



*“Eđitimde feda
edilecek fert yoktur.”*



Çerkezköy Rehberlik ve Araştırma
Merkezi

R.P.D.H. BÜLTENİ

SAYI : 6



DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU



Ailelere öneriler

DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE NEDİR?

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), yedi yaşından önce başlayan ve kendini dikkat eksikliği, aşırı hareketlilik (hiperaktivite) ve dürtüsellikle gösteren nöropsikiyatrik bir bozukluktur.

BELİRTİLERİ

YERİNDE DURMAKTA ZORLANIYOR

DİKKATİ ÇABUK DAĞILIYOR

ÇABUK SIKILIYOR

KONSANTRE OLAMIYOR

AKLINA GELENİ DÜŞÜNMEDEN YAPIYOR

UZUN SÜRELİ İŞLERİ YAPMAKTA
ZORLANIYOR

DEHB olan çocukların büyük bir bölümü bu bozukluğun belirtilerinin yanında diğer birçok alanda sorunlar yaşamaktadır;

- Okul Sorunları ve Öğrenme Bozuklukları
- Karşıt Olma Karşı Gelme Bozukluğu (inatçılık, öfke patlamaları, söz dinlememe, kurallara uymama, karşı gelme)
- Davranım Bozukluğu (hırsızlık, yalan söyleme ,kavga-dövüş başlatma, insanlara ve hayvanlara acımasız davranma)
- Depresyon-Kaygı Bozuklukları
- Arkadaş ilişkilerinde sorunlar
- Alkol-Madde Bağımlılığı

NASIL TEDAVİ EDİLİR?

Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun tedavisinde ilaç, anne baba eğitimi, öğretmen eğitimi ve çocuğun bireysel terapisi birlikte kullanılmaktadır.

AİLELERE ÖNERİLER

- İlk olarak çocuğu olduğu gibi kabul etmek, ona değer verdiğinizi ve onu sevdiğinizi hissettirmek çocuğun ``ben değerliyim, ben önemliyim` duygusunu yaşamasını sağlayacaktır.
- Olumlu bir iletişim ortamı sağlayın.
- Çocuğun başarılı olma duygusunu yaşaması sağlanmalıdır.

AİLELERE ÖNERİLER

- Çocuđa karmaşık olmayan, yapabileceği tek tek görevler verilerek sorumluluk duygusu kazanması sağlanmalıdır.
- Ders çalışmaya çocuğun sevdiği dersten başlanması daha etkili olacaktır, ancak çocuk hep sevdiği dersi çalışmak istiyorsa o zaman bu ders için de bir süre konulmalıdır.

AİLELERE ÖNERİLER

- Her gün aynı saatte, aynı yerde oturup ders çalışması sağlanabilir. Ders çalışma saatini çocuk kendisi belirlemelidir, anne baba ders çalışma saati yaklaşırken hatırlatabilir.

AİLELERE ÖNERİLER

- Çocuğun kurallara uyumunu ve sosyal becerilerini geliştirici ayrıca enerji harcamalarını sağlayıcı bir takım etkinlikler de söz konusudur. Bunlar ise; doğa faaliyetleri, basketbol, futbol, hentbol, voleybol, yüzme, tiyatro, drama, resim yapma, yemek yapma, balık tutma vs.. Ancak dikkat edilmesi gereken en önemli noktalardan biri de bu etkinliklerin, spor faaliyetlerinin belirlenirken çocuğun ilgi alanını, becerilerini ve kişilik özelliklerini de göz ardı etmemektedir.