

ÖĞRETMENLERE ÖNERİLER:

- DEHB olan bir öğrencinizi yakınıza, sürekli göz ve fiziksel temas kurabileceğiniz bir yere oturtun. Kapı ve pencerelerden uzak tutun. Ancak sınıf oturma düzeni dışına çıkmayın.
- Olumlu bir model olun, doğru davranışlarını vurgulayarak pekiştirmeye çalışın.
- Dikkatini dağıtacak uyarıcılar vermekten kaçının..
- Yerlerini sürekli değiştirerek ya da sürekli DEHB'li çocuklarla ilgilenerek diğer çocukların da dikkatini bu çocuklar üzerine toplamayın.



- Öğretim programınızda değişiklikler yaparak müfredatı çeşitlendirmeye ve akıcı hale getirmeye, sıkıcı olmasını önlemeye çalışın.
- Aileler ile işbirliği yaparak ortak bir yaklaşım ve çalışma programı hazırlayın.
- Öğrencinin davranışlarını ve dikkatini değil bilgisini ölçtüğünüzden emin olun.
- Bu öğrencilere bazı görevlerde fazladan zaman tanıyın. DEHB'li öğrenciler yavaş çalışmalıdır. Kullanması için verdiğiniz fazladan zamanı ceza olarak algılamasını önleyin.
- Öğrenciden sınıf içinde fiziksel hareket gerektiren işlerde yardım isteyin.

TİREBOLU
REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
KURULUŞ TARİHİ: 2007



DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU DEHB Nedir?



✓ Sosyal medya hesaplarımızı takip etmeyi unutmayın .

 @TireboluR

 @tireboluram

 www.facebook.com/tirebolu.ram.14

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU NEDİR ?

DEHB, genel anlamıyla enerjik bir yapıya sahip olma, dikkatini toplayamama, dikkati sürdürmede zorlanma, kendini kontrol etmede zorluk, yapılan işi tamamlayamama, plan ve program yapmada zorlanma, çevreye karşı duyarsızlık ve ilgisizlik, kendi istekleri doğrultusunda davranma, konuşkanlık ve sabırsızlık gibi özelliklerle tanımlanır.

Bu davranışların çeşitliliği ve kombinasyonu çocuktan çocuğa değişebilir.



DEHB BELİRTİLERİ NELERDİR ?

- Detayları ihmal etme, basit hatalar yapma
- Bir işe dikkati toplamada ve sürdürmede başarısız olma
- Yerinde duramama, kıpır kıpır olma
- Sürekli konuşma, bağırma
- Yaşıtlarına oranla daha az uyuma
- Sabırsızlık
- Genellikle davranışın sonucunu düşünmeden davranma
- Başkalarının sözünü kesme sorunun sorulmasına fırsat vermeden cevabı söylemek
- Kuralları öğrenmeye ve uymaya karşı direnç gösterme

AİLELERE ÖNERİLER

- Çocuğunuz ile konuşurken göz teması kurun ve sürdürün
- Çocuğunuza kısa ve açık ifadeler kullanın, isteğinin anlaşıldığından emin olun
- Yaklaşımlarınızda tutarlı olmaya gayret edin
- Her seferinde bir tek görev verin, çoklu ve karışık taleplerden kaçının
- Bir isteği yerine getirdiğinde çocuğunuzun ödüllendirin
- Kısa aralıklarla sıklıktan çalışmasını sağlayın
- Çocuğunuza ödevlerinde bir yol gösterici olarak yardım sağlayın, çalışmalarını takip edin
- Sabırlı davranmaya gayret gösterin,
- Kurallarınızı açık ve kesin olarak koyun ve uygulamaya çalışın
- Çocuğunuzun fiziksel enerjisini kullanabileceği bir spor faaliyetine yönlendirin
- Ev ortamını çocuğunuzun enerjisini atabilmesine uygun olarak düzenlemeye çalışın.

