

SARIYER REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ

ÖZEL ÇOCUKLAR İÇİN EV , OKUL VE ÇEVRE DÜZENLEMESİ

Sarıyer Rehberlik ve Araştırma Merkezi
Fzt. Burcu Sargın

990

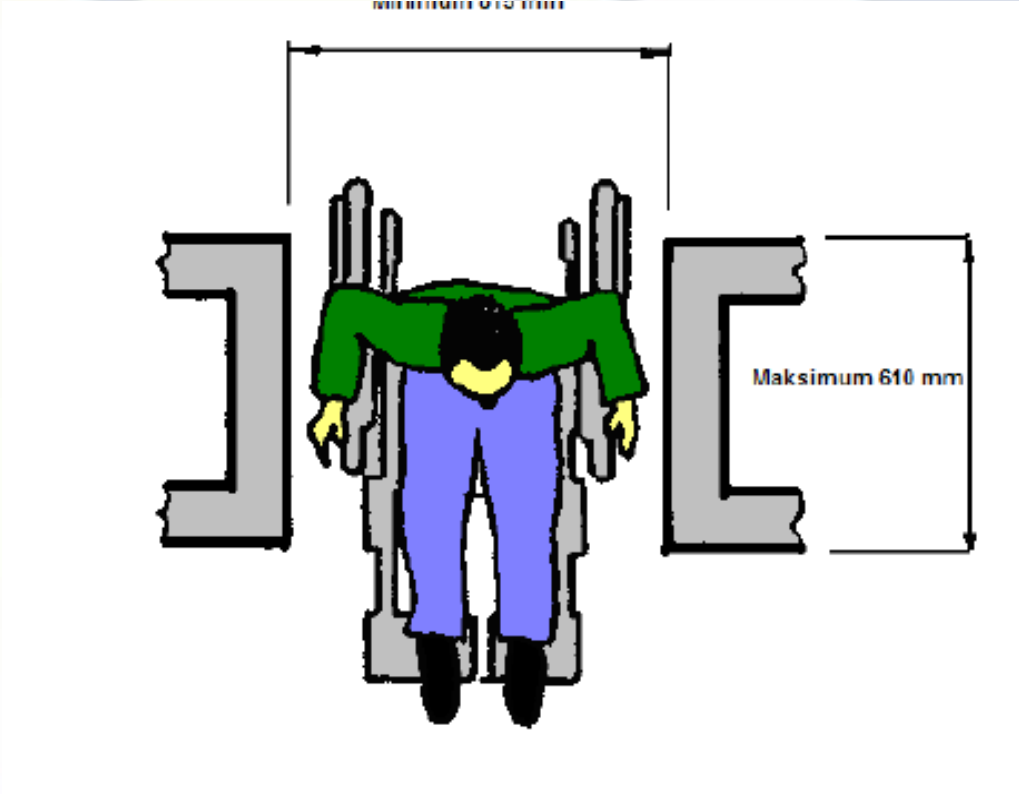
SARIYER
REHBERLİK ve
ARAŞTIRMA MERKEZİ

BEDENSEL YETERSİZLİĞİ
OLAN BİREYLER İÇİN EV VE
OKUL
DÜZENLEMESİ

990

EV İÇİ DÜZENLEME

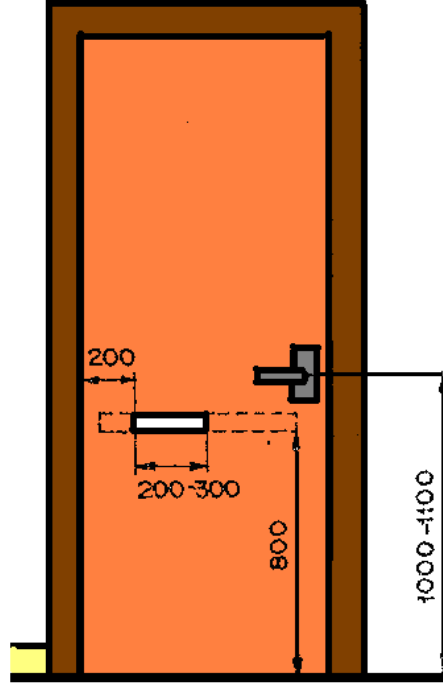
- Kapı 90° açıldığında, kapı net genişliği en az 815 mm olmalıdır. Kapı kulpları, kilitler, anahtar ve diğer kapı aksamları tek el ile kavranabilecek ve kullanılacak şekilde olmalıdır. U biçimli kulplar, itmeli kollu aksamlar uygun tasarımlardır.
- Kapı aksamı görünür olmalı ve her iki taraftan da kullanılabilmelidir. Kapıyı tekerlekli sandalye ve yürüteçler ile itmek mecburiyetinde olma durumunda kapı üzerinde çarpma yüksekliğinde koruyucu plaka olması tavsiye edilir. Koruyucu plaka, kapı genişliğinden 51mm daha az, alttan en az 405 mm yükseklikte olmalıdır. Kapılarda eşik yapılmaması tavsiye edilir. Ancak mecburi hallerde eşik yapılması durumunda eşik yüksekliği sürmeli kapılarda 19mm'den, diğer tip kapılarda 13mm'den yüksek olmamalıdır. Tekerlekli sandalye kullananlar için, lastik eşikler tercih edilmelidir.



- Hidrolik kapı kapatıcılar kullanılıyorsa, kapı kapanma müddetini geciktiren türden olması tavsiye edilir. Bu husus kapıdan girerken manevra müddetini artırmak amacıyla özellikle sık kullanılan iç kapılar için faydalıdır.

Kapı üzerinde bulunan donanımlar da bireylere uygun düzenlenmelidir. Kapı kolu yüksekliği 100–110cm olmalıdır. Kapı gözü yüksekliği 80cm olmalı ve minimum kapı başlangıcından itibaren kapı içine doğru 20cm alan bırakılmalıdır.

Yer kaplaması kaygan olmamalıdır. Kalın halılar, yumuşak ve tutan halılar kullanılmamalıdır. Yapıştırılan halı kullanıldığında, zemin ile yapıştırıcı ve yapıştırıcı ile halı arasındaki hareket, halının kamburlaşp çarpılmasına sebep olabileceğinden, minimum olmalıdır (mümkünse hiç olmamalıdır).



Şekil 29. Kapı Üzerindeki Ekipmanlar Ve Gerekli Ölçüler (TS 9111)

İÇ MEKAN

Mutfaklarda özellikle dolapların yapısı ve mutfak içinde varsa yemek yeme bölümü tasarlanırken tekerlekli sandalyenin manevra alanına, dolaplara yaklaşma ölçülerine ve yüksekliklere özen gösterilmelidir.

Mutfaklarda yapılan temel eylemler olan yıkama, pişirme v.b eylemlerin daha az manevra ile yapılabilir olarak organize edilmesi gerekir. Mutfaklarda en fazla dolaşım evye, ocak ve buzdolabı arasında olmaktadır. Mutfaklarda mümkün olduğunca gün ışığından yararlanılmalı ve mekân yönlendirilmesi, dolayısıyla pencerelerin konumlandırılması en fazla gün ışığı alacak şekilde tasarlanmalıdır.



Şekil 32. Tezgâh Altı Ve Boşluklar ()

Elektrikli mutfak gereçleri belirli bir yükseklikte olmalıdır. (Kapağının rahat açılması ve cihazın içinin rahat görünebilmesi için gerekli yükseklik). Ayrıca mutfak dolabının içine konabilecek mekanizmalar ile bu gereçlerin kullanımı oldukça kolaylaştırılabilir.

En çok kullanılan eşyalar en alt raflara gelecek şekilde yerleştirilmelidir. Ayrıca tezgâh altı mutlaka sandalyenin girmesine olanak sağlayacak şekilde tasarlanmalıdır.

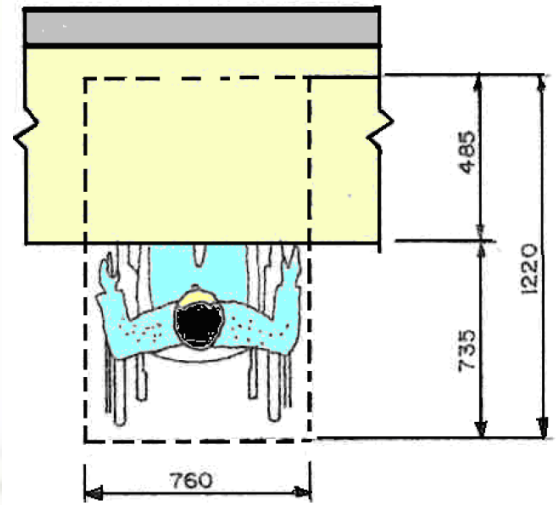
Sadece bir elini kullanabilen bireyler iki elinde kullanılarak yapılması gereken işlerde zorlanırlar. Örneğin odadan odaya eşya götürmek amacıyla tek elle taşınabilen tepsi-ler kullanılmalıdır. Daha hafif eşyalar için omuza çapraz olarak asılabilen omuz taşıyıcı bantlar kullanılabilir. Eğer kişi sol elini kullanıyorsa sol elin kullanımına uygun olan araçlar seçilmelidir. Özellikle elektrikli araçlar dikkatlice seçilmelidir. Aracı kullanmak için her iki elin de kullanımının gerekip gerekmediğine bakılmalıdır.

Odadan odaya eşya götürmeye yardımcı olması açısından yürütülebilen bir el arabası kullanılabilir. Yemek pişirmede de küçük aparatlar kullanmak faydalı olacaktır.

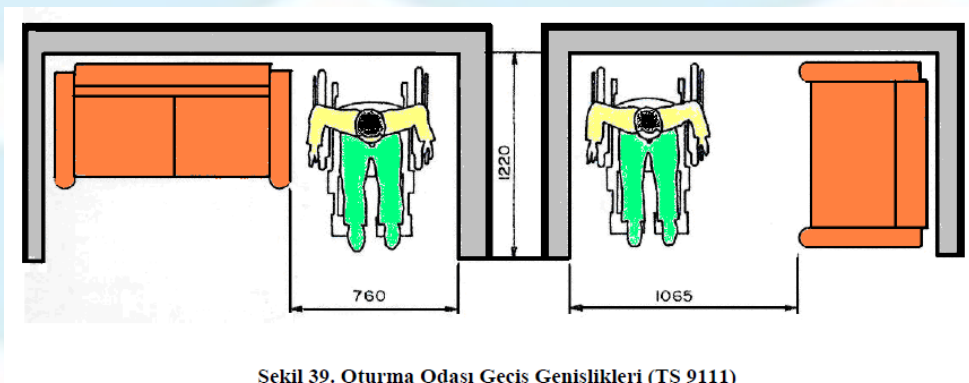
Yardımcı araç veya baston kullanan bireyler kapı kolu, kulp vs. açmak veya çalıştırma- da zorlanabilir, kapı ve pencere açamayabilirler. Bu gibi durumlarda öncelikle otoma- tik kontrollü kapı ve pencereler veya daha düşük maliyetli olması açısından mekanik sistemli kapı ve pencereler tasarlanmalıdır. Mutfaklarda elektronik ve mekanik sis- temler kullanılarak hareketli dolap ve tezgâh yapılabilir. Dolaplar yukarı veya aşağıya hareket edecek şekilde düzenlenerek, bireyin kullanımını kolaylaştırılabilir

Koltuk değneği kullanan bireyler için, yüksekliği mutfak tezgâhına uygun tabureler konması ve bunların güç yardımıyla yukarıya kaldırarak taşımak yerine tekerlekli ol- ması düşünülmelidir. Oturma kısmından bir buton yardımıyla tekerleklerin hareket- sizliği sağlanarak güvenli hale getirilebilir. Ayırı- ca yüksekliği ayarlanabilir olması da çalışma tezgâhı ile uyum açısından önemlidir.

Mutfak tezgâhları tasarlanırken tekerlekli san- dalyenin girebileceği boşluklar mutlaka bıra- kılmalıdır. Tekerlekli sandalye tip ve boyutları birbirinden farklı olabildiği için, ayarlanabilir tezgâh yükseklikleri günümüz teknolojisi ile yapılabilmekte ve klasik tezgâhlara oranla çok daha kullanışlı olmaktadır. Ancak bu kullanıcı- ya ek maliyet getirmektedir. Bu uygulamanın yapılamadığı durumlarda tezgâh altına raylı düzlemler monte edilip alternatif çalışma yük- seklikleri oluşturulabilir.



Şekil 37. Çalışma Yüzeyleri Ve Tezgâh Boşluğu (TS 9111)



Şekil 39. Oturma Odası Geçiş Genişlikleri (TS 9111)

Mutfaklarla ilgili uyulması gereken temel kurallar TS 9111 isimli standartta belirtilmiştir. Bu standarda göre mutfaklar L veya U biçimlerinde yapılabilir. U ve L biçimli mutfaklarda tekerlekli sandalye kullananların manevralarına imkân vermek üzere en az 1525mm x 1525mm boş bir alan bulunmalıdır. Diğer biçimlerde ise bu alanın en az 760mm x 1220mm olması yeterlidir.

Koltuklara geçişte gerekli çözümler düşünülmeli ve yardımcı aparatlar konulmalıdır. Koltukların kolçaklarının açılır kapanır olması transferi oldukça kolaylaştıracaktır. Ayrıca gerekli olan yerlerde 180 derece dönüş için yeterli alanlar bırakılmalıdır.

Evin her yerinde acil çağrısı sistemi kurulmuş ve kolay ulaşılabilir durumda olmalıdır. Ellerini kullanmakta güçlük çeken bireyler için acil düğmeleri tek bir düğmeyle çalışan, uzun süre basmak gerekmeyen ve kesinlikle döndürmeli olmayan özellikte düşünülmelidir. Bu bir başka kişinin telefonuna gidecek bir uyarı olarak düzenlenebilir. Ülkemizde şu anda özel şirketlere bağlı ikaz sistemleri kurulmaktadır. Yangın söndürme cihazı mutlaka bulundurulmalıdır ve mümkünse bu her odada olmalıdır.

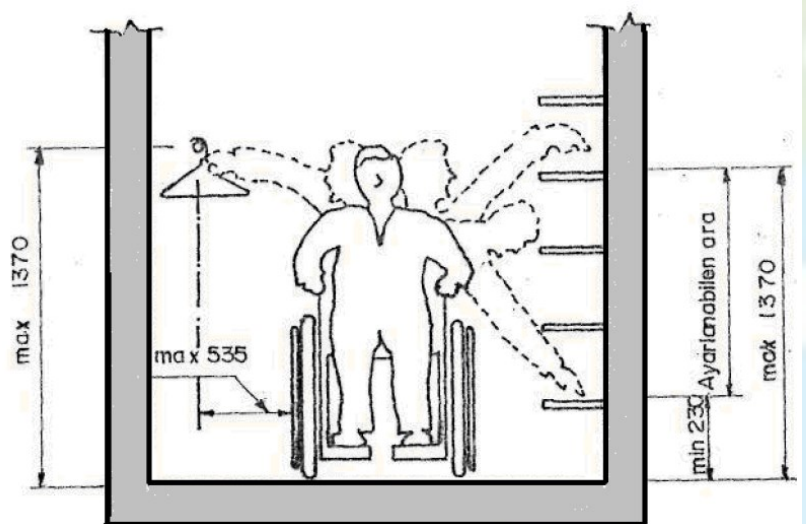
Yemek masasında kişi için yeterli genişlik 76cm'dir. Ayrıca 48cm masa altında boşluk düşünülmeli; iki kişinin karşılıklı yemek yiyeceği yemek masasında minimum genişlik 100cm olmalıdır.

Yemek masalarında en fonksiyonel olan masa tipi dairesel yemek masalarıdır. Bu masalarda özelliklerde dörtkenar yerine sadece ortada ayak bulunması masaya giriş çıkışları oldukça kolaylaştırır. Masanın en az yüksekliği 68,5cm yarıçapı ise en az 48,5cm olmalıdır.

Yatağın sadece bir yanında boşluk bırakılacaksa kullanıcının 180 derece dönüşlerde manevra yapabilmesi için bu boşluk en az 1525mm çapında olmalıdır.

Yatak odasında bulunan tüm mobilyaların yerleştirilmesinde tekerlekli sandalyenin geçiş ve manevra alanları bırakılmalıdır. Yatağın konumlandırılmasında güneş ışığının geliş yönü ve pencere önemlidir. Tercihen yatak pencereye paralel konumlandırılır.

Elbise dolabına önden yaklaşımlarda en azından ayaklar içeriye girecek şekilde çözümler üretilmelidir. Bunun için en kolay çözüm dolap baza yüksekliğinin düzenlenmesidir. Genel kullanıcılar için tasarlanan dolaplara göre baza daha içeride olmalıdır. Ayrıca elbise dolaplarının kapakları sürme yapılırsa daha kullanışlı olmaktadır. Elbise asılacak yükseklik 1220mm olmalıdır. Daha rahat ulaşılacak raflar ise 1120mm yüksekliğe kadar olmalıdır.



Şekil 45. Dolap Kullanım Yükseklikleri (Yandan Yaklaşım) (Atala,1999)

Wc TASARIMI

WC'ler bireyler için mutlaka özel tasarlanmalıdır. Bu tasarımlarda kapı genişlikleri 85cm den az olmamalıdır.

WC için bırakılan alanda dikkat edilmesi gereken en önemli şey kullanacak bireyin içeriye girdiğinde kapıyı kapatacak kadar boşluk bulunmalıdır. Odadan veya koridordan tuvalete girişte kesinlikle eşik vb yükseltmeler bulunmamalıdır. Lavabo olarak kullanılacak kısım dolaplı yapılacaksa mutlaka tekerlekli sandalyenin girebileceği kadar alan boş bırakılmalıdır. Lavabolarda yüksekliğe ve bataryanın konulacağı yere dikkat edilmelidir. Ayrıca tuvaletlerde hareket alanları ve özel aparatların konumlarına dikkat edilmelidir. Kapılar dışarı açılmalıdır. Ulaşılabilir bir hacimde 180 derece dönüş için 150cm çapında bir manevra alanı bırakılmalıdır. Tekerlekli sandalye kullanıcılar için mutlaka klozet kullanılmalıdır. Klozetler belirtilen şartları taşımak kaydıyla duvara monteli veya yere monteli olabilir. Klozet etrafında bırakılacak manevra alanı ve transfer boşluğu kullanıcının hangi elini kullandığı ile bağıntılıdır.

Tekerlekli sandalye ve yürüme aracı kullanıcıları için klozetin çevresine kaymayı, düşmeyi engellemek ve transfer için mutlaka tutunma bantları konulmalıdır. Bu bantlar kişiye özel ayarlanmalıdır. Ancak genel kullanımlarda döşemeye paralel veya dik olmalıdır.

Tutunma bantlarının genişlik veya çapı 32mm - 38mm olmalıdır. Tutunma bantları duvara yerleştirilmişse, duvarla-bant arasında 38mm aralık bulunmalıdır.

Banyo Kullanımı

Bedensel yetersizliği olan bireyler için düzenlenmiş banyo bölümünde en önemli ayrıntı klozet veya duş teknesine yaklaşabilmek için gerekli alanın bırakılması ve bunlara erişimin tek başına sağlanabilmesidir. Banyolara, bireylerin rahat kullanabilmesi için farklı aparatlar teçhiz edilmelidir. Bu aparatların başında tutamaklar, oturma sandalyeleri acil düğmeleri ve telefon gelir. Tutamakların konumlandırılması ve yükseklikleri de kullanıcı ergonomisi açısından çok önemlidir.

Yer kaplaması kaygan olmamalıdır. Kalın halılar, yumuşak ve tutan halılar kullanılmamalıdır. Yapıştırılan halı kullanıldığında, zemin ile yapıştırıcı ve yapıştırıcı ile halı arasındaki hareket, halının kamburlaşip çarpılmasına sebep olabileceğinden, minimum olmalıdır (mümkünse hiç olmamalıdır). 1600mm veya 1700mm uzunluktaki küvetler tercih edilmeli ve yerden yüksekliği en fazla 550 mm olmalıdır. Küvet tabanı düz olmalıdır.

Daha detaylı bilgi ve önerilen ölçümler için *Ulaşılabilirlik Kılavuzu ve Trakya Üniversitesi, Bedensel Özürlüler için Mimari Mekan Tasarımı Yüksek Lisans Tezi, Ali Mülayim ,2009* yayınlarını inceleyiniz.

SARIYER REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ

GÖRME YETERSİZLİĞİ OLAN
BİREYLER İÇİN EV VE OKUL
DÜZENLEMESİ

990

Hacettepe Üniversitesinde yapılan bir araştırmaya göre az gören, görme yetersizliği olan ve gören bireylerin çevre koşullarının sosyal kaygı düzeyleri üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Bu nedenle az gören ve görme yetersizliği olan bireylerin çevresel koşullarının ihtiyaçları dahilinde desteklenmesinin bireylerin sosyal hayatları açısından olumlu sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir.

Yapılan bir başka çalışmada vakalarda kullanılan uyarlanabilir ekipmanların akademik katılıma pozitif etkisi olduğu saptanmıştır ve az gören bireylerde yapılan müdahalelerde uyarlanabilir ekipmanların kullanılması önerilmektedir.



Görme yetersizliği olan çocukların çevreyi deneyimleyerek öğrenmesi için mümkün olduğunca dış ortam ile etkileşim halinde olması gerekmektedir.

Görme yetersizliği olan çocuklar; bağımsız hareket becerisi, çevreyi keşfedebilme, nesnelere ve insanlarla etkileşime girme gibi beceriler için görme duyusu yerine işitme, koklama, dokunma, kinestetik gibi çoklu duylardan gelen bilgileri kullanır ve böylece çevrelerini anlamlandırır.

Yapılan çalışmalar göstermektedir ki görme yetersizliği olan ve az gören bireylerin ev ve okul çevresinde yapılan değişiklikler sosyal becerilerini, günlük yaşama katılımını ve okul başarısını artırmaktadır. Bu doğrultuda yapılabilecek düzenleme ile ilgili öneriler aşağıda belirtilmiştir.

GÖRME YETERSİZLİĞİ OLAN BİREYLER İÇİN ÇEVRE DÜZENLEMESİ

Görme yetersizliği olan çocuklar, mekanın yapısını algılayıp varlığıyla mekan arasında ilişki kurup kendini güvende hisseder ve böylece gelişir ve becerileri desteklenir.

Ev ve okul içi düzenleme sonrasında çocukla değişen yer ve eşyaların yeri hakkında pratik yapılmalıdır. Az görme yeteneğine sahip çocuklar için eşyalarda renk kontrastlığından yararlanılmalıdır. (Ör: Kapı kolu ile kapının zıt renklerde olması)

DOKUNSAMAL DÜZENLEMELER

- Duvarlar ile bağlantısı kurulmuş kolonlar, yüzeyde çıkıntı oluşturmayacak biçimde, farklı bir malzeme ile kaplanmalı ya da düz bir duvar yüzeyi oluşturulacak biçimde yapılmalıdır.
- Ev içi alanlarda farklı dokuda duvar kullanılarak yönlendirici bir özellik kazanması sağlanabilir.
- Mekan farklılıkları, farklı zemin kaplamaları ile belirgin hale getirilebilir.

- Ev içi merdiven basamaklarının, ilki ve sonuncusu farklı dokunsal yüzeyle kaplanarak bireye uyarı sağlayabilir.
- Tüm bataryalarda fotoselli olanlar tercih edilmelidir. Sıcak/ soğuk ayarı üzerine kabartmalı işaret konulmalıdır.
- Dolap kapaklarında kolay kavrama açısından U şeklimdeki kulplar tercih edilmelidir.
- Tüm kapılar aynı yöne doğru açılmalıdır.
- Kapı kollarında L veya U şekilli veya manivela kapı kolları tercih edilmeli ve L şeklindeki kapı kolları açık uçları kapı yönüne doğru kıvrımlı olmalı
- Her kapı kilidi ve anahtarı için farklı dokulu uyarın kullanılmalıdır.

İŞİTSEL DÜZENLEMELER

- Konut içi akustik değeri yankılanmaya ve ses değerlerinin düşmesine neden olmalıdır.
- Zemin ile duvarlar arasında malzeme farklılığı bulunmalı ve sesin farklı şekillerde yansımaları sağlanmalıdır.
- Kapı ve pencereler için açık kalmaları durumunda sesli uyarın sağlayacak aletler takılmalıdır.

YARALANMAYI ÖNLEMENE YÖNELİK DÜZENLEMELER

- Ev içi zeminde kullanılan iki farklı malzemenin birbirine bağlantı hizasında seviye farkı oluşmamalıdır.
- Ev içi merdivenlerde paralel ve düz basamaklar tercih edilmelidir. Merdivende dönüş mecburiyeti varsa sahanlık kullanımı, açılı merdiven yerine daha işlevsel olacaktır.
- Ev içi merdivenlerde basamakların rıht ile birleşimi düz ve temiz olmalı, basamaklar rıhtlardan önce bitirilmemelidir.
- Tirabzanlar merdiven basamaklarından 90 cm yükseklikte takılmalıdır.
- İlk ve son basamak köşe hizasından en az 30 cm bırakılarak başlamalı ve bitirilmelidir.
- Tirabzan duvar yüzeyine monte edilmişse, küpeşte bitişlerinin ucu duvara dönük olarak sonlandırılmalıdır.
- Merdiven yüzeylerinin altı kapalı olmalıdır.



OKUL DÜZENLEMELERİ

- Dokunsal, sesli bilgilendirme sağlayacak uyarı ve yönlendirme işaretleri konulmalıdır.
- Sesli uyarı sistemi ile çalışan asansörler bulunmalıdır.
- Yürüyüş yüzeyi veya duvarda yer verilen değişen doku yüzeyleri, korkuluklar, dokunsal tabela ve haritalar bağımsız harekete olanak tanır.
- Okul girişine kadar sürekli devam eden yaya kaldırımı olmalıdır.
- Bahçe girişi kot farksız düzenlenmelidir.
- Eğitim mekanındaki eşyaların yerinin sabit kalması, mekânsal hafızanın sürdürülmesine yardımcı olur, buna olanak tanınmalıdır.
- Sınırları belli oyun alanları oluşturulmalı. Sınırlar farklı dokudaki zemin döşemeleri içeriğinde olmalıdır.
- Gün ışığının geliş yönünün olumsuz etkilememesi, parlama vb riskleri önlemek için jaluziler ve perdeler kullanılmalıdır.
- Oyun odasındaki pencere yüzeyinin, döşeme alanının yaklaşık %20sine eşit olması sağlanmalıdır.
- Okul girişinden sınıfa kadar olan mesafe kısa, kolay algılanabilir ve zihinsel haritalamayı kolaylaştıracak planda olmalıdır.



SARIYER REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ

İŞİTME YETERSİZLİĞİ OLAN Bİ-
REYLER İÇİN EV VE OKUL DÜZEN-
LEMESİ

990

İşitme yetersizliği olan bireylerin sosyal etkileşimleri incelendiğinde, işiten akranlarına göre, sosyal beceri düzeylerinin düşük olduğu ve çevreleriyle yeterince iletişim kuramadıkları ve bu nedenle uyum ve davranış sorunları gösterdikleri belirtilmektedir. Ancak uygun ortam ve şartlar sağlandığında işitme yetersizliği olan bireylerin de günlük yaşamında bağımsız olabildiği, sosyal ilişkilerin artırıldığı gözlenmiştir. Bu nedenle okul , ev ve çevre düzenlemeleri bireyin günlük yaşamını kolaylaştıracak şekilde düzenlenmelidir.

EV İÇİ DÜZENLEMELER

- Işık ve titreşimlerden yararlanılmalıdır. (Ör: kapı zili çaldığında renkli ışıklar yanması veya ışıkların yanıp sönmesi)
- Ebeveyn de işitme yetersizliği olan bir bireyse ev içi görüntülü sistemler bulunması faydalı olacaktır.

OKUL DÜZENLEMELERİ

- Sınıfın aydınlatması, konuşan kişinin yüz ifadelerinin ve ağzının görülmesi için yeterli düzeyde olmalıdır.
- Sınıfın büyüklüğünün, öğrenme için uygun olması gerekir. Yüksek tavanlı, geniş bir sınıfta konuşma sesleri daha fazla bozulacaktır. Çok küçük sınıflarda ise ses emilip kaybolabilir.
- Sınıftaki pencerelerin sayısı ve büyüklüğü de sınıf yapısı ile ilgili düzenlemelerde değerlendirilmelidir. Pencere sayısının çok olması, gürültünün içeri daha fazla girmesine ve dikkatin dağılmasına neden olabilir.
- Sınıf içindeki gürültünün azaltılması için sınıfın tavanından başlayarak sesin yansımalarını yani ekoyu önleyecek malzeme ile kaplanması önerilmektedir.
- Sınıf içindeki duvarlara çarpan ses geri yansıdığından yeni bir gürültü kaynağı oluşturacak ve konuşmaların takip edilmesini zorlaştıracaktır. Bu nedenle sınıf duvarlarının sesi absorbe eden özellikteki materyaller ile kaplanması gerekmektedir. Bu amaçla duvarın yüzeyinin delikli, esnek ve pürüzlü olması gerekir. Bunun için en sık başvurulan yol, duvarlara mantar veya bez panoların asılmasıdır.
- Sınıf zemininin halı ile kaplı olması, yansıtmayı azaltırken aynı zamanda sınıf içindeki gürültüyü de azaltmaktadır.
- Sınıf içinde pencerelerin çok olmasının aydınlatma için önemli olduğu düşünülebilir. Ancak cam, yüksek düzeyde yansıtıcı ve sert bir yüzeydir. Bu nedenle camın önüne perde asmak, gürültünün emilmesine ve yansımanın azaltılmasına yardımcı olacaktır.
- Koridor, gürültünün çok sık olduğu yerlerdendir. Sınıfın dışındaki koridordan gelen gürültüyü azaltmak için koridorlar halı kaplanabilir ya da sınıf kapısı keçe ile desteklenebilir.

- Ders başlama ve bitiş saatlerinde görsel/renkli uyarıların yapılması ya da akıllı saatlerin titreşim özelliklerinin kullanılması
- Beden eğitimi derslerinde düdük gibi uyarıcılara eşlik edecek bayrak vb uyarıların kullanılması
- Öğretmen konuşurken öğretmenin ağzını izleyebileceği şekilde ayna kullanımı veya teknolojik aletlerden yardım alınarak oluşturulacak görsel uyarı sağlanabilir. (Ders takibi için)
- Bir çalışmada işitme yetersizliği olan öğrencilerle iletişim kurmaya yardımcı teknolojik araçları şu şekilde belirtmiştir:
Yardımcı dinleme cihazları
Telekomünikasyon cihazları
Konuşmayı metne çeviren cihazlar
Uyarı cihazları



SARIYER REHBERLİK ve ARAŞTIRMA MERKEZİ

OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĐU
OLAN BİREYLER İÇİN EV VE OKUL
DÜZENLEMESİ

990

Çevresel uyaranlara karşı aşırı hassasiyet (ışık, gürültü vb) belirli özelliği olan cisimlere yönelme ve dokunma isteği (ör. Parlak cisimler) zararlı yiyecekleri yeme vb. gibi duyuşal modülasyon bozuklukları ve davranış problemleri yaşıyan ortamın otizimli bireyin ve ailesinin hayatını kolaylaştırmaya yönelik düzenlenmesini zorunlu kılmaktadır.

EV İÇİ DÜZENLEME

Otizimli bireylerin;

- Ev ortamında göze gelen direkt aydınlatmadan rahatsız olma,
- Karanlıkta uyumak isteme ama direkt göze gelen ışık nedeniyle geceleri uykusuzluk çekme,
- Floresan lambaların ses ve titreşiminden rahatsız olma,
- Ses , ışık gibi uyaranların yoğun olduğu ortamlara hızlı uyum sağlayamama,
- Denge problemleri ve zıplama davranışları nedeniyle düşme ve kırık riski
- Koku hassasiyeti nedeniyle özellikle mutfak, tuvalet ve banyo ortamlarından hoşlanmama,
- Parlak renklere rahatsız olma
- Self regülasyonu sağlayamama
- Uyku problemi
- Ebeveynle uyuma
- Tehlikenin farkında olmama gibi problemleri olabilir.

GÖRSEL DÜZENLEMELER

- Evlerde aydınlatma olarak gizli ışık veya ters ışık (önce tavana, sonra yere yansıyan ışık) kullanılmalıdır.
- Duvar renklerinde ,özellikle sarı renk yerine mavi ve yeşilin pastel tonları tercih edilmelidir.

İŞİTSEL DÜZENLEMELER

- Ses izolasyonu kullanılmalıdır.
- Bina içinden ve dışından gelecek sesler için ses geçirmez pencere camları
- Odaların duvarlarında ve tavanlarında özel levhalar (köpük, taş yünü, cork mantar vb yanmayan, kanserojen madde içermeyen, nefes alabilen) kullanılmalıdır.
- Ses absorbe edici canlı sıva ya da badana boyası kullanılması ve banyo havalandırmaalarında esi kesecek sistemler yerleştirilmesi vb. uygulanabilir.
- Duvar boyası kokusu
- Beslenme saatinde verilen yiyeceklerin (yumurta, zeytin, peynir vb) kokusu
- Ayakkabı, ayak kokusu
- Kütüphane, kitap kokusu

DOKUNSA DÜZENLEMELER

Ev zemininde taş ve seramik zemin yerine ahşap zemin tercih edilmelidir.

Bireye özgü yorgan, yastık ve yatak seçimi yapılmalı ve pamuklu nevresim takımı kullanılmalıdır.

KOKUYA YÖNELİK DÜZENLEMELER

Hava sirkülasyonu iyi sağlanmalı

Ev ve okul ortamında aspiratör kullanılmalıdır.

SELF REGÜLASYONA YÖNELİK DÜZENLEMELER

Sıcak su dol dolü küvet veya jakuzi kullanılabilir.

Yatak odasında gereksiz eşya olmamalı, sade bir uyku ortamı hazırlanmalıdır.

Birey kendi yatağında uyumaya teşvik edilmelidir.

OKUL DÜZENLEMELERİ

Duyusal modülasyon ihtiyacı için kullanılabilecekler şunlardır:

- Proprioseptif ve Vestibüler Uyarımlar
- Sınıf içinde ve koridorlarda trambolin
- Bahçede tek ve çift süspansiyonlu salıncaklar
- Ağırlaştırılmış yelekler
- Ağır toplar
- Pilates topları
- Çiğneme tüpleri
- Döner koltuk ve sandalyeler
- Tahteravalli
- Masaj koltukları
- Dar / Sınırlandırılmış alanlar

Görsel ve işitsel uyarımlar

- Led disko lambaları
- Teneffüs zillerinin farklı ritimlerde olması
- Işıklı oyun ortamlarının kullanılması
- Farklı renklerde boyanmış koridorlar
- Farklı renklerde okul dolapları
- Renkli aydınlatmalar
- Snoozelen odaları (Aromaterapi yağları ile masaj koltukları bulunabilir)

Koku uyarımları

- Aşağıdaki maddeler çocuğun tepkisine göre değiştirilmeli veya havalandırma sistemlerinin iyi olduğu kontrol edilmelidir:
- Temizlik malzemelerinin kokusu
- Resim, kimya, eğitici etkinlikler derslerinde kullanılan materyal kokusu
- Yemekhane, tuvalet, spor salonu, soyunma odaları, duş alanlarındaki kokular
- Çimler kesildikten sonra oluşan koku
- Duvar boyası kokusu
- Beslenme saatinde verilen yiyeceklerin (yumurta, zeytin, peynir vb) kokusu
- Ayakkabı, ayak kokusu
- Kütüphane, kitap kokusu

SARIYER
REHBERLİK ve
ARAŞTIRMA MERKEZ

**YARALANMALARINI ÖNLEYİCİ
GENEL ÇEVRE
DÜZENLEMELERİ**

990



YARALANMALARINI ÖNLEYİCİ GENEL ÇEVRE DÜZENLEMELERİ ŞU ŞEKİLDEDİR:

- Tüm yüzeyler (banyo, mutfak, tuvalet ve oda zemini vb) sağlam ve kaymayı önleyici şekilde olmalıdır.
- Kalın, yumuşak ve kaygan kilim ve halılar kullanılmamalı veya bunlar sabitlenmelidir.
- Elektrik prizlerinin koruyucu kapakları olmalı veya önleri kapatılmalıdır.
- Balkonlar çocukların düşmesini engelleyecek şekilde düzenlenmelidir.
- Balkon ve bahçe kapıları kilitli tutulmalı, pencerelerde tam açılmayı engelleyen kilit sistemi bulunmalıdır. Kilit sistemi kullanılmayan pencerelerde, pencere yukarıdan yarım açılır düzeyde olmalıdır.
- Kaygan zemin döşemesi olmamalıdır.
- Uzatma kabloları fişe takılı ve yerde olmalı ancak açıkta bırakılmamalıdır.
- Çocukların erişeceği yerlerde kesici aletler bulundurulmamalıdır.
- Sivri köşeli, keskin kenarlı eşyalar bulundurulmamalıdır.
- Temizlik malzemeleri ve kimyasallar kolay ulaşılabilecek mesafe ve yükseklikte olmamalıdır.
- Ocak üzerinde yer alan saplı tava/ tencere vb eşyaların sapları dışarı doğru olmalıdır.
- Zehirli olabilecek bitkiler bulundurulmamalıdır.
- Ev içerisinde su dolu kova/küvet/tencere vb eşyalar bulundurulmamalıdır.
- Çamaşır makinesi fişe takılı halde ve kapağı açık şekilde bırakılmamalıdır.
- Masa/ sehpa üzerinde örtü ile beraber dekoratif ürünler bulunmamalıdır.
- Soba, radyatör, elektrikli ısıtıcıların önünde engel olmalıdır.
- Zeminde kırık cam, madeni para vb olmamalıdır.
- İlaçlar kapalı ambalajlarda ve yüksekte saklanmalıdır.
- Çöpler kapakları kapalı ve ulaşılmayacak yerlerde saklanmalıdır.
- Banyo ve tuvalet zemini kuru olmalıdır.
- Banyodaki duşakabin sistemlerinde kırılmaz cam kullanılmalı veya dağılmayı önleyici cam filmler çekilmelidir.
- Tuvalet ve banyo kapıları kapalı tutulmalıdır.
- Çocuğun yaşına uygun büyüklükteki eşyalar kullanılmalıdır.
- Boş, kullanılmayan kutu ve plastik torbalar, ip, kemer ve naylo şeritler ile atık piller çocuğun erişeceği yerlerde olmamalıdır.
- Dolap kapıları sürgülü olmalıdır
- Askı yüksekliği en fazla 140 cm olacak şekilde ayarlanmalıdır.
- Elektrik düğmesi ve prizler zemin döşemesinden en fazla 120 cm, en az 40 cm olacak şekilde ayarlanmalıdır.
- Duvara asılı raf, gardırop ve mobilyalar; çocuğun üzerine tırmanarak düşmemesi için uygun şekilde ve özel güvenlik ürünleri ile duvara sabitlenmelidir.
- Ev eşyası olarak kullanılan cam eşyalar azaltılmalı veya kaldırılmalıdır.
- Bardak, sürahi, tabak vb eşyalar tercihen plastik olmalıdır.
- Bıçak, makas gibi kesici aletlerin ucu künt olmalıdır.

- Elektrikli ev aletleri uzaktan kumanda ile çalışıyor olmalıdır.
- Soba, şömine gibi alevli ısıtıcılar tercih edilmemelidir.
- Ütü, fırın,ocak gibi elektrikli ev aletlerinin otomatik kapanma özelliği olmalıdır.
- Şeffaf kapılar kullanılmalıdır.

OYUNCAK SEÇİMİNDE DİKKAT EDİLECEKLER

- Çocuğun gelişimsel (yaş,kilo ve boy) ve bilişsel becerileri ile yetenek, beceri ve merakına uygun oyuncak seçilmelidir.
- Özellikle 0-6 ay arası çocuklar için mıknatıs içeren oyuncaklar seçilmemelidir.
- 3 yaşından küçük çocuklar için özellikle aspirasyon açısından riski olacak küçük parçalı oyuncak seçimi yapılmamalıdır.
- 8 yaş altı çocuklarda solunum yollarının tıkanması ve boğulma tehlikesi riski göz önünde bulundurularak balon ile oynatılmamalıdır.
- 8 yaşından küçük çocuklar için keskin kenarlı, delikli veya ısıtıcı parçaları olan oyuncaklar alınmamalıdır.
- Pille çalışan oyuncaklar için pil hazneleri çocuklar tarafından açılmayacak şekilde olmalıdır.

EV ,BAHÇE, OKUL İÇİN AKTİVİTE ORTAMI ÖNERİLERİ

- Mini basket,
- Futbol alanı
- Masa tenisi
- Yer satrancı
- Mini golf alanı
- Oyun aletlerinin bulunduğu mekânlar (kaydırak, basamaklar, salıncak, tahteravalli), yaratıcı oyun ve keşif adaları, saklanma köşeleri, oyun evleri, labirentler ve boyama duvarları
- Uygulama bahçeleri (Koku bahçeleri, Dokusal bahçeler, İşitsel bahçeler)
 - Organik bahçeler, bitkisel alanlar
 - Doğal göletler, çamur havuzları, tepeler ve kum havuzları
 - Çadır kurma ve kamp yapma mekanları
 - Trafik eğitim parkurları
 - Hayvan besleme barınakları
 - Geniş çim yüzeyler
 - Yumuşak minder alanları
- Saklambaç vb hareketli oyunlar
- Bisiklet, scooter, kaykay
- Dans
- Voleybol, basketbol, futbol, tenis
- Yüzme
- Tırmanma aktiviteleri
- Balon şişirme, nefes tutma yarışmaları
- Yürüyüş, koşu, merdiven çıkma
- Spor salonunda aerobik egzersiz
- Yoga, pilates,

KAYNAKÇA

1. Az Gören ve Görme Engelli Bireylerde Çevre ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Esmâ ÖZKAN, Esra AKI, Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2017, Cilt 5, Sayı 3
2. Az Gören Çocukların Yazı Yazma ve Okuma Becerisini Geliştirmeye Yönelik Uyarlanabilir Ekipmanların Okul Akademik Becerilere Katılıma Etkisi: Vaka Serisi, Mert KARAŞAHİNOĞLU, Esra AKI, Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 2017, Cilt 5, Sayı 3
3. Koruyucu Ergoterapi ve Çevresel Düzenlemeler, Gonca Bumin, Gökçen Akyürek, Hipokrat Yayınevi, 2021, Ankara
4. İşitme Engelli Çocuk Öğretmen Kılavuzu, Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Ankara, 2015
5. Bir engelli okulu bahçesi tasarım ana kararları: Doğan Çağlar ortopedik engelliler okulu, Sima POUYA, Elif BAYRAMOĞLU, Öner DEMİREL, Kastamonu Univ., Orman Fakültesi Dergisi, 2017, 17 (4): 682-690
6. Ortaokulda Öğrenim Gören İşitme Engelli Öğrencilerin Türkçe Derslerinde Kullanılan Materyaller Üzerine Bir Değerlendirme, Esra Nur Tiryaki, *Okuma Yazma Eğitimi Araştırmaları*, 3 (1), 1-8
7. Ali Mülayim, *Trakya Üniversitesi, Bedensel Özürlüler için Mimari Mekan Tasarımı Yüksek Lisans Tezi*, 2009