

**T.C.  
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI**

**HASTA VE YAŞLI HİZMETLERİ**

**YAŞAM ALANI DÜZENLEME**

**Ankara, 2015**

- Bu modül, mesleki ve teknik eğitim okul / kurumlarında uygulanan Çerçeve Öğretim Programlarında yer alan yeterlikleri kazandırmaya yönelik olarak öğrencilere rehberlik etmek amacıyla hazırlanmış bireysel öğrenme materyalidir.
- Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.
- **PARA İLE SATILMAZ.**

# İÇİNDEKİLER

AÇIKLAMALAR .....	ii
GİRİŞ .....	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1 .....	3
1. FİZİKSEL YAŞAM ALANI DÜZENLEME .....	3
1.1. Fiziksel Yaşam Alanı Düzenlemenin Önemi .....	3
1.2. Hasta / Yaşlının Fiziksel Yaşam Alanını Düzenlemenin Temel İlkeler .....	5
UYGULAMA FAALİYETİ .....	9
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	10
ÖĞRENME FAALİYETİ-2 .....	12
2. HASTA VE YAŞLIDA SOSYAL YAŞAM ALANI DÜZENLEME .....	12
2.1. Sosyal Yaşamı Düzenlemenin Önemi .....	13
2.2. Hasta/Yaşlının Sosyal Yaşamı Düzenlemede Temel İlkeleri .....	14
UYGULAMA FAALİYETİ .....	16
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	17
ÖĞRENME FAALİYETİ-3 .....	18
3. HASTA/YAŞLI GÜVENLİĞİ .....	18
3.1. Yaşam Alanında Güvenlik Tedbirlerini Almanın Önemi .....	18
3.2. Yaşam Alanında Alınacak Güvenlik Tedbirleri .....	19
UYGULAMA FAALİYETİ .....	20
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	21
ÖĞRENME FAALİYETİ-4 .....	22
4. ÇALIŞAN GÜVENLİĞİ .....	22
4.1. Çalışma Ortamındaki Güvenlik Tedbirleri .....	22
4.2. Mobbing .....	23
4.4. Mobbing'in etkileri .....	24
UYGULAMA FAALİYETİ .....	26
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	27
MODÜL DEĞERLENDİRME .....	28
CEVAP ANAHTARLARI .....	29
KAYNAKÇA .....	31

# AÇIKLAMALAR

<b>ALAN</b>	<b>HASTA VE YAŞLI HİZMETLERİ</b>
<b>DAL</b>	<b>Alan Ortak</b>
<b>MODÜLÜN ADI</b>	<b>Yaşam Alanını Düzenleme</b>
<b>MODÜLÜN SÜRESİ</b>	40/36
<b>MODÜLÜN AMACI</b>	Güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta/ yaşlının fiziksel yaşam alanını düzenleme, sosyal yaşamı düzenleme , yaşam alanında güvenlik tedbirlerini alma, çalışma alanında kendi güvenliğini sağlama ile ilgili bilgi ve becerileri kazandırmaktır.
<b>MODÜLÜN ÖĞRENME KAZANIMLARI</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta/ yaşlının fiziksel yaşam alanını düzenleyebileceksiniz.</li><li>2. Güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta/ yaşlının sosyal yaşamını düzenleyebileceksiniz.</li><li>3. Güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta/ yaşlının yaşam alanında güvenlik tedbirlerini alabileceksiniz.</li><li>4. Güvenlik ilkeleri doğrultusunda çalışma alanında kendi güvenliğini sağlayabileceksiniz.</li></ol>
<b>EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI</b>	<b>Ortam:</b> Sınıf, Teknik laboratuvar, beceri eğitim sahası <b>Donanım:</b> Sağlık eğitim CD'leri, yaşlı ve hastaların yaşadığı alanlar, huzur evleri, yaşlı bakım evleri ve bunlarla ilgili CD'ler afiş, DVD, VCD, projeksiyon cihazı akıllı tahta vb.
<b>ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME</b>	Modül içinde yer alan her öğrenme faaliyetinden sonra verilen ölçme araçları ile kendinizi değerlendirebileceksiniz.  Öğretmen modül sonunda ölçme aracı kullanarak modül uygulamaları ile kazandığınız bilgi ve becerileri ölçerek sizi değerlendirecektir.

# GİRİŞ

## **Sevgili Öğrenci,**

Her insanda olduğu gibi, yaşlıların da rahat, uygun, güvenli ve sağlıklı bir ortamda yaşama hakları bulunmaktadır.

Hasta ve yaşlıların yaşam alanı ihtiyaçlarını karşılayacak biçimde tasarlanmış olması gerekir. Yaşlılar için yaşam alanı düzenlemenin yaşam kalitelerini artırmada önemi büyüktür. Yaşam çevresinin yaşlıların gereksinimleri dikkate alınarak ve ergonomik olarak planlanması yaşlıların yaşam kalitesinin artmasında fayda sağlayacaktır. Yaşam ortamının düzenlenmesin de yaşlıların /hastanın anatomik özelliklerinin yanında seçim ve tercihlerinin de dikkate alınması gerekmektedir.

Bu modülde yaşam alanının düzenlenmesi ile ilgili bilgiler öğreneceksiniz Güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta/ yaşlıların fiziksel ve sosyal yaşam alanını düzenleyebileceksiniz.

Hasta/ yaşlıların yaşam alanında güvenlik tedbirlerini alabileceğiniz gibi, çalışma alanında kendi güvenliğinizle ilgili bilgi ve becerileri kazanabileceksiniz



# ÖĞRENME FAALİYETİ-1

## ÖĞRENME KAZANIMI

Güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta/yaşlının fiziksel yaşam alanını düzenleyebileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Fiziksel yaşam alanı düzenlemenin önemini araştırınız, sonuçlarını sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Hasta / yaşlının fiziksel yaşam alanını düzenleme de temel ilkeler nelerdir araştırınız. Araştırmalarınızın sonucunda bir rapor hazırlayarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.

## 1. FİZİKSEL YAŞAM ALANI DÜZENLEME

Fiziksel yaşam organizma, toplum, madde veya enerjiyi etkileyen dış koşulların tamamıdır. Fiziksel yaşam; ortam, ya da bulunulan yerin çevresi ve bu çevreden etkilenen doğal ve yapay öğelerin tümü anlamına gelir.

Fiziksel yaşam alanı, insanın doğal faaliyetleri devam ederken insan üzerinde ani ya da uzunca bir sürede dolaylı ya da dolaysız bir etki oluşturabilecek dış etkenlerdir.

### 1.1. Fiziksel Yaşam Alanı Düzenlemenin Önemi

Yaşlanma ile birlikte bireyin fizyolojik ve psikolojik fonksiyonlarında ortaya çıkan değişiklikler yaşam kalitesinde etkili olmaktadır. Bireyin sağlık durumu iyi olsa da normal yaşlanmanın gereği olarak fizyolojik ve bilişsel işlevlerde bir düşüş görülmektedir.

Yaşlılarda fizyolojik fonksiyonların bozulması düşme riskini artırmakta; 65 yaş ve üzerindeki tüm insanların yaklaşık üçte biri en az yılda bir kez evlerinde düşmektedirler. Çevre koşullarının olumsuzluğu fiziksel sınırlamaları olan bireylerin hareketlerini olumsuz etkilemektedir. Yaşlı insanların büyük bir bölümünün kronik hasta olması ve hasta olmaya eğilimleri, görme, işitme yeteneklerinin azalması normal fonksiyonlarını yürütmelerini engellemektedir.



**Resim 1.1: Yaşlı ve fiziksel çevre**

Hastalıklarda yaşlı insanların psikolojik, fiziksel ve bilişsel fonksiyonlarının gerilemesine neden olarak, günlük faaliyetleri yürütmelerini zorlaştırmaktadır. Bireyin benlik saygısı ve fiziksel çevresini kontrol edememesi de yaşlı bireyde güvenlik kaygısı yaratmaktadır. Bu nedenle gerekli güvenliği sağlamak için, yaşlı bireylerin çevresinin yeniden düzenlenmesi gerekir. Bu gerçekleştirilmesi kolay olmayan bir durumdur. Üstelik yaşlıların güven duygusu hissetmesi yalnız çevreye değil, bir yardımcının, tanıdık kişinin varlığına da bağlıdır. Yardıma veya bakıma ihtiyacı olan yaşlı bireyin çevresi özel olarak tasarlandığında birey günlük yaşam aktivitelerinin önemli bir bölümünü minimum bağımlılıkla sürdürebilir

Bilindiği gibi yaşlılar aynı konut ve çevrede uzun yıllar yaşamlarını sürdürmekte ve konut içinde daha fazla zaman harcamaktadırlar. Ev merkezli yaşam biçimi nedeniyle de yaşlıların fiziksel sağlığı konutun fiziksel özelliklerinden çeşitli biçimlerde etkilenmektedir. Uygun olmayan fiziksel koşullar yaşlının fonksiyonunu ve günlük yaşamla ilgili aktivitelerini azaltmakta ve olumsuz etkilemektedir.

Yaşlıların uzun süreli sakatlıkları da bağımsız kalmalarını engellemektedir. Ancak günümüzde güvenli bir ortamda bağımsız olarak yaşamlarını sağlayacak, fonksiyonlarını geliştirecek ve değişen gereksinimlerine destek bulacak teknolojik yenilikler sağlanmaktadır. Mimari ve teknik düzenlemeler dışında ev otomasyonunun da günlük yaşamı kolay hale getirecek biçimde düzenlenmesi gerekir.

Yaşlı bireyin fiziksel ve zihinsel yetenekleri, tercihleri ve yaşamı çok çeşitlilik gösterir. Bu özellikler her yaşlıda farklı düzeylerde gerçekleşir. Bu durum yaşla ilintili olmaktan çok, yaşamın anlamı ve kalitesine göre de değişir. Sağlık ve teknoloji ile ilgili gelişmeler erken yaşlanmayı önleyerek, daha aktif, daha bağımsız ve sağlıklı bir yaşam sürmelerine yardımcı olsa da yaşlı insanlar diğer yaş gruplarına göre hala sosyal, duygusal, fiziksel ve ekonomik değişikliklerden kolaylıkla etkilenebilmektedir. Bu da günlük yaşamla ilgili pek çok sorunla baş edebilmesini güçleştirmekte, yaşam ortamı, donanım ve ürünlerle ilgili sorun yaşamlarına neden olmaktadır.



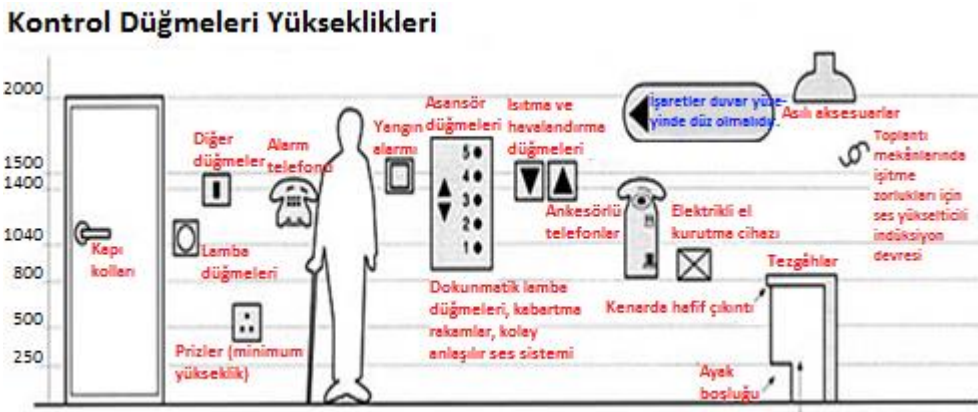
Yaşlı insanların yaşam ortamları onların fonksiyonel yeterlilikleri göz önüne alınarak tasarlandığında, bağımsız olarak ya da düşük bir destekle günlük yaşamla ilgili aktiviteleri gerçekleştirmeleri mümkün olabilmektedir. Buda üretim çağındaki bütün çalışanların maddi ve manevi olarak ekonomiye, hayata daha önemli katkılar sağlayacakları anlamına gelir.

## 1.2. Hasta / Yaşlının Fiziksel Yaşam Alanını Düzenlemenin Temel İlkeler

Türkiye’de hasta/yaşlı yaralanmalarında, düşmelerin çoğunluğunun evde meydana geldiği; kazaların oluş nedenleri incelendiğinde büyük kısmına, bilgisizlik, tedbirsizlik, ihmal gibi önlenemez insan hatalarının sebep olduğu görülmüştür. Evde veya tesiste yapılacak küçük düzenlemeler ve destekler ile kazalar ve bunlara bağlı yaralanmalar önemli ölçüde azaltılabilir.

Hasta/yaşlının evde (huzurevi/tesis) hayatını kolaylaştıracak, bağımsızlığını artıracak, kazaları önlemeye yardımcı fiziksel düzenlemelerdeki temel ilkeleri şöyle sıralayabiliriz.

- **Konut içi düzenlemeler;**
  - Kapı genişlikleri en fazla 100cm, en az 80 cm olmalıdır. Bütün kapılar eşsiz olmalıdır. Kapı üzerlerinde kavraması kolay tutma kolları bulunmalıdır. Apartman girişleri yeteri kadar aydınlatılmış olmalıdır.
  - Posta kutusu, kapı zili ve elektrik düzeneğine ilişkin her türlü düğme ve priz yerden en fazla 90-100cm yükseklikte olmalıdır. Karanlıkta görülecek fosforlu düğmeler tercih edilmelidir



Şekil 1.1: Yaşlıların konutlarında kapı kolu, priz ve elektrik düğmelerinin yerleri.

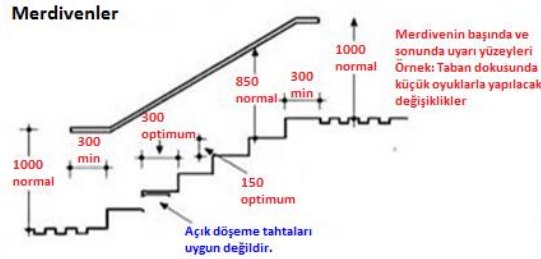
- Asansör kabini minimum 110 x 140 cm ölçülerinde ve kolaylıkla ulaşılabilir olmalıdır.

➤ **Antre;**

- Mobilyalar, yaşlıların düşme ve çarpma riskini azaltmak için duvarlar boyunca ve alanın köşesine yerleştirilmelidir.
- Yaşlı bireyin dinlenmesine olanak sağlamak amacıyla kapıya yakın olarak yerleştirilmiş bir oturma yeri bulunmalıdır.
- Elbiselerini ve bastonu asmak için kolay ulaşılabilen farklı yükseklikli askılar olmalıdır.

➤ **Merdivenler;**

- Merdivenlerin başında ve sonunda elektrik düğmeleri olmalıdır. Mümkünse hareketli cisme duyarlı (sensörlü) lambalar kullanılmalıdır.
- Basamaklar eşit aralıkta ve yükseklikte olmalı ve takılmaya neden oluşturacak çıkıntı ve uygunsuz basamak uygulamaları (döner merdiven) olmamalıdır
- Uzun merdivenlerde dinlenmek için sahanlık olmalıdır.
- Merdivenlerin basamak yüksekliği 14cm, basamak uzunluğu ise 28-30cm'yi geçmemelidir .
- Basamaklarda kaymayan malzemeler kullanılmalıdır.
- Görme derinliğinde algılama bozukluğuna yol açacak desenli döşemeler halı ve kilimler kullanılmamalıdır.



Şekil 1.2: Merdivenlerde olması gerekenler

➤ **Yatak Odası**

- İyi aydınlatma ve havalandırma olanağı bulunmalıdır.
- Yatak odası, banyo ve tuvalet birbirine yakın planlanmalıdır.
- Sık kullanılan giysi ve eşyalar ulaşılabilecek yerlerde bulunmalı, tabure/sandalye üzerine çıkmadan kolaylıkla ulaşılabilmelidir.
- Elbise dolaplarının kapaklarında, kavraması kolay kulpların kullanılması ve kapakların açılmasıyla otomatik yanan lambalar tercih edilmelidir.
- Yatak odası mobilyaları yaşlının tekerlekli sandalye, koltuk değneği ya da bastonu ile rahatça dolaşabileceği şekilde düzenlenmelidir.
- Yataktan kolay ulaşılan mesafede; yatak başı lamba, telefon, bardak, ilaçlar gibi önemli maddeleri koyabilecek küçük sabit masa/ komidin olmalıdır.

➤ **Banyo ve Tuvalet;**

- Tuvalet, duş, banyo küveti yakınında tutunma barları bulunmalıdır. Tutunma kolları duvarda yatay ekseninde iyi sabitlenmiş olmalıdır. Tutunma barlarının çapı 4- 5 cm olmalı ve zeminden 90- 100 cm yükseklikte yerleştirilmelidir.
- Giriş ve çıkışlarda düşmelere neden olabileceğinden küvetten kaçınılmalıdır. Oturaklı duş sistemi tercih edilmelidir.
- Armatürler kolay açılır kapanır özellikte olmalıdır.
- Elektrikli aletler kullanılmadığı zaman fişleri prizden çıkarılmalıdır.
- Banyoda havalandırma sistemi ve sıcak su kaynağı güvenli olmalıdır.
- Banyo dolapları ve havalandırma sistemleri tabure üzerine çıkmadan, ulaşılabilir yükseklikte olmalıdır.
- Banyo kapısı mekanı daraltmamak için dışarıya açılmalıdır
- Banyo zemini kaymaz, ışık ile parlamayan özellikli malzemeden yapılmalı ve döşemeler ıslak bırakılmamalıdır.
- Zemin ile duvar rengi kontrast oluşturacak şekilde farklı renklerden yapılmalıdır.
- Kaymayan terlikler kullanılmalıdır.

➤ **Mutfak;**



**Resim 1.2: Hasta/yaşlılara mutfakta yardım**

- Masaların kenarları keskin olmamalıdır. Masa, mutfak tezgahı ve üst dolapların yükseklikleri yaşlılara uygun düzenlenmelidir.
- Mutfak dolapları ve lavabolar tekerlekli sandalye seviyesine göre ayarlanmalıdır.
- Kullanılan araçların (ocak, şofben vb.) düğmelerinin açık ve kapalı konumlarındaki işaret belirgin olmalı, rahat görülebilmelidir.
- Yere dökülen sıvı vb. hemen temizlenmelidir.
- Mutfakta kullanılan elektrikli araçların kabloları lavaboya veya ocağa yakın olmamalıdır.
- Evdeki tehlikeli ateş kaynakları kontrol edilmeli, gerekli önlemler alınmalıdır.

### ➤ Hasta/Yaşlıların Kullandığı Diğer Yardımcı Aparatlar

Yaşlı güvenliğinde en önemli koruyucu uygulamalardan biri yaşa bağlı olarak ortaya çıkan fizyolojik yetersizlikleri gidermeye yönelik yardımcı araçların (işitme aygıtı, gözlük, baston vb.) sağlanmasıdır. Gözlüklerin camları çizik, kırık olmamalı, temiz olmalı ve çerçevesinin burun üzerine, sapının kulak arkasına tam oturması sağlanmalıdır. Baston, tripod (üç ayaklı baston), ve Walker (yürüteç) gibi kullanılacak destekler; vücut ağırlığının bir kısmını alır, yer ile temas yüzeyini genişletir ve dengenin sağlanmasında, düşmelerin önlenmesinde çok yararlıdır. Bu nedenle yaşlıların sağlık durumlarına göre devamlı ya da yürüyüşlerde ve alışverişlerde kullanması önerilir.

Bu desteklerin elle tutulan bölümleri avuç içine yerleşebilir nitelikte, gövdesi sağlam, uç kısımları kaymayacak maddeden yapılmalıdır.



**Resim 1.3: Hasta/Yaşlıların Kullandığı Diğer Yardımcı Aparatlar**

Yaşlılarda kıyafet seçimine de özen gösterilmeli, etek boyları ve kol boyları uzun, geniş, iş yaparken takılmaya neden olacak şekilde olmamalı, rahat, vücudu çok sıkı sarmayan pamuklu kumaştan yapılmalıdır. Ayakkabılar hafif materyalden, ortopedik ve altı kaymayacak şekilde olmalıdır.

Yaşlı ve birlikte yaşadığı bireyler yaşanan ortamda, düşmeye neden olacak ne kadar risk faktörü olduğunun farkında olmayabilir. Bu amaçla güvenlik listelerinden faydalanılabilir. Güvenlik listesi evin bir köşesine asılarak yaşlının ve çevresindekilerin bu konuda bilinçlendirilmesi ve belli aralıklarla gözden geçirilmesi sağlanmalıdır. Böylece birçok kaza nedeninin önceden belirlenmesi ve giderilmesine yardımcı olunabilir.

## UYGULAMA FAALİYETİ

Aşağıda verilen işlem basamaklarını takip ederek yaşam alanı düzenlemede temel ilkeler doğrultusunda hasta / yaşlının fiziksel yaşam alanını açıklayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Fiziksel yaşam alanı kavramını açıklayınız	➤ Fiziksel yaşam alanı kavramını farklı kaynaklardan araştırabilirsiniz.
➤ Fiziksel yaşam alanı düzenlemenin önemini anlatınız	➤ Fiziksel yaşam alanı düzenlemenin önemini farklı kaynaklardan araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz.
➤ Hasta / yaşlının fiziksel yaşam alanını düzenlemenin temel ilkelerini açıklayınız.	➤ Hasta / yaşlının fiziksel yaşam alanını düzenlemenin temel ilkelerini araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz.

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyunuz ve doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi fiziksel yaşam alanının doğru tanımıdır?
  - A) Bizim dışımızdaki her şey
  - B) İnsan doğal faaliyetleri
  - C) Bize direkt veya dolaylı olarak etki eden tabiat olayları
  - D) Bize direkt veya dolaylı olarak etki eden tabiat olayları
  - E) Ortam ya da bulunulan yerin çevresi ve bu çevreden etkilenen yaşamını koşullandıran doğal ve yapay öğelerin tümü
  
2. Aşağıdakilerden hangisi yaşlı/hastalarla ilgili konut düzenlemede kapı ile ilgili doğru ölçülerdir?
  - A) Kapı genişlikleri en fazla 100cm, en az 80 cm olmalıdır
  - B) Kapı genişlikleri en fazla 90cm, en az 80 cm olmalıdır
  - C) Kapı genişlikleri en fazla 110cm, en az 80 cm olmalıdır.
  - D) Kapı genişlikleri en fazla 120cm, en az 80 cm olmalıdır.
  - E) Kapı genişlikleri en fazla 115 cm, en az 80 cm olmalıdır.
  
3. Aşağıdakilerden hangisi yaşlı/hastalarla ilgili konut düzenlemede merdivenlerle ilgili doğru bilgidir?
  - A) Merdivenlerde desenli döşemeler halı ve kilimler kullanılmalıdır.
  - B) Basamaklar eşit aralıkta ve alçak olmalı
  - C) Tutamaklar ve uzun merdivenlerde sahanlık olmalıdır
  - D) Hareketli cisme duyarlı (sensörlü) lambalar kullanılmamalıdır.
  - E) Merdivenlerin basamak yüksekliği 14cm, basamak uzunluğu ise 28-30cm'yi geçmemelidir.
  
4. Aşağıdakilerden hangisi yaşlı/hastalarla ilgili konut düzenlemede tuvalet, duş, banyo ile ilgili doğru bilgidir ?
  - A) Banyo kapısı mekanı daraltmamak için içeriye açılmalıdır
  - B) Zemin ile duvar rengi kontrast oluşturacak şekilde aynı renklerden yapılmalıdır
  - C) Giriş ve çıkışlarda düşmelere neden olabileceğinden küvetten kaçınılmalıdır.
  - D) Tutunma barlarının çapı 4- 5 cm olmalı ve zeminden 100-150 cm yükseklikte yerleştirilmelidir.
  - E) Armatürler iyi kapanır özellikte olmalıdır

**5.** Aşağıdakilerden hangisi yaşlı/hastalarla ilgili konut düzenlemede yatak odası ile ilgili yanlıştır?

- A) Sık kullanılan giysi ve eşyalar ulaşılacak yerlerde bulunmalı, tabure/sandalye üzerine çıkararak kolaylıkla ulaşılabilir.
- B) İyi aydınlatma ve havalandırma olanağı bulunmalıdır
- C) Yatak odası, banyo ve tuvalet birbirine yakın planlanmalı
- D) Yataktan kolay ulaşılan mesafede; yatak başı lamba, telefon, bardak, ilaçlar gibi önemli maddeleri koyabilecek küçük sabit masa/ komidin olmalıdır
- E) Yatak odası mobilyaları yaşlının tekerlekli sandalye, koltuk değneği ya da bastonu ile rahatça dolaşabileceği şekilde düzenlenmelidir

## **DEĞERLENDİRME**

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

# ÖĞRENME FAALİYETİ-2

## ÖĞRENME KAZANIMI

Güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta/yaşlının sosyal yaşam alanını düzenleyebileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Sosyal yaşam alanı kavramını araştırınız. Öğrendiklerinizi sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Sosyal yaşam alanı düzenlemenin önemini araştırınız sonuçlarını sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Hasta / yaşlının sosyal yaşam alanını düzenlemesinde temel ilkeler nelerdir araştırınız. Araştırmalarınızın sonucunda bir rapor hazırlayarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.

## 2. HASTA VE YAŞLIDA SOSYAL YAŞAM ALANI DÜZENLEME

Sosyal açıdan yaşlılık, bireyin statü kayıplarına paralel olarak toplum tarafından yaşlı olduğuna dair aldığı mesajlar biçiminde tanımlanabilir. Sosyal yaşamın olmazsa olmaz koşullarından biri kendi dışımızdaki bireylerin varlığı ile yaşamımızı sürdürmemizdir. Sosyal olmak, bir arada yaşamak, birlikte eğlenmek anlamına gelir. Aile ve arkadaş ortamı sosyal ilişkilerin yoğun yaşandığı, birey açısından en güvenilen ve rahat edilen ortamlardır.



Resim 2.1: Hasta/yaşlılarda sosyal yaşam



## 2.1. Sosyal Yaşamı Düzenlemenin Önemi

Yaşlılıkta sosyal ilişkiler her yaştan daha önemlidir. Arkadaş kayıpları, üretkenlikte gerileme, hastalıklara eğilim yaşlıları etkilediği için, iyi bir sosyal alan içerisinde yaşamaları önemlidir. Çocukları, arkadaşlıkları, yeni dostlukları sosyal hayatı için gereklidir. Sosyal hayattan çekilirlerse tamamen yalnız kalacakları için, sürekli olarak çocuklarını arayan, “beni unutuyorsunuz” diyen yaşlılar, maalesef bir süre sonra çocuklarının uzak durduğu, torunlarının yaklaşmak istemediği huysuz ve hırçın yaşlılar haline gelebilir.

Yaşam boyunca “varlığını anlamlı kılmayı” ilke edinen bir birey, gerek yetişkinlik gerekse yaşlılık döneminde yaşamın ne anlama geldiğini bilerek yaşayacaktır. Yaşamı anlamlı kılmak, sosyal açıdan yararlı işlerle uğraşmak, çevresindeki insanlara örnek ve öğretici olmak biçiminde değerlendirilebilir. Bu düşünceler çerçevesinde yaşlı bireylerin sosyal ilişkilerini henüz yaşlılık dönemine gelmeden önce düzenlemesi gerekir. Önemli olan, yaşlıların gençlikte başlattıkları sosyal faaliyetleri, bir takım dernek çalışmalarını ileri yaşlarda sürdürüp bu sosyal yaşam içerisinde yer almalarıdır.

Aile ilişkileri yaşlılık için önem taşımaktadır. Çocuklarımıza yaşlıların saygın bir yerinin olduğunu öğretmek ve yetişkinlerin kendi anne-babasına karşı davranışlarını çocuğuna örnek olacak biçimde göstererek yetiştirmemiz gerekir.

Yaşlılıkta aile ilişkilerinin yanı sıra arkadaş grupları da önemlidir. Çünkü ileri yaşlarda aile üyeleri ile her zaman birlikte bulunulmayabilir. Bu durumda daha çok arkadaşlık ve komşuluk ilişkileri önem kazanır. Kendisine ihtiyaçlarının bulunduğunu hissetmesi de yaşlıyı yaşama bağlayan ve onu aktif kılan nedenlerdendir. Yaşlı annenin torun bakması, onların denetimini sağlaması bir işe yarama duygusunu yaşamasına neden olur. Özellikle yaşlının nazarında torun sevgisinin ayrıcalıklı bir yeri vardır. Bu tür davranışlar aile ve akrabalık ilişkilerinin pekişmesini sağlar, yaşlının yaşamla bağı artar ve bütün bunlar sosyal anlamda yaşlı bireyin yaşam kalitesini yükseltir.

Yaşlılar, yaşadığı bölgenin sorunlarına, çevresine duyarlı olmak, eğitim sorunlarına, kimsesiz çocuklarla ve sorunlu gençlerle ilgilenmek, çevreci hareketlerin içinde olmak vs. gibi daha birçok gönüllü örgütlenmeler içinde görev alabilir ya da etkinliklerine katılabilirler. Bu tür gönüllü uğraşlar aynı zamanda toplumsal sorumluluk özelliği taşır. Yaşlı birey bu sorumluluğu diğerleri ile paylaştıkça bir işe yaradığını düşünür ve bundan dolayı mutlu olur. Bu davranışlar bir bakıma yaşamı anlamlandırmanın da yoludur.

Bireylerin yaşamlarında sosyal ilişkilerini canlı hobbiler geliştirmesi ile de mümkündür. Bu etkinliklerden birini ya da bir kaçını yapmak sosyal açıdan yaşam kalitesinin yükselmesine yol açtığı gibi yaşamın daha keyifli hale gelmesini de sağlar.

Giyinme, soyunma, banyo, yemek yeme gibi günlük aktiviteleri kişinin mümkün olduğunca kendisinin yapması sağlanmalıdır. Yaşlının durumuna ve ihtiyaçlarına göre yalnızca gerekli olan durumlarda yardımcı olunmalıdır.

## 2.2. Hasta/Yaşlının Sosyal Yaşamını Düzenlemede Temel İlkeleri

Hasta ve yaşlının sosyal yaşamını düzenleme de aşağıda belirtilen kuralların gerçekleştirilmesi gerekir.

### ➤ Sağlık:

Akut / kronik hastalar ve özellikle 65 yaş ve üstündeki kişilerin yaklaşık % 80'inin en az bir kronik rahatsızlığı vardır. Bu hastalıklar daha çok eklem rahatsızlığı, yüksek tansiyon, işitme ve görme yetersizlikleri ve kalp rahatsızlıkları şeklinde sıralanabilir. Sağlık sorunu olan yaşlılar için özel sağlık hizmetleri, emeklilikte evde bakım ve sağlık araç gereçleri gibi sağlık hizmetleri sunarak onların sosyal hayata katılımları sağlanabilir.

### ➤ Konut:

Yaşlılıkla birlikte kişinin sosyal, ekonomik, psikolojik ve fiziksel gereksinimleri de değişmektedir. Özellikle fiziksel hareketlerinin yavaşlaması ve azalması konut koşullarında özel talepleri ortaya çıkaracaktır. Yaşlılar bu dönemdeki ekonomik şartları, sağlık durumları, zamanlarının çoğunu evde geçirmeleri, bağımsız ve yalnız olarak yaşamak istemeleri gibi nedenlerle fiziksel değişimlerine uygun donanımlar ve emniyet tertibatlarına sahip konutlara ihtiyaç duyarlar.

### ➤ Eğlence/hobi:

Özellikle yalnız yaşayan ve boş zamanı olan yaşlıların sosyal hayata entegrasyonu için eğlence/ hobi gereklidir. Kronik hastaların ve yaşlıların zaman zaman şiir/müzik dinletileri, tiyatro, oyunlar, video, yemek pişirme ve ev işlerinde pratik yöntemler vb. etkinliklere katılmaları boş zamanlarını değerlendirmelerini ve kendilerini değerli hissetmelerini sağlar.



**Resim 2.2: Hasta/yaşlılarda hobi**

Bunların dışında hobi olarak bahçe işleri ile uğraşmak, organik bitkiler yetiştirmek ya da çiçekçilik ile uğraşmak insana sevinç ve mutluluk kaynağı oluşturabilir.

Yaşlılıkta bedende meydana gelen deformasyonları azaltmak ve kasları kuvvetlendirmek adına yaşlı bireyin yaşına ve sağlık durumuna uygun spor faaliyetlerini düzenli olarak yapması istenilen bir durumdur. Spor yapan yaşlıların yaşama güler yüzle baktıkları ve mutlu oldukları bilinmektedir.

➤ **Medya:**

Yaşlılar televizyonu topluma açılan bir pencere olarak görmektedir. Yaşlılar diğer ev halkından daha çok televizyon seyretmekte, ilgi alanlarına yönelik dergiler, gazeteler okumakta haber ve günlük olaylara daha çok önem vermektedirler.

➤ **Ulaşım:**

Yaşlı/ Hastalar için, toplu taşıma araçlarının bağımsızlık, hareket serbestliği sağlayabilecek özelliklere sahip olması önemlidir.

➤ **Alışveriş:**

Yaşlı tüketicilerin alışverişlerinde dikkat ettikleri en önemli faktörlerden biri güvendir. Alışveriş yaptıkları kişi veya kuruluşa güvenmek isterler. Bu nedenle, özellikle sahip oldukları para, hisse senedi, tahvil gibi kıymetli değerlerini emanet edebilecekleri güvenilir kişi ve kuruluşlara ihtiyaç duyacaklar ve bunu talep edeceklerdir.

Bu dönemde yaşlıların işten ayrılmaları ve emeklilik dönemine girmeleri ile birlikte gelir düzeyleri diğer yaşam dönemlerine göre düşmektedir. Bu nedenle uygun fiyatta, kaliteli ürün bulabilmeleri için gerekli düzenleme ve yardımlar yapılmalıdır.

## UYGULAMA FAALİYETİ

Aşağıda verilen işlem basamaklarını takip ederek güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta / yaşlının sosyal yaşam alanını açıklayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Sosyal yaşam alanı kavramını açıklayınız	➤ Sosyal yaşam alanı kavramını farklı kaynaklardan araştırabilirsiniz.
➤ Sosyal yaşam alanı düzenlemenin önemini anlatınız	➤ Sosyal yaşam alanı düzenlemenin önemini farklı kaynaklardan araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz.
➤ Hasta/yaşlının sosyal yaşam alanı düzenlemenin temel ilkelerini açıklayınız.	➤ Hasta/yaşlının sosyal yaşam alanı düzenlemenin temel ilkelerini araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz.

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D, yanlış ise Y yazınız.

1. ( ) Barınma durumu sosyal yaşam alanı içinde değerlendirilir.
2. ( ) Sosyal yaşam alanı olguları yaşlılara da biyolojik özelliklerine göre tanzim edilmesidir.
3. ( ) Yaşlı/Hastalar için alışveriş sırasında sorunlarla karşılaşmaları kaçınılmazdır.
4. ( ) Bütün hastaların kitap okuma zorunluluğu olmalıdır.
5. ( ) Hasta/yaşlılar için toplu taşıma araçları bağımsızlık, hareket serbestliği sağlayabilmelidir.
6. ( ) Yaşlı tüketicilerin alışverişlerinde dikkat ettikleri en önemli faktörlerden biri güvendir.
7. ( ) Spor yapan yaşlıların yaşama güler yüzle baktıkları ve mutlu oldukları bilinmektedir.
8. ( ) Organik bitkiler yetiştirmek ya da çiçekçilik ile uğraşmak yaşlı yada hastalar için sosyal faaliyettir.

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

# ÖĞRENME FAALİYETİ-3

## ÖĞRENME KAZANIMI

Güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta/ yaşlının yaşam alanında güvenlik tedbirlerini alabileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Hasta/ yaşlı güvenliği kavramını araştırınız. Sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Hasta/yaşlının yaşam alanındaki güvenlik tedbirlerini almanın önemini araştırınız, sonuçlarını sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.

## 3. HASTA/YAŞLI GÜVENLİĞİ

Yaşlı nüfus oranının yükselmesi, kronik hastalıklardaki artış, kırsal yaşamdan kentsel yaşama geçiş, aile yapısındaki değişiklikler gibi etkenler yaşlılıkta bakım gereksiniminin daha da artmasına sebep olur.



Resim 3.1: Hasta/yaşlılarda güvenlik

Hasta/ yaşlı güvenliği, sağlık hizmeti sunumu sırasında olabilecek hataların önlenmesi ve bu hataların en aza indirilmesidir.

### 3.1. Yaşam Alanında Güvenlik Tedbirlerini Almanın Önemi

Çağdaş hasta ve yaşlı hizmeti; güvenli, etkili, hasta problem odaklı, zamanında verilen, verimli ve eşit dağılımlı hizmet sunumu şeklinde olmalıdır. Hastalara ve yaşlı kişilere daha güvenli bir hizmet sunulması, birinci öncelik haline gelmiş durumdadır. Bakım hataları ve istenmeyen olayları önleyebilmek için bakım ve tıbbi hatalara yol açma olasılığı bulunan tüm risklerin iyi bilinmesi bir zorunludur.

### 3.2. Yaşam Alanında Alınacak Güvenlik Tedbirleri

- Yalnız yaşayan hasta/yaşlılar komşularıyla irtibat halinde olmalı.
- Yaşam alanında havalandırma yeterli olmalı.
- Elektrikli aletleri kullanılmadığı zaman kapalı tutulmalı.
- Acil durumlar için telefon kolay ulaşılabilir yerde olmalı
- Zemin kaygan olmayan bir malzeme ile kaplanmalı.
- Halı, kilim vb kenarları takılıp, düşmeye ve kaymaya yol açabilecek biçimde veya kıvrılmış durumda olmamalı.
- Elektrik, telefon vb kablolar açıkta ve takılmaya, düşmeye yol açabilecek biçimde olmamalıdır.
- Evlerde çocuk oyuncakları, misket gibi kolayca yuvarlanarak kaymaya yol açabilecek malzemeler ortalıkta bırakılmamalı.
- Kullanılmayan, fazlalık ya da dağınıklık yapan eşyalar mümkün olduğu kadar azaltılmalı.
- Yaşlıların yatakta sigara içmesi engellenmeli.
- Ayak tabanı kaydırmaz terlik ya da ayakkabı giyilmeli.
- Yangın merdiveni ya da acil çıkış kapıları olmalı.
- Banyoda kullanılan suyun ısısı termostat ile ayarlanmalı.
- Mutfakta çalışırken uygun bir kıyafet kullanılmalı
- Ocak düğmelerinin AÇIK-KAPALI konumu kolayca fark edilecek şekilde işaretlenmeli
- Kullanılan elektrikli araçların kabloları ocağa yakın tutulmamalı.
- Merdiven başlarında aydınlatma ve açma kapama düğmesi olmalı.
- Merdiven kaplamalarının iyi durumda olduğu kontrol edilmeli, kenarları kalkmışsa mutlaka yapıştırılmalı.
- İlaçların kullanımı ile ilgili detaylı bir plan-takvimi görülebilecek bir yere (ör: buzdolabının kapısı) asılmalı.
- Her ilaç kendi kutusunda tutulmalı, yanlış ilaç kullanımının engellenmesi amacıyla ilaç kutularının üzerine çeşitli uyarıcılar yazılmalıdır.
- Doktor önerisi dışında ilaç kullanılmamalı.
- Sıkça kullanılan eşyalar kolay ulaşılabilir rafta tutulmalı.
- Kapı zili çalındığında kapı deliğinden dikkatlice gözetlenmeden kapı açılmamalı.
- Telefon, geceleri yatağın yanında bulundurulmalı, hafızasına da polis, jandarma veya itfaiye telefonları kaydedilmeli.
- Eve girer girmez kapı kapatılmalı ve kilitlenmeli

## UYGULAMA FAALİYETİ

Aşağıda verilen işlem basamaklarına güvenlik ilkeleri doğrultusunda hasta/ yaşlının yaşam alanında alınacak güvenlik tedbirlerini kavrayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Hasta/ yaşlı güvenliği kavramını açıklayınız	➤ Hasta/ yaşlı güvenliği kavramını farklı kaynaklardan araştırabilirsiniz.
➤ Yaşam alanında güvenlik tedbirlerini almanın önemini anlatınız	➤ Yaşam alanında güvenlik tedbirlerini farklı kaynaklardan araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz.
➤ Yaşam alanında alınacak güvenlik tedbirleri ilkelerini açıklayınız.	➤ Yaşam alanında alınacak güvenlik tedbirleri ilkelerini araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz.



## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D yanlış ise Y yazınız.

1. ( ) Yalnız oturuyorsanız, komşularınızla irtibatı kesiniz
2. ( ) Acil durumlar için yakınıınızda hemen bir telefon bulundurulmalısınız.
3. ( ) Elektrikli aletleri kullanmadığımız zamanlarda pilotta tutunuz.
4. ( ) Kıyafetinizin kol ağzlarının dar ve kısa olmasına dikkat ediniz. Uzun, sarkan giyecekler kullanınız.
5. ( ) Elektrikli aletleri kullanmadığımız zamanlarda kapalı tutunuz.

### DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

# ÖĞRENME FAALİYETİ-4

## ÖĞRENME KAZANIMI

Güvenlik ilkeleri doğrultusunda çalışma alanında kendi güvenliğini ile ilgili bilgi ve becerileri kazanabileceksiniz

## ARAŞTIRMA

- Çalışan güvenliği kavramını araştırınız. Sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Çalışma ortamındaki güvenlik tedbirlerini araştırınız, sonuçlarını sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Mobbing kavramını araştırınız. Araştırmalarınız sonucunda bir rapor hazırlayarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Mobbing'in türlerini öğreniniz bir rapor hazırlayarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Mobbing'in etkilerini araştırınız, sonucunu bir rapor hazırlayarak sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.

## 4. ÇALIŞAN GÜVENLİĞİ

Çalışan güvenliği; işin yürütülmesi sırasında doğan sağlığa zarar verecek koşullardan ve güvenliği tehlikeye düşürecek durum ve davranışlardan korunmak, üretimin devamlılığını sağlamak ve verimliliği arttırmak amacıyla yürütülen sistemli ve bilimsel çalışmalardır.

Çeşitli teknik, tıbbi, hukuki, yönetsel, beşeri ve psikolojik unsurlar çalışan güvenliği konusu içine girmektedir. Çalışan güvenliği çok disiplinli (multidisipliner) bir bilim dalıdır, ilgili tarafların katkısı ile gelişir (çalışanlar, devlet ve işverenler ve örgütleri), düzeltmekten ziyade koruyucudur.

Toplum yaşamında, üretim araç ve yöntemlerindeki değişimler, çalışanların sağlık ve güvenlik sorunlarını arttırmış, çalışan güvenliği kavramı giderek önem kazanmaya başlamıştır.

### 4.1. Çalışma Ortamındaki Güvenlik Tedbirleri

- Çalışanlara yönelik sağlık taramaları yapılmalıdır
  - Hasta/yaşlı bakım ve tedavisini sağlayan tüm sağlık personelinin HBs Ag, Anti HBs, Anti HCV, Anti HIV tetkiklerine bakılmalı
  - Riskli alanlarda çalışan personelin aşılınması sağlanmalı

- Çalışanların kişisel koruyucu önlemleri alması sağlanmalıdır
  - Maske, bone, eldiven gibi, koruyucu ekipmanlar kullanılmalı
  - Kesici ve sivri uçlu aletler için atık kutuları kullanılmalı
  - Enfekte materyaller işaretli ve izole taşınmalı
- Çalışanlara yönelik fiziksel saldırıların önlenmesi için gerekli düzenlemeler yapılmalı

## 4.2. Mobbing

Mobbing; Bir kişinin başka bir kişiye ya da bir canlının başka canlılara yapmış olduğu sistematik, kasıtlı ve onu incitecek bir davranış tarzı. Birini yıldırma, birine gözdağı vermek, ona eziyet etmek, onu sıkıntıya sokmak, psikolojik olarak da birini taciz etmek anlamındadır. Bunu yaparken de bir kasıt olması gerekir.



Resim 4.1: Mobbing

- **Mobbing'in Türleri**
  - **Dikey (Hiyerarşik) Şiddet** ; Çalışanın yöneticiye psikolojik şiddet uygulamasıdır. Nadir görülen bir durumdur. Örneğin çalışanların yöneticiyi kabullenmemesi, eski yöneticiye duyulan bağlılık, kıskançlık gibi.
  - **Yatay Psikolojik Şiddet**; Benzer görevlerde bulunan ve benzer olanaklara sahip aynı konumdaki iş arkadaşlarının birbirine şiddet uygulamasıdır.
  - **Düşey Psikolojik şiddet**; Üst konumda yer alanların astlarına yönelik şiddet uygulamasıdır. Üstler sahip oldukları kurumsal gücü, astlarını ezerek, onları kurum dışına iterek kullanmasıdır.



**Resim 4.2: Yatay şiddet**

#### 4.4. Mobbing'in etkileri

Mobbingin bireysel, örgütsel ve toplumsal olarak etkileri bulunmaktadır.

- **Bireysel etkileri;** Mobbingden zarar gören kişilerde unutkanlık, halsizlik, ümitsizlik, uykusuzluk, iştahsızlık, endişe, depresyon, ağlama krizleri, yaşama isteğinde azalma, alınganlık, suskunluk, ani öfkelenme gibi düşünsel ve davranışsal değişiklikler gözlemlenir. Hatta daha yoğun psikolojik baskılarda mağdurda intihar düşünceleri oluşur.
- **Örgütsel etkileri;** Duygusal şiddet örgütlerin karşılaştığı çok önemli bir sorundur. Duygusal şiddetin örgütlerde ortaya çıkardığı ilk sonuç örgütte stresli bir iklime yol açabilmesidir. Örgütte egemen olan stres, her çalışanı rahatsız etmekte, çalışanın verimliliğini düşürmekte, çalışanların örgüte bağlılığının kaybolmasına neden olabilmektedir. Bireyler tüm dikkatlerini yaşadıkları probleme yöneltecekleri için örgüt içinde takım çalışmaları da zorlaşacaktır Bu süreç, en tepeden en aşağıya kadar örgütün tümünü etkiler ve birçok huzursuzluğun, çatışmanın ve karışıklığın oluşmasına yol açar.
- **Toplumsal Etkileri;** Duygusal şiddet, şiddete maruz kalmış bireyleri etkilediği gibi, aile üyeleri, tanık olanlar ve hedef alınan kişiye destek sağlamak isteyenler üzerinde zararlı etkiler oluşturmaktadır. Aileler, duygusal şiddetin hem duygusal hem de ekonomik sonuçlarına katlanmak zorunda kalır.

Duygusal şiddet mağduru bireyin, sağlık giderleri, örgütlerine olduğu kadar devlete de ekonomik bir yük getirmektedir. Ayrıca, duygusal şiddet sonucu, mesleki yeterliliğini yitirmiş, duygusal yönden tükenmiş, sağlıksız bireylerin boşa gezdiği bir toplum ortaya çıkmaktadır

---

Sonuç olarak mobbing aėdař bilim dünyasının en son keşfettiği, ama çok eski zamanlardan beri var olan, insanı psikolojik ve fiziksel olarak tükenmişliğe sürükleyen, yıpratıcı, korkutan bir taciz Őekli ve oldukça yaygın bir işyeri travmasıdır. Duygusal Şiddet mağdurlarının ne yapacakları, nereye veya kime başvuracakları açıkça belirlenmeli, bunun için gerek örgüt içerisinde, gerekse örgüt dışında duygusal Şiddet mağdurlarına, yasal, sosyal ve duygusal destek sağlayabilecek kurum, kuruluş veya komisyonlar yasal olarak belirlenmelidir.

Sadece bireysel değil, toplumsal ve örgütsel politikayla ilgili önemli boyutları olan mobbing sorununu ozmek için atılacak adımların başında olgunun tanınır ve tartışılır kılınması gereklidir. Bu konuda yeterli veriler elde etmek amacıyla ülkemizde de özellikle mobbingi nleme ve başa çıkmada etkili yöntemleri saptamaya yönelik çalışmalara ihtiyaç vardır.

## UYGULAMA FAALİYETİ

Güvenlik ilkeleri doğrultusunda çalışma alanında çalışanın kendi güvenliğini sağlama ile ilgili bilgi ve becerileri sıralayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Çalışan güvenliği kavramını açıklayınız	➤ Çalışan güvenliği kavramını farklı kaynaklardan araştırabilirsiniz.
➤ Çalışan güvenliğini ve güvenlik tedbirlerini almanın önemini anlatınız	➤ Çalışan güvenliği tedbirlerini ilkelerini araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz.
➤ Çalışan güvenliğini açıklayınız.	➤ Çalışan güvenliği tedbirlerini ilkelerini araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz.
➤ Mobbing kavramını açıklayınız	➤ Mobbing kavramını farklı kaynaklardan araştırabilirsiniz.
➤ Mobbing'in türlerini öğreniniz	➤ Mobbing'in türlerini araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz
➤ Mobbing'in etkilerini açıklayınız	➤ Mobbing'in etkilerini araştırabilirsiniz. Araştırmanızı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşabilirsiniz

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise **D**, yanlış ise **Y** yazınız.

1. ( ) Dikey şiddet çalışanın yöneticiye psikolojik şiddet uygulamasıdır.
2. ( ) Eşit statüde bulunanlar arasında söz konusu olan psikolojik şiddete, dikey şiddet denmektedir.
3. ( ). Mobbingin bireysel, örgütsel ve toplumsal olarak etkileri bulunmaktadır.
4. ( ) Çeşitli teknik, tıbbi, hukuki, yönetsel, beşeri ve psikolojik unsurlar çalışan güvenliği konusu içine girmektedir.
5. ( ) Aşağıdan yukarıya yöneltmiş psikolojik şiddette, çalışanların kendi aralarında birlik olarak, amirlerine mobbing uygulamaları, ender de olsa mümkün olabilmektedir.

### DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise “Modül Değerlendirme”ye geçiniz.

# MODÜL DEĞERLENDİRME

**Aşağıdaki cümlelerin başında boş bırakılan parantezlere, cümlelerde verilen bilgiler doğru ise D, yanlış ise Y yazınız.**

1. ( ) Fiziki çevre denildiğinde çevrenin ve insanın doğal faaliyetleri devam ederken üzerinde ani ya da uzunca bir süre içinde dolaylı ya da dolaysız bir etkide oluşturabilecek dış etkenlerdir.
2. ( ) Yaşanan çevre ve bu çevrenin bireyin sınırlamalarına uygunluğu yaşam kalitesini pek etkilemez.
3. ( ) Yaşlı bireyin dinlenmesine olanak sağlamak amacıyla kapıya yakın olarak yerleştirilmiş bir oturma yeri bulunmalıdır.
4. ( ) Yaşlılarda baston yerine tripod (üç ayaklı baston) kullanılması emniyetlidir.
5. ( ) Yaşlılarda ilaçlarla beraber doğal şifalı bitkiler mutlaka kullanılmalıdır.
6. ( ) Ocak düğmelerinin AÇIK-KAPALI konumu kolayca fark edilecek şekilde işaretlenmesi gerekir.
7. ( ) Mobbingden zarar gören kişilerde unutkanlık, halsizlik, ümitsizlik vb. Rahatsızlıklar görülebilir.
8. ( ) Duygusal tacizin örgütlerde ortaya çıkardığı ilk sonuç örgütte stresli bir duruma yol açmaz.

**Aşağıdaki cümleleri dikkatlice okuyarak boş bırakılan yerlere doğru sözcüğü yazınız.**

9. Örgütlerde üst kademelerden alt kademelere doğru yapılan psikolojik şiddette .....denir.
10. Mobbingte ..... şiddet kıskançlık, yarışma, çekemezlik gibi nedenlerden kaynaklanır.

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki modüle geçmek için öğretmeninize başvurunuz.



# CEVAP ANAHTARI

## ÖĞRENME FAALİYETİ-1'İN CEVAP ANAHTARI

1	E
2	A
3	E
4	C
5	A

## ÖĞRENME FAALİYETİ-2'NİN CEVAP ANAHTARI

1	DOĞRU
2	YANLIŞ
3	DOĞRU
4	YANLIŞ
5	DOĞRU
6	DOĞRU
7	DOĞRU
8	DOĞRU

## ÖĞRENME FAALİYETİ-3'ÜN CEVAP ANAHTARI

1	YANLIŞ
2	DOĞRU
3	YANLIŞ
4	YANLIŞ
5	DOĞRU

## ÖĞRENME FAALİYETİ-4'ÜN CEVAP ANAHTARI

1	DOĞRU
2	YANLIŞ
3	DOĞRU
4	DOĞRU
5	DOĞRU

## MODÜL DEĞERLENDİRMENİN CEVAP ANAHTARI

<b>1</b>	<b>DOĞRU</b>
<b>2</b>	<b>YANLIŞ</b>
<b>3</b>	<b>DOĞRU</b>
<b>4</b>	<b>DOĞRU</b>
<b>5</b>	<b>YANLIŞ</b>
<b>6</b>	<b>DOĞRU</b>
<b>7</b>	<b>DOĞRU</b>
<b>8</b>	<b>YANLIŞ</b>
<b>9</b>	<b>DÜŞEY ŞİDDET</b>
<b>10</b>	<b>YATAY ŞİDDET</b>

## KAYNAKÇA

- AKTOP, G. **Anadolu Üniversitesi Öğretim Elemanlarının Duygusal Tacize İlişkin görüşleri Ve Deneyimleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**, Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir, 2006.
- BACANLI Hasan, Şerife TERZİ, **Yetişkinlik ve Yaşlılık Gelişimi ve Psikolojisi**, Açılım Kitap, İstanbul, 2012.
- BİLİR Nazmi, **Yaşlılık Gerçeği, Yaşlılık ve Halk Sağlığı**, H.Ü. GEBAM,
- ERGAN GÜNGÖR Nevin, **Yaşlılıkta Sosyal Uyum**, 1. Ulusal Yaşlılık Kongresi
- [http://www.gebam.hacettepe.edu.tr/yaslilikta\\_kaliteli\\_yasam\\_son.pdf](http://www.gebam.hacettepe.edu.tr/yaslilikta_kaliteli_yasam_son.pdf) Kongresi, TÜRYAK ve Hacettepe Üniversitesi, İstanbul, 2007.
- KUTSAL Yeşim Gökçe. **Ev Güvenliği. Sağlıklı Yaşlanma. Geriatri Derneği**. 2005b. Öncü Basımevi, Ankara. s:189-192.
- OKYAYUZ H. Ülgen, **Sağlık Psikolojisi**, Türk Psikologlar Derneği Yayını,
- ORAL, Zeynep. **Meslek Yarası**, İstanbul: Doğan Kitapçılık, 2006.
- ÖZCEBE Hilal, **Yaşlılar için ev ve çevre düzenlemeleri**, H.Ü. GEBAM,
- TOPAÇ Ş. , Ü.ATEŞKAN ve Huriye VURAL, **Gata Eğitim Hastanesinde Rutin İncelemeye Tabi Tutulan Yaşlı Bireylerde Ev Kaza Sıklığı, Kaza Özellikleri ile Nedenleri ve Bunun Yaşadıkları Konut Özellikleri İle İlişkisi**, 1. Ulusal Geriatri kongresi, 2002.
- TUTAR, Hasan. **İşyerinde Psikolojik Şiddet**, 3. Baskı). Ankara: Platin, 2004.