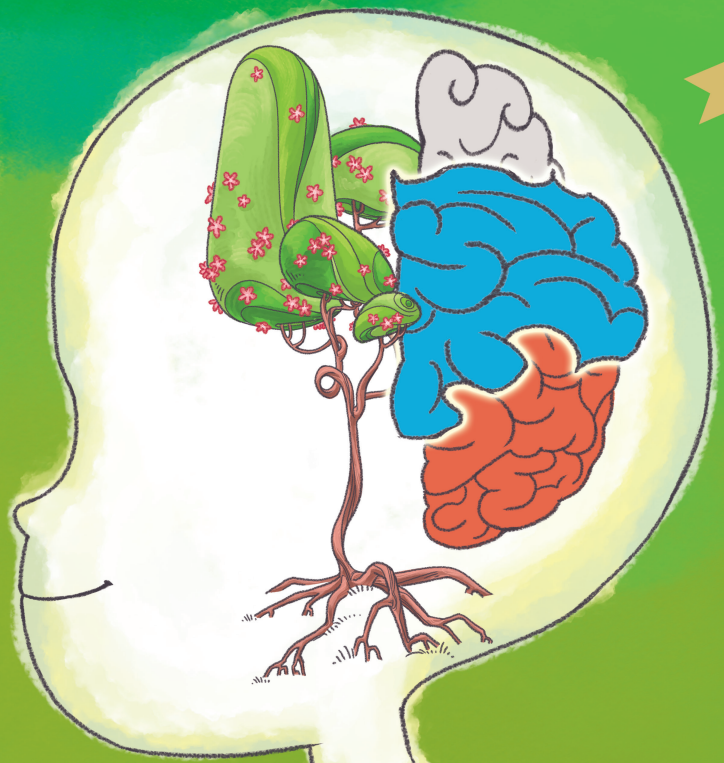
EBRU ALBAYRAK SİDAR

DUYUSAL BEYİN 2

Duyu Bütünleme ile Bütünsel Beyin Gelişimi Aktivite Serisi

Duygusal Farkındalığı ve Dayanıklılığı Geliştirme Aktiviteleri

DUYU'LMAK Kitabının Yazarından İSTİYORUM



sola kidz

Sola Unitas

DUYUSAL BEYİN II

SOLA UNITAS - SOLA KIDZ
Şakayık Sok. No: 40/8 Kat: 2 Teşvikiye Şişli/İSTANBUL
Telefon: 0212 939 76 52 - E-posta: solaunitas@solaunitas.com
www.facebook.com/solayayinlari
www.twitter.com/solaunitas
www.instagram.com/solaunitasyayinlari
www.instagram.com/solakidz
https://kitap.solaunitas.com

ISBN: 978-625-8064-01-8
Yayıncı Sertifika No: 45798
1. Baskı: İstanbul 2021
İmtiyaz Sahibi: Umut Kısa
Genel Yayın Yönetmeni: Banu Onur Evren
Editör: Banu Onur Evren
Resimleyen: Özlem Arslanoğlu
Son Okuma: Aslıhan Onaran
Mizanpaj: Hilal Yıldız
Kapak Uygulama: Hilal Yıldız

BASILDIĞI YER
Vizyon Basımevi Kâğıt Matbaacılık Ve Yayıncılık San. Tic. Ltd. Şti.
Beylikdüzü O.S.B. Mah. Orkide Cad. No:1/Z Beylikdüzü - İstanbul
Sertifika No: 52098

© Bu kitabın tüm yayın hakları Sola Koç. Eğ. Dan. Hiz. A.Ş.'ye aittir. Yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen hiçbir yolla kopya edilemez, çoğaltılamaz ve dağıtılamaz.

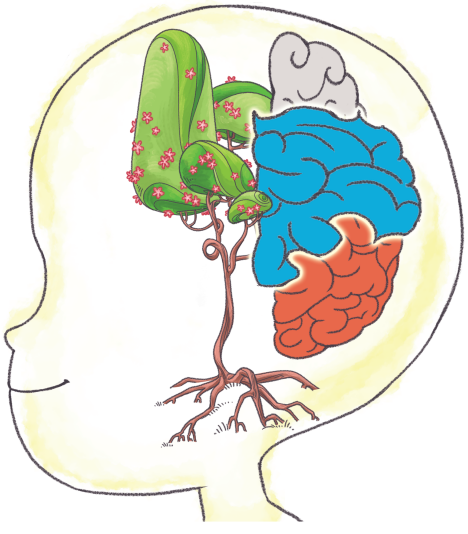
EBRU ALBAYRAK SİDAR

DUYUSAL BEYİN 2

Duyu Bütünleme ile Bütünsel Beyin Gelişimi Aktivite Serisi

Duygusal Farkındalığı ve Dayanıklılığı Geliştirme Aktiviteleri

DUYU'LMAK Kitabının Yazarından İSTİYORUM



sola kidz

İÇİNDEKİLER

Duyu Bütünleme Temelli Duygusal Gelişim Aktiviteleri 7
Gelişimsel Öneriler 18
Duyu Bütünleme Temelli Duygusal Farkındalık Aktiviteleri 20
İnteroseptif Duyu 24
Duygusal Farkındalığı Geliştirecek İnteroseptif Duyu Aktiviteleri 28
Proprioseptif Duyu 40
Duygusal Farkındalığı Geliştirecek Proprioseptif Duyu Aktiviteleri 41
Vestibuler Duyu 46
Duygusal Farkındalığı Geliştirecek Vestibuler Duyu Aktiviteleri 47
Dokunma Duyusu 49
Duygusal Farkındalığı Geliştirecek Dokunma Duyusu Aktiviteleri 50
Görme Duyusu 59
Duygusal Farkındalığı Geliştirecek Görsel Aktiviteler 60
İşitsel Duyu 68
Duygusal Farkındalığı Geliştirecek İşİtsel Aktiviteler 69
Tat Duyusu 76
Duygusal Farkındalığı Geliştirecek Tat Duyusu Aktiviteleri 77
Koku Duyusu 80
Duygusal Farkındalığı Geliştirecek Koku Aktiviteleri 81
Duyu Bütünleme Temelli Duygularla Baş Etme Aktiviteleri 83
İnteroseptif Duyu 85
Duygusal Baş Etme Becerilerini Geliştirecek İnteroseptif Sistem Aktiviteleri 86
Proprioseptif Duyu 91
Duygusal Baş Etme Becerilerini Geliştirecek Proprioseptif Sistem Aktiviteleri 92
Vestibuler Duyu 105
Duygusal Baş Etme Becerilerini Geliştirecek Vestibuler Sistem Aktiviteleri 106
Dokunma Duyusu 112
Duygusal Baş Etme Becerilerini Geliştirecek Dokunma Sistemi Aktiviteleri 113
Görsel Duyu 121

Duygusal Baş Etme Becerilerini Geliştirecek Görsel Aktiviteler 122
İşitsel Duyu 127
Duygusal Baş Etme Becerilerini Geliştirecek İşitsel Aktiviteler 128
Tat Duyusu ve Oral Motor Sistem 135
Duygusal Baş Etme Becerilerini Geliştirecek Tat Duyusu ve Oral Motor Aktiviteler 136
Koku Duyusu 140
Duygusal Baş Etme Becerilerini Geliştirecek Koku Aktiviteleri 141

DUYU BÜTÜNLEME TEMELLİ DUYGUSAL GELİŞİM AKTİVİTELERİ

"Duyusal Beyin" 3 kitaptan oluşan bir "Duyu Bütünleme Stratejileri ile Bütünsel Beyin Gelişimi" serisidir. Her bir kitap çocuk sinir sisteminin farklı bir alanını duyu bütünleme bakış açısıyla geliştirmeyi hedefler.

İlk kitap *"Duyusal beyin" olarak adlandığım "Alt Beyin",*

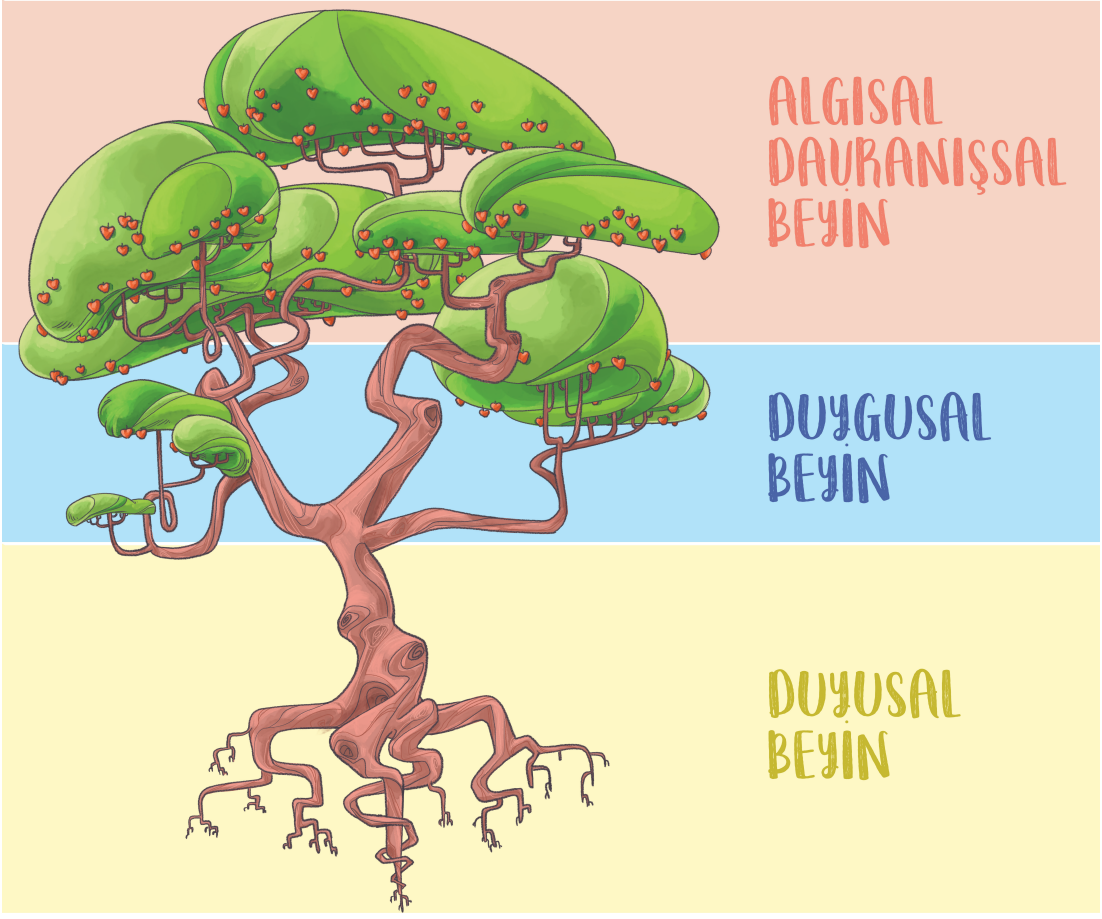
İkinci kitap *"Duygusal Beyin" olarak adlandırdığım "Orta Beyin" ve*

Son kitap *"Algısal-Davranışsal Beyin" olarak adlandırdığım "Üst Beyin" odaklı duyu bütünleme aktivitelerini* içermektedir.

Bu aktivitelerden tam verim alınabilmesi için her 3 kitabı edinmenizi ve aktiviteleri "Temel Duyu Bütünleme Aktiviteleri" kitabımdan başlayarak yapmanızı öneririm.

Duyu bütünleme aktivitelerinin duygusal gelişim üzerindeki etkisini daha iyi anlayabilmek için; "Duyu'lmak İstiyorum" kitabımda daha ayrıntılı olarak anlattığım ve sinir sistemimizin çalışma stilini şematize ettiğimiz ağaç sembolünü düşünebilirsiniz.

- ✓ Kökleriyle çevre ve bedenden bilgi toplayan,
- ✓ Gövdesinde tüm bu bilgileri birleştiren,
- ✓ Dallarında gelen bu bilgilerin duygusal cevaplarına karar verip duygusal süreçleri yöneten ve
- ✓ En sonunda tüm bu duygusal ve duyusal bilgilerle ne yapacağına karar verip bize "davranış" meyvesini veren bir ağaç.



İlk kitapta, beynimizin tıpkı bir ağaç gibi çalıştığından, köklerinden gelen çevresel ve bedensel duyusal bilgiyi tüm üst basamaklara dağıttığından bahsetmiş, beynimizin tamamının tek besininin duyulardan gelen bilgiler olduğunu ve duyularımız aracılığıyla doğru şekilde beslenmesinin kritik önemde olduğunu anlatmıştım.

"Duyusal Beyin", çocuk beyni ve sinir sisteminin farklı alanlarının bütünsel bir şekilde desteklenmesini ve gelişmesini sağlayan aktivitelerden oluşan ve 3 farklı kitap içeren "Duyu Bütünleme Aktiviteleri" serisidir.

"Duyusal Beyin Serisi"nin ikincisi olan "Duyu Bütünleme ile Duygusal Farkındalığı ve Dayanıklılığı Geliştirme Aktiviteleri" kitabı, çocuklarda "Duygusal Beyin" olarak adlandırılan orta beyin gelişimini desteklemektedir. Çocuklara, bedensel ve çevresel duyular aracılığıyla duygularını fark edebilmeyi, duygularının bedenlerinde yaptığı değişimleri tanımayı ve ardından yine duyular aracılığıyla duyguları ile baş edebilmeyi öğretmektedir. 2 yaş üzerindeki tüm çocuklarda kolaylıkla uygulanabilir aktivitelerden oluşmaktadır."

Duyu bütünleme alanında yazılmış ilk Türkçe kitap olan "Duyu'lmak İstiyorum"un da yazarı olan Ebru Albayrak Sidar, Fizyoterapist, Duyu Bütünleme Terapisti ve uluslararası bir eğitmendir.

Lisans eğitimini, İstanbul Üniversitesi Çapa Tıp Fakültesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bölümü'nde, Duyu Bütünleme Terapisi "Ayres Sensory Integration Therapy" eğitimini ise ABD'de, University of Southern California'da tamamlamıştır. Tüm dünyada duyu bütünleme terapisi uygulayabilmek için gereken ''Ayres Sensory Integration'' akreditasyonuna hak kazanmış Türkiye'deki ilk uzmandır.

Yaptığı çalışmalar, ABD'nin lider kuruluşu olan "Occupational Therapy Association The Koomar Center" tarafından desteklenmiş, ABD'nin yanı sıra, İngiltere, Avusturya, Güney Afrika, Ürdün gibi farklı ülkelerde yapılan bilimsel çalışmalarda yer almıştır.

20 yılı bulan meslek hayatında; öğretim görevlisi olarak iki farklı üniversitenin Fizyoterapi ve Ergoterapi bölümlerinde Duyu Bütünleme dersleri vermiş, birçok farklı devlet üniversitesinin psikiyatri ve pediatri alanlarında çalışan kıymetli akademisyenler tarafından davetler almış ve ortak çalışmalar yapmıştır. Duyu bütünleme problemlerinin anlaşılması ve doğru müdahalelerle çözümün sağlanması adına, çocuklarla çalışan uzmanlara, okullarda eğitimci kadrolarına ve kurumlara yönelik eğitimler vermekte, dünyanın farklı ülkelerinde yaşayan ailelere online ve birebir seanslar aracılığıyla destek olmaktadır. Kurucusu ve koordinatörü olduğu, alanında ilk ve tek uluslararası hizmet veren kuruluşlar olan, Türkiye'de "Duyusal Akademi", Londra'da "Fit and Smart Kids London" isimli klinikleri aracılığı ile çocukların, MEfirST isimli kliniği ile de yetişkinlerin multidisipliner ve bütüncül destek alabilmelerini sağlamaktadır.

Evli ve iki çocuk annesi olan Ebru Albayrak Sidar, Londra'da yaşamaktadır.

ebrualbayraksidar@gmail.com
www.duyusalakademi.com www.fitandsmartkids.com
instagram: therapist.mom

Sola Unitas
9 786258 064018
sola kidz