

EEEH Dergi

Eşit, Erişilebilir, Engelsiz Hayat

Sayı: 74

Nisan 2020

Editör: Meral Sözen.

Yazım Denetimi: Gülcan Altun, Canan Çam Yücel.

Web Sorumlusu: Can Deniz Balkaya, Ramazan Derin.

Web Teknik Destek: Uğur Gürbüz.

Sosyal Medya Sorumlusu: Dilek Başar Açlan.

Yayınlayan: Engelsiz Erişim Derneği.

İletişim Bilgileri:

Web: <http://eeeh.engelsizerisim.com>

E-posta: eeehdergi@engelsizerisim.com

Facebook: www.facebook.com/eeehdergi

Twitter: www.twitter.com/eeehdergi

Youtube: www.youtube.com/channel/UCYxPXyFBI1mOlsPKTcuFafw

İçindekiler

İçindekiler	2
EDİTÖRDEN	1
BİR TRAVMA OLARAK PANDEMİ.....	2
ZİHİNLERİNİZE EMANET DÜŞÜNCELER.....	7
BİR GÜN BİLE YAŞAMAK	10
ONLİNE EĞİTİM PLATFORMU: UDEMY	12
SAKATLIK: YENİ BİR TARİH.....	20
GÖRME ENGELLİ ÇOCUĞUNUZLA EVDE YAPABİLECEKLERİNİZ	29
EVDE TADIMIZ KAÇMASIN	33
KÖRE ÇAY YOK	37
METRODAKİ ANONS.....	39
BEYAZ BASTON VE ERİŞİLEBİLİRLİK FESTİVALİNDEN İZLENİMLER 6	40

EDİTÖRDEN

74. sayımızdan merhaba sevgili okurlar,

İlk sayımızdan bu yana engellileri sokağa çıkmaya teşvik ederken, engellileri toplumdaki izole edici tutum ve uygulamaların daima karşısında olduk. Şimdi ise, Covid19 salgınından kendinizi ve sevdiklerinizi koruyabilmeniz için siz değerli okurlarımızı zorunlu haller dışında evde kalmaya ve mümkün mertebe fiziksel izolasyona davet ediyoruz.

Bu karantina günlerinde de sizleri yalnız bırakmadık, evlerinizde hem verimli hem de keyifli vakit geçirmeniz için elimizden geleni yaptık. Pandemi günlerinde beraberliğimizi daha çok hissetmek için, sayımızı her zamanki takviminden bir hafta önce yayınlıyoruz. Gelin bu sayımızda neler var hemen göz atalım.

Öncelikle, biliyoruz ki hepimiz günlük yaşantımızı ve duygu durumumuzu hayli etkileyen travmatik bir sürecin içindeyiz. Bu travmayı anlamak ve onunla nasıl baş edebileceğimizi öğrenmek için Bahar Turan'a kulak veriyoruz.

Travma deyip geçmeyin. Normlarla, ön kabullerle, genellemelerle dolu zihinler tam bir kaos içinde. Bu kaosu en iyi Meral Sözen anlatabilirdi.

Travmalar mücadeleleri de beraberinde getirir. Covid19 travmasının hangi mücadelelere gebe olduğunu Burak Sarı'nın kaleminden okuyalım.

Karantinada geçirdiğimiz zamanı iyi değerlendirmenin pek çok yolu var. Örneğin ilgi alanlarımız doğrultusunda kendimizi geliştirmek için UDEMY harika bir seçenek. Yazılım geliştirmeden fitness'a birçok alanda online kursların yer aldığı bu platformun ekran okuyucularla nasıl kullanıldığını Can Deniz Balkaya bilişim köşemizde anlatıyor.

Belgesel dizimiz de devam ediyor. Tarihte sakatların para kazanma deneyimlerini anlatan, Sakatlık Yeni Bir Tarih belgeselinin altıncı bölümünü Elif Nur Aybaş'ın çevirisinden okuyabilirsiniz.

Her zaman olduğu gibi uzaktan eğitimler tasarlanırken de engelliler ikinci plana atılıyor. Hal böyle olunca devreye Canan Çam yücel giriyor ve kör çocuğu olan ailelere çocuklarıyla kaliteli zaman geçirmeleri için çeşitli alternatifler sunuyor.

Geçen ay çorba tarifi veren Gülcan Altun bu ay ana yemeği atlayıp direkt tatlıya geçti, hem de iki tarif birden!

Gülcan'ın zebra keki çayla çok iyi gider. Ama o da ne? Köre çay yok! Ne demek istediğimizi Elif Emir Öksüz'ün yazısını okuyunca daha iyi anlayacaksınız!

Yerin yedi kat altına da insek ayrımcılık yine de bizi buluyor. Nurşen Sunar Korkmaz metro anonslarında engelliler adına karar verilmemesini “önemle” rica ediyor.

Son olarak, sosyal medyada nostalji furyası yaşanırken siz de Beyaz Baston ve Erişilebilirlik Festivali'ni yad etmek ister misiniz? Festival köşemizdeki paylaşımlar size ilham verecek.

Bu sayıda da bizden bu kadar. Gelecek sayı tekrar buluşmak umuduyla..

BİR TRAVMA OLARAK PANDEMİ

Bahar Turan

psybahar@gmail.com

Sayı: 74, Nisan 2020

Travmalar olağan rutinimizi bozan, her zaman kullandığımız yöntemleri kullanamadığımız, bizi biçare hissettiren olağanüstü durumlardır. Bu yüzden bu tür durumları benliğimize bir tür tehdit olarak algılarız. Travma kapsamına giren, bizi elimiz kolumuz bağlı hissettiren birbirinden çok farklı haller vardır. Şu an hepimize tanıdık gelen pandemi, bunlardan sadece birisidir. Üstelik hem kişisel, hem toplumsal hem de küresel bir travmanın etkileriyle çok boyutlu olarak yüz yüzeyiz. Birden fazla alanıyla daha da çok kaygı, endişe, korku ve çaresizliğe

neden olması gayet tabiidir. Kendimizi eve kapatmış, kişisel ilişkilerimizi eskisi gibi sürdüremezken, yaşam kaygısı duyarken, başkalarına karşı gittikçe artan bir sorumluluk hissederken, kontrolün elimizden kayıp gittiğini fark ederken, hayata hiçbir şey olmamış gibi devam etmek epeyce zor, sorun çözme stratejilerimizin yer yer işe yaramadığını görmek sarsıcı olabilir. Buna hastalık için risk grubunda olmak da eklendiğinde, hayat bir kabusu dönmüş gibi gelebilir. Tüm duygular ve düşünceler, sırası bozulmuş bir geçit alayı gibi zihninizi allak bullak edebilir. Geceleri kabuslar birbiri peşi sıra uykunuzu berbat ediyor, dinlenmekten daha çok yorulduğunuzu düşünüyor olabilirsiniz. En yakınlarınızdan daha az ya da çok etkilendiğinizi gözlemliyor, neden farklı tepkiler verdiğinizi merak ediyor da olabilirsiniz. Travma alanının bulguları bize tüm bu durumlar için kanıtı dayalı olarak birtakım cevaplar sunuyor. Bu ay hem bunları ele almak, hem de alanın önemli ismi Bessel van der Kolkun “Kendinize bakmak (caring for yourself)” başlıklı videosundan birkaç psikolojik ipucu paylaşmak üzere yazımı kaleme alıyorum.

Travma zamanlarını, sıradan anlardan ayıran bazı göstergeler bulunur. Terleme, nefes düzensizliği gibi fizyolojik tepkiler, yeme düzeni ve miktarına bağlı keskin değişiklikler, uyku rutininin bozulması, hissizlik veya keskinleşmiş hassasiyet vb. birtakım hallerin birini veya birkaçını kendinizde, sevdiklerinizde, başka insanlarda gözlüyor veya olduğunu duyuyor olabilirsiniz. Tüm bunların normal olduğunu, reddetmek, bunları yaşayanları “Senden daha kötü durumda olanlar var” diyerek veya şu ya da bu sebeple azarlamak, yaşanan duygu ve tepkileri görmezden gelmek, yapılacak en son şeyler arasındadır. Her insan, her durumu aynı biçimde deneyimlemez. Geçmiş travma öyküleri, aile geçmişi, duruma bağlı kaygılar, sosyoekonomik durum, kimliği sebebiyle ayrımcılığa uğrama gibi faktörler bir kişiyi travmatik strese daha yatkın hale getirebilir. Tabii bu yatkınlık hali, güçsüzlük demek değildir. Bir kişinin travmatik stres tepkileri gösteriyor olması, o kişinin travmatik büyüme ile güçlenerek içinde bulunduğu halden çıkmayacağı anlamına da gelmez. Bu dinamiği hatırımızda tutmak önemlidir.

Salgının gittikçe yayıldığına tanık oluyoruz. Ben bu satırları yazdığımda Türkiye’de resmi vaka sayısı 15000’i geçiyor. En yakınlarındaki kişileri de düşünürsek, birincil pandemi ve etkileri deneyimleyen insan sayısı artıyor. Hızla yayıldığını duymak da kaygı düzeyimizi hep yüksekte tutuyor. Ve hatta orijinal kaynağına henüz erişmemiş olmamakla birlikte, psikolojik olarak kendini hastalığa yakalanmış hissedilen birtakım insanların da var olduğunu belirlediği

söyleniyor. Bağışıklık sisteminin stres düzeyiyle birlikte çöktüğünü, strese müdahale eden HPA akses dediğimiz mekanizmanın aktifken, bağışıklık, sindirim gibi sistemleri kapattığını düşünürsek, psikolojinin fiziksel sağlığa etkisini tahmin etmemiz güç değildir. Bu açıdan çok boyutlu travmayla nasıl bir ilişki kuracağımız büyük bir önem taşıyor.

Bessel Van Der Kolk “Caring For Yourself” başlıklı videosunda, bugün bizi en başta psikolojik olmak üzere, farklı açılardan ayakta tutacak dört temeli açıklıyor. Bir masa gibi bizi ayakta tutacak, bir yapı gibi çökmemize engel olacak temeller, ayaklar gibi düşünebiliriz.

Bunlardan ilki yapı (structure). Yani günlük hayatımızı oluşturan düzenli işler, aktiviteler toplamı da diyebiliriz. “Yeni bebeği olanlar, çocuk yetiştirenler bunun nasıl bir şey olduğunu bilir” diyor Van Der Kolk. Çocuğun uyuma, yeme, oynama için ayrılmış belli zamanları vardır. Bakım verenler bu rutinin bir defa bozulduğunda, çocuğun ne kadar huzursuz olduğunu, sağlığının nasıl tehlikeye girdiğini bilirler. Çünkü her şeyin bir zamanının olması, belirsizliği ortadan kaldırır. Bu da kaygının en güzel ilaçlarından biridir. Aslında yetişkinler de tıpkı çocuklar gibi belirsizlik vuku bulduğunda dengelerini kaybetmiş gibi hissederler. Bu dengeyi tekrar tesis etmek, iç huzuru yakalamak için günlük bir program, hayatı bir yapı içine oturtmak etkili bir çözümdür. İçinde yemek yapmak, evimizi düzenlemek, ertelediğimiz birtakım planlarımızı gerçekleştirmek, büyük bir girişimde bulunmak istemiyorsak bile kendimizi umutsuz hissettiren boş vakitlerdense düzenli bir günlük program yapmak, gün geçtikçe daha iyi hissettirecektir.

Bizi ruhsal olarak koruyacak ikinci ayak bağlantı (connection). İnsan kendisini bile bir başkasının gözünde tanır. Başkasının varlığının ötekisi olarak biz, kimle ilişki kurarsak, o ilişki içinde kendimizi yeniden var ederiz. Bunu yalnız ben söylemiyorum, Lacan, “Bana arkadaşını söyle, sana kim olduğunu söyleyeyim” sözü ve daha birçok kişi ve cümle, insanın ilişkiselliğine işaret eder. Bu kadar temasın olduğu bir dünya, bir yaşam kurgusunda pandemide inzivaya çekilmek herkes için sağlıklı olmayabilir. Hele ki bir müddet virüsün potansiyel taşıyıcısıymışçasına muamele gören yaşlılar, bugün temasla huzur, güven, rahatlama hissedeceklerin başında geliyor. Van Der Kolk; “İnsan bağlantıyla anlamlıdır, beynimiz görülmeyi, bilinmeyi ister” diyor ve ekliyor “Birini yalnızlığa terk ettiğimizde, onu cezalandırmış oluyoruz. Romalılar sürerlermiş insanları, böylece en büyük ceza bu olurmuş.” Her türlü yolu kullanmamızı öneriyor üstat. Hatta daha da ileri gidip öğünlerinizi görüntülü

arayarak beraber yiyin de diyor. Bu izolasyonu en ağır yaşayan yakınlarımızla yapabileceğimiz şeyler arasında. Nasıl ve ne şekilde iletişim kuracağımız bize kalmakla birlikte, yan yanaymış hissi verecek her türlü temas bugünlerin can suyu olacaktır.

Üçüncü ayağımız hareket. Travma dediğimiz hal hareketsizlik ve tutuklukla alakalı bir hal. “Bedeninizi hissedecek bir şeyler yapın. Yoga’nın bu işe yaradığını biliyorum” diyor ve birtakım online egzersiz, dans dersi gibi girişimleri öneriyor Van Der Kolk. Tabii engelliler için egzersiz ve dans videoları var mı diye bir soru geliyor aklımıza. Maalesef şansımıza bir iki anlatımı kapsayıcı video olsa da, çoğu seçenek hayal kırıklığına uğrattıyor. Bu anlamda egzersiz ve dans için daha fazla görselin betimlenmesine dair harekete geçme vaktimiz geldi. Bunun için ne gibi toplu aksiyonlar geliştirebiliriz bağlamında fikirlerinizi bana ya da dergi hesabımıza iletebilirsiniz, bu sayede hep beraber sesimizi duyurmak için plan yapabiliriz. Şimdilik Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu HisApp uygulamasının engelliler için ayrılmış egzersizlerine göz atabilirsiniz. Neden hepsi betimlemeli değil de, ayrı bir kategoriyle bir kısmı hazırlanmış sorusunun yanıtını ben de kendime verebilmiş değilim.. Eğer başka uygulamalardan haberdarsanız, aşağıda yorum kısmında paylaşmanız, hepimizi mutlu edecektir.

Dördüncü ve son ayağımız, yetkinliklerimizi çalışmak (practicing our competencies). Müzik yapıyorsanız bağlanın arkadaşlarınıza, hep beraber çalın söyleyin, diyor Van Der Kolk. Hep dışardan söylenir çoğunluk, mutfakta ürettiklerinizin tadını çıkarmak vaktidir diyor. Yani en iyi bildiğimiz şeyi yapıp, kendimizi kendimize en tanıdık hissettiğimiz alanlarda vakit geçirip yetkinliğimizle derinleşmek, bize de çok iyi gelecek. Ürettikçe, ürettiğimizi kokladıkça, dinledikçe, tattıkça, ürettiğimize dokundukça yaşadığımız anın, kendimizin daha bir farkına varıp umutlarımızı büyüteceğiz. Güçlenerek çıkacağımız bu dönemi dört ayağın, belki kendimizce var ettiğimiz başka ayakların temelinde tamamlayacağız.

Çocuklar travmalarda hem çok az farkında olan hem de kimi hallerde daha çok etkilenen bir grubu oluşturmaktadır. Bessel Van Der kolk’un “Beden Kayıt Tutar” kitabını okumuş olanlar, çocukluk travmalarının yıllar sonra nasıl kendini açığa çıkardığının örneklerini hatırlayacaklardır. Pandemi gibi durumları çocuklara açıklamak oldukça güç olsa da, bu dört ayağı, yapılan düzenlemeleri, bunların çocukların her türlü sağlığını korumak için ne kadar önemli olduğunu onlarla inatlaşmadan, algılarını küçümsemeden ifade etmek kritiktir. Dışarıyla fiziksel bağı kopan çocuklar için bu durumu kabul etmek yetişkinlerden daha güç olabilir.

Gereksiz ayrıntılara boğmadan, daha somut ve onun katılımını destekleyerek etkinlikler ve yaşam planı, koruma stratejileri geliştirmek hem ilişki güçlendirici hem de etkili olacaktır. Ek olarak çocukları ve ergenleri kapsayarak pandemi döneminde yapılabileceklerle ilişkin rehberler bulunmaktadır. Bunların kapsayıcılığı yine başka bir soru işareti olmakla birlikte, Canan Çam Yücel gibi kör çocuklarla uzun müddet çalışmış uzmanlarımız sayesinde uyarılama yapmak için başvuracağımız güzel insanlar şükür ki etrafımızdalar.

Her hikayenin bir son sözü vardır. Her son sözde dokunulamayanlar, kapsanamayanlar, çaresi bulunamayanlar listelenir bilirsiniz. Bugün koşulları el verdikçe mesleğini yapmaya çalışan tüm sağlıkçılar, ailesine yaşam sunmak için her türlü şartta çalışmak zorunda kalan dışardaki tüm emekçiler, çok farklı travmatik deneyimlerin içindeler. Onları yalnız kendileri için değil, başkaları için de bu süreci göğüslerken buluyoruz. Belki de bu insanlardan bazıları, en yakınlarımız. Onlar için ilaç, huzur ve güven yalnız psikoloji alanının birikiminden değil, içinde bulunduğumuz sistemin dinamiklerinden gelmek durumunda. Bireysel olarak kıymetlerini ifade etmenin yeri büyük elbette. Bugün tüm yetkinliklerimiz ve tüm insan yanımızla dayanışmanın ete kemiğe bürünüşünü deneyimliyoruz. Travmalarımızın ilacı da bu dayanışmadan damıtılıp bizi iyileştirecek.

Kaynaklar

<https://www.youtube.com/watch?v=GSAfyYJG1kY>

<https://www.milliyet.com.tr/pembenar/uzm-fizyoterapist-mehmet-unal/corona-virus-ve-stres-2910475>

<https://apps.apple.com/tr/app/hisapp/id1234588566?l=tr>

<https://www.ankara.edu.tr/covid-19-virus-salgini-sirasinda-aile-cocuk-ve-ergenlere-yonelik-psikososyal-ve-ruhsal-destek-rehberi/>

ZİHİNLERİNİZE EMANET DÜŞÜNCELER

Meral Sözen

meralsozen1@gmail.com

Sayı: 74, Nisan 2020

Ünlü bir zen üstadı, büyük bir cenaze törenini yönetecektir. Orada durup eyalet valisinin, diğer lordların ve leydilerin gelmesini beklerken avuçlarının terlemeye başladığını fark eder. Ertesi gün, öğrencilerini bir araya toplar ve henüz gerçek bir öğretmen olmaya hazır olmadığını itiraf eder. Onlara, dilenci ya da kral olsun tüm insanların önünde aynı tutumu sürdürmeyi başaramadığını söyler. “Hala sosyal rollerle ve kavramsal kimliklerle hareket ediyor, insanların eşit olduğunu anlayamıyorum” der. Sonra oradan ayrılır ve başka bir üstadın öğrencisi olur. Sekiz yıl sonra aydınlanmış olarak öğrencilerini yanına geri döner.

İçinde bulunduğumuz çelişkiler ağını anlatmak için bu zen öyküsüyle başlamayı seçtim. Sahi “zen” deyince sizin aklınıza ne geliyor? Bir pırlanta markası mı, yoksa felsefi yönü ağır basan bir öğreti mi? Mevcut düzende değer ve değerlinin ne olduğuna dair çarpıcı bir örnek olan bu soruyu şimdilik bir kenara bırakalım çünkü daha önemli sorunlarımız var.

Sizce, kaçımız tüm insanların eşit olduğu konusunda aydınlanmış durumdayızdır? Ve daha da önemlisi, kaçımız aslında aydın olmadığımızı fark edip kabul ettikten sonra, bunu telafi etmeye çalışabilir?

Bugünlerde salgın nedeniyle hayat adeta durma noktasına geldi. Toplantılar, partiler, seyahatler, okullar vs. Ancak durmak bir yana, giderek alevlenen ayrımcılık ve eşitsizlik örnekleri ışıl ışıl parlayarak daha da belirginleşiyor. Ahlakçılık söylemleriyle aydın maskeleri el ele vererek her söylemlerinde tekrar ve tekrar üretiyorlar eşitsizliği.

“Baş tacıdır, anamızdır, atamızdır” denilen yaşlılar, sokaklarda maskara ediliyor. Kahramanlaştırılan sağlık çalışanları elverişsiz koşullarda çalışmaya zorlanıyor. Her daim “kardeşlerimiz” denen engelli öğrenci ve öğretmenlerin uzaktan eğitim sistemine erişimlerinde sıkıntılar yaşanıyor. Güvenlik tedbirleri alınmadığı için bir görme engelli raylara düşerek hayatını kaybediyor, ancak bu yoğun gündemde onun sırası değil. Öyle ya öncelik sözde en ama

en sağlam olanlarda, yani çalıştırılabilir olanlarda. Bu arada cinsiyetçilik de devam ediyor, ırkçılık da. Çinliler zaten pis, Araplar zaten cahil, Ruslardan dost olmaz, Batı zaten komple ahlaksız, yaşlılar zaten fazlalık, engelliler zaten bir işe yaramıyor...

Bu listeyi sonsuza dek uzatabileceğimin farkındayız sanırım. Ama daha başka bir sorun var. Tüm bunların üzerine şimdi ben desem ki, "Toplumumuz çok düşüncesiz." Herkes katılacak bana. İnsanların çok cahil ve duyarsız olduğu konusunda herkes aynı fikirde. Peki ama kim bu cahiller, kim bu kötüler? Herkes, "Ben hariç" diye düşünüyor herhalde. Ben değilim, siz değilsiniz, peki kim bunlar, neredeler? Kötü insanlar ve ahlaksızlar hep dışarıdalar. Bizim dışımızdalar. Bulduk mu bir açıklarını öyle bir yargılarız ki, o esnada başka bir gruba aynı kötülüğü yapmakta olduğumuzu fark etmeyiz bile. Olur da biri bizi uyarırsa, egomuz izin vermez durup dinlemeye. Yine de bir başkası derse ki, "Bu kadar egolu olmak çok fena bir şeydir!" hiç şüphesiz katılırız ona da. Bir erdemden diğerine, bir bilgelikten başka bir bilgeliğe koşarken, değerlerden başımız döner.

Oysa kuş, kuş olduğu için değerli olsa; ağaç, ağaç olduğu için. Ama uabiliyormuş, oksijen yayıyormuş, gölge veriyormuş... Bunlar değeril. Başka bir zen üstadı da der ki, "Benim tek mucizem, karnım acıkınca yemek yemem ve susayınca da su imemdir."

İnsan da insan olduğu için değerli olsa yetmez mi? Yceltmeden, kutsamadan, olduğu gibi kabul etsek şeylerin doğasını? Olduğundan farklı bir şey olmaya, hiç olmadı öyleymiş gibi görünmeye zorlamasak hiç kimseyi ve tabii kendimizi...

Yaşanan tüm bu saçmalıklar, yeni değeril. Ama yeni bir çözüm için bazı şeyleri durdurmaya ihtiyacımız var, durup yeniden bir sorgulamaya. Bir insanı, bir canlıyı, bir eşyayı değerli kılan nedir?

Kendimizden başlayarak, zincirsiz ve kalıpsız yeniden düşünerek, eşit bir düzeni kuracağımız günün umuduyla, nereden başlamamız gerektiği hakkında fikir veren yine bir zen öyküsüyle bitiriyorum.

Yüz yaşını aşmış olan bir zen üstadı, çok da uzak olmayan bir vakitte öleceğini sezmektedir. Öldükten sonra yerine kimin geçeceğini belirlemek üzere tüm öğrencilerini bir araya toplar. Onlara, bir soru soracağını ve doğru yanıtlayan kişinin onun yerine geçmeye hak

kazanacağını söyler. Bunun için tam orta yere su dolu büyükçe bir sürahi koyar ve sorar, “Bunun anlamı nedir?” Öğrenciler içi su dolu sürahiye dikkatle bakmaya başlarlar. Çok geçmeden birer birer cevaplar gelir. Cevaplardan bazıları şöyledir: “Tüm yaşamın kaynağı ve özü sudur.” “Tıpkı şu suyu saran kap gibi sizi de saracak inançlarınız olmazsa, dağılıp gidirsiniz.” “Nasıl ki içindeki su olmadan, sürahi anlamsızsa; onu taşıyacak bir zemin olmadan, su da var olamaz.” “Sürahi şu an doludur ama yarın boş olabilir.” “Kendi varlığımızı, şu kabın suyu koruduğu gibi korumalıyız...”

Bu şekilde, içi su dolu sürahiye son derece derin anlamlar yükleyen cevaplar peş peşe gelirken, öğrenciler arasından biri öne çıkar. Yüzünde orada olmaktan çok sıkıldığını belli eden bir ifade vardır. Hızlı adımlarla ortaya doğru ilerler ve yerdeki sürahiye bir tekme atarak oradan uzaklaşır.

Üstadın yerine geçecek kişi belli olmuştur.

BİR GÜN BİLE YAŞAMAK

Burak Sarı

buraksari2014@gmail.com

Sayı: 74, Nisan 2020

Koşuyorum bir kalabalığın içerisinde. Nedensizce koşuyorum. Herkes koşuyor. Bir adım öne geçmek için olanca soluğumu harcıyorum. Herkes koşuyor. Herkesin soluğu bir diğerinin ensesinde. İstifleniyoruz otobüslere, plazalara, okullara. Dişlerimiz birbirimizin etinde. Koşuyoruz düşünmeden, soluklanmadan. Düşünmek karnı tokların, filozofların işi. Soluklanmanın yeri ise, kariyer ve ekmekten sonra geliyor. Modern çağ kölelerinin bir kısmı ekmekten çok, kariyeri için yaşıyor ve çalışıyor. Köleliğinin farkında bile değil. Bir kısmı ise, yani zincirlerinden başka kaybedecek şeyi olmayanlar, evinin kirasını, çocuğunun okul masrafını karşılamak zorunda olanlar. Yani yakası mavi, alınları terli olanlar. Hayatta kalmak için canhıraş çalışıyor. Yani, sahipsiz felsefenin ekmeğini, sahipsiz ekmeğin felsefesi yiyor. Ve bir anda bir şey sinsice gelip ciğerlerimize oturuyor. Soluğumuzu kesiyor. Dünyanın her yerinde. Genç, yaşlı, işli işsiz herkesi, hatta su başlarını tutanları bile. Bir anda yarı yarıya boşalıyor sokaklar. Hareketlilikten, durağanlığa düşüyoruz ve canımız acıyor. Yüksek bir tepeden düşmüşüz gibi, en sevdiğimiz şarkıyı dinlerken frekans karışıp çatık kaşlı adamların bağırtiları kulağımıza dolmuş gibi, en zirvede tökezlemek gibi, yıllarca çalıştığımız bir işi terk etmek gibi sarsılıyoruz. Ezberlerimizin ipleri kopuyor ve yelkenleri parçalanmış bir geminin, denizin ortasında kalması gibi kalıyoruz olduğumuz yerde. İlk, su başını tutanlar topluyor kendini. Kuruş eksilmesin diye kasalarından, çarkları dönebilsin diye sıraya diziyorlar nefes almaya ihtiyacı olanları. Doğadaki her şey onlara artı değer sağlamak için var olmuş gibi, kendilerine fayda sağlayacaklarını düşündüklerine öncelik tanıyorlar yaşam kavgasında. Milyonlarca emekçi, güvenceden yoksun çarkı döndürmek için çalışıyor ve “Gocuklu Celep” kaldırıyor sopasını. Yaşlılar ve göçmenler nefret suçlarıyla karşı karşıya kalıyor. Toplumda iş gücüne katkısı daha az olduğu düşünülenler, engelliler ve yaşlılar sürekli risk altında. Peki, ne yapmalı? Kimsenin soluk alma hakkını başkalarının insafına bırakamayız. Sevdiceğinin soluğunu, soluğunda hissetmek isteyen her sevgili için uyurken, anne babasının yüzüne dökülen soluğunu hisseden her çocuk için derin bir nefes alıp “Bugün de yaşadım” diyen her birey için yaşam hakkını savunmalıyız. Bu sabah sigara

içmek için balkona çıktığımda, bahar kokusu ciğerlerime doldu. Kuş seslerini de duyunca istemsiz bir tebessüm belirdi yüzümde. Sonra, anlık mutluluğumdan utandım. İnsanlar çaresizlik ve acı içerisindeyken, duyduğum anlık mutluluktan utandım. Utancımıza utanç eklenmesin diye dayanışmalıyız. Birbirimizi hissetmeliyiz. Tüm emekçilerin ücretli izin, güvenceli çalışma ve ücretsiz erişilebilir sağlık hakkını savunmalıyız. Yaşlı, engelli ve göçmenlere yönelik ayrımcı davranışlara karşı çözüm önerileri geliştirmeliyiz. Kriz dönemlerinde tüm gereksinimlerimizi, erişilebilir olarak sağlamanın yollarını bulmalıyız. Düşünmemiz gereken çok şey, yürüyeceğimiz uzun bir yol var. Unutmayalım, bir gün bile yaşamak önemlidir. Yaşamı, yaşama hakkımızı ve güzelliklere dair umudumuzu koruyalım. Bir daha böyle yazılar kaleme almak zorunda kalmamak umuduyla, bu aylık veda ediyorum. Sevgiyle ve sağlıklı kalın.

ONLINE EĞİTİM PLATFORMU: UDEMY

Can Deniz Balkaya

Candenizbalkaya96@gmail.com

Sayı: 74, Nisan 2020

Herkesle selam. Bugün sizlerle online bir eğitim platformu olan Udemy'yi incelemek istiyorum. Hazır evdeyiz, bu zamanları değerlendiririm. Youtube veya diğer platformlarda çeşitli eğitimler bulabiliyoruz zaten. Ancak Udemy, direkt olarak sadece eğitimler için tasarlanmış bir platform. Aslında son zamanlarda ünlü olan, milyonlarca kullanıcıya sahip bir uygulama. Udemy'de konunun uzmanı eğitimciler ders veriyor; öğrenmek isteyen öğrenciler de verilen kurslara kaydolarak eğitim alıyor. Kullanıcılar eğer ücretli bir kursa kaydolmuşsa ve kursu bitirdiyse, Udemy sertifikası kazanıyor. Bu ne işe yarıyor, orasını yuvarlamışlar. Ulusal veya uluslararası herhangi bir geçerliliği olmayan bu sertifikayı hayal gücünüze göre kullanmak size kalmış. Çoğu kurs ücretli olsa da, ücretsiz kursları da bulmak mümkün. Uygulamayı takip ederseniz, ücretsiz kursları bulabilirsiniz. Ancak ücretli kursların da çoğunun ücretleri genellikle 30 Türk Lirası civarında.

Önemli bir not düşmek istiyorum: Sayfada, "Acil, bugün son! Şimdi 29.99, sonra fiyatlar roket olacak!" tarzı bir mesaj görürseniz, kanmayın. Bir hafta sonra tekrar 29.99'a düşüyor genelde. Farklı kurslar düşebilir, orası eğitimciye kalmış.

Topluma bu önemli nottan sonra devam edelim. Udemy'nin önemli kazanımlarından biri, platform aktif olduğu sürece, kaydolduğunuz derse her zaman erişebilirsiniz. "Öğrendikten sonra ne işime yarayacak, yazıda reklam yapmak için övücü, uzatıcı iki kelam olsun diye karalamış herif..." demeyin. Dersler, eğitimciler tarafından güncelleniyor. Yani aldığımız derse 2 yıl sonra bir güncelleme gelebilir. İlgilendiğiniz konu ile ilgili son gelişmeleri, son bilgileri de öğrenme fırsatını elde ediyorsunuz bu şekilde. Son olarak, günümüzdeki diğer tüm platformlar gibi Udemy de mobil uygulamalara ve mobil bir web sitesine sahip. Ancak bazı özellikler, bazı alanlarda kullanılmıyor. Hangi özelliklerin nerede olduğuna, aşağıdaki adresten bakabilirsiniz:

[Hangi Udemy özelliği nerede kullanılır](#)

Şimdi biz tanıtım kısmını geçelim, platforma nasıl kaydolacağımızdan başlayalım.

Udemy'ye Kaydolma ve Giriş Yapma

İlk önce uygulamaya <http://www.udemy.com> adresinden girelim. Eğer hesabınız varsa veya Facebook, Google ya da Apple hesabıyla oturum açmak isterseniz, bu paragrafı geçebilirsiniz. Daha sonra, ister aşağı oklarla, istersek de “B” harfi ile dolaşarak “kaydol” düğmesini bulalım ve buraya tıklayalım. İlk kutuya tam adımızı, ikinci kutuya mail adresimizi ve üçüncü yazma alanına kullanmak istediğimiz şifreyi yazıp sekme tuşu ile bize bildirim göndermeyi teklif eden kutuya gelelim. Burayı Udemy'nin bize teklif mailleri göndermesini istersek, boşluk tuşuyla işaretleyelim, istemiyorsak öylece bırakıp “kaydol” düğmesine tıklayalım. Tebrikler, kayıt işlemi tamamdır. Şimdi sıra geldi oturum açmaya.

Yukarıdaki linkten siteye giriş yaptığımızda, ister “B” harfiyle, istersek de aşağı oklarla “oturum aç” ögesini bulalım. Zaten başlarda olduğundan uzun sürmüyor bunu bulmak. “Oturum aç” dedikten sonra, istersek kaydolurken kullandığımız mail adresi ve şifreyle, istersek de Facebook, Google veya Apple hesabımızla giriş yapabiliyoruz. Üçünden birine tıkladığımızda, sizi zaten bir pencereye yönlendiriyor uygulama. Gerekli bilgileri girdikten, gerekli izinleri de verdikten sonra uygulamada oturum açmış bulunuyoruz. Artık alışveriş listemizi oluşturalım, derslerimizi seçelim.

Kursları Arama ve Sepete Ekleme

İlk önce, hangi alanda kendimizi geliştirmek istediğimizi bulalım. Udemy'de birçok kategoride kurs bulabilirsiniz. Gelin ilk önce kategorilere göre arama nasıl oluyor, ona bakalım.

Udemy'ye giriş yaptıktan sonra, sayfanın en üstüne gelelim. Bir kere “B” harfine bastığımızda, “Kategoriler” ögesini duyacağız. Buraya “enter” veya “boşluk” yaptığımızda, kategoriler menüsü genişletilmiş olacak ve kategorilerin alt öğeleri erişilebilir hale gelecek. Aşağı ok tuşuyla hareket ettiğimizde; sırasıyla “Yazılım geliştirme, işletme, finans ve muhasebe, bt ve yazılım, ofiste verimlilik, kişisel gelişim, tasarım, pazarlama, yaşam tarzı, fotoğrafçılık, sağlık ve fitness, müzik, öğretim ve akademi” alt kategorilerini görüyoruz. Bunlar, site üzerinde mevcut olan derslerin türleridir. Aynı şekilde her kategoriye tıkladığımızda, bu kategorilerin bir de alt türleri vardır. Bu alt türlere göre de seçim yapabiliriz.

Biz şimdi konuyu çok uzatmayalım. Bir kategori seçtiğimizde, kullandığınız ekran okuyucu kısa yollarına göre sayfadaki link listesini alalım. Artık kurslar önümüzde linkler halinde açıldı. Bu linklerden hem kurs bilgisini hem de kursun geçerli ücretini duyabiliriz. Aşağı doğru indiğimizde, sayfa değiştirme linkini de göreceğiz. Sadece “2” diyecektir ekran okuyucumuz bize. Orası, ikinci sayfaya geçme alanı.

Bir de arama alanından, istediğimiz anahtar kavramlara göre arama yapabiliriz. Bunun için sayfanın en başına gelip bir kez “E” harfine basmamız yeterli. Zaten ekran okuyucumuz bize “Dilediğiniz şeyi arayın” diyecektir. Arama yaptıktan sonrası aynı: Link al, kurslar listelensin. İsteddiğimiz kursa gelip “enter” yapalım.

Kurs sayfası açıldı. Burada “B” harfi ile dolaştığımızda, “sepete ekle” düğmesini göreceğiz. Bu düğmeye tıkladığımızda, kurs sepete eklenmiş oluyor. Bazen ek kurslar çıkarabilir, ctrl+end tuşu ile sayfanın aşağısına gidip “shift B” yaparak “kapat” dersek, o alandan da çıkarız. Kursun sepete eklenip eklenmediğini, kurs sayfasında “sepete ekle” kısmının, “sepete git” olarak güncellenmesinden anlayabiliriz. Bu şekilde, istediğimiz kadar kursu sepetimize ekleyebiliriz. Sepete eklemenin tek avantajı, birden fazla kursu aynı anda almak oluyor. Eğer sadece tek kursu almak istiyorsak, “hemen satın al” düğmesine tıklayarak da kursu satın alabiliriz.

Sayfanın başına gelip alışveriş listesine gelene kadar “B” yapalım. Buraya tıklayalım, “H” harfine basalım. Sepetimizi gösterecektir. Sepetteki ürünlere göz attıktan sonra, ödeme işlemine geçebiliriz.

Bu bölümde, son olarak, istek listesine değinmek isterim. “İstek listesine ekle” dediğimizde, “sepete ekle” dedikten sonra çıkıyor, kursu daha sonra almak için ekliyoruz. Mesela kurslara bakıyoruz ama hangisinin bize daha faydalı olup olmadığını kestiremedik. Gözümüze çarpanları kaybetmemek için istek listemize eklediğimizde, tüm kursları taramayı bitirdiğimizde, dönüp karşılaştırabiliriz.

Kurs seçiminde dikkat edilmesi gereken birkaç püf nokta:

Aramaları yaptık, kursu seçtik. Ama bu kurs bizim işimizi görecek mi veya ne kadar kaliteli? Elbet de kafamızda bu ve bunun gibi çeşitli soru işaretleri var. Şimdi kurs sayfasında bunlara yanıt bulmaya çalışalım.

Kurs sayfasına girdikten sonra, sayfanın üstündeyken bir kez “H” harfine basıp dersimizin isminin yazdığı başlık seviyesine gelelim. Aşağı okla ilerlediğimizde sırasıyla kursun tanımını, kursun ortalama puanını ve yorumunu, kursta kaç öğrenci olduğunu, kurs eğitimcilerini, kursun en son ne zaman güncellendiğini, fiyatını, ön izleme ve sepete ekleme butonunu görüyoruz. Puanlar, öğrenci sayısı ve güncelleme tarihi, bizim için önemli kriterler. Puan 0-5 aralığında değişiyor. Puan ne kadar yüksekse, kurs o kadar iyi anlamına geliyor. Tabii şişirme de olabilir, buna bakacağız. Aynı şekilde, kursun eğitimcisini de biliyoruz. Hakkında bir araştırma yaparak, genel anlamda bir fikir elde edebiliriz eğitimci hakkında. Yeterlilikleri, daha önce yaptığı işler, katıldığı projeler vs.... bu da, bir kurs seçerken son derece önemli bir kriterdir.

Şimdi gelelim yorumlara. Puanlarda dikkat ettiyseniz veya ekran okuyucunuzun özelliği açıksa, “yorumlarda aynı sayfa” ibaresini duymuş olmanız lazım. Oraya tıklayalım, bir kez “E” harfine basalım. “Yorumlarda ara” ibaresini duyduk. Oradan aşağı okla ilerlediğimizde, ekran okuyucu hiçbir şey okumayacak. Ancak orası dolu, karakter farklı. Yılmadan inin aşağıya, orada ilk yorumu göreceksiniz. Aşağı doğru devam ettiğinizde, diğer yorumları da görebilirsiniz. Yorumlar, o kursu seçip seçmeyeceğinizde, önemli bir rol oynayacaktır.

Yorumlara da baktık. Ancak bu ders bize neleri vadediyor, kursun içinde neler var, hangi imkanlara sahibiz? Tüm bu sorular, ders sayfasında eğitimci tarafından cevaplandırılmış. Buraya erişmek için, sayfanın en başında bir kez “L” harfine basalım. Buradan aşağı doğru taradığımızda; kursta sunulanları, dersin neler içerdiğini, tanımları, bizi nelerin beklediğini falan görebiliriz.

Dersin bize uygun olup olmaması konusunda son bir nokta, ön izleme. Biraz önce sadece neler olduğunu sıralarken değinmiştik. Şimdi o, “Bu kursu önizle” düğmesine tıklayalım. Küçük bir sayfada, eğitimcinin örnek olarak koyduğu videoları göreceğiz. Herhangi birisine tıkladığımızda, video açılacak. Videoya bakarak da kursun bize uygun olup olmadığına karar verebiliriz.

Not: Sayfanın en başına gidip, “tap” tuşuna basarak video kontrollerine ulaşabiliriz.

Satın Alma ve Ödeme

Kriterlerimize ve ihtiyaçlarımıza göre kurs seçtik, sepetimize ekledik veya kurs sayfasındaki “hemen satın al” düğmesine tıkladık. Artık önümüzde ödeme ekranı var. Burada

dikkat edilmesi gereken nokta, sayfada yukarıdan aşağı ilk önce yazım alanı, daha sonra o yazım alanının etiketi geliyor. Örneğin önce bir yazı alanı duyuyoruz. Aşağı ok tuşuna bastığımızda ise, o yazı alanının bize neyi sorduğunu görüyoruz.

İlk yazı alanına ismimizi, ikinciye kart numaramızı yazıyoruz. Daha sonra, kartımızın son kullanma tarihini ay ve yıl olarak seçip kartımızın arkasındaki güvenlik kodunun son üç rakamını giriyoruz. Sonra kartımızı hatırlamak isteyip istemediğimizi soruyor. Burayı da istediğimiz gibi işaretliyoruz ve “ödemeyi tamamla” düğmesine basıyoruz. 3d güvenliğe bağlı olarak, bize sonraki işlemde telefonunuza bir şifre gelebilir veya gelmeyebilir. Bu, sizin ve bankanızın arasında; ben buna karışmam. En sonda, ödeme tamamlanmış olacaktır muhtemelen.

Not: Ücretsiz kurslarda ödeme yerine “kurslarıma ekle” veya “kursu al” tarzı bir şey çıkıyordu. Haliyle ödeme sayfası çıkmıyor. Ama şu an, tam olarak ne çıkıyor hatırlamıyorum.

Kursa Erişme ve Videoları Oynatma

Satın alma işlemi bitti, artık çalışma zamanı. Udemy'nin sevdiğim bir özelliği, çoğu sayfada link listesi aldığımızda, en yukarıda “Udemy” diye bir link var. Bu link, bizi ana sayfaya atıyor. İster buradan ana sayfaya gidelim, istersek de sayfanın başına gelip “B” harfiyle “kurslarım” ögesini bulup tıklayalım. Daha sonra ister link listesi alalım, istersek de bir kez “H” harfine basıp bir kez de “B” yaptıktan sonra, aşağı doğru inelim. Aldığımız kursları göreceğiz. Birden fazla kurs varsa, en son tıkladığımız kursa göre sıralanacaktır. Buradan istediğimiz kursa tıklayalım. Bizi, kursun daha önce gördüğümüz genel karşılama yazıları, kurs hakkında bilgilerin olduğu alan karşılıyor.

Şimdi burada önemli bir nokta var. Kursun başlangıç sayfası, kursun açıklamalarının bulunduğu uzun yazılardan oluşan bir yer. Bizim buradan tez zamanda kurtulmamız gerekiyor, aradığımızı daha rahat bulmak için. Kurslar; genel bakış, soru cevap, yer işaretleri ve yorumlar olmak üzere dört farklı parçaya ayrılmış. Genel bakış adı üzerinde ilk karşılama alanı. Soru cevap kısmı, sorularımızı soracağımız ve cevap bulacağımız yer. Buradaki sorularımız kursa katılan herkes tarafından görülebilir. Aynı şekilde gelen cevaplar da herkes tarafından görülebilir. Biz de diğer soruları ve eğiticinin verdiği cevapları görebiliriz. Yer işaretlerine birazdan geleceğiz. Yorumlar da, kursa yapılan yorumları ve bu yorumlara gelen cevapları görebileceğimiz yer. Değerlendirmeler falan da burada yer alıyor.

Yukarıda bahsettiğim alana gelmek için, web sayfasında bölümler arasında dolaşmamızı sağlayan “R” harfine basıyoruz. Sayfanın başındayken bastığımızda, ilk olarak “ayarlar” düğmesini, ikinci olarak da “gezinme bölgesini” duyuyoruz. Buradan aşağı ok yaptığımızda, artık bahsettiğimiz bölümleri duyuyoruz. Ben sizlere soru-cevap bölümüne girmenizi, orada kalmanızı tavsiye ediyorum.

İlk olarak, sayfada bul özelliğini açarak, oraya “içeriği” yazalım. “kurs içeriğini” duyuyoruz. Aşağı ok yapalım bir iki defa, “bölüm 1, giriş” diyecek. Oraya tıkladığımızda, o bölümün altındaki dersleri görüyoruz. Burayı açtığımızda, bir sonraki girişimizde artık “içeriği” kelimesini aramamıza gerek yok. “Kurslarım” a tıklayıp, “L” harfine bastığımızda, direkt bölümün derslerine ulaşıyoruz. Bu derslerden birine tıkladığımızda, artık video otomatik olarak oynayacaktır.

Video Kontrolleri

Son aşamadayız. Artık video kontrollerini kullanmaya bakacağız ve işimiz bitecek. Evet, video derse tıkladığımızda otomatik açılıyor; ancak durdurmamız gerektiğinde, videonun hızını veya sesini ayarlamamız gerektiğinde neler yapabiliriz ona bakalım.

Video kontrol ekranı, sayfanın en başında ortaya çıkıyor. Bu alanda, sanal imleci kapatmanızı tavsiye ederim. Önce sayfanın en başına gidelim, daha sonra istersek sanal imleci kapatalım. Ancak bu gerekli değil.

Ama “tap” tuşuyla dolaşmamız gerekiyor. Bu gerekli işte. Çünkü “tap” ile dolaşmadığımızda, etiketsiz olarak telaffuz ediyor ekran okuyucu. Ancak “tap” ile dolaştığımızda, o etiketsiz olan şeylerin ne olduğunu duyabiliyoruz.

Dolaşırken ilk denk geldiğimiz öge “paylaş”. Buraya tıkladığımızda, dersi paylaşabileceğimiz bir link ortaya çıkıyor yazım alanında. O linki kopyalayıp istediğimiz kişiye gönderebiliriz.

İkinci öge, “ek kaynaklar”. Burada, ders ile ilgili seçenekler var. Altı adet seçenek var, ancak ben sadece 3-4 tanesini görüyorum. Neden olduğunu bilemiyorum. “Favorilere ekle, arşive ekle, hediye olarak gönder” gibi seçenekler var. Daha başka neler var, bilemiyorum. Burada ek şeyler görenler varsa veya neden altı ögeyi de göremiyorum sorusunun cevabını bilen varsa yazsın bana.

Daha sonra, eğer video oynamiyorsa, “videoyu oynat”; eğer oynuyorsa direkt bizi videonun ilerleme alanına götürüyor. Oradan ok tuşlarını kullanarak videoyu ileri geri alabiliriz.

Artık “videoyu duraklat, 5 saniye ileri geri alanları, ses seviyesi vs.” hepsini bu kontrol alanında bulabiliriz. Ancak biz bunlarla uğraşmak istemiyoruz. Her seferinde “tap”larla gidip bir şeyler bulmaya mı çalışacağız? Elbette hayır. Videoya tıkladığımız anda, hiçbir şey yapmadan sanal imleci kapatalım. Artık sol sağ oklarla videoyu ileri geri alır, aşağı yukarı oklarla ses seviyesini ayarlayabilir, boşluk tuşuyla da videoyu duraklatıp oynatabiliriz.

Ek Not: Not alma veya farklı bir pencerede videoyu duraklatmamız gerekiyorsa, klavyemizdeki multimedya tuşlarından bunu rahatça yapabiliriz. Bilmemiz gereken tek şey, klavyemizde hangi tuşların duraklat / oynat olarak kullanıldığını bilmektir. Bunu da kendi bilgisayar markanızı araştırarak bulabilirsiniz.

Videonun hızını değiştirmek için yine ses seviyesini vs. ayarladığımız alanda “tap” yaparak oynatma hızını bulup, “boşluk” veya “enter” ile tıklayalım. Orada seçenekler çıkacak. İstedığımız düzeyi seçip “enter” yaptığımızda, videomuz hızlanacak veya yavaşlayacaktır.

Şimdi gelelim “yer işareti ekle” bölümüne. Buraya tıklayıp bir isim girdiğimizde, otomatik olarak yer işaretimiz ekleniyor. Daha sonra soru ve cevapların altındaki yer işaretlerine tıkladığımızda eklediğimiz yer işareti ekranda görünüyor. Buradan, oraya tıkladığımızda direkt kendimizi orada buluyoruz. “Yer işareti ekle”ye, yine videonun konumunu ayarladığımız yerde “tap” tuşlarıyla ilerleyerek ulaşabiliriz.

Yer işareti ekleme özelliğini; bir yerde kafamız karıştığında ve dönüp bakmak istediğimizde, birine bir şeyleri göstermek istediğimizde, o anda anlatılan şeyi önemli bulduğumuz gibi durumlarda kullanabiliriz.

Son Söz

Bu anlatımdan sonra, düşündüğümüz bir kursa tıkladıktan sonra bir kez “H” yapıp iki kez yukarı ok yapalım, “enter” yapalım. Oradaki yazı alanlarına gelip isim kısmına benim ismimi, mail kısmına da benim mail adresimi yazıp bana kurs hediye edebilirsiniz. Şaka bir tarafa, oradan istediğiniz birine kurs hediye edebilirsiniz. Özel günler olur, doğum günü olur... Hadi size bir hediye alternatifi daha sundum, değerlendirin bunu.

Bir platformun nasıl kullanıldığını, kaba taslak anlatmaya çalıştım. Elbette eksik kaldığım noktalar vardır. Bunları ister bana mail atarak, isterseniz de sayfanın altında bulunan yardım ve destek linkinden sorabilirsiniz. Tam olarak derslerin erişilebilirliği sağlanmıştır diyemem. Her dersin eğiticisi farklı, dolayısıyla her ders eğitmeninin de erişilebilirliğe yaklaşımı farklı olacaktır. Ancak her alanda olduğu gibi, bu alanda da erişilebilirliğin bir hak olduğunu ve eğiticilerin bunu sağlamaları gerekliliğini haykıracağız. Yaşamın her alanında var olmaya, var olduğumuz yerlerde de evrensel tasarım ilkelerini var etmeye devam edeceğiz.

SAKATLIK: YENİ BİR TARİH

Bölüm6: Yaşamı Sürdürmek

Çeviren: Elif Nur Aybaş

elifaybas7@gmail.com

Sayı:74, Nisan 2020

Sunucu: Peter White

Yapımcı: Elizabeth Birk

Akademik Danışman: David Turner

Peter WHITE

Onlu yaşlarında bir ergenken yayıncı olmak istediğimi söylediğimde çevremdekilerin birdenbire nefesleri kesilirdi. Benim bir piyano akortçusu, santral operatörü ya da fizyoterapist olmayı düşünmem gerekmez miydi? O günlerde gerçekten de körler bunları yapardı. Sanıyorum ki sakatlık ve iş her zaman tuhaf bir ikiliydi; insanlar hep bizim bir şeyleri daha yavaş yapacağımızı ve hep yardıma ihtiyaç duyacağımızı düşünüyorlar. Bazen gerçekten de öyle. Geçmişte, insanların çalışmaları gerektiğinde durumun nasıl olduğunu merak ettim. Ne tür meslekler yapmıştık? Sakatlar yaşamlarını sürdürebilmek için ne söylemek zorundaydılar? Benim de bu seride keşfettiğim gibi bu insanların sesleri bugün ancak duyulabiliyor. Winchester Üniversitesi'nden Chris Mounsey gibi tarihçilere ne kadar teşekkür etsek az. Kendisi de görmesini yeni kaybetti ve bana zamanının en çok satanlarından olan, bana kalırsa bir 18. yüzyıl yayıncısı, bir şairi tanıttı: Priscilla Pointon.

Chris MOUNSEY

Priscilla Pointon, kendisini konuşarak icat eden bir şair ve ağzından çıkan her şey, onun da dediği gibi hazırlıksız yapılan bir konuşma gibi; agresiflik ve masumiyetin bir karışımı. Kendisini 1760 ve 1770 arasında toplumun merkezi haline getirdi.

Peter WHITE

Ve bu onun şairliği ve kendisi hakkında yazdığı şeyler dolayısıyla?

Chris MOUNSEY

Kesinlikle. K r bir şair olarak olabilecek her şey üzerine yazdı. Hayatı hakkında, gündelik yaşamındaki olaylar hakkında yazdı.

Peter WHITE

Ve k rl g yle ilgili çok somut şeyler üzerine de yazdı, öyle değil mi?

Chris MOUNSEY

Kesinlikle, arkadaş ziyaretlerinde, kendisine bira, şarap veya punch ikram edildiğinde, duyduğu tuvalete gitme ihtiya ı hakkında yazıyor. Bunların müthiş bir ziyafet olduğunu söylüyor. Onunla birlikteyken hizmetçileri uzaklaştıran bir grup adamlarla da çevrili aynı zamanda ve ona tuvalete kadar eşlik edecek kimse yok.

Priscilla Pointon, 'Tatlı Bir An  zerine: Bekar Bir Beye Sesleni '

Biraz rahatlamak için bayım,

 ay, şarap ve punch harikadır.

Dün gece birlikte evindeyken,

Kızarak sana söylediğimde,

Bir hizmet i kız  ağırsan çok memnun olurdum.

Sen, dedin, "Kızlar değil evde.

Ne zaman döneceklerini de bilmiyorum."

Ve a ağılayarak yanıma geldin.

"Lütfen bayan, rahat olun." Dedin.

“Sizi yönlendirmeme izin verin,

Eğer bir leğen tercih ediyorsanız, çekinmeyin.

Hemen şimdi fırlıyorum bir tanesini getirmek için.”

Utandım ve bir cevap veremedim.

Kafam karıştı, bir espiiri bulamadım.

Sessizce oturdum.

Peter WHITE

Bize biraz çalışma şekillerini anlatabilir misiniz? Kulağa çok hoş geliyor ama bunun ona nasıl para kazandırmış olabileceğini anlamakta zorlanıyorum ve merak ediyorum.

Chris MOUNSEY

Pekala, eğer 18. yüzyılda bir kitap yayınlamak istiyorsanız ve yayıncınız kitabın satıp satmayacağından emin değilse, kitap henüz yayınlanmadan reklamını yapıyordunuz ve böylece bir abone listesi oluşturuyordunuz. Aboneler kitabın tamamı için ödeyecekleri paranın yarısını önceden ödüyorlardı.

Peter WHITE

Kimler bunu yapıyordu?

Chris MOUNSEY

Anglesey Kont’undan sıradan insanlara kadar, bugün de kitap satın alan insanlar, lordlar ve leydilerden işçi sınıfına kadar geniş bir skaladan kitabı edinmek isteyen herkes.

Peter WHITE

Peki ya, o güne kadar yaşamını sürdürmek için bu işi yapan ilk kör müydü?

Chris MOUNSEY

Kesinlikle hayır. 1540 yılında York'ta yaşamış kör bir şair olan John Maxwell de her yıl yayınladığı şiirler için bir abone listesi oluşturmuştu. Ya da en azından benim bulduğum 1540 ile 1563 yılları arasında yazdığı şiirleri için. Her birinin iki yüz civarında abonesi var. Bunun yaşamını sürdürmesi için yeterli miktarda bir para sağladığını düşünüyorum, en azından bir yardım kuruluşunun sağlayacağından daha fazla; çünkü bir süre sonra yardım almayı bırakmış.

Peter WHITE

Peki ya Priscilla hakkında ne söyleyebilirsiniz, o ne kadar kazanıyordu?

Chris MOUNSEY

Kesin bir bilgimiz yok ama bin üç yüz abonesi olduğunu biliyoruz, muhtemelen çok zengin bir kadındı.

Peter WHITE

Şairliği hakkında ne söylersiniz?

Chris MOUNSEY

Müthiş değil. Ama önemli olanın bu olmadığını düşünüyorum. Önemli olan onun şiirlerinin içtenliğiydi. Müthiş değillerdi, en nihayetinde para kazanmak için yazılmışlardı.

Peter WHITE

Edebi özü ne olursa olsun, yazdığı şiirler ona şiir yazmayı bırakmasına yetecek kadar çok para kazandırdı. Chester'da bir saraçla evlendi, pembe ipeklilerle kuşandı, düğünü dört atlı bir faytonla ve özenli hazırlanmış tatlılarla bezeli bir masada devam etti. Bütün bunları biliyoruz çünkü tatlılar hakkında bir şiir de yazdı. Toplumsal ölçüğün diğer ucundaki sakatlar için gündelik iş yaşamının neye benzediğini anlamak neredeyse mümkün değil. Sıradan çalışma hayatına dair anlatıları bulmak için 19. yüzyıla kadar beklememiz gerekiyor. Henry Mayhew Dickens'in da hayran olduğu bir gazeteci. 1861 tarihli London Labor and London Poor başlıklı derlemesinde Henry Mayhew, geçiş güzergahlarını süpüren İrlandalı topal bir adamın hikayesini, fonetik bir şekilde kaydeder.

Aktör:

Bir günde ne kadar kazanıyorum bilmiyorum; belki bir şilin, belki altı peni. Dün çok kazanmadım, cumartesi de dışarıda değildim, hastaydım, yatıyordum. Bazı hanımların eli açıktır, iyi bir hanım altı peni verebilir. Ben bir işçiydim, bir duvar işçisi ve bu 16 yıldır İrlanda'dan uzağım. İnşaat iskelesinden düşünce, ayağımı kırdım. Evli değilim. Londra'da hiçbir kadın total bir adamla evlenmek istemez. Londra'da bana yardım eden birçok dost edindim ama bu yardımlar zaten küçük ve sadece şimdilik. Burada kazandığım para, bir pound bile değil. Eğer arkadaşlarım olmasaydı, yaşayamazdım. Tanrı'nın merhameti sayesinde.

Peter WHITE

Arkadaşlarının nezaketi olmasaydı, süpürgecimizin muhtemelen düşkünler evine gitmesi gerekecekti. Fakat yine de yaşamını sürdürmesi için çalışması bekleniyordu; halatları çözmesi, meşeleri toplaması örneğin, böylece bunlar geri dönüştürülebilir ve yeni ipler için para kazanılabiliirdi. İş gücü içinde sakatlar için özel bir muamele anlayışı yoktu ve en nihayetinde koca imparatorluk makinesini yürütmek için olabildiğince çok kişiye ihtiyaç vardı.

Julie ANDERSON, Kent Üniversitesi'nden,

Victoria döneminde sakatların yaptıkları işler ve araçlar bir hayli ilginç. Gerçekten her yerlerdeler. En alt tabakada, gerçekten en alt tabakadan, bulaşık hizmetçilerinden bahsediyoruz, kadınlar dikiş dikmeyi öğreniyorlardı, eğer dışarıda hareket edemiyorlarsa bile evlerinde çalışabiliirderdi,. Orta sınıfta ise körlere enstruman ya da piyano akord etmek öğretiliyordu.

Peter WHITE

Kadınlar ve erkekler arasında bir fark var mıydı? Geleneksel olarak kadınların daha çok yaptığı birçok işten örnekler verdiniz.

Julie ANDERSON

Hatırlamak gerekir ki sakat bir kadının evlenme olasılığı daha düşük ve dolayısıyla da genelde çalışmaya yönlendiriliyorlar. Herkes para kazanmak için ne yapıyorsa, onlar da onu yapmak zorunda. Sokakta dilenen, ya da bir şeyler satan, hayatını sürdürmek için çok farklı

şeyler yapan sayısız insan var. Ve Victoria döneminde bu çok Kabul edilebilir bir şey çünkü bu dönemde iş, hem toplumsal hem bireysel düzeyde çok önemli.

Peter WHITE

En azından, sanıyorum, kazanmak ve devlete yük olmamak.

Julie ANDERSON

Kesinlikle, bu insanlarla ilgilenen ve onlara para sağlayan yalnızca yoksulluk yasası gardiyanlarıydı; ama yapabildiğin kadarıyla çalışmak ve kendi paranı kazanmak, onlara erişmekten daha kolaydı. Victoria döneminde güçlü bir filantropi duygusu vardı, bir sokaktaki dilenci genelde istediğini alabiliyordu, yardım kuruluşları da bireysel düzeyde ciddi katkılar alıyordu.

Peter WHITE

Çalışabiliyorken yerel otoriteden para almak, şimdi de olduğu gibi, bir sanattı. Bildiğimiz en zengin kaynak sakatlar tarafından Yoksulluk Yasası Gardiyanlarına yazılmış mektuplar, binlercesi hala ayakta. Charles Simcock'tan bir mektup:

Manchester, Aralık 1857,

Sağ ayağımı tamamen kaybettiğimi, dışarıya çıkabildiğim birkaç saat boyunca bir koltuk değneği kullanmak zorunda olduğumu, size bildirmenin görevim olduğunu düşünüyorum. Sonuç olarak, son altı aydır ailem ve kendim için yeterli yiyecek temin edemiyorum.

Peter WHITE

Bu mektubu bize Lester Üniversitesi'nden Steven King getirdi. Ona, bunun gibi mektupların bize işe karşı tutumla ilgili ne söylediğini sordum.

Steven KING

18. ve 19. yüzyılda herkes kendini işine göre tanımlıyordu. Meslekleri onların ne yaptıklarıydı, nüfus sayımı ve öteki belgelerde kendilerini nasıl etiketleyeceklerini belirliyordu. Bu mektuplarda ilginç olan da mesleğin, sakatların kimliklerinde ve beyanlarında ne kadar

merkezi olduğu. İstisnasız bir şekilde hepsi ya çok çalıştıklarını, ya eğer mümkün olsa çalışacaklarını, ya da bir süre sonra çalışmaya geri döneceklerini söylüyor. Yani sakatlar da işe dair genelle uyumlu bir algıya sahipler.

Peter WHITE

İlginç meslekler yapıyorlar mı peki?

Steven KING

Her Şeyi, daha da doğrusu herkes ne yapıyorsa, onu yapıyorlar.

Peter WHITE

O halde sakatların belli meslekleri yapabileceği fikri, modern bir fikir.

Steven KING

Kesinlikle. Eğer Bolton çevresine bakarsak, hemşirelik yapan kadınların yüzde altmışı sakat.

Peter WHITE

Bu sıradışı bir görüntü, yüzde altmış. Bu, aslında bugün sakatlar için uygun olan meslek gibi bir şey.

Steven KING

Bir bakıma öyle. Tabii başka meslekler de yapıyorlar, örneğin definciler genelde sakattı. Ya da yaşlı ya da hastalar için yıkama ve aşçılık hizmeti veren kadınlar. Bu kadınlar genelde sakattı.

Peter WHITE

Bu işleri başkaları yapmak istemiyor muydu?

Steven KING

İstiyorlardı tabii ama uzun vadede bakıma ihtiyaç duyacak biri dururken, güçlü, kuvvetli ve isterse gidip çiftlikte çalışabilecek sağlıklı bir kadına maaş ödemek için bir sebep yok.

Charles Simcock, İkinci Mektuptan, 14 Haziran 1858

Sağlık durumumla ilgili sizden önce davrandığım için çok üzgünüm. Hakkımda tekrar tekrar yapılan araştırmalar ve ben doktordayken bayan Sarah Tomlinson'ın karıma gösterdiği küstahlıktan dolayı; sağlık durumumun size yanlış anlatılmış olabileceği ve yanlış bir izlenime kapılabileceğinizi düşündüm. Bu yüzden şimdi size üç aydır gözetiminde bulunup bir fayda göremediğim Doktor Wood veya şu anda devam ettiğim Manchester'da yaşayan doctor Windsor'dan görüş almanız için yalvarıyorum.

Peter WHITE

Steven, günümüzle paralellikleri gerçekten çok ilgi çekici, değil mi? Olduğundan daha sakat görünmek için gösterilen bu çaba.

Steven KING

Evet, bunu hem mektupta hem de buradaki insanların durumlarını gözlemlemek için gelen kadın uzmanın küstahlığında görebilirsiniz, tıpkı bugünkü engelli yardımı prosedürlerinde olduğu gibi. Bu yardımı alabilecek kadar sakat mısınız? Öbür taraftan bu, sakatlık ve iş ile ilgili de bir şey söylüyor çünkü aslında sakatların çalışmaları bekleniyor. Kahramanımız da normal şartlar altında, sakatlığından bağımsız olarak para kazanabileceğini ancak bu şartlar altında kazanamadığını anlatmak istiyor.

Charles SIMCOCK

Zorluklar içindeki bir adam reddedilmemelidir çünkü yapabilme ve olabilme gücünün insandan ne zaman alınacağını kim söyleyebilir? Böyle bir durumda sürüklenmekten başka yapacak bir şey yoktur.

Peter WHITE

Bugünle inanılmaz benzerlikler var. Bugün de sakatlık ve iş üzerine tartışmalar hararetle devam ediyor. Farklı olan Victoria döneminde, sakatlık herkesin yanbaşındaki somut bir gerçeklikti. Bu mektupta da söylendiği gibi: yapabilme kudretinin ne zaman alınacağını kim söyleyebilir?

GÖRME ENGELLİ ÇOCUĞUNUZLA EVDE YAPABİLECEKLERİNİZ

Canan Çam Yücel

canancam@gmail.com

Sayı: 74, Nisan 2020

Merhaba Değerli Okuyucular,

Tüm dünyayı tehdit eden Korona salgını nedeniyle, ülkemizde de zorlu günlerden geçiyoruz. Bir kısmımız işe gitmeye devam ederken, birçoğumuz da evlerde kalarak salgının yayılmasını önlemeye çalışıyoruz. Tabii bu süreçte birçok hizmette olduğu gibi eğitim alanında da yeni yöntemler uygulanmaya çalışılıyor. Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı tüm okullarda, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde ve Yüksek Öğretim Kurumu bünyesindeki tüm üniversitelerde öğrenim gören kişiler için uzaktan eğitim yoluyla eğitimler vermeye başlandı. Uzaktan eğitimin yeni gündeme gelmesi ve ilk defa uygulanması nedeniyle, tabii ki bazı aksaklıklar da yaşanıyor. Ancak benim bu yazıdaki temel amacım, uzaktan eğitimde yaşanan aksaklıkları sizinle paylaşmak değil. Tam aksine, bu süreçte maalesef yine göz ardı edilen ve unutilan bir grubu hatırlatmak. Bu uzaktan eğitim sürecinde; farklı gelişim özellikleri gösteren, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde, özel eğitim okullarında veya devlet okullarının özel eğitim sınıflarında hali hazırda eğitim almakta olan çocukların nasıl bir eğitim alacaklarına ilişkin bilgiler hayli geç geldi. Tüm uzaktan eğitim içerikleri, normal gelişim gösteren bireylere göre, yani temel eğitim müfredatına uygun olarak hazırlanırsa, burada ciddi eksiklikler oluşur. Çünkü özel eğitim, temel eğitimden farklıdır; her çocuğun gelişim özelliklerine, gelişim yaşına, bireysel farklılıklarına ve ihtiyaçlarına yönelik hazırlanan bireyselleştirilmiş eğitim programlarına göre bir eğitim verilmektedir. Bunu uzaktan eğitim yoluyla verimli şekilde uygulamak mümkün olmayabilir. Ayrıca özel eğitimde, çocukla birebir iletişim kurmak ve çocuğa temas etmek de çok önemlidir. Uzaktan eğitimde, bu hedefi de gerçekleştirmek, güç olacaktır. Ancak tüm bunlar, özel gereksinimleri olan çocukları ikinci plana itmeyi gerektirmez. Bence Özel Eğitim Bölümü'nde olup farklı alanlarda uzman olan eğitimci veya akademisyenlerin gerçekleştireceği sunumlarla, engelli çocukların ebeveynlerine bilgilendirme yapılabilir, rehberlik edici ve yön gösterici etkinlikler sunulabilir ve bu etkinlikleri ebeveynlerin

ev ortamında engelli çocuklarıyla gerçekleştirmeleri sağlanabilir. Eski zamanlarda da olduğu gibi “Önce sağlamları halledelim, sonra sakatlarla ilgileniriz” zihniyetiyle, engelli çocukların eğitimi ötelenmemeli.

Ben de tam bu nedenle, uzun yıllardır görme engelli çocuklarla ve ebeveynleriyle çalışmış bir eğitimci olarak, üzerimde bir sorumluluk hissettim ve görme engelli çocuğa sahip ebeveynlerle evde çocuklarıyla yapabilecekleri birkaç etkinlik önerisi paylaşmak istedim. Umarım, siz de okumaktan keyif alırsınız.

İlk önce şunu söylemek isterim, çocuğunuz ister görme engelli olsun, ister görmeyen çok engelli bir çocuk olsun, bu süreçte hareketsiz kalmasına engel olun, mümkün olduğunca hareket etmesini sağlayın. Çocuğunuzun kendi bedenini ve çevresinde olup bitenleri fark etmesi yönünde destekleyin. Mümkün olduğunca, çocuğunuzla hareketli oyunlar oynayın, spor yapın. Çünkü hareketsiz kalan görme engelli bir çocuk, yeterince uyaran alamayacağından, farklı körlük tikleri gelişebilir veya var olan tikleri artış gösterebilir.

Çocuğunuzla farklı konularda konuşun, çocuğunuzun da kendini ifade etmesine ortam hazırlayın. Çocuğunuzun belli konularda karar alması, tercih yapması, sorumluluk alması yönünde destekleyin. İletişimini güçlendirecek her türlü etkinliği yapın. Çocuğunuzun televizyonun bulunduğu odada uzun süre bırakıp saatlerce televizyon izlemesine ortam hazırlamayın. Aksine siz mutfaktayken, ona da ev içinde veya mutfakta üstlenebileceği roller verin. Birlikte basit yemekler, hamur işleri yapın. Tüm bunları yaparken, süreç ile ilgili sürekli çocuğunuzla konuşun ve onu aşamalardan haberdar edin ki, merak duygusu uyansın ve soru sorsun, yapılan işe daha fazla katkı sağlasın. Unutmayın, insan ürettikçe, mutlu olur, kendini verimli hisseder ve daha fazla motive olur. Bu durum, çocuklar için de geçerlidir.

Çocuğunuzla birlikte ortak bir kitap okuyun, kitap üzerine konuşun, tartışın. Kitapta geçen yer, zaman, karakter ve olaylar üzerine sohbetler edin. Unutmayın, birlikte yapılan her etkinlik, kaliteli zaman geçirmenizi sağlayacaktır. Evde birlikte geçireceğiniz bu uzun zamanı kaliteli bir zaman dilimine dönüştürmek, sizin elinizde.

Çocuğunuzla birlikte film izleyin, çizgi film izleyin. Olay örüntüleri üzerine konuşun. Çocuğunuza sorular sorun ve düşünmeye onu her zaman teşvik edin. Çocuğunuz da size sorular sorduğunda, mümkün olduğunca cevaplamaya çalışın. Unutmayın, çocuklar sordukları soruların

önemsenmeden cevaplanmasından veya geçiştirilmesinden hiç hoşlanmazlar. Hem bu tür durumlar, çocuğunuzun size olan güvenini azaltır. Oysa kuvvetli bir öğrenme için çocukla doğru ve verimli bir iletişim kurulması çok önemlidir.

Çocuğunuzla ailecek oynanabilecek olan akıl oyunları oynayın. Eğer çocuğunuz okul düzeyinde ve okuma-yazma biliyorsa, onun için Braille kartlar hazırlayabilirsiniz. Böylece, çocuğunuz kendini o oyun ortamına daha çok ait hissedecektir. Bu tür oyunları, daha katılımlı bir grupta (anne, baba, kardeş, çocuk gibi) oynamaya çalışın. Bu, sizin aile bağlarınızı daha da kuvvetlendirecektir. Oynayacağınız akıl oyunlarının; çocuğunuzun zihinsel gelişim alanına olduğu gibi, sosyal gelişim alanına, dil gelişim alanına da büyük katkıları olacaktır. Unutmayın hiçbir etkinlik, bir tek gelişim alanına etki etmez, çarpan etkisi gibidir ve birçok gelişim alanını destekler.

Çocuğunuzla birlikte halihazırda evinizde var olan bir oyuncakı veya eğitsel materyali erişilebilir hale getirmeye çalışın. Böylece, hem çocuğunuzun ihtiyaçlarını birlikte keşfetmiş olursunuz hem de çocuğunuzun daha fazla faydalanabileceği bir materyal üretmiş olursunuz. Ayrıca, böyle bir etkinlikte, çocuğunuzun farklı düşünce biçimleri geliştirmesine de katkı sağlamanız mümkün olacaktır. Evinizde bulunan artık materyallerle ya da kullanılmayan malzemelerle, yeni bir materyal de yapmayı deneyebilirsiniz. Böylece, çocuğunuzun sanatsal düşünmesi yönünde de onu desteklemiş olursunuz.

Aslında ben burada aklıma gelen her şeyi yazacak olursam, sayfalar yetmez. Çünkü bu alanda yazmayı da konuşmayı da çok seviyorum. Sadece bir başlangıç yapmak istedim. Bu yazı ile şunu vurgulamak istiyorum. Çocuğunuzun ebeveyni olarak, onu en iyi tanıyan, onunla en etkili iletişimi kurabilecek, eğitimlerinde en büyük role sahip olan kişiler sizlersiniz. Dolayısıyla, çocuğunuzun gelişim özelliklerini, sevdiği ve sevmediği şeyleri, neyi ifade etmek için nasıl ifadeler kullanmayı seçtiğini en iyi bilen kişiler de sizlersiniz. Bu nedenle, çocuğunuz potansiyeli doğrultusunda zorlayarak, onu potansiyelinin en üst seviyesine taşıyacak olan kişiler de sizlersiniz. Bu nedenle, dışarı çıkmamızın çok mümkün olmadığı bu zorlu günlerde, ne kadar etkinlik yelpazenizi genişletir ve çocuğunuzla ne kadar verimli zaman geçirirseniz, çocuğunuz eğitimden o kadar geri kalmamış olur. Şu anda sunulan eğitim ortamlarından yeterli hizmet alınamıyor olsa bile çocuğunuzun eğitimi ve gelişimi için bir şeyler yapmak sizin elinizde. Bu

vesileyle, tüm ebeveynlere, çocuklarıyla keyifli zamanlar geçirebilecekleri sağlıklı günler diliyorum.

Ayrıca, daha nice paylaşımlarda bulunabileceğimiz sağlıklı günlerin çok yakında gelmesi dileklerle, tüm okuyuculara sağlık dolu günler diliyorum.

EVDE TADIMIZ KAÇMASIN

Gülcan Altun

guleycane@gmail.com

Sayı: 74, Nisan 2020

Merhaba Sevgili Okuyucu;

Aslında bu ay size bir sesli betimleme değerlendirmesi yazmak istiyordum. Daha önceden GETEM'den indirdiğim filmlere şöyle bir göz attım. Adını önceleri arkadaşlardan duyduğum bir film dikkatimi çekti. Açıp izlemeye koyuldum. Betimleme eleştirileri yazmak istediğim zaman filmi ilk izlediğimde, hemen kimi şeyler dikkatimi çekerdi ve ikinci izlemede bunları iyice mercek altına alırdım. Fakat bu sefer ilk dinlemede ne yalan diyeyim pek bir şey göremedim.

Dergimiz yazarlarından Burak ile telefonda konuştuğumuzda, tam kapatırken beni açıkça tehdit etti. "Yazını bu gece yaz" diye. "İyi de filmde bir şey bulamadım ki bilmiyorum ne yazacağımı" dedim. "Millet evde ya, tatlı tarifi yaz" dedi. Canı tatlı çekti heralım. "Olabilir" dedim. Bazen küçük sözü de dinlemek gerekir. Laf aramızda biraz da işime geldi. Yeni bir film bul, kısa sürede izle, araştır, oraya bak, buraya bak falan.... Gözümde pek bir büyüdü.

Ne olabilir ki diye bakınırken, bir değil birkaç farklı tarif buldum sizler için. Bunlardan ilki benim vazgeçemediğim bir lezzet olan kek ailesinden bir tarif. İlk yediğimizde karşı komşumuzun kızı yapıp bizimle paylaşmıştı ve annemle hemen tarife atladık. E haksız sayılmazmışız ki biz yaptığımızda da tadan aynı bizim gibi atlıyor tarifin üstüne. Kekimiz "Zebra Kek" adıyla anılmakta. Adı, dilim olarak kesildiğinde aşağıdan yukarı görünümün zebraı andırmasından geliyor. Şöyle ki bir kat sade, bir kat kakaolu görünüm çizgi çizgi oluyor ve bu da zebranın derisini çağrıştırıyor. Tarifi anlattığımda, daha net anlayacaksınız.

Zebra Kek

Malzemeler:

3 yumurta

5 kahve fincanı şeker

2,5 kahve fincanı sıvıyağ

1 şişe maden suyu

8 kahve fincanı un

1 paket kabartma tozu

1 paket vanilya

1 yemek kaşığı tepeleme kakao veya normal kaşık ölçüsünde iki kaşık kakao

Yapılışı:

Yumurta ile şekerini iyice çırpıyoruz. Bu hususta bir ipucu vermek gerekirse, vaktiniz varsa ve kekiniz iyice kabarsın istiyorsanız, tercihen yumurtaların sarı ve beyazlarını ayırıp beyazları önce çırpıp sonra sarıları da ekleyip çırpmaya devam edebilirsiniz. Bununla birlikte, başka bir alt not olarak ekleyeceğim ise, daha önce bu konularda yazdığım yazılarda bizim evde bu tür tariflerde şeker, un ve yağdan çalmanın çok sık görüldüğünü söylemişim. Bu kapsamda, bu tarifte de bizim beş fincan yerine, üç buçuk fincan şeker kattığımızı bildirmek isterim. Un konusunda da bir buçuk ya da iki fincanlık bir kısma ile altı ya da altı buçuk fincan ölçüsünü kullanıyoruz. Yağdan ise, bu tarife özel olarak her hangi bir çalma yapmadığımızı da eklemeliyim.

Yeterince laf kalabalığından sonra kekimize dönelim. Yağ, maden suyu ve vanilyayı ekleyip biraz daha çırpıyoruz.

Başka bir kapta unu eliyoruz. İçine kabartma tozunu katıp karıştırıyoruz. Un ve kabartma tozunu birlikte eleyerek de karıştırma işlemini gerçekleştirmiş olabiliriz.

Hazırladığımız unlu toz karışımını azar azar sıvı malzemeye ekleyerek karıştırıyoruz. Çırpa çırpa akışkan bir kek kıvamına getiriyoruz. Hazırladığımız karışımı ikiye bölüyoruz. Ayırdığımız bölümlerden birine kakaoyu katıp çırpıyoruz.

Zebra Kek yaparken, kare ya da yuvarlak borcam kullanabilirsiniz. Mesela ben bugün bilgisayardan kendimi alamamışken, annem yapmıştı ve kare borcamda hayli güzel olmuştu.

Fırın kabını yağlıyoruz. Biraz sade, biraz kakaolu karışımdan alıp hemen birbirlerinin ardı sıra üst üste döküyoruz. Daha eşit bir döküm için iki ayrı çay fincanı kullanabilirsiniz. Böylece karışım yayıldıkça, elimizde bir katı sade, diğer katı kakaolu olacak şekilde bir hamur oluşmuş oluyor.

Dökme işlemi bittikten sonra, kürdan ile köşelerden düzenli düzensiz çizgilerle şekil verebilirsiniz. Böylece üzeri desenlenmiş tam bir zebra görünümü alır. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında yaklaşık 20 - 25 dakika pişiriyoruz. Bu pişirme işlemi, sizin fırınına göre değişebilir ama normal bir kek gibi çok uzun süre pişirmenize hiç gerek yok. Denediğinizde göreceksiniz, sünger gibi yumuşak; yediğinizde harikulade keyif veren bir lezzete ulaşacaksınız. Bana göre resmen ıslak kek gibi oluyor.

İkinci tarifimiz ise fırında sütlac. Diyetisyenlerin sütlü tatlı tavsiyelerine uymak isteyenler için tercih edilebilir diye düşündüm. Sütlacı fırınlanmayınca çok da tercih etmeyen biri olarak fırınlısını anlatmak istedim. Benim bu türlü mızıldanmalarına dayanamayan annem, yaptığı internet taramasında Hamsi Köy Sütlacı'nın tarifini bulmuş ve onu fırınlamaya uyarladı. Uyarladı diyorum çünkü izlediğim TV programlarından birinde Hamsi Köy Sütlacı'ndan bahseden biri, bu sütlacın fırınlanmadığını söylemişti. Ben onun yalancısıyım.

Sütlacımızın malzeme listesi ise şöyle:

1 litre süt

1,5ya da 2 bardak su

Yarım su bardağı pirinç

1 su bardağı şeker (Çok tatlı sevenler 1,5 ya da 2 bardak bile katabilir.)

1 yumurtanın sarısı

1 paket vanilya

1 yemek kaşığı un

Yapılışı:

Pirinci iyice yıkadıktan sonra, 1,5-2 bardak suda haşlıyoruz. Sütü ilave ediyoruz ve kaynamaya bırakıyoruz.

Başka bir yerde, yumurtanın sarısı ile unu 1 çay bardağı su ile çırpılarak açıyoruz.

Pirinç iyice piştikten sonra, şekeri katıyoruz. 2 dakika şeker ile kaynatıyoruz. Hazırladığımız unlu karışımı da, süte ilave ediyoruz ve on dakika pişmeye bırakıyoruz. Bu arada sık sık karıştırıyoruz ki dibi tutmasın.

Altını kapattıktan sonra, ısıya dayanıklı cam kaplara ya da toprak kaselere sütlacımızı kepçe ile döküyoruz. Fırın tepsisine taşmayacak kadar su koyuyoruz ve kaselerimizi üzerine yerleştiriyoruz. Önceden ısıtılmış fırında üstü kızarana kadar bekletiyoruz. Fırınınızın özelliğine göre bu süre on ile on beş dakika kadar olabilir.

Bunun da kayda değer bir lezzet olduğunu ve tadan herkesin çok beğendiğini eklemeliyim.

Dilerim kapı dışarı adım atamadığımız bugünlerde, ağzımızın tadı hiç kaçmaz ve bu kara günler en kısa sürede tüm dünyadan çekip gider. Bu arada dergimizin teknik elemanları Can Deniz ile Ramazan, benimle aynı şehirde ikamet ediyor olmanın gazı ile bize gelmeye falan heveslenirler sanıyorum. Onlara buradan büyük puntolarla yazılmış bir çağrıda bulunmak istiyorum.

EVDE KAL TÜRKİYE!

KÖRE ÇAY YOK

Elif Emir Öksüz

elifemiroksuz@gmail.com

Sayı: 74, Nisan 2020

Merhaba değerli okurlar. Uzun zamandır buradan sizlere seslenememiştim. Türkiye'ye kesin dönüşle birlikte, günlük hayat bana epeyce yazı malzemesi vermeye başladı ve işte yine buradayım. Mart ayı ortasında Anadolu Jet ile Trabzon'dan Bursa'ya uçtum kızım ile birlikte. En ön sırada oturduk. Personel çok ilgiliydi. Braille güvenlik kitapçığı getirildi ve o kadar uçuş yapmış olmama rağmen, bu sefer ilk kez kabartma şema üzerinde uçağın acil çıkış kapılarının yeri gösterildi. Ayrıca, ilk defa can yeleğine dokunmam istendi ve nerelerden nasıl şişirilebileceği gösterildi. İkinci defa da oksijen maskesine dokundum. Kabin görevlilerinden birkaçı isimlerini de vererek kendilerini tanıştırdılar. İhtiyaç anında görevli çağırabilmem için tepedeki düğmeyi de dokunarak keşfetmemi sağladılar. Aman Allah'ım bu ne güzel, ne özenli bir servis. "Çocukla uçağa binemezsin" falan da diyen olmadı. İnanılmaz.

Biraz sonra, ikram zamanı başladı. Görevli bana tuzlu çöreği uzatırken zeytinli olduğunu söyledi, belki alerjim olabileceği için belirttiğini de ekledi. Kızıma istediğim kekin de kakaolu olduğunu belirtti. Sonra, su ve peçete de verip arka sıraya geçti. Daha önce hiç en önde oturmamıştım. O yüzden yiyecek ve içecek genelde biraz arayla gelirdi hep. Bu sefer de öyle diye düşünüp çöreğimi yemek için çayımı beklemeye başladım.

Arka sıradaki yolcuya görevlinin, çaya şeker isteyip istemediğini sorduğunu duydum. Hemen dönüp, "Bana çay yok mu? Ben de çay alabilir miyim?" dedim. Görevli dönüp, "Siz kontrol edemezsiniz diye düşündüm. O yüzden size vermedim" demez mi? Olayı fazla büyütmeden, "Olur mu öyle şey! Siz verin, ben kontrol ederim" dedim. Servis yapılırken, kızım yan koltuklarda yatıyordu. Ayakları servis masasına doğruydu ve kıpır kıpırdı. Bunu da düşünerek çok fazla bir tepki vermedim ama bahse girmeye gerek yok, ben görmüyor olmasaydım böyle bir şey yapılmazdı elbette.

Uçaktan inişimde, bana eşlik etmeye bir görevli geldi. Bagajlara doğru yürürken, başka bir görevli gelip yanımdaki görevliye, “Ahmet abi, sen üst kata çıkacakmışsın. Blind’ı ben götürecektim” dedi. Blind İngilizcede kör demek. Ben de dönüp iki görevliye birden İngilizce olarak dedim ki, “Peki, ya bu kör İngilizce biliyor ve “blind” sözcüğünün anlamını biliyorsa?” Onlar beni anlayacak kadar İngilizce biliyor muydu bilmiyorum ama temel mesajı aldılar.

Bu yaşananlar sırasıyla; çocuk yerine konma ve nesneleştirilme. Yetişkin bir insanın çay içip içemeyeceğine, başka bir yetişkin karar veriyor. Neden? Çünkü yetişkin engelli olduğu için engelsiz olandan daha aşağı bir sosyal statüde. İkinci olayda da, görevli benden resmen bir kutu gibi bahsediyordu. Halbuki “yolcumuzu” veya “görme engelli yolcumuzu” kavramlarını veya çok genel olarak “hanımefendiyi” ifadesini kullanabilirdi. Ne gerek var değil mi? Zaten bu kör, ne anlasın İngilizceden. O yüzden, söylediklerin başka bir dilde olunca, istediğin kadar kaba olabilirsin değil mi?

İyisiyle, kötüsüyle bir uçak yolculuğu böyle tamamlandı. Neyseki yaşadıklarımın farkındayım ve altında yatan nedenleri analiz edebiliyorum. Ayrıca, o anda gerekli tepkiyi de verebildim. Bu olaylar karşısında sakin kalabildim, öfkeden kan beynime sıçramadı. O yüzden, şimdi kendimi iyi hissediyorum. O anda kendimce iyi tepki verebilmemi de sanırım sakin kalabilmeme borçluyum.

METRODAKİ ANONS

Nurşen Korkmaz

nsunarkorkmaz@gmail.com

Sayı: 74, Nisan 2020

Üsküdar - Çekmeköy Metro İstasyonu'nda belli aralıklarla şu anons dönüyor: “Engelli, yaşlı, hamile, bebek arabalı ve bagajı bulunan yolcularımızın asansörleri kullanmaları önemle rica olunur.” Diğer tüm yolcular ve görevli personel bu anonsu dikkate aldıklarından olsa gerek, metroya her binişimde vatandaşlar ve görevliler tarafından kolumdan tutularak asansöre doğru çekştiriliyorum. Kimse, benim tercihim ve neye ihtiyacım olup olmadığını sormuyor. Hem niye sorsunlar ki. Anons gayet açık ve net. Asansörleri kullanmam rica ediliyor, hem de önemle.

Peki, ya ben merdiveni kullanmak istiyorsam? Merdiven kullanmak, yolculuğum için daha konforluysa? Asansörü kullandığımda gideceğim yere daha geç ulaşıyorsam, Asansöre binmeyi sevmiyorsam ya da asansör fobim varsa ne olacak?

Kimi zaman moralimi bozmamak için metroya binmemeyi tercih ediyorum. Çünkü biliyorum ki yine sinir bozucu bir durumla karşılaşacağım.

Geçenlerde yine metroya bindim. Turnikelerden geçer geçmez, güvenlik görevlisi olduğunu tahmin ettiğim biri, başka birine: “Şunu, asansöre bindir” diye talimat verdi. Ben daha birkaç metre yürümeden, biri koluma yapıştı ve durdurdu. “Ne oluyor, niye tuttunuz kolumu?” dediğimde, bana, “Seni asansöre götürüyorum” dedi. Ben de şaşkın bir ifadeyle, “Neden?” diye sorduğumda, “Senin için daha rahat” dedi. Bakın işte anonsun insanlar üzerinde yarattığı etkiye. Yine kan beynime sıçradı ve, “Nerden biliyorsun?” diye sorup kolumu sınımsız tutulu ellerden zorla kurtardım ve yoluma devam ettim. Eve dönüncüye kadar sinirden kendime gelemedim.

Bu anonsu, “Engelli, yaşlı, hamile, bebek arabalı ve bagajı bulunan yolcularımıza asansörleri kullanmada öncelik gösterdiğiniz için teşekkür ederiz” şeklinde düzenlemek neden akıllarına gelmez, çok merak ediyorum doğrusu. Acaba bizim merdiven çıkıp inemeyeceğimizi, düşeceğimizi, yorulacağımızı mı düşünüyorlar? Tabii ki merdiven kullanmada zorlananlar da vardır ama bunu öğrenmenin yönteminin tercihimizi sormak olduğu neden bilinmez sizce?

BEYAZ BASTON VE ERİŞİLEBİLİRLİK FESTİVALİNDEN İZLENİMLER 6

Beyaz Baston ve Erişilebilirlik Festivali Gönüllüleri

Sayı: 74, Nisan 2020

“Her yıl Ekim’de Boğaziçi’nde festival festival festival” sesleriyle başlayan Beyaz Baston Festivali, benim için hayatımda yaşadığım en farklı ve güzel deneyimlerden biriydi. Festivalin içeriği hakkında bilgim olsa da, festivale katılana kadar bu kadar güzel bir ortam oluşacağını düşünmemiştim. Festival hep çok eğlenceli geçti hem de birçok alanda bilgi sahibi olmamı sağladı.

Görme engellilerin tek başlarına oy kullanmalarına izin verilmediğini öğrendiğimde, çok şaşırđım. Tek başına oy kullanmak hepimizin en doğal hakkıyken, neden görme engellileri bu haklarından mahrum bırakıyoruz? Bunun gibi birçok soruyu sormamı sağlayan bir festivaldi. Bu düşüncelerin yanı sıra eğlendim de. Her stantta farklı konseptler vardı, her birinde farklı etkinlikler vardı. Örneğin Braille standında kendi adımı yazdım, bu benim için çok eğlenceli bir etkinlikti. Katılımcı sayısının fazlalığı da beni oldukça mutlu etti. Çünkü bir insanın bile bilinçlenmesi demek, bir başka insanı daha etkileyebileceği anlamına gelir. Aslında engelli bireylerin de bizim gibi yaşayabildiklerini , onlara engel olanın bizler olduğunu anladım. Biz her alanı erişilebilir kılarırsak eğer, onlar da eşitçe ve özgürce yaşayabilecekler.

Ayrıca festival boyunca müzik keyfinin olması da, festivalin hep canlı kalmasını sağladı. Bazı anlar yorulup dinlenirken kulağıımıza gelen müzik sesleri, enerjimizi toplamamızı sağladı. Şimdiye kadar katıldığım en güzel ve en faydalı etkinliklerden biriydi. Seneye Ekim ayını sabırsızlıkla bekliyorum.

Geçtiğimiz hafta Dünya Beyaz Baston Günü kapsamında okulumuzda gerçekleştirilen festivalde görev alanlardan biri de bendim. Festival öncesinde TRT spikerleri Levent Özçelik ve

Ersin Düzen ile yapılan söyleşide karşılama görevlisiydim. Daha önce bu insanları simayen ve ses olarak anımsasam da, tanımıyordum. Bu söyleşide görme engelliler için ne kadar önemli olduklarını fark ettim. Görme engelliler her ne kadar bir diziyi, filmi izlerken duyarak olayları takip edebiliyor olsalar da, onlar için en önemli şeylerden biri olan betimlemeden faydalanamıyorlar çoğu zaman çünkü filmler, diziler onlar için bir alternatif üretmiyor. Bu spikerlerin bu kadar sevilmesinin ve önemli olmasının sebebiyse, maçları başarılı bir şekilde betimleyerek anlatıyor olmaları. Bu sayede görme engelliler de o maçı takip edebiliyorlar. Görme engellilerin bu anlamda yeni bir düzenlemeye ihtiyacı olduğu aklıma gelmeyecek bir konuydu. Üstelik en çok hoşuma giden şeyse söyleşinin gerçekten karşılıklı olmasıydı. Spikerler de zaten söyleşinin diğer gittikleri daha kalabalık söyleşilerden ne kadar farklı ve keyifli olduğundan bahsetti. Bunun sebebinin, her şeye sesli bir reaksiyon gösterilmesinden kaynaklandığını düşünüyorum. Görme engelli olmayan kişiler genelde ufak bir tebessümle ve göz temasının yeterliliğine inanarak, tepki vermeyi unutuyorlar. Bu da o söyleşinin ya da dersin vs. sorumluluğunu tek tarafa yüklemiş, verimliliğini azaltmış oluyor.

Perşembe akşamı haricinde, cumartesi sabahı da sosyal medyayla ilgilendim. Bu sırada da yine benim bu etkinliğe katılmadan önce aklıma gelmeyecek bir çok ayrıntıyla karşılaştım. Görme engelliler için tasarlanmış satranç, tavla, Türkiye ve Dünya haritaları, masallar, rubik küpler dikkatimi çekti. Yine en önemli stantlardan biri, sağlık standıydı ve aslında bir görme engelli bir hastaneye gittiğinde, haber verilmeden, anlatılmadan yapılan müdahalelerin ne kadar gerginlik yaratıcı olabileceğini fark ettim. Aslında çok küçük ayrıntılara dikkat ederek herkesin hayatını kolaylaştırabileceğimizi öğrendim. Kimsenin yardımına ihtiyacı olmadan yaşamak herkesin hakkı ve bu hak görme engellilere de sunulmalı, sunulmak zorunda diye düşünüyorum.

Beyaz Baston Festivali, daha önce çalıştığım festivallerden çok başka bir organizasyondur. Genel olarak festivallerde konu kapsamında konuklar olur, çalışanlar olur, organize edenler olur. Fakat bunların hepsinin gönüllü insanlardan oluşması ve tek ortak amacın erişilebilir bir hayata adım adım ulaşma olması, bu festivali daha da önemli kılıyor. Benim ilgimi çeken stantlar

Engelsiz Bisiklet, Evde Tamir ve Bilişim oldu. Özellikle Evde Tamir standını incelemek için uzun zamanım oldu, işini hakkıyla yapan insanlar ve onları öğrenmek için oldukça hevesli olan misafirler. Ben böyle bir organizasyona tekrardan katılmayı çok isterdim. Puan için başlayan bu farkındalık yolculuğum, bende bir şeylerin uyanmasına sebep oldu. Umarım herkese bu ruh bir gün ulaşır.

BU festival benim için çok güzel bir deneyim oldu. Böyle bir festivalde görev almaktan gerçekten gurur duydum. Festivalin hemen hemen her aşamasında görev aldım ve o kadar canlı, enerji dolu insanlarla tanıştım ki bugüne kadar üstlendiğim sorumluluklardan en güzeli ve en eğlencelisiydi diyebilirim. Sadece harcanan bunca emeğin ve bu denli güzel enerjinin olduğu festivalde okulumuz öğrencilerini görememiş olmak biraz üzdü beni. Şu an için aklıma pek bir şey gelmiyor, bu konuya çözüm sunmak adına ancak düşüncem şu ki okulumuz bünyesinde düzenlenen böylesine güzel bir etkinlik öğrenciler tarafından da desteklenirse, bu sene olduğundan çok daha büyük kitlelere hitap edecektir.