

## ÖĞRETMENLERE ÖNERİLER

- \*Öğrencinizi size en yakın noktaya oturtun,
- \* Dikkat eksikliği olan öğrenciler düzenli ortamlara ihtiyaç duyarlar. Kendi başlarına iç dünyalarını düzenleyemedikleri için dış dünyalarının başkaları tarafından düzenlenmesini isterler. Ne yapacaklarını bilmeyen ya da unutan çocuklar önceden hazırlanmış listelerden faydalanabilirler. Onların hatırlatılmaya, prova yapmaya, tekrar yapmaya, yönlendirilmeye, sınırlar konulmasına ve düzene ihtiyaçları vardır.
- \*Kuralları yazın ve her dakika göz önünde olacağı bir yere asın. Çocuklar kendilerinden ne beklediğinden emin olduklarında, çevrelerindeki kişilere daha fazla güven duyacaklardır.
- \*Okul sonrasında yapması gerekenleri yazması için yardımcı olun.
- \*Ödevleri kontrol ederken , miktardan çok ödevin kalitesine bakın.
- \* Büyük projeleri, küçük ve bitirilmesi kolay parçalara bölün.Büyük projeler dikkat eksikliği olan öğrencileri hemen yıldıırır ve „Ben bunu bilmiyorum , bitirmeyi asla başaramam“ demelerine neden olur. Oysa büyük bir işi kolayca başarılabilirler. Küçük parçalara bölmek onları ürkütmeyecektir.
- \*Öğretirken konu başlıklarını kullanın, ana fikri çıkarmayı öğretin.
- \*Neler söyleyeceğinizi söylemeden önce anons edin, sonra söylemek istediğinizi söyleyin.
- \*Yönergelerinizi basitleştirin. Seçilecek şıkları basitleştirin.
- \*Övün, sırt sıvazlayın, onaylayın, cesaret verin, umutlandırın.
- \* Ders süresi içinde zaman zaman hareket imkanı sağlayan uygun aktivitelere yönlendirin.

## ANNE BABAYA ÖNERİLER

- \*Çocuğunuza zaman ayırın ve onunla birlikte olmaya çalışın,
- \*Çocuğunuzla konuşurken ve onu dinlerken göze gelmeye çalışın,
- \*Çocuğunuzun mutlaka bir spor etkinliğine devam etmesini sağlayın,
- \*Çocuğun ders çalışma ortamını düzenlemesine yardımcı olun,
- \*Anne baba olarak çocuğunuza ortak tutum sergileyin,
- \*Çocuğunuzda var olan olumlu özellik ve kabiliyetlerin ortaya çıkışını teşvik edin,
- \*Ondan kusursuz olmasını beklemeyin, yaptığı ufak hataları büyütmeyin, bazı zamanlar hataları görmezlikten gelmeyi başarın,
- \*Evde bazı alışkanlıklar ile kural ve takvime bağlanan işler oluşturun,
- \*Olumlu davranışlarını övün, takdir edin,
- \* Etkili yönergeler verin. Cümleler anlaşılır, ciddi ve basit olmalı. Aynı anda bir çok yönerge vermeye dikkat edin.



Kaynak: Özel eğitim Hizmetleri Tanıtım El Kitabı MEB



## KONAK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



Özel Eğitim Hizmetleri Bölümü

Tel: 0 (232) 243 44 17

<http://konakram.meb.k12.tr>

164246@meb.k12.tr

227 Sk. No:18, Nokta Durağı,  
Necatibey İlkokulu Yanı Hatay/ İZMİR

# DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU

Çocukta 7 yaşından önce başlayan, en az iki ortamda (ev, okul) 6 ay süreyle yaşına ve gelişim seviyesine uygun olmayan dikkat eksikliği, aşırı hareketlilik, hiperaktivite ve dürtüsellik belirtileriyle görülen bozukluğa denir. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu gösteren bireylerde öğrenme, davranış vb. problemler görülebilmektedir.

## DEHB'İN EN SIK KARŞILANAN BELİRTİLERİ

### A) Dikkatsizlik

- \*Çoğu zaman dikkatini ayrıntılara veremez ya da okul ödevlerinde, işlerinde ya da diğer etkinliklerinde dikkatsizce hatalar yapar,
- \*Çoğu zaman üzerine aldığı görevlerde ya da oynadığı etkinliklerde dikkati dağınık,
- \*Doğrudan kendisine konuşulduğunda çoğu zaman dinlemiyormuş gibi görünür,
- \*Çoğu zaman yönergeleri izlemez ve okul ödevlerini, ufak tefek işleri ya da görevlerini tamamlayamaz,
- \*Çoğu zaman üzerine aldığı görevleri ve etkinlikleri düzenlemekte zorluk çeker,
- \*Çoğu zaman sürekli zihinsel çabayı gerektiren görevlerden kaçınır, bunları sevmez ya da bunlarda yer almaya karşı isteksizdir,
- \*Çoğu zaman üzerine aldığı görevler ya da etkinlikler için gerekli olan şeyleri kaybeder. (Örn. Oyuncaklar, okul ödevleri, kalemler, kitaplar ya da araç-gereçler),
- \*Çoğu zaman dikkati dış uyaranlara kolaylıkla dağınık,
- \*Günlük etkinliklerinde çoğu zaman unutkanlır.

## ÖZEL EĞİTİM HİZMETLERİ BÖLÜMÜ

### b) Hiperaktivite/ Aşırı hareketlilik

- \* Çoğu zaman elleri, ayakları kıpır kıpırdır ya da oturduğu yerde kıpırdanıp durur,
- \*Çoğu zaman sınıfta ya da oturması beklenen diğer durumlarda oturduğu yerden kalkar,
- \*Çoğu zaman uygunsuz olan durumlarda koşuşturup durur ya da tırmanır (ergenlerde ya da erişkinlerde öznel huzursuzluk duyguları ile sınırlı olabilir),
- \*Çoğu zaman, sakin bir biçimde, boş zamanları geçirme etkinliklerine katılma ya da oyun oynama zorluğu vardır,
- \*Çoğu zaman hareket halindedir ya da bir motor tarafından sürülüyormuş gibi davranır.

### C) Dürtüsellik/ Ataklık

- \*Çoğu zaman sorulan sorunun tamamlanmasını beklemeden cevabını verir,
- \*Çoğu zaman sırasını bekleme güçlüğü vardır,
- \*Çoğu zaman başkalarının sözünü keser ya da yaptıklarının arasına girer.

## DEHB TANILAMA

Bireylerde okul öncesi dönemden itibaren görülmeye başlayan DEHB' in, tanısını kesinleştirecek bir test bulunmamaktadır. Bu nedenle DEHB' nin tanısının konulması çok yönlü değerlendirmeyi ve farklı bilgi kaynaklarının işbirliğini gerektirmektedir. Tanı araçları, ana baba çocuk görüşmesi, ana baba çocuk gözlemi, ebeveyn ve öğretmen davranış dereceleme ölçekleri, fiziksel ve nörolojik muayene, bilişsel testler gibi yaklaşımlardır. Çocuk-ergen ruh sağlığı ve hastalıkları kliniklerinde DEHB tanısı, mevcut belirtilerin yaş ve gelişim düzeyine göre değerlendirilip çocuk psikiyatristleri tarafından DSM-V tanı ölçütlerine göre konulmaktadır. Rehberlik ve Araştırma Merkezleri tarafından da tıbbi tanılama doğrultusunda eğitsel tanılaması yapılmakta ve **tam zamanlı kaynaştırma** tedbiri çıkartılmaktadır.

**ÖNEMLİ:** Özel Eğitim Hizmetleri Bölümümüz randevu sistemi ile çalışmaktadır. (Başvuruların öğrenci velisi tarafından yapılması zorunludur!)



0 232 243 4417

<http://konakram.meb.k12.tr>  
E-posta: 164246@meb.k12.tr  
227 Sk. No:18 Konak/ İZMİR