fiziksel veya psikolojik açıdan mücadele ediyor muydu? Onların acı çektiğini görmek sizi incitiyor muydu?

Onların acısını dindirmek istemiş miydiniz? Bunu denemiş miydiniz?

Bugüne kadar diğerine karşı bir ebeveynin tarafını tuttunuz mu?

Diğer ebeveyni incitmekten korktuğunuz için ebeveynlerinizden birine sevginizi göstermekten çekindiniz mi?

Bugünkü yaşamınızda ebeveynlerinize benzer şekilde mi insanlarla mücadele ediyorsunuz?

Ebeveynlerinizin acısını içinizde mi hissediyorsunuz?

## **2.Ebeveyni reddetmek**

Eğer hayatı tamamen kucaklamak ve neşeyi deneyimlemek istiyorsak, tamamen derin ve tatmin edici ilişkiler istiyorsak, sağlıklı olmayı arzu ediyorsak, tam kapasitemizi kullandığımız bir yaşam istiyorsak; içimizde kırgınlık hissi olmadan, ilk olarak ebeveynlerimizle bozuk olan ilişkilerimizi onarmamız gerekir.

**Kendinize sorun:** Size yaptığı bir şeylerden dolayı ebeveynlerinizden birini reddediyor, suçluyor veya yargılıyor musunuz? Anne-babanızdan birini veya her ikisini yok sayıyor musunuz? Herhangi biri ile ilişkinizi kestiniz mi?

## **3.Anneyle kopan bağ**

Eğer annenizi reddediyorsanız bu durum siz henüz çok küçükken annenizle bağlanma sürecinizde bir kopukluk yaşanmış olabileceğini gösterir. Önceki nesillerde anne-çocuk bağında yaşanmış bir kopukluk kendi annenizle olan bağınızı da etkileyebilir.

Annemizin dikkatli/özenli olma becerisini etkileyen travmatik bir şey başından geçmiş mi?

Sizin için var mıydı yoksa meşgul müydü?

Bir ilişkide bağlanma sorunu yaşıyor musunuz?

Kendimi kapatıyor musunuz, uzaklaşıyor musunuz veya iterek uzaklaştırıyor musunuz?

#### **4. Anne babamız dışında aile sistemimizdeki bir aile bireyi ile özdeşleşmek**

Bize ait olmayan korku ve duyguları yeniden yaşayabilir ve bunları bize ait zannedebiliriz.

Bilinçaltınızda kendinizi ebeveynleriniz yerine aile sisteminden bir kişi ile özdeşleştirebilirsiniz.

-Sizden önceki nesilden biri gibi hissediyor, davranıyor, acı çekiyor, öfkeleniyor veya birinin acısını taşıyor olabilir misiniz?

-Kendi yaşantınız içinde açıklanması zor olan belirtiler, duygular veya davranışlarınız var mı?

-Bir aile bireyi ailede reddedilmesine sebep olan herhangi bir şey yaptı mı?

-Ailede çok acı verici ve konuşulmaktan utanılan herhangi bir travma yaşanmış mıydı? (Bir ebeveynin, çocuğun veya kardeşin erken ölümü veya bir terk ediliş, cinayet, suç işleme veya intihar vb.)

-Siz bu aile bireyinin travmasını size aitmiş gibi yeniden yaşıyor olabilir misiniz?

### **Tricia'nın Hikayesi**

Tricia hep kısa süren ilişkiler yaşıyordu. Hiç bir ilişkisi bir ya da iki yıldan uzun sürmemişti. Şimdiki sevgilisinden de ayrılmak üzereydi. Onun soğuk ve duygusuz olduğundan şikayet ediyordu. "İhtiyaç duyduğum hiçbir zaman yanımda olmuyor" diyordu. Tricia fark etmeksizin annesini de benzer şekilde tasvir ediyordu. "Annem mesafeli ve duygusal olarak erişilmez bir kadındır. Hiçbir zaman ondan destek almak için ona gidemedim. Beni hiç sevmek için ihtiyaç duyduğum şekilde sevmedi."

Tricia'nın annesini reddetmesi, ilişkilerindeki başarısızlığın arkasındaki nedendi.

Tricia, annesinin sıklıkla kendi annesini (Tricia'nın büyükannesi) bencil ve duygusal olarak erişilmez biri olarak tasvir ettiğini anlattı. Büyükannesi henüz bebekken annesinin ölümünden sonra teyzesiyle yaşamak üzere teyzesinin yanına gönderilmişti. Yeni ailede kendisini bir yabancı gibi hissediyordu. Tricia annesinin sıcaklıktan yoksun oluşunun kaynağını anladı. İlk defa annesine merhamet duyduğunu söyledi. Tricia bu durumu ilişkileri ile bağdaştırdıktan hemen sonra sevgilisi ile ilişkisi üzerine etkilerini hissedebilmeye başladı. Artık (zor ve problemlili dönemlerde bile) daha az savunmacıydı ve açık olabiliyordu.



Klinik bulgular, ebeveynlerinin travmalarının ikinci nesile aktarılabilmesine işaret etmiştir. İkinci kuşaktaki kişilerin; dünyanın güvensiz olduğunu düşünme, aile işlevselliği algılamalarında bozulma, kronik mutsuzluk, duygularını ifade etmede zorlanma, tehlikeye karşı devamlı korku hissi, ayrılma anksiyetesi gibi semptomlar taşıdıkları gözlenmiştir.

Farkında olmadan ailemizin travmalarını yeniden yaşıyoruz. Birçoğumuz, zor travmalardan acı çekmiş olan aile bireyleri ile farkında olmadan duygudaşlık yaşıyoruz. Kendimize şu soruyu sormalıyız: Ben kimin duygularını yaşıyorum?

## KAYNAKLAR

Wolynn,M.(2018) *Seninle Başlamadı-Kalıtsal Aile Travmalarının Kim Olduğumuza Etkileri Ve Sorunların Üstesinden Gelmenin Yolları*,Sola Yayınları.İstanbul.

Hocaoğlu,A.(2014) *Son Dönem Bulgaristan Göçünü Yaşayan Yetişkinlerde Travmanın Etkilerinin Kuşaklararası Aktarımı: Duygu Düzenleme Güçlüğü, Aile İşlevselliği Ve Temel Varsayımların Rolü*.Ankara Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.Ankara.

İrak,E.E.,Parlar,H. *Travma Yaşamış Annelerin Tutumlarının Çocuklarının Psikososyal Gelişimine Etkisi.*

<https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/900124>

# KEKEMELİK

Birçok çocuk kelimeleri tekrarlar,  
fakat gerçek bir kekeme,  
kelimeleri söylerken gözle  
görünür biçimde mücadele verir  
(Neala S. SCHWARTZBERG).

Öz. Eğt. Öğrt. Nalan GÜLER CEYLAN

Kekemelik konuşma akıcılığının; ses, hece veya tek heceli sözcük tekrarı, seslerin uzatılması ve hava akışında veya seslemede bloklarla, olağandışı yüksek sıklıkla ve/veya uzun süreli kesintilere uğramasıdır. Kekemeliği olan bireyler yukarıda sözü edilen çekirdek davranışların yanı sıra bu durumla baş etmeye ya da bu durumdan kurtulmaya yönelik birtakım ikincil davranışlar geliştirebilmektedir. Bu davranışlar göz kırpmak, ayak vurmak, omuz sallamak gibi kurtulma davranışları olabileceği gibi; sözcük değiştirme, ses ekleme, duraklama gibi engelleme davranışları olabilir.

Kekemeliği olan birey konuşma esnasında çekinip takılmalarının devam edeceğini düşünürse fizyolojik gerilim sürecinin bir sonucu olarak anksiyete ve utanma gibi psikolojik zorluklarla da karşı karşıya kalabilmektedir. Ruth ve İris, çalışmalarında sosyal kaygının kekemelik şiddeti yüksek olan bireylerde kekemelik şiddeti hafif olanlara göre daha fazla olduğunu bulmuşlardır.

Kekemeliği olan bireyler ve kekemeliği olmayan bireyler karşılaştırıldığında sosyal kaygı ve sosyal fobinin kekemeliği olan bireylerde daha yüksek oranda görüldüğü saptanmıştır. Ayrıca sosyal kaygının iletişime, psikolojik duruma ve hayat kalitesine olumsuz yönde etki ettiği düşünülmektedir.

Sosyal kaygının sosyal ortamlarda eleştirilme korkusu ve endişe ile açıklandığını düşündüklerini belirtmişlerdir. Sosyal kaygı bozukluğu, kekemeliği olan bireylerde yaygın olarak görülen psikolojik belirtiler arasında yer almaktadır.

Sosyal kaygı, sosyal ortamda ya da kekemeliği olan bireyin kendini ifade etmesini gerektiren durumlarda bireyin utanma ve olumsuz değerlendirilme korkuları ile karakterize bir bozukluktur.

Kekeleyen bireyler okul çağından itibaren psikolojik ve sosyal zorluklar ile baş etmeye çalışırlar. Baş etmeyi daha da güçleştiren ve savunmasızlığını arttıran zorbalık, alay, dışlanma, olumsuz akran tepkileri de yaşamaktadırlar.

### **Kekemelik öğrenmeyi nasıl etkiler?**

Doğrudan etkileyebilir, öğrenciler ve öğretmenlerle etkileşime girmek kekeleyen çocuk için stres ve endişeye sebep olabilir. Okul içinde yapılan yüksek sesle okuma, sözlü sunum, soru-cevap gibi sözlü ortamlar ek strese neden olur ve etkinliklere katılım engellenebilir. Okul ile ilgili gelişen endişe ve korku, okula karşı tutumları etkilemektedir ve kekeleyen öğrencilerin kekelemeyen akranlarına göre daha düşük notlar aldığı ve daha az derse katılım gibi akademik performans sergiledikleri görülmektedir. Kekeleyen çocuğun kaygı düzeyi, sınıf içi sunumlar ve konuşmaları sırasında utanç, korku ve stres nedeniyle artabilir ve çocuk konuşma durumlarından kaçınmaya çalışabilir, konuşmayı reddedebilir. Öğrencinin tutumları karşısında öğretmen, öğrencisini daha az zeki, daha az yetkin, daha az duyarlı ve daha az arkadaş canlısı olarak algılayabilir.



## **Kekemelik Türleri Nelerdir?**

Gelişimsel kekemelik en yaygın görülen kekemelik alt sınıfı olup genellikle okul öncesi yıllarda başlamaktadır. Gelişimsel kekemeliği olan bireylerin yaklaşık olarak %75'i herhangi bir terapi almaksızın spontane olarak kendiliğinden iyileşmektedir. Bunun yanında, bu çocukların %25'inde kekemelik kronikleşmekte ve yetişkinlik döneminde de devam etmektedir. Hangi çocukların kendiliğinden iyileşeceği bilinmemekle birlikte kekemeliğin kronikleşmesinde bir takım risk faktörlerinden bahsedilmektedir.

Bu risk faktörleri; diğer aile bireylerinde akıcılık bozukluklarının görülmesi, erkek olma, kekemeliğin 3,5 yaşından sonra başlaması ve 6-12 aydan daha uzun sürmesi, kekemeliğe eşlik eden başka dil ve konuşma bozukluklarının olmasıdır.

Edinilmiş kekemelik oluşum nedenlerine göre nörojenik ve psikojenik kekemelik olmak üzere iki başlık altında incelenmektedir. Nörojenik kekemelik serebrovasküler lezyonlar, kafa travması, iskemik ataklar, travmatik beyin hasarı ve parkinson gibi nedenlere bağlı olarak genellikle yetişkinlik döneminde görülen bir akıcılık bozukluğudur. Psikojenik kekemelik ise yetişkin bireylerde psikolojik travmalar sonucunda aşırı stres ve kaygı sonucu oluşmaktadır. Bu durumda, stres ve kaygı yaratan nedenler kendiliğinden veya çeşitli psikoterapötik yöntemlerle ortadan kalktığında, konuşma hızlı bir biçimde yeniden akıcı bir duruma gelmektedir.

## **Kekemeliğin Görülme Sıklığı ve Cinsiyet Dağılımı Nedir?**

Araştırmalara göre her yüz kişiden 5'i (%5) hayatının bir kesiminde kekemelik yaşamaktadır. Bu veriye bakılarak, Türkiye'de, yaklaşık 700,000 kekemelik vakası olduğu düşünülmektedir. Çocuklukta başlayan kekemelik, bu dönemde çocukların %5'inde gözlenebilir. Kekemeliğin başlangıç aşamasında cinsiyet oranları birbirine yakındır (3 kız / 4 erkek). Ancak kronik kekemeliği olan bireylerin yaklaşık olarak %75-%80'inin erkek olduğu bilinmektedir.

Ankara'daki ilkokullarda kekemeliğin yaygınlığına dair yapılan bir çalışmada kekemeliğin yaygınlığının %1.6 ile %3.1 arasında değişiklik gösterdiği bulgularına ulaşılmıştır.

Türkiye'de yapılmış başka bir çalışmada ise 7-12 yaş arasındaki çocuklarda kekemelik yaygınlığının %3.8 olduğu ve sıklığının yaşlara göre değiştiği bulunmuştur. Çalışmaya göre 7-8 yaş grubundaki çocuklarda kekemelik %4.2, 9-10 yaş grubunda ise %10.9 oranında görülmektedir.

Amerika'da yaş ayırt etmeksizin toplam kekeleyen kişi sayısının üç milyon olduğu, bütün dünyada kekeleyen kişi sayısının ise elli beş milyon olduğuna dair bulgular mevcuttur.

## **Kekemeliğin Nedenleri Nelerdir?**

Nedenlerine ilişkin pek çok teori ortaya atılmasına rağmen kekemeliğin nedeni henüz tam olarak bilinmemektedir. Kekemeliğin genetik yatkınlıklarla birlikte çevresel, nörolojik, fizyolojik ve öğrenilmiş davranışlar gibi etmenleri içerdiği ve çok bileşenli bir etiolojisi olduğu yaygın olarak kabul gören bir görüştür.

Kekemeliği olan bireylerde, farklı etmenlerin farklı kombinasyonlarının, farklı düzeylerde mevcut olduğu, bu nedenle birbirinden farklı tablolar ortaya çıktığı görülmektedir. Bu yüzden kekemelik; bilişsel, fiziksel, dilsel, duygusal ve sosyal bileşenler arasındaki etkileşimler temel alınarak çok boyutlu olarak incelenmelidir.

### **Kekeme Bir Çocukla Konuşurken Nelere Dikkat Edilmeli?**

- Söylemek istediği sözcüğü ya da cümlesini tamamlamayın.
- Kesinlikle, “yavaşla, nefes al, düşünerek konuş, konuşmana dikkat et, acele etme” gibi uyarılarda bulunmayın. Bu onun daha çok kekelemesine yol açacaktır. Aynı telkinlerin konuşurken size yapıldığını düşünün!
- Kekeme çocukla konuşurken, sakın bir şekilde onun konuşmasını tamamlamasını bekleyin, göz temasını sürdürün. Nasıl söylediğini değil, ne söylediğini dinleyin.
- 4 yaşından küçük çocukların yanında “kekelemek” “güzel konuşmak” “takılmak” gibi ifadeleri kesinlikle kullanmayın.
- Kekeleyen çocuğa “neden böyle konuşuyorsun?” “birisini mi taklit ediyorsun, böyle konuşmayı nerden öğrendin?” gibi kekelemesinin nedenine ilişkin sorular sormayın.
- Kekelediğinde üzülmediğinizi ya da kaygılandığınızı belli edecek tarzda hareketlerden ve ifadelerden (gözlerinizin dolması, ağlamak, bakışlarınızı kaçırarak onun yüzüne bakmamak, sinirlenmek, ses tonunuzu yükseltmek vb.) kaçının.
- Kekemelik bir “tabu” olmamalıdır. Kendisi isterse! kekemeliği hakkında açıkça konuşun. Özellikle küçük çocuklar ebeveynleri açıkça ifade etmese de kendilerindeki problemin çoğu zaman farkındadır. Rol yapmaktan kaçının.
- Yavaş ve doğal bir biçimde konuşun ve onu konuşması için zorlamayın.

### **Kekemeliğin Arttığı Durumlar:**

- Telefonda konuşurken
- Kalabalık dinleyicilere ve otorite figürlerine karşı konuşurken
- Fıkra anlatırken
- Kendisinin ya da bir kişinin adı sorulduğunda
- Zaman baskısı altında olduğunda
- Beklenmedik bir durumla karşılaşıldığında
- Yeni insanlarla tanışırken / konuşurken
- Beklemedikleri anda soru sorulduğunda kekeleme şiddetinde artış olur.

### **Kekemeliğin Azaldığı / Yok Olduğu Durumlar:**

- Şarkı söylerken
- Küfür ederken
- Dua okurken
- Sayı sayarken
- Koroyla ya da diğer bir kişiyle birlikte okurken
- Fısıltıyla konuşurken
- Kendinden küçük çocuklarla konuşurken
- Yüksek ses / maskeleyici gürültünün etkisi altında konuşurken
- Ritim tutarak konuşurken en ağır kekemelerin bile oldukça akıcı konuşabildiklerini görebilirsiniz.

### **Akıcılık Bozukluklarına Yönelik Türkiye'de Neler Yapılmaktadır?**

Türkiye'de, kekemeliği olan bireyler için çok sayıda kısa-dönemli terapi veren ve "iyileşmeyi garanti eden" merkezler bulunmaktadır. Bu merkezlerin çoğunda yeni bir konuşma şekli öğretirler. Bu yeni yollar, akıcılık şekillendirme yönteminin bir türüdür. Bu merkezlerden bazıları iyileşmeyi garantilemektedir.



Genel olarak dil ve konuşma terapistleri bu tarz iyileşme garantilerine şüpheyle yaklaşmaktadır. Çünkü pek çok yaklaşım kekemeliği azaltabilir, fakat çok azı aileyle, arkadaşlarla ve çalışma arkadaşlarıyla normal sohbetler etmeyi sağlayacak bir konuşma biçimi öğretebilir. Hatta çok daha azı, kekemelerin, hayatlarının geri kalanında kekemelikleriyle etkili şekilde başa çıkabilmeleri için stratejiler öğretirler.

Bu tür kanıta dayalı olmayan uygulamalar yerine çocuklar ve yetişkinler için bireysel veya grup seçenekleri bulunan, dil ve konuşma bozuklukları eğitimi almış uzmanlar tarafından yapılan konuşma terapileri tercih edilmelidir. Ayrıca bireyler tam teşekküllü hastanelerden aldıkları sağlık raporları ile bağlı buldukları Rehberlik ve Araştırma Merkezine başvurarak uygun görülmesi halinde rehabilitasyon merkezlerinde kullanabilecekleri destek eğitim raporu alabilirler. Bu destek eğitim raporu ile haftada iki ders saati dil ve konuşma terapistinden ücretsiz olarak terapi alma olanakları vardır.

### **Kekemelik Terapisi Ne Zaman Başlar ve Ne Kadar Sürer?**

Okulöncesi dönemde başlayan kekemeliklerde; çocuğun kekemelik şiddeti, dil ve konuşma düzeyi, psiko-sosyal olgunluğu gibi pek çok faktör değerlendirilerek aktif ya da dolaylı terapi yöntemlerinden birine karar verilir. Dolaylı yoldan terapide, çocukla bire bir çalışmak yerine aile ile çalışılarak çevresel düzenlemeler ve ailenin neler yapabileceği üzerinde odaklanılır. Çocuğun kekemelik şiddeti belli aralıklarla ölçülünerek takibe alınır. Aktif terapide, çocukla bire-bir çalışılır ve uygulanacak olan program basamaklar halinde aileye öğretilerek çocuğun kekemeliği kontrol altına alınmaya çalışılır.

Okul çocuklarında ise, okumanın akıcı hale geldiği ikinci sınıftan itibaren okumaya dayalı olan terapi yöntemleri uygulanabilir. Kekemeliğin iyileştirilmesine yönelik farklı terapi programları vardır. Bu programların süresi bir kaç aydan 2 yıla kadar değişebilir. Seçilecek terapi programının yanı sıra, çocuğun iyileşmeye ilişkin motivasyonu, problemin derecesi, çevresel destek imkanları, terapi seanslarına düzenli katılımı, terapi dışında yapması gereken görevleri tam olarak gerçekleştirmesi gibi pek çok faktör terapi süresinin uzunluğunu belirlemektedir. Bu nedenle diğer konuşma bozukluklarında olduğu gibi kesin bir süre vermek mümkün olmamaktadır.

## **Kaynaklar**

Ezgi İLBAN, İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi İlkokul Sınıf Öğretmenlerinin Kekemelik Hakkındaki Tutumu- İstanbul Örnekleme

Feyza Deniz SAMAN, Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dil Ve Konuşma Terapisi Anabilim Dalı Dil Ve Konuşma Terapisi Yüksek Lisans Programı Yüksek Lisans Tezi Sınıf Öğretmenlerinin Kekemelik Hakkındaki Bilgi, Tutum Ve Görüşlerinin İncelenmesi

[https://dilkom.anadolu.edu.tr/sayfa/ak%C4%B1c%C4%B1l%C4%B1k-](https://dilkom.anadolu.edu.tr/sayfa/ak%C4%B1c%C4%B1l%C4%B1k-bozukluklar%C4%B1-kekemelik-ve-h%C4%B1zl%C4%B1-bozuk-konu%C5%9Fma)

[bozukluklar%C4%B1-kekemelik-ve-h%C4%B1zl%C4%B1-bozuk-konu%C5%9Fma](https://dilkom.anadolu.edu.tr/sayfa/ak%C4%B1c%C4%B1l%C4%B1k-bozukluklar%C4%B1-kekemelik-ve-h%C4%B1zl%C4%B1-bozuk-konu%C5%9Fma)

<https://www.monamente.com/tr/icerik/17/akicilik-bozukluklari-kekemelikhizli-konusma>

# KİTAP KÖŞESİ

## OCAK AYI KİTAP ÖNERİLERİ VE TANITIMLARI:

-Mutluluk Bir Tilkidir

-MUTLU OLMAK İÇİN NEYE İHTİYACIM  
VAR?

-ÖZ ŞEFKATLİ FARKINDALIK Tahrip  
Edici Duygularla Başa Çıkabilmek

# Mutluluk Bir Tilkidir

Arkadaşlarla kurulan bağlar sımsıkı mıdır, yoksa ilk rüzgârda sarsılır mı? Büyük bir parktaki yüksek bir ağaçta ailesiyle birlikte yaşayan Povilas, şehirde pek kimsenin tercih etmediği, ormanın içinden geçen patikayı keşfeden, buradan yürümekten keyif alan ve uzun uzun etrafı seyretmeyi seven bir çocuktur. Bir gün, bu yol üzerinde bir tilkiyle karşılaşır, üstelik bu tilki salıncakta sallanıyordur! Tilkiyle Povilas'ın gün geçtikçe güçlenen bağı dostluğa dönüşür ama bir kötü haber gelir Povilas'ın evinden: Ailesi başka bir şehre taşınmaya karar vermiştir! Povilas ne derse desin, anne babası kararından vazgeçmez. Babasının helikopterine atlayıp o "daha güzel" hayata doğru uçarlar. Bu yeni evde Povilas anne babasına kızgındır ama hayat eskisi gibi devam etmektedir bir yandan. Acaba Povilas ve tilkinin yolları tamamen ayrıldı mı, yoksa arkadaşlar görüşmenin bir yolunu bulacak mı?



Yazan: Evelina Dacinte  
 Çizen: Ausra Kindulaite  
 Çeviren: Lora Sarı  
 Hippo Kitap

# Mutlu Olmak İçin Neye İhtiyacım var?

**Yazan:** Oscar Brenifier

Neden varım? Her şeyi bilmem gerekir mi? Mutlu olmak için neye ihtiyacım var? Hayat neden böyle? Büyümek zorunda mıyım? Sevgi nedir? Özgürlük ne işe yarar? Hepimiz eşit miyiz? Güzel nedir? gibi küçüklerin zihinlerini kurcalayan büyük sorular, tüm hayatını felsefeye adanmış bir filozofun çocukları düşünme sanatı ile tanıştırmak amacıyla kaleme aldığı on sekiz kitaplık yeni "Filozof Çocuk" serisinin de bel kemiğini oluşturuyor.

Düşünme eylemini çocuklar için eğlenceli bir serüvene dönüştüren Oscar Brenifier, dizideki her kitabın ismini bütünleyen on sekiz büyük soru yardımıyla, okurlarını, düşünceleri ile oynamaya ve görünenin ardında yatan gerçeği keşfetmeye çağırıyor. Bu sıra dışı başvuru dizisini çocuklar için hazırlanan diğer felsefe temalı kitaplardan ayırtıran en önemli fark ise okurlarına karşı sergilediği "sorgulama odaklı" tutum oluyor: Hayatı, ucu bucağı olmayan büyük bir oyun alanına benzeten yazar, çocuklara, yaşama dair ufuk açıcı sorular yöneltirken yanıt vermekten kaçınarak, sürekli soru sorma yoluyla genç beyinleri doğru düşünmeye yönlendiriyor.

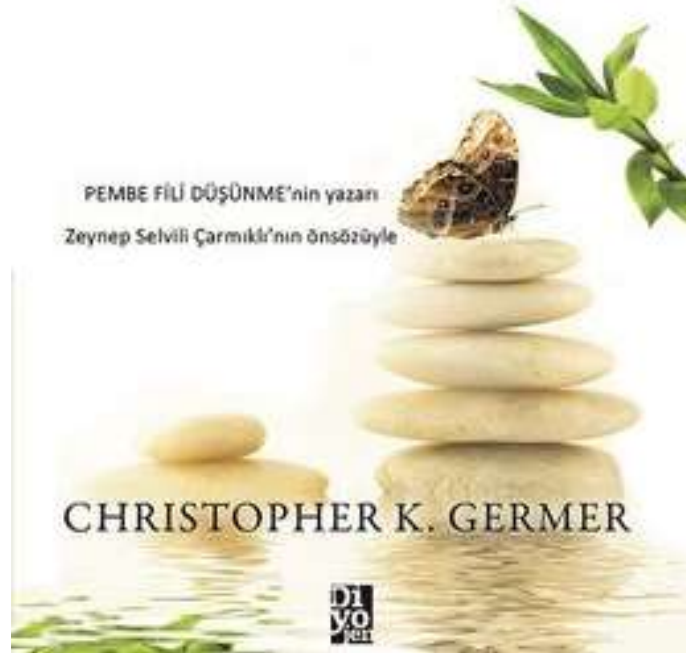


Türkiye'de, düşünme eğitimi veren bazı okullarda kaynak kitap olarak önerilen "Filozof Çocuk", kendileriyle, hayatla ve dünyayla ilgili önemli sorular üzerine kafa yoran tüm çocuklar için benzersiz bir düşünme pratiği sunarken, kalıplaşmış yanıtlar yerine eleştirel olanları tercih eden yetişkinler için de değerli bir kılavuzluk görevi üstleniyor.

Resimleyen: Catherine Meurisse  
Çevirmen: Gökçe Mine Olgun  
TUDEM Yayınları

# ÖZ ŞEFKATLİ FARKINDALIK

Tahrip Edici Duygularla Başa Çıkabilmek



**Yazan:** Christopher K. Germer **Çeviren:** Handan Ünlü Haktanır **Diyojen Yayıncılık**

“Acı kızgın bir boğa gibidir. Onu küçük bir yere kapatırsanız iyice vahşileşir ve kaçmaya çalışır. Ama açık bir alana koyduğunuzda sakinleşir. Farkındalık, acı için duygusal bir açık alan yaratır.”

“Neşelen.” “Bu kadar abartma.” “Kendin için üzülmeği bırak.” “Her şeyi berbat etme.”

Tedirgin, üzgün, öfkeli ya da yalnız hissettiğinizde kafanızın içinde bu eleştirel sesleri duyuyor musunuz? Kendinize karşı yargılayıcı olmak yerine zorlu duyguları kabul etseydiniz hayatınız hangi noktada olurdu, hiç düşündünüz mü?

Dr. Christopher Germer yıllar süren bilimsel çalışmalarında mantığa aykırı gibi görünen bir sonuca ulaştı: Hepimiz acıdan kaçınıyoruz ama acıyı kabul etmek ve utanç duymadan ve yargılama olmaksızın kusurlarımıza, eksiklerimize şefkatle karşılık vermek, iyileşme yolunda olmazsa olmaz adımlardır. Bu bilgece ve anlamlı kitap öz şefkatin gücüne ışık tutarken, öz şefkat çalışmalarının nasıl uygulanabileceğini gerçekçi, bilimsel ve yaratıcı stratejilerle dile getiriyor.

**FİLM  
KÖŞESİ**

**OCAK AYI FİLM ÖNERİLERİ VE TANITIMLARI:**

**-Robotlar**

**-BEN YALNIZ IVAN**

**-BUGÜN ASLINDA DÜNDÜ**

# ROBOTLAR

Ülke: ABD

Kategori: Animasyon, Macera, Fantastik

Vizyon Tarihi: 2005

Yönetmen: Chris Wedge

Yaş Sınırı:5+



Bu 2005 yapımı keyifli film; biraz kenarda kalmış, çok popüler olamamış, devamı getirilmemiş, halbuki çok güzel mesajları olan eğlenceli ve parlak bir animasyon.

Film robotlarla dolu hayali bir dünyada geçiyor. Rodney Dibibakır küçük bir robot kasabasında orta halli bir robot ailenin oğludur. Daha çocukken bile birşeyler icat etmeye meraklı olan Rodney'in en büyük hayali büyük mucit Koca Kaynak'la tanışmaktır. 18 yaşına bastığı gün hayalini gerçekleştirmek için robot şehrine doğru yola çıkar. Hayali, robotların hayatlarını kolaylaştıracak icatlar yapmaktır. Ama robot şehire ulaştığında bu amacıyla arasında bir sürü engel olduğunu keşfeder. Neyse ki alt tabakadan tanıştığı bazı robot arkadaşları sayesinde kendisini kanıtlayacak ve tüm bu engelleri onlarla birlikte azimle aşmaya başlayacaktır.

<https://www.cocuklasinema.com/film-detay/robotlar-4>



# BEN YALNIZ IVAN

Ülke: ABD

Kategori: Dram, Aile, Macera

Vizyon Tarihi: 2020

Yönetmen: Thea Sharrock

Yaş sınırı: 7+



1962'de Afrika'da doğan düz arazi gorili (Ivan), daha bebekken vahşi doğadaki avcılardan kurtarılıp Amerika'ya getirilmiş. Burada onu çok seven karı kocayla yaşamaya başlamış. 3 yaşına geldiğinde fazla büyüdüğü için Washington'da bir AVM'de sergilenmek üzere götürülmüş. Hep insanların içinde büyüdüğü için çok yumuşak huylu bir mizaca sahipmiş. Ama tam 27 yıl boyunca o AVM'nin içindeki kafeslerde kalmış, hiç dışarı çıkmamış. Ivan bir süre sonra orada resim yapmayı öğrenmiş. Resimleri onu görmeye gelen halkın da dikkatini çekince bir kampanya başlatılmış ve Ivan'ın daha doğal bir yerleşkeye taşınmasını talep etmişler. Ivan o zamandan beri Atlanta'daki doğal parkın içinde yaşıyormuş.

<https://www.cocuklasinema.com/film-detay/ben-yalniz-ivan-615>

# BUGÜN ASLINDA DÜNDÜ

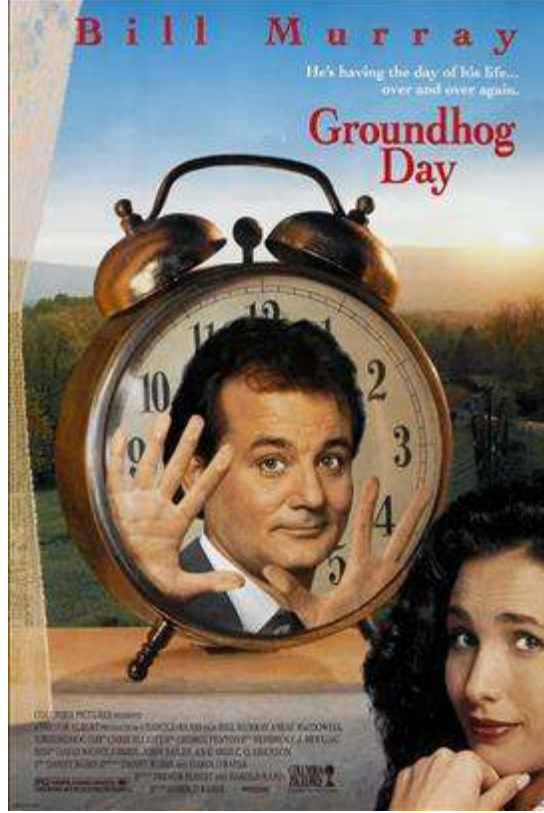
Ülke: ABD

Kategori: Komedi, Fantastik, Romantik

Vizyon Tarihi: 1993

Yönetmen: Harold Ramis

Yaş sınırı: 11+



1990'ların en iyi filmlerinden biri olan "Bugün Aslında Düdü" komedi sinemasının da en iyilerinden biridir.

Hiçbir şeyi beğenmeyen, huysuz, bencil ve kaba saba bir hava durumu sunucusu olan Phil, kanal tarafından nefret ettiği angarya bir iş için görevlendirilmiştir. Küçük bir kasabanın yerel bir kutlamasını yorumlamak için kameramanıyla birlikte oraya gider. Ertesi gün bir sürü sevmediği durumla, etrafındaki insanları da kıra döke bir gün geçirir. Neyse ki sonraki gün şehre dönecek ve tüm bunlardan uzaklaşacaktır. Ama öyle olmaz!

Phil bu bir an önce terketmek istediği kasabada aynı günü tekrar tekrar yaşamak zorundadır. Her sabah aynı olayları bir daha yaşarken her seferinde değişik şeyler yaparak bu devirdaim halinden kurtulmaya çalışır.

<https://www.cocuklasinema.com/film-detay/bugun-aslinda-dundu-84>