

Ö renme güçlü ü çeken çocuklarda özel e itim programlar²n²n uygulanmas² gerekebilir. Kalabalık s²n²lerde dikkatlerinin da 2- mas² nedeniyle ö renemeyen çocuklara bireysel e itim ö renemeyen çocuklara bireysel e itim deste i verilmelidir. Olumsuz davran² lar²n düzeltilmesi ve yerine olumlu davran² lar²n konulmas² için çe itli destekleyici ve davran² ç² tedavi teknikleri uygulanabilir

KİM KİME DUM DUMA BEHİÇ AK



E itimde Dikkat Edilecek Kurallar:

- Verilecek yönergeler ve anlat²mlar k²sa ve basit olmal²
- Etkinlikler düzenlenirken sakın bir ses tonu kullan²mal² ve sab²r²l² olunmal²
- Her zaman alternatif bir etkinlik sunulmal² (ör: ödevin bir k²sm² bitti inde hareketli bir oyunla devam etmeli)
- Çocu un dikkatini bir konu üzerinde uzun süre yo nla t²ramad² 2 göz önüne al²mal²
- Çocu un dikkati da 2d² 2nda ve k²p²2danmalar ba lad² 2nda, s²n² içinde ve d² 2nda hareketli görevler verilmeli (ör: tahtay² silme. Bir eyi getirme gibi)

- Çal² malar parçalara bölünmeli ve her parçadan sonra hareketli bir mola verilmeli,
 - K²sada olsa yap²lan etkinli in ne zaman bitece i önceden (ör: 5 dk) bildirilmeli
 - Somut ve aç²k ifadeler kullan²mal²
 - Çocu un ön s²rada oturmas² sa lanmal², pence-re kenar² gibi dikkatinin kolay da 2labilece i bir yere oturtulmamal²
 - Okuma çal² mas²nda nokta, virgül gibi i retler renklendirilerek dikkat art²mal², çocu un fark etme-si sa lanmal²,
 - Her çal² ma ve ödev ad²m ad²m izlenerek so-nunda geri bildirim verilmeli
- Çabas² için te ekkür edilmeli,aferin denilmeli

KAYNAKLAR:

Türk Psikologlar Derne i Ankara 2004
www.pedam.com



ANNE-BABALARA YÖNEL K B LG LER

D KKAT EKS KL VE H PERAKT V TE
BOZUKLU U



M.Muhammet SOLAK (Psik.Dan Ba komiser)
Sümevra ÖMERO LU (Psik.Dan Komiser Yrd.)
Emrah ÇTÜZER (Psik. Dan Komiser Yrd.)
K,ymet DEM R (Psikolog)

Polis Akademisi Ba kanl ,
Ba kanl,k Rehberlik ve
Dan, ma Büro Amirli i

DİKKAT EKSKİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) çocukluk çağına en önemli psikiyatrik sorunların başında gelir. Aileyi, okulu ve toplumu ilgilendiren yönleriyle ve geniş anlamıyla bir eğitim ve öğretim sorunudur.

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), 7 yaşından önce başlayan kendini dikkat eksikliği, aşırı hareketlilik ve dürtüsellikle gösteren bir bozukluktur. Bazı çocuklarda sadece aşırı hareketlilik (hiperaktivite), bazıları sadece dikkat eksikliği ve bazı çocuklarda da her ikisi birlikte (hiperaktivite ve dikkat eksikliği) görülmektedir.

Ayrıca yer alan belirtiler aslında her çocukta bir miktar vardır ama hiperaktivite ve dikkat eksikliği bozukluğu diyebilmek için aşırı olması söz konusudur.

Hiperaktivite Belirtileri:

- Genellikle bu çocuklar bir motor taraftan sürülüyormuş gibi hareket eder.
- Yerinde duramama,
- Oturması gereken durumlarda güçlük çeker elleri ayakları kıpır kıpırdır
- Sessiz ve sakin oyun oynayamama,
- Yerli yersiz koşup atlama, tırmanma
- Çok fazla konuşma,
- Çok zaman sorulan soru tamamlanmadan cevap vermesi,
- Sırasını beklemekte zorlanma,
- Baskılarının sözünü kesme yada yaptıkları arasına girme,
- Boş zaman etkinliklerine katılmada güçlük çekme,

Dikkat Eksikliği Belirtileri:

- Her şeyden çabuk sıkılma ve bıkkınlık,
- Unutkanlık, yapacağı işi ya da verilen işleri unutma,
- Söylenenleri takip etmede zorluk çekme,
- Dikkatini yaptığını değil, oyuna veya derse verememe, dikkatini yollarla tırmada zorlanma,
- Okul ödevlerinde veya diğer etkinliklerde basit hatalar yapma, Sabırsızlıkları nedeniyle soruları hızlıca okuma, tam okumama ve yanlış okumalara sık rastlanma.
- Konuştuğu anda sanki konuşmadığını dinlemiyormuş gibi görünme, konuşmayı izleyememe,
- Ayrıntıları gözden kaçırma,
- Evde veya okulda yapacağı işleri ve aktiviteler için gereken malzemeleri kaybetme,
- Organize olmada güçlük çekme, dağınıklık,

Nedenleri:

İmkiye kadar elde edilen bilgilere göre;

- Hamilelik sırasında alınan ilaçların, alkol kullanılmaması, kötü beslenmenin,
- Zor doğum, doğum sırasında beynin oksijensiz kalması, enfeksiyonlar veya kimyasal zehirlenmeler
- Erken çocukluk dönemindeki travmaların etkisinden
- Genetik geçiş olabileceğinden söz edilir.

Ne Zaman Görülmeye Başlanabilir:

Çocuklukla 3 yaşından sonra kendini belli etmeye başlar, ancak okulun ilk yıllarında okul, arkadaşları, öğrenme sorunları ile dikkat çeker.

Bazılarında bebeklikte, uyku, yeme düzensizlikleri yada beklenenden fazla huzursuzluk görülebilir.

Ne Yapılmalı:

Bozukluk şüphesi olduğunda bir çocuk ruh sağlığı ve hastalıkları kliniğine başvurmalıdır.

Okulda ve evde yaşanan sorunlar için aile, çocuğu izleyen uzman ve okul birliktirinde olmalıdır.



Tedavi:

Tedavinin ilk aşamasında aile, okul ve hekim arasında sıkı birliktir. Çünkü DEHB evde olduğu kadar okulda da sorun yaşanmasına neden olur.

Öncelikle ailenin hiperaktivite hakkında bilgi sahibi olması gerekir. Çünkü çocukta var olan sorunların nedenlerini başlıca yerlerde aramak, çözüm deildir. Çocuğun davranışları ya da derslerle ilgili zorlukları yaramazlık ya da tembellik olarak yorumlayan anne-babalar çocukları kilerinin bozacak derecede sürekli ceza verme eğilimindedirler. Tedavide çocukları yeniden sakinleştirme için kurabilmenin yolları aranır. Ailenin çocuğa yönelik tutumları gözden geçirilerek yanlışları ayıklanmaya çalışılır.

DEHB'in tedavisinde ilaçlar önemli yer tutarlar. Dikkat arttırmaya ve davranışları kontrol edilmesine yönelik ilaç tedavisi uzun yıllardır kullanılmaktadır. Ülkemizde psikiyatrik ilaç kullanımı konusundaki yanlış bilgilerimiz DEHB olan çocukların gerektiğinde ilaç kullanmalarını da engellemektedir. Ailenin yan etkilerden korkarak ilaç reddetmesi, tedaviyi geciktirir.