

REHBERLİK HİZMETLERİ DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU



KAYRAM



REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA HİZMETLERİ BÖLÜMÜ

Kayseri Rehberlik ve Araştırma Merkezi

ADRES: Fatih mah. Açık sok. No:22 Kocasinan/KAYSERİ
TEL : 0 (352) 231 68 07
FAX : 0 (352) 231 76 96

E-posta: kayseriram@hotmail.com
Web : www.kayram.net



KAYSERİ
Rehberlik ve Araştırma Merkezi
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
HİZMETLERİ BÖLÜMÜ

www.kayram.net

0(352) 231 68 07

Unutmayınız çocuğunuza yönelik eğitimde yapılan hatalar hiperaktivite belirtilerinin ağırlaşmasına sebep olabilir. Acaba doğru eğitimi ve kuralları uygulayabiliyor musunuz?



- Küçük şeyler de olsa, çocuğunuzun olumlu yönlerini ön plana çıkararak çocuğunuzu cesaretlendirin.
- Çocuğunuza yönerge verirken, ses tonunuzu yükseltmeyin. Aksi durumda çocuğunuz yönergenin anlamından çok, sesinizin yüksekliğine odaklanacaktır.
- Dikkatini yoğunlaştıracak oyunlar oynayın. Örneğin aile albümünüzü birlikte inceleyin. Bir fotoğrafa uzun süre bakmasını sağlayın. Daha sonra bu fotoğrafı kapatıp, ona bu fotoğrafla ilgili sorular sorun.
- Çocuğunuzun nelere ilgi duyduğunu araştırın. Onların bir listesini yapın. İlgi duyduğu konularla akademik konuları birleştirmeye çalışın.
- Dikkati çok çabuk dağıldığı için ders çalışma ortamında ders materyalleri dışında materyal bulundurmayın.
- Çocuğunuzun hareket etme ihtiyacını karşılayacak ortamlar oluşturun. Örneğin; sportif aktiviteler, oyunlar vb.
- Çocuğunuzun TV izleme ve bilgisayar oyunlarını sınırlayın.
- Kendinize ve çocuğunuza güven duyun, elbette doğru ve yanlış yaptığınız şeyler olacaktır.
- Çocuğunuzun yaptığı hatalar karşısında daha anlayışlı olun, ceza vermeyin. Çocuğunuzun bu davranışları istemeden yaptığını unutmayın.

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU (DEHB)



Sevgili Anne,Babalar

- Bebeklik döneminde aşırı hareketli, huzursuz, uyumakta zorlanıyor ve uykuya devam edemiyorsa
- Çocuğunuzun dikkat süresi kısa ve dağınıksa,
- Dikkatini bir işe yoğunlaştırmakta ve başladıkları işi bitirmekte zorlanıyorsa.
- Ders dinleme ve sınıf kurallarına uymada sorunlar baş gösteriyorsa.
- Dinlemekte ya da yönergelere uymakta zorluk yaşıyorsa.
- Bir yerde oturamaz ve sürekli hareket halindeyse.
- Eşyalarını bir yerlerde unutuyor veya kaybediyorsa.
- Başladığı işi bitirmeden bir diğerine başlıyorsa.
- Aklına geleni yapmadan duramıyorsa
- Müdahaleci ve rahatsız ediciyse .
- Sırasını bekleyemiyorsa.
- Aklına geleni yapmadan duramıyor veya isteklerini ertelemiyorsa.

- Sorulan soruyu dinlemeden cevap veriyorsa.
- Yapacağı işin sonunu düşünmeden davranıyorsa.
- Hareketleri keyfi ve amaçsızsa.
- Hareketleri engellenmeye çalışıldığı halde engellenemiyorsa.
- Kendisiyle konuşulduğunda sanki dinlemiyormuş izlenimi veriyorsa
- Sakin ve gürültüsüz biçimde oynamakta zorluk çekiyorsa.
- Sürekli kendisiyle ilgilenmesini istiyor, çok ilgi görmediğini düşünüp olumsuz davranışlar gösteriyorsa.
- Oyuncakları, giysileri, odası dağınıksa
- Arkadaş ve aile ilişkilerinde sorun yaşıyorsa.

Çocuğunuzda Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu olabilir.

Unutmayalım ki, çocuğunuz bu davranışları isteyerek değil farkında olmadan, istem dışı yapmaktadır.



TELAŞLANMAYIN...

Yalnız değilsiniz...

Erken fark etme ve erken eğitimle bu durumun üstesinden gelebilirsiniz...

O halde

-Çözümü birlikte arayalım...



Nereye başvuralım?



Okula gidiyorsa:

- 1-Sınıf Öğretmeni
- 2-Okul Rehberlik Servisi
- 3-Bağlı bulunduğunuz bölgedeki Rehberlik ve Araştırma Merkezi Md.

Okula Gitmiyorsa:

- 1-En yakın hastane
- 2-Bağlı bulunduğunuz bölgedeki Rehberlik ve Araştırma Merkezi Md.
- 3-En yakın okul

ÇOCUĞUNUZ İÇİN NE YAPABİLİRSİNİZ

- Çocuğunuzun ders başarısızlığı yaşayabileceğini kabul edin.
- Çocuğunuzla yüzüne bakarak konuşun.
- Çocuğunuz sadece iyi not aldığında değil, ödevini yapmaya gayret ettiğinde de ödüllendirin.
- Kısa ve anlaşılır yönerge verin. Aynı anda birden fazla yönerge vermeyin.
- Çocuğunuza yapabileceği işler konusunda sorumluluklar verin. Aşırı koruyucu tutum takınarak sorumluluk almasını engellemeyin.
- Çocuğunuza seçenekler sunun, çocuğunuz kendi seçtiğini sonuçlandırmada daha başarılı olacaktır.